内観ニュース
第35号
発行所
日本内観学会
〒702-8508
岡山市浦安本町100-2
慈圭病院

第三十四回日本内観学会大会を終えて

文教大学　小林　孝雄

二〇一一年六月二十四日から二十六日の三日間、文教大学越谷キャンパスにて、第三十四回日本内観学会大会を開催いたしましたのでご報告いたします。

関東では、第二十九回（二〇〇六年）東京大会以来の開催となりました。会場の文教大学越谷キャンパスは、都心から一時間弱離れたところでやや交通の便が悪く、また近くに観光する場所もないことから、どれくらいの参加者があるだろうかと心配しておりましたが、数多くの方にご参加いただくことができました。

今回の文教大学での開催は、二〇〇八年の沖縄大会の会場にて、白金台内観研修所所長の本山陽一先生から、「文教大学で大会の開催をお願いしたい」とのご依頼を受けたことがきっかけです。私自身内観学会にかかわり始めたばかりで右も左もわからない状況でしたが、「事務局は白金台内観研修所で引き受けます」という本山先生の心強い言葉に、「会場を提供するということなら」ということでお引き受けいたしました。

その後、奈良大会、長崎大会とそれぞれ開催地らしいプログラムと雰囲気に触れ、文教大学での大会はどのような大会にするのがよいだろうかと、準備委員の先生方と話し合いを重ね、「内観実践の拡がりと本質」という大会テーマのもと、プログラムを組み立てることにいたしました。

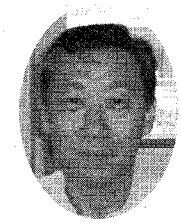
大学での開催ということで、やや研究寄りのプログラムになったという印象もありましたが、研究発表は一五題となり、実践と研究がバランスよく含まれたラインナップとなりました。初日のパネルディスカッションは、「内観と体験過程」と題し、大学に在籍する先生方にご登壇いただきました。実体験と理論的な考察が織り交ざり、またフロアーの方々から、実践と研究両面からの活発なご意見が出され、とても刺激的なディスカッションで大会の幕を開けました。翌日のシンポジウムでは、教育、医療、研修所での実践を工夫しながら続けていらっしゃる先生方からの貴重な報告がなされ、会場にいらっしゃった皆さんそれぞれの立場で自身の内観とのかかわりを考えるための材料が豊富にあふれたプログラムとなったという印象を受けました。

二日目の教育講演では、学習院大学教授の滝川一廣先生から、「発達障害の育ちと家族」と題し、人間の心がいかに人とのかかわりのなかで育まれていくかを、丁寧にお話いただきました。また三日目の特別講演では、日本コミュニオン学会名誉会長の鈴木秀子先生から、「内観を体験して」と題し、先の大震災にまつわるお話を交えながら、またご自身の集中内観での体験をご紹介されながら、人間の魂の本来の姿とは何かということについてお話いただきました。いずれも、人が生きていく上でとても大切なこととと内観との関連に触れられ、広い視野から内観の意味について考えるとともに、人が生きていくことそのものについて考えさせられるご講演だったと思います。

今回の大会は、さまざまな立場の参加者の方が、それぞれの内観に対する熱い思いを出し合い、理論と実践が混ざり合った、活発な話し合いができた学会となったのではないかと思います。

最後に、本大会開催のためにお力添えをいただきました皆様と、遠路お越しいただきました皆様方に心より御礼申し上げます。ありがとうございました。

パネルディスカッション傾聴記



川崎医療福祉大学　笹野　友寿

司会を担当された学習院大学の伊藤研一教授によると、このパネルディスカッションは、内観療法をジェンドリンのいう体験過程の側面から検討しようと企画したものである。「内観と体験過程」と題され、内観を言葉とイメージ、身体感覚の側面から検討することによって、その過程や効果について明らかにしたいということであった。

最初のパネリストは、本大会会長である文教大学小林孝雄准教授で、クライアント中心療法やフォーカシングを研究されている先生である。氏は集中内観の最中、母親に関して「私の母は・・」と書き出す「恨み帳」を書かれたそうである。書いている最中は怒りや憎しみを感じて書いていたのに、書き終わった後悲しい感じに包まれた。つまり、その雰囲気や感じ方が内観前と確かに変わっていた。氏は、それを「帯びる感じ」あるいは「色合い」と表現された。また、記憶の思い出され方が、屏風の中では穏やかであったものが、面接の時には強い感じに変わったという。実際と思い浮かべることと、何が同じで何が異なるのであろうかと問題提起された。

