

【論文】

ソーシャル・イノベーションにおける個人の変容支援としての臨床心理学の意義

内観療法の臨床事例にみる心理的過程と関係性の検討

Significance of Clinical Psychology as Support for Individual Transformation in Social Innovation

An Examination of Psychological Processes and Relationships in a Clinical Case of Naikan Therapy

橋本 俊之（京都文教大学）

HASHIMOTO Toshiyuki (Kyoto Bunkyo University)

要約／Abstract

臨床心理学には個人の変容を社会的変化へ位置づけ直す視点の蓄積がある一方、ソーシャル・イノベーション（SI）の概念枠組みのもとで個別事例に即した心理的過程を検討する研究は国内では多くない。本論文では、内観療法（集中内観）を受けた中小企業経営者 A の単一事例に基づき、個人のウェルビーイングの変容が組織・社会の変化（「関係性」の構築）につながり得る心理的過程を考察し、SI 研究に対する臨床心理学的アプローチの可能性を示すことを目的とした。集中内観中の語りの変化と集中内観後の行動（フォローアップ）を、Bell Grdina ら（2020）の 4 レベル（個人・組織・セクター・社会）に対応づけて検討した結果、A は想起と再構成を通して評価・成果中心の自己理解から距離を取り、感謝と弱さの受容を軸に関係性を捉え直していった。さらに、対人関係と組織内コミュニケーションが変化し、事業面でも地域ニーズに向き合う実践へと展開していた。以上により、本事例は、臨床心理学における personal な変容支援が、関係性の再構築を媒介として、個人の変容を SI の実践へとつなぎ得ることを示した。

Clinical psychology has accumulated perspectives that re-situate individual transformation processes within broader social and community-level change. However, in the Japanese literature, relatively few studies explicitly adopt the conceptual framework of social innovation (SI) while examining psychological processes grounded in detailed single-case data. This paper addresses this gap by analyzing a single case of an SME owner (Mr. A) who underwent intensive Naikan therapy, and by considering the psychological process through which changes in individual well-being may extend to organizational and societal change through the (re)construction of “relationships.” We organized (a) narrative changes observed during the one-week intensive Naikan program and (b) post-program follow-up actions, and mapped them onto the four levels proposed by Bell Grdina et al. (2020): individual, organizational, sector, and societal. The analysis suggests that, through guided recollection and reconstruction of experiences with significant others, Mr. A’s narrative shifted away from a performance- and evaluation-centered self-understanding toward a relational perspective grounded in gratitude and the acceptance of weakness. These narrative shifts were accompanied by changes in interpersonal relationships and organizational communication, and, during the follow-up period, by developments in business practice oriented toward local needs. Overall, the case illustrates how personal transformation supported by clinical psychology may connect individual change to SI practice through the reconstruction of relationships.

キーワード／Key word

ソーシャル・イノベーション、臨床心理学、内観療法、ウェルビーイング、関係性
Social Innovation, Clinical Psychology, Naikan Therapy, Well-being, Relationships

1. はじめに

(1)研究の背景

京都文教大学大学院臨床心理科学研究科は、龍谷大学大学院政策学研究科・琉球大学大学院地域共創研究科と連携し、文部科学省「人文・社会科学系ネットワーク型大学院構築事業」の採択のもと、2025年度から「大学連携型ソーシャル・イノベーション人材養成プログラム」を実施している（URL1、URL2）。同プログラムでは、一般財団法人地域公共人材開発機構（COLPU）の認証によるソーシャルイノベーションデザイナー（SI-D）資格制度も運用している（URL3）。

本研究は、このプログラムにおける臨床心理学の personal な変容支援がソーシャル・イノベーション実践にどのような意義を持ち得るかを、内観療法の単一事例の検討から理論的に検討する試みである。

新川（2020）は、ソーシャル・イノベーション（以下、SI）とは第一に、「社会の諸問題に対する着目として革新的な視座から課題解決をすること」（p.19）と定義する。さらに、新川（2020）は、SIの起点が個人の身近な困り事にあり、「自分自身の働きかけを通じて変える」（p.24）という主体性の視点を重視している。小池（2015）も、SIは自分の身近なものを変えるために始める営みであると述べる。

臨床心理学の実践と研究では、個人の変容プロセスを社会的・コミュニティレベルの変容へと位置づけ直す視点が提示されており、コミュニティ心理学、家族療法、ナラティブ・アプローチ、ポジティブ心理学、組織心理学などの関連領域には一定の蓄積がみられる。一方で、SIという概念枠組みを明示的に参照しつつ、臨床心理学的アプローチ（とりわけ個別事例に即した心理的過程）を SI 研究の文脈へ位置づけ直す試みは、少なくとも国内文献では多くない。本論文では、この論点を課題として設定し、内観療法の単一事例を素材として理論的な位置づけを検討する。