次は、埼玉大学の庄司康生教授で、教師教育学や幼児教育学を研究され、幼稚園園長もされている先生である。氏は昭和五九年、二七歳の時に集中内観を体験されたそうであるが、筆者もその一年前、同じ二七歳の時に体験したので、当時の研修所の匂いのようなものが思い出されなつかしかった。さて、氏は内観四日目の午後、「あれ！」という感じが生じたという。「憎しみ」という言葉が出て、母を憎んでいたんだと気付いた。夕方、嗚咽とともに呼吸困難に陥る。苦しくなって立ち上がろうとした時、肋骨に引っかかっていたナマコのようなものが「コリッ」とはずれた。確かに音がして、そして楽になったという。氏は「スカスカ感」とも表現された。そして、「自分とは何か」を形作っている身体（イメージ）と言葉たち（体系）は、がっちり固まっていて、自分はそれをいつも塗り固めていたのだと解説してくださった。

最後は、東京大学大学院の高橋美保准教授で、臨床心理学を研究されている先生である。氏は集中内観において、自ら語る言葉の持つ意味が次第に変化していったそうである。言葉にしてみる第一段階（内言）。私を承認してほしい、聞いてほしいという第二段階（内言を外言化する）。内言と外言が解離する第三段階。自分のために言葉にしてみたいんだ、自分のために言葉を使うんだという第四段階（外言が内言になる）。そして、言葉と行動が一致する第五段階（内言が行動として表れる）からなっていた。そして、面接者は発達段階における親の役割であった。氏は、内観における言葉とは、内観を内観たらしめる重要な要素であるが、あやうい要素があるという。なぜならば、内観における体験とは、「追体験」でもない、「再体験」でもない、「別の体験」であると解説してくださった。

休憩をはさんでディスカッションが始まった。庄司氏は、内観においては自分の立場を相手の立場から見直していくという、そういう意味での「別の関係での体験」であると述べられた。小林氏も、自らの体験に関し、母の視点に気付いたことが体験の変化につながったと述べられた。フロアーからも活発な発言があった。特に実際に内観研修所をされておられる先生方からの発言が多く見受けられた。清水康弘氏は、気付きまでの布石が大切であり、相手込みの自分を知る体験に変わっていき、ある時決壊するように気付きが出てくる。ぐしゃっとつぶれ、一気に花が咲くのであると述べられた。池上吉彦氏は、気付くことは「自我我執」であり、相手の身になり「我無し」になる道のりであると述べられた。

このようなディスカッションが行われていた時、小林氏の表情が変わった、と筆者は感じた。内観者の顔なのである。奇しくも、真栄城輝明氏から、「何があなたにそのような変化を生じさせたのか？」との問いかけがなされた。小林氏は、「正座して膝が痛くて、膝を崩そうとした時、自分の中の何かが大きく変わった。自分は自分のために内観していて、そのために正座して、そのために膝を痛がり膝を崩そうとしている。なのに母は、僕のためにしてくれていた」と話された。

体験過程というものについて知識の乏しい筆者にとって、このパネルディスカッションを消化するには相当のイマジネーションが求められ、内容を正しく報告できたのか自信がありませんが、以上、傾聴記とさせていただきます。

学会シンポジウムに参加しての気づき

静岡県立静岡北特別支援学校
鈴木　美枝子

これまでの状況を変えたくて、必死で頑張っても、いくらもがいても、周囲が自分に期待することと、自分の思いが一致しなかった昨年。意地でも、これまでの状況から逃げたい自分があり、「周りが変わらないなら、自分が変わるしかない」と、衝動的に申し込み、無我夢中で受けた集中内観研修。まさか、その一年後に、本原稿を書くことになるとは…。大きな不安はあるけれど、学会のテーマ「内観実践の拡がりと本質」のシンポジウムに参加して得た気づきについて、言語化する機会をいただいたことに感謝し、現在の気持ちをまとめてみたい。

シンポジウムは、司会の小林孝雄先生の「内観の実践が始まってから五十年以上が経過し、近年では、研修所における集中内観という枠組みを超えて、学校や医療機関など様々な現場で『内観』が工夫され実践されてきている。本シンポジウムでは、様々な現場で『内観』を工夫している実践を紹介し、内観の「本質」とは何だろうか。各自が捉える『内観の本質』を再確認・再検討し、これからの内観の実践について考える機会としたい。」と言う趣旨説明で始まった。

平野大己氏（東京都公立学校スクールカウンセラー）の報告は、中学2年生を対象に行った、内観三項目を活用した”こころを育む試み“「こころのシート」の実践であった。平野氏は、思春期の生徒指導では、「相手の身になり考え行動できることを学ぶこと」が重要なことであると述べた。発表では「こころのシート」を用いた授業の導入を、実際に授業で使用したパワーポイントで再現してくださった。パワーポイントを提示しながら、説明される口調は、内観面接をしてくださっている面接者のようで、参加者の心を穏やかにさせた。

勝見ひろみ氏（愛知県立瀬戸高等学校）は、勤務校で行った内観を活用した実践の中から「ホームルーム活動などにおける実践」、「教科指導（国語）における実践」の2つの報告をされた。フロアーからの「学校で取り組む時に、意欲の低い生徒に取り組ませるのに努力していることを教えてください」という質問に対し、勝見氏が、「HRで活動する場合は、声掛けはするけれど、無理強いはしない。『書かないこと』が考えていないことにつながっていない。やっていることに対して、心で分かってくれて、いつか、どこかで、調子のよい時に考えてくれるというような、ゆったりとした気持ちでやっている。」と、述べた言葉は印象的だった。この感覚は、「集中内観研修」を体験して初めて分かることだろう。

橋本章子氏（帝京大学医療技術学部・ならい心療内科）の報告は、〈うつを活用する〉ことに焦点を当てた「復職プログラム」と「内観的集団療法」の実践だった。私は、橋本氏の発表で「人間関係に躓き苦悩した時の自分」を回想した。当時は、苦悩する自分を受け入れることも、人に頼ることもできず「自分の力で、解決する」と、躍起になって、認知行動療法の本を読んで実践する自分があった。橋本氏が「内観とは、経験を大切にする。全ての経験を否定しない。（略）うつ状態を拒むのではなく、〈ありのまま〉を受け入れること…」と述べる言葉は、自分の持つ発想と全く逆の発想であり、とても大きな気づきだった。

仁田公子氏（「内観友の会」一日内観研修会世話人）は、「一日内観研修会」発足までの経緯、現在の実践内容、そして、参加アンケート等を時系列に整理し、データに基づいた実践報告だった。脳裏に残っているスライドは、中心に「命」があり、四方に矢印が伸び、そこに「愛」という文字が添えられていた図である。その図は、仁田氏が『内観の本質』として捉え、最も、参加者に伝えたかったものではないかと思った。

内観実践の報告を拝聴して、気づいたことは、『内観の本質』は、それぞれの現場の実践に散りばめられているが、その根源は、実践をする人の中に存在することである。シンポジストが、自分自身の生きざまを、『内観三項目』というツールを使って、特定の人と自分との関係の中で、「自分」と「もう一人の自分」が対話し「自己の中の異なる声」を探求する。その声を聴くことで、自分自身の根底にある信念、価値観に気づき、確認したり修正したりする。その気づきが『内観の本質』を形成していくのではないかと考える。今回、報告された実践から、それぞれが捉える『内観の本質』について、平野氏は「相手の身になり考えて行動できること」、勝見氏は「内なる自分の声を聴き、表現すること」、橋本氏は「人に対する信頼感」、仁田氏は「命の尊重」ではないかと推測した。

本シンポジウムは、『内観』に触れて一年の内観初心者の私にとって、「自分を観る」新しい視点を発見する機会となった。『内観』を続けていくことで、自分が捉える『内観の本質』見つけていきたい。そして、仕事とする教育活動の中にも、活かしていくことができるよう努力したい。たくさんの気づきをする機会をいただき、ありがとうございました。