伊藤（2015）は大量生産・大量消費の進展に伴い労働が画一化し、「交換可能な労働力」が要請されるようになったと指摘する（pp.209-210）。本論文では、人を交換可能な労働力として扱う価値観が、個人のウェルビーイングや関係性の劣化として経験され得る点に着目し、個人のウェルビーイングの改善が組織・社会の変化へとつながり得るという観点（Bell Grdina ら 2020）から検討する。

まず、次の作業仮説を置く。すなわち、①交

換可能な労働力を重視する価値観が、②人と人との関係性の喪失として経験されうること、そして、③社会的合理性の実現のために関係性の回復を目指す心理臨床の視座が、この課題の理解と介入の手がかりになり得ることである（河合 2004）。

なお、ここでいう社会的合理性とは、経済的合理性（効率・利潤・交換可能性）に還元されない価値、すなわち市民社会における包摂・相互承認・信頼・協働といった社会的価値が維持・増進されることを合理的とみなす観点を指す。したがって、本論文では、社会的合理性の実現を関係性の回復（人と人とのつながりの再構築）として具体化して捉える（図1参照）。

以上の観点は、個人のウェルビーイングの改善が組織・社会の変化へとつながり得るという論点に位置づけられる。そこで本論文では、内観療法の単一事例を通して、こうしたつながりがいかなる心理的過程として現れるのかを考察する。

Bell Grdina ら（2020）は、個人が自らのウェルビーイングに意識を向け直すことが、組織全体のウェルビーイングや活動への関わり方に影響しうる点に加え、社会レベルの変化も観察されうることを述べている（p.46）¹。本論文ではこれを、personal な変容支援が関係性の再構築を媒介として個人レベルから上位レベルへとつながり得る可能性として位置づけ、本事例の検討につなげる。

以上を踏まえ、本研究では、内観療法（集中内観）を受けた中小企業経営者 A の臨床事例をもとに、個人のウェルビーイングの変容が、関係性の再構築を通して組織・社会的実践へ展開する心理的過程を研究課題とする。

(2)内観療法とは

本研究では、臨床心理学的実践の一つである心理療法を検討対象とする。心理療法は、医療・教育・福祉・産業などの現場で、臨床心理士や公認心理師などの専門職が、医師などの他職種と連携しつつ実践する支援技法の一つとして位置づけられている。

内観療法は、そのような心理療法の中でも、日本で独自に発展してきた方法の一つとして、専門学会である日本内観学会などにより研究と実践が蓄積されている。本論文では、内観療法の技法論を網羅するのではなく、関係性の捉え直しを通じた個人の変容が、組織・社会の変化へとつながり得る点に着目し、以下では方法の骨格について述べる。

内観療法（集中内観）では、特定の対象（例：

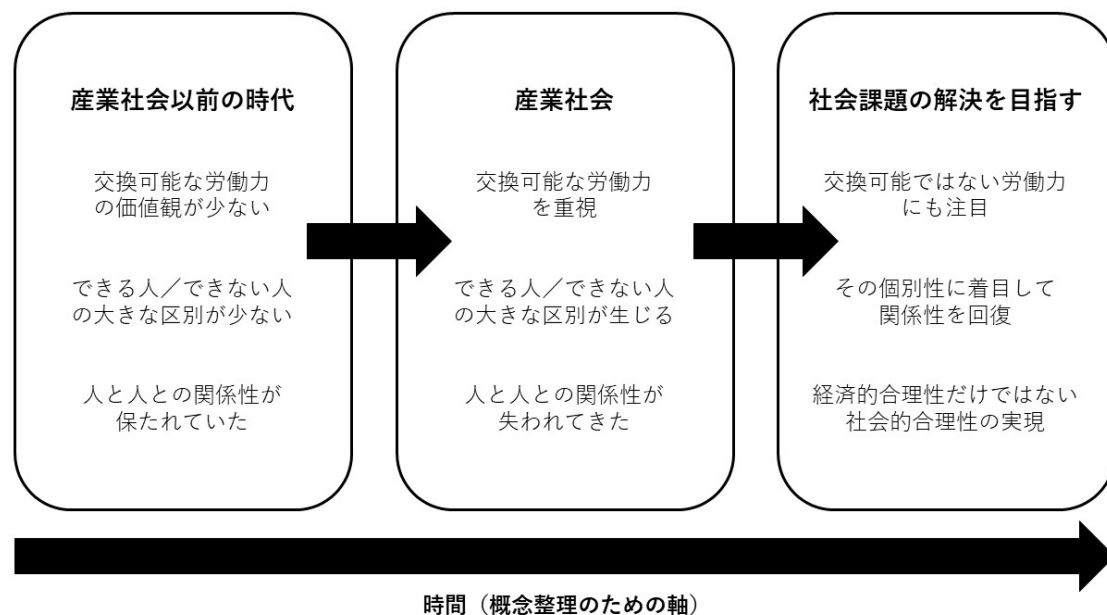


図1 産業社会における交換可能性重視から個性性と関係性の回復を重視する世界観への転換(筆者作成)