滝川一廣先生の教育講演「発達障害の育ちと家族」をお聴きして

佐久心理カウンセリングルーム
小室　清子

内観学会に入会して未だ一年を経ていず、昨秋の川崎医科大学での研修会に参加したばかり。第三十四回学会が初出席であった。自分の関心を中心にやや距離を置く気持で出掛けた。一度お目に懸りたいと思っていた方が受付に居られ、その交歓の場に事務局の白金台内観研修所の本山陽一先生が「私を覚えている？」と来られ、「やってもらいたいことがあります。」この受講の感想文を引き受けてしまった。自分に負荷を懸けることが、新たな自分を造ることになると日頃思っている機会の一つとなった。滝川先生のご講義は初めてであった。先生については、臨床心理士仲間から、ちくま新書の『「こころ」の本質とは何か』のご本の紹介を受けたばかりで、頁すら開いていなかった。この中にご講義の中心である発達障害に言及されていることに気付いたのは、その後である。

先生のご講義は七〇分連続して行われた。私なりに以下のように纏めさせていただいた。

内容1　司会の伊藤研一先生から「滝川先生のお話には明晰な論調がおありになる。」とお伺いした。それは直ぐに訪れた。発達障害の分類の基準である。これまでの多くの解説は紙面上を円で重ね合わせる図解が一般的で、自分でも判った様な判らない様な曖昧さ＋観察で補っていた。しかし滝川先生は「例えば定年齢児の認知（理解）の発達水準をｙ軸に、ｘ軸に関係（社会性）の発達水準のスケールを採ってその個々を点描すると、全体的分布図はｙ＝ｘの直線上に楕円形の集合体として出現する。

その中心部分に相当しているのが正常発達群であり、その周辺に離れて分布しているのが認知力と関係性の発達度合から診断できる障害を持った子とも達であろう。」と述べられ、また「いずれの分類も連続した発達スペクトラムにあり、症状毎にスペクトルをみると誤る。」と。そしてその分類図から知的障害児、低機能自閉症児、高機能自閉症児、アスペルガー症候群が明快に説かれあり、理解出来るものとなった。私にとっては正にコロンブスの卵であった。

内容2　人生の極初期、つまり新生児期からのこどもと親（養育者）との関係性がどのような相互の関りによって醸成されていくか、またそれがどの様に認知に結びついていくかを乳児の泣声、見慣れないものに対して生じる情動の混乱、喃語、動作、注視、模倣、ことばの出現の局面に沿って示された。関わる親がどの様に試行錯誤しているか、情動の混乱には安定した親ならばしっかりと胸に抱いて安心させようとする、或いは思い込みで成人の感覚で乳児に向き合ったりしているか等々。しかし「それらの共有体験の積み重ねが乳児を能動的にさせ、世界への認識や親への関係性が発展していく。」と。その合間に聴覚障害児や被虐待児の成長が止められる事態があるとの補足も加えて論を進められた。

受講しながら、重度知的障害児施設の経験もあり、全身で育児に携わった母親でもある私だが、滝川先生はより緻密に無理なく、現象を捉えて伝えてくださり、改めて学びの斑を埋めることが出来た。感謝この上もない。

内容3　内観学会であることから、3項目がどのように関係性の中に含まれているかを解説されたのは、学会員へのサービスであったと拝察する。「成長そのものは親からいろいろな働きかけを貰って行われる。親は子どもの易刺激的な反応から注意を喚起させられ、逼迫状態に見舞われるが、親は迷惑と思わず乳児を支える。迷惑を掛けていることは、乳児と親との共有関係で不快が減少し、親の期待が報われ、それがして返していることになっている。」と。

私の学習の中にこれまで滝川先生との出会いが無かったことは驚きであった。不勉強でもある。が、本学会を通じて期せずして出会いが得られた。このご講演によって新たな視界が開かれた。感動と喜びの余韻が続いている。

第22回 内観療法ワークショップ印象記

大阪大学大学院文学研究科博士後期課程
服部 佐和子

本ワークショップは、平22年10月30日・31日の両日、岡山県倉敷市の川崎医療福祉大学において、大会テーマ「広がりを確かなものに」のもとに開催されました。当日は台風の接近による生憎のお天気にも拘わらず、大勢の方々が足を運んで下さいました。筆者は大会スタッフの一人としてその場に居合わせるご縁に恵まれました。以下に、その様子を報告させて頂きます。