母・父など)について、一定の時期区分で「してもらったこと、して返したこと、迷惑をかけたこと」を手がかりに想起・再構成し、自己理解や対人理解を深める過程が促される。こうした過程では、身近な他者との関わりを捉え直すことによって、心理的安定感が得られたり、評価や成果中心の自己理解から距離をとれる傾向が生じることが指摘されている(森下・橋本 2018)。

内観療法は、専門施設である内観研修所に約1週間宿泊し、外部からの刺激を遮断した状態で、集中的に行う集中内観という方法で行うことが基本である。集中内観の1日のスケジュール例は表1の通りである。

図2の通り、内観研修所の研修室に用意された壁と屏風に囲まれた空間(法座)に、クライアント(内観者)は一人で座り、与えられたテーマ(例:小学校低学年時の母にしてもらったこと、して返したこと、迷惑を掛けたこと)を想起する。約1時間に1回面接があり、クライアント(内観者)はカウンセラー(面接者)に対して、想起した内容を語る。

内観療法は、浄土真宗の一派に伝わる「身調べ」という精神修養法を、中小企業の経営者である吉本伊信(1916-1988)が、心理療法として実践可能な形に改良したものである。吉本自

身は浄土真宗木辺派の僧侶であると同時に、大阪の船場近くの日本橋で経営者としても活躍した。吉本(1965)は自分自身の体験から、身調べを宗教的な精神修養法ではなく、心理療法として一般的な社員教育にも用いることができれば、社員個人のウェルビーイングが改善されることにより、組織力が向上すると考え、改良している。

なお、内観療法では想起することを「調べる」、クライアントを「内観者」、カウンセラーを「面接者」と表記する。ただし、本論文では、事例の記述においては原則として一般的な用語(クライアント/カウンセラー、想起・振り返りなど)を用いる。

2. 目的と方法

本論文におけるソーシャル・イノベーション(SI)とは、単に新しい事業を指すのではなく、社会課題や地域ニーズに応答する実践のなかで、当事者や組織の関わり方(関係性・協働)が変わり、社会的価値が生まれる過程を含む概念である。そのうえで、本事例において「イノベーション」と位置づけられるのは、内観療法を受けたこと自体、あるいはA氏の心理的改善そのものではない。むしろ、A氏が集中内観

表1 内観療法(集中内観)の一日のスケジュール例(筆者作成)

時間	6時	7時	8時	9時	12時	13時	18時	19時	20時	21時
行事	起床	内観	朝食	内観	昼食	内観	夕食	入浴	内観	就寝

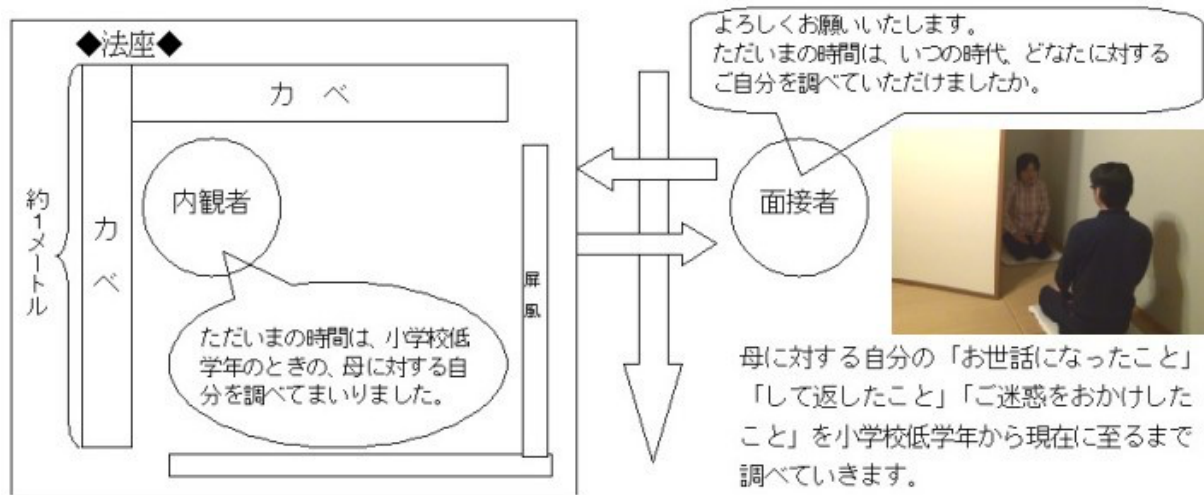


図2 内観療法の構造と面接の方法(筆者作成)