1日目は、三木善彦先生のご講演から始まりました。「自己理解と自己革新の方法としての内観」という演題で興味深い事例をご紹介下さり、自己理解は他者理解に不可欠なものであるということを改めて考えさせられるものでした。続いて、竹元隆洋先生から「嗜癖に走る現代人の素顔に迫る」と題されたご講演を頂きました。質疑応答で、アルコール依存症患者の状態について言及された折「患者さんは楽になるから飲んでいるのではない。苦しい、それでも飲まざるを得ないのだ」と仰っていたのが印象的でした。相手に対する共感、或いは苦悩者に対する共苦の姿勢の尊さを改めて感じました。

さて、シンポジウムでは、四名のシンポジストそれぞれのお立場からのご発表を伺いました。

まず、高口憲章先生より身体内観について、事例をご紹介頂きながら伺いました。内観を通じて、いわば自分であり身近な他者である身体への配慮から出発して「自らの身体に安らぎ」、そこから周囲の人々への感謝へと拡げていくということを伺いました。次に、千石真理先生からは、ご自身の病院チャプレンとしてのご経験と内観について、特に（老いて）いかに死ぬのか、限られた時間の中でいかに自己を改めるのか、という問いを真摯に見つめられたご発表を頂きました。そして、橋本健生先生からは少年院での内観のご実践について伺いました。ご紹介頂いた事例での少年の気付きの深まりに、私たち大人が子どもたちの心を如何に育んでゆくべきかを大いに考えさせられました。最後に、国只誠先生が学校教育での内観の実践について、ご自身の内観を巡る体験を踏まえてご発表下さいました。現行の学校現場で内観を取り入れること、またその困難についての率直なご意見、そしてご自身と内観との関係を伺いました。それぞれ大変興味深いご発表でした。全体を振り返りますと、本大会テーマの通り、内観の多方面への「広がり」を感じさせるものでした。

また同時並行で、別室では内観実習が行われていました。筆者の周囲でも「内観に関心はあるのだが敷居が高い」という声をよく耳にしますので、内観療法ワークショップのような入門的な機会が得られるのは大変有意味なことであると思われます。かくいう筆者の母も参加させて頂き、何かしらポジティヴなものを感得したようでした。

懇親会は同大学の食堂で催されました。和やかな雰囲気の中、歌や生演奏、そして三木善彦先生の手品を楽しみつつ参加者の皆様と場を囲みました。

2日目は、河本泰信先生より「援助者の抱える病を見つめて―自らの病理をどう扱うか―」というタイトルでお話を伺いました。自らを他者に開き、病をご自身のご体験から率直に語られるという非常に勇敢で素晴らしいご講演でした。それぞれの参加者は大いに共感と励まし、勇気を与えられたことと思います。

続いて、Constructive Living Center所長のデイヴィッド・K・レイノルズ先生より「外国人の内観について」と題してご講演頂きました。しかし開口一番、会場の私たちが壇上のレイノルズ先生から頂戴したのはお叱りだったのです。「内観している皆さんはHappyで、確かにとても良い人達ですが…洗面所のペーパータオルの始末（ごみ箱周辺に散乱していた）はいけない。他の人のことをもっとよく考えなさい！」と。いつの間にか内観に凭れかかり、自らを甘やかして他者に平気で迷惑をかける自分の存在に気づくと同時に、このように叱って頂けることの有り難さを感じ、襟を正す思いでした。ご講演では、日米の文化間、言語間における相違点を始め、CL（Constructive Living）でのご実践について伺いました。実践例の中に「一日のうちに3つ、人のためになることをこっそり実行する。もし相手に気づかれたら最初からやり直し」というゲームがありました。右手のすることをすぐに左手に教えたがる人間には難しいものですが、折に触れて思い出すものです。

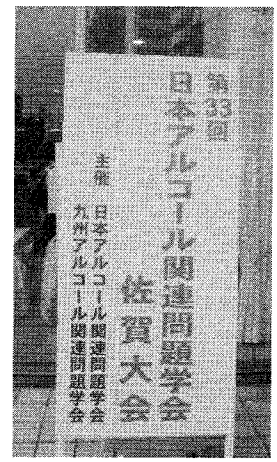
最後に、今回のワークショップで素晴らしい時間と場とを設けて下さいました、笹野友寿先生、山陽内観研修所の林孝次先生ご夫妻のお骨折りに、また会場の暖かい雰囲気を作って下さいましたスタッフのメンバーに、そしてこの場を共有出来ました全ての皆様に心より感謝申し上げます。

第三十三回日本アルコール関連問題学会佐賀大会
分科会「内観療法の展開と工夫」を企画して

三和中央病院　塚﨑　稔

平成二十三年七月二十二日と二十三日の両日、佐賀市で第三十三回日本アルコール関連問題学会大会が開催されました。その一年前より実行委員として大会企画に加わっていました私は、実行委員会よりぜひ内観療法について分科会をしてほしいと依頼を受け、表記のようなタイトルで内観療法に関する分科会を検討しました。

アルコール依存症に対する内観療法の導入は、岡山大学グループの奥村二吉教授から始まり、堀井茂男先生、洲脇寛先生らの研究報告や竹元隆洋先生の集中内観を取り入れたアルコール依存症治療プログラムなどの病院実践により、一定の成果が成し遂げられています。しかし、一方で内観療法というと導入の技法が難しい、どのようにしたら患者に適応しどの程度の効果を期待できるのかわからないという疑問の声を聴く機会が多いのです。そういった意見も取り入れて内観療法の変法に関する内容を、分科会では「内観療法の展開と工夫」と題して長年内観療法の臨床応用に携わっておられる三名の先生方に話題提供をしていただきました。座長は私と指宿竹元病院院長の竹元隆洋先生のふたりで行いました。講演者は看護師の立場から馬場博先生、精神科医の立場から堀井茂男先生と内観研修所の立場から真栄城輝明先生にお話をしていただきました。分科会開始前に私たち企画者側は「五十人位聞きにきてくれればいいかな」と心配そうに聴講者の集まりを気にしていましたが、開始直前には百席以上ある席はすでに満席となり、分科会が始まると後ろに立ちながら聞いている人もいるくらいの人気ぶりで座長、講演者には驚きと同時に緊張感も伝わってきました。



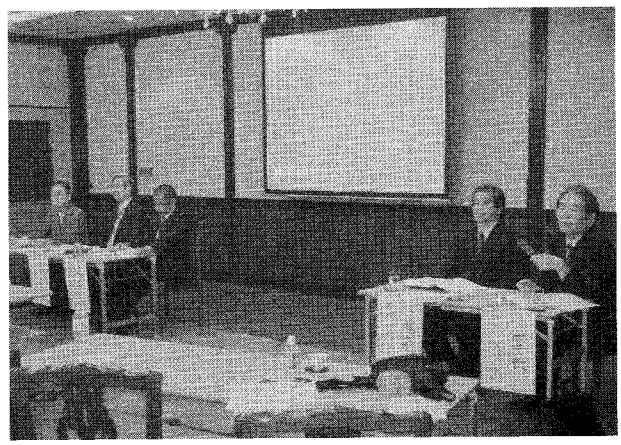
その緊張の中、まず始めに、私が内観療法の概要についてスライドを使って説明をした後、三和中央病院でデイケア通院者に日常内観を導入している馬場博先生に「デイケアでの内観療法の工夫」と題して発表していただきました。アルコール依存症者は入院中に集中内観を体験しても、退院後にはいろいろな対人関係のストレスに曝され再発の危険が高まります。常に自己の心の中にあるコントロール障害（飲酒渇望）を受け入れ、酒のない生活を楽しむことができる人生を目標にしていくためには日常内観の継続が必要であると考え、デイケアプログラムに週一回の頻度で日常内観の時間を設定し再発予防の試みを報告されました。その際、スタッフも患者とともに日常内観をすることで、お互いの信頼関係に支えられて再飲酒の軽減、メンバー間の対人関係の改善がみられたそうです。吉本伊信先生は、「集中内観を電柱に例えますと、日常内観は電線の役割を持っています。電線がなかったら電柱だけでは電流は伝わりません。半年に一回か年に一回、郡山の研修所に集中内観に来る人もありますが、これは日常内観の習慣をつけるためのものですから、日常に役立たない集中内観ではむだになります。自分を知るという練習は繰り返しトレーニングをしなければ、勘が鈍って何ヶ月かすると忘れて、ついに消えてしまいます。日常の分散内観が身に付きますと、人生に退屈がありません。充実した毎日を過ごすことができます。この日常内観の実習者こそ真の内観者と呼べるのでしょう。」と仰っています。

つぎに報告された慈圭病院院長の堀井茂男先生からは「五つの”あ“療法・・・アルコール依存症の森田・内観併用療法」と題して講演していただきました。アルコール医療を始めた頃の2人の依存症者の失敗例を挙げられ、その貴重な経験から森田療法と

内観療法の併用療法を提唱され、「五つの〝あ〟療法」と名付けて患者に利用されているということです。この五つの〝あ〟とは、アルコール依存症者の特性、つまり飲酒欲求にとらわれて自己を失い焦ってしまい、何が何でも飲酒しよう（渇望）とし、待てずに駆け込むように慌てて飲酒しようとしてしまう。そしてそれを繰り返すうちに、どうせ断酒はできないと考えて諦めしまうという森田神経質の特性と対比して森田療法的視点から考えだされたものであり、それにさらに内観療法の感謝の気持（ありがとう）で毎日を送る（あるがままの一日）を併用した五つの〝あ〟「焦らず、慌てず、諦めず、あるがまま、ありがとう」を日常の面接場面で患者にフィードバックすることで成果を上げることができると説明されました。

最後に唯一、内観研修所の立場から、奈良女子大学教授の真栄城輝明先生にお話を伺いました。〝アルコールは避けて通ろう〟という言葉が流行ったくらいアルコール医療に関わろうとする臨床心理士が少なかった頃に、病院臨床時代に出会ったアルコール依存症家庭で育った一人の少女との出会の経験から、アルコール依存症の親を持つ子供が危機に立たされる姿を見て、アルコール医療に関わることを決意されたと話されました。そして、先生は臨床心理士として病院の中に内観療法を取り入れる工夫を考えられ、二十数年にわたる依存症者との関わりが続いたそうです。その中から得たものは、「アルコール依存症はスピリチュアルな病である、スピリチュアルという言葉には生命や自然、大切な人などあらゆるものとの繋がる力という意味がある。アルコール依存症者は繋がる力を失うために命を落したり、周囲の人たちとの関係が悪くなっていく。内観を続けると過去を振り返り、鮮明に記憶がよみがえり、亡くなった人とも繋がることができる。繋がる力を取り戻すことができる。」という依存症者の根源的な回復過程についての洞察でした。内観療法が依存症からの回復にいかに有効であるかということを改めて学ぶことができました。

三名の先生方の豊富な臨床経験から言えることは、定型的な内観療法のみで治療を終えることだけではなく、その後の継続的な内観的働きかけが効果の持続に期待できる可能性があることだと感じました。今回の分科会は、これからの内観法（療法）の発展と普及のために大変有意義な内容であったと思いますし、なにより内観療法に対する聴講者の関心が高かったことが幸いでした。分科会が終わってからも多くの医療従事者の方々から質問を受けました。横浜で開業されておられる先生からは、クリニックのデイケアでも一日内観は可能かどうか、面接者のための研修会はあるのか、一日の内観体験でも面接者になれるのか、また三重県の病院の看護師の方からは、院内で内観療法を取り入れているが広く職員に普及させるにはどのような工夫をしたらよいのかと熱心に尋ねられました。学会が終了してからは施設見学等いくつかの電話問い合わせもあり、内観療法導入に対する意欲と熱意というものを感じました。



内観療法の工夫と内観面接者の育成には、集中内観の体験と内観の原型を熟知することが必要と考えますから内観研修所との連携が必要でしょうし、日本内観学会の役割も重要であると思います。これからの内観療法普及にとって有意義な分科会であったと思いました。

第二十三回　内観療法ワークショップのご案内

日時：2011年10月29日（土）～30日（日）
会場：和歌山ビッグ愛　〒640-8319　和歌山県和歌山市手平2丁目1－2
大会テーマ：「実存的苦悩（生・老・病・死）との対峙」

1日目　開始10時30分

●講義：内観総論　本山陽一（白金台内観研修所、日本内観学会副理事長）
●ランチョンセミナー　三木善彦（帝塚山大学教授、日本内観学会顧問）
●分科会
第1分科会場　「緩和医療領域での内観療法の可能性」
司会　吉本　博昭（富山市民病院　精神科部長）
コメンテーター　堀井　茂男（慈圭病院院長　日本内観学会事務局長）
パネラー　岩崎　順子（「癌が病気でなくなったとき」著者）
東　睦広（日赤和歌山医療センター　精神科副部長）
古市　厚志（富山市民病院　精神科）
第2分科会場　「生きる力をはぐくむ（混迷する社会に対峙する）」
司会　村田　溥積（大阪商業大学元教授　法学者）
コメンテーター　真栄城輝明（奈良女子大学教授　日本内観学会副理事長）
パネラー　浅井　周英（社団法人実践人の家理事長　元和歌山市教育長）
橋本　章子（帝京大学、NPO法人ポプリ　講師）
平野　大己（東京都スクールカウンセラー　私設相談室「さわやかメンタルサポート」代表）
第3分科会場　内観実習　水城　実（水城実会計事務所代表　企業コンサルタント）
●招待講演　「癌診療におけるコミュニケーションスキルについて」
講師　秋月　伸哉（千葉県がんセンター　精神腫瘍科　部長）

2日目　開始9時15分　終了予定15時

●メインシンポジウム「生きる喜びを失う前に」
司会　真栄城輝明（奈良女子大学教授）
コメンテーター　巽　信夫（日本内観学会理事長）
人見　一彦（近畿大学臨床心理センター長）
パネリスト　小野　善郎（和歌山県精神保健福祉センター長）
木村　慧心（日本ヨーガ療法学会理事長）
厚坊　浩史（南和歌山医療センター　こころの相談室主任）
島　正博（株式会社島精機製作所代表取締役社長）
●教育講演　「こころのケアとたましいの成長」
講演　大下大圓　飛騨　千光寺　住職（京都大学大学院医学研究科学内非常勤）
（和歌山県立医科大学非常勤講師（麻酔科））
（名古屋大学非常勤講師）

お問い合わせ（E-mail または FAXでご連絡ください。
藤浪宏典（〒640-0332　和歌山市冬野1047　和歌山内観研修所）
E-mail info@naikanws-wakayama.com　FAX 050-7100-0016

第二十五回日本内観学会　岡山大会のご案内

平成二十四年六月に左記の予定で第三十五回日本内観学会を岡山衛生会館三木記念ホール（岡山市）で開催します。総合テーマとして、地震・津波、放射能被害、さらに政情や社会不安をふまえ、「不安多き時代に内観のさらなる普及・発展を！」といたしました。さまざまな分野での内観の啓発・普及にむけて開かれた学会にしたいと思っています。

具体的には、多方面の会員の参加・発表に期待していますし、いろいろな精神（心理）療法との併用、そしてそこから統合療法としての内観・内観療法を考えるシンポジウムなどを計画しています。数多くの方々と語り合い、考える大会になればと思っております。なお、学会前日のパネルディスカッションでは、学会認定内観研修指導者制度について議論する場を持ちたいと思っています。

どうぞ多くの方々がご参加くださいますよう、ご案内申し上げます。晴れの国 岡山で観光地（後楽園、瀬戸大橋、大原美術館、ベネッセアートサイト直島、マスカット、美作三湯など）としてもお待ちしています。

大会テーマ　「不安多き時代に内観のさらなる普及・発展を！」
日　程　平成二十四年六月二十二日（金）～六月二十四日（日）
場　所　岡山衛生会館三木記念ホール
岡山市中区古京町1-1-10　Tel. 086（272）3275

【お問い合わせ】
事務局　慈圭病院
〒702-8508　岡山市南区浦安本町　100-2
Tel. 086（262）1191　Fax. 086（262）4448
E-mail：naikan@zikei.or.jp
大会長　堀井　茂男（慈圭病院）
〃副会長　内富　庸介（岡山大学精神科）
事務局長　大羽　博志（慈圭病院）

広報編集委員　塚崎　稔（三和中央病院）
木村　秀子（米子内観研修所）
本山　陽一（白金台内観研修所）

原稿の送り先
〒108-0071　東京都港区白金台3－13－18　白金台内観研修所
TEL　03－5447－2705
FAX　03－5447－2706
E-mail　zan25224@nifty.com