を通して、評価・成果中心の自己理解や後継者としての役割意識を相対化し、父・母・妻との関わり方を再構築していった過程にある。すなわち、**personal** な変容が、対人関係、組織内コミュニケーション、地域ニーズへの応答実践へと段階的に展開することによって、信頼・協働・包摂といった社会的価値が生まれる可能性を示した点に、本事例の SI 研究としての意義を見出すことができる。

本論文では、このうち、関係性と協働の再編に着目し、A 氏の変容が①職場内の対話・協働の様式に反映され、②利用者・地域ニーズに応答する実践へ展開する、という範囲に限定して記述する。ここで内観療法の“social”とは、技法の効果を一般化することではなく、**personal** な変容支援が関係性の再構築を媒介として組織内外の協働や実践につながり得る点(社会的価値の生成条件)を扱うことを意味する。

本論文の中心命題は、内観療法における **personal** な変容が、関係性の再構築を媒介として、組織・社会的実践へつながり得る過程を、単一事例に基づいて探索的に示すことにある。

なお、本論文は、単一事例に基づいて、結果の一般化ではなく、**personal** な変容が関係性の再構築を媒介として組織・社会的実践へつながり得るプロセスの見取り図(読解の手がかり)を提示する立場をとる。したがって、SI 人材育成への示唆は、本事例の検討から導かれる実践上の示唆として扱う。

本論文で用いる「**personal** な変容」とは、単なる個人内の心理的变化に限定されるものではなく、一人ひとりの人格的・存在的・関係的な変容を含む概念として用いる。日本語の「個人的」という表現のみでは十分に捉えきれない

ため、英語表記の **personal** を用いる。すなわち、A 氏が自己をどのように理解し、重要な他者との関係をどのように意味づけ直し、その変化が対人行動や組織・社会的実践への関わり方にどのように反映されるかを含むものとして位置づける。

また、本論文でいう「関係性」とは、単なる人間関係一般を指すのではなく、A 氏が父・母・妻・社員・地域の利用者といった他者をどのように意味づけ、その意味づけが自己理解、対人行動、組織内コミュニケーション、地域実践への関わり方にどのように反映されるかを捉えるための概念である。具体的には、①父・母・妻など重要な他者との心理的関係、②家族や社員との対人的関係、③社員との対話・協働を含む組織的關係、④利用者や地域ニーズに応答する社会的関係の各水準を含むものとして捉える。ただし、本研究ではこれらを別個の現象として切り離すのではなく、**personal** な変容が対人・組織・社会的実践へと展開する過程を読み解くためのつながりをもった概念として扱う。

分析の枠組みとして、個人の内的変容が上位レベルにつながり得る過程を捉えるために、Bell Grdina ら (2020) が提示する「individual and societal change」の4レベル(1)個人、(2)組織、(3)セクター、(4)社会を用いる。具体的には、集中内観中の語りの変化と集中内観後の行動(フォローアップ)(表3、図3参照)を各レベルに対応づけ、A 氏の変容が第1レベルから第4レベルへ広がりを見せた過程を検討する。

ただし、本研究では、4レベルのすべてを同じ程度に実証的に確認するものではない。第1レベル(個人)は、集中内観中の A 氏の語りの

変化から比較的直接的に検討する。第2レベル（組織）は、フォローアップにおけるA氏の語りや行動の変化から、社員との関わり方や組織内コミュニケーションの変化として位置づける。一方で、第3レベル（セクター）および第4レベル（社会）については、本事例から直接に実証するものではなく、地域ニーズへの応答実践や社会的価値につながり得る可能性として、研究上の示唆の範囲で位置づける。

その際、本論文では、A氏の変容を単に「個人から社会へ」と結びつけるのではなく、①評価・成果中心の自己理解の相対化、②父・母・妻との関係性の捉え直し、③社員への関わり方や組織内コミュニケーションの変化、④地域ニーズに応答する実践への展開、という段階的な過程として把握する。これにより、ミクロな心理的变化が、対人関係および組織内の関係性というメゾレベルを媒介しながら、社会的実践へつながり得る過程を検討する。

あわせて、関係性の変化を読み解くうえでの手がかりとして、宇田川（2019）の「対話のプロセス」の視点も参照する。宇田川（2019）の対話プロセスは、A氏と重要な他者、またA氏とカウンセラーとの間で生じた意味づけのずれ、観察、解釈、介入の過程を読み解くための、ミクロな読み解きの枠組みとして用いる。

すなわち、本論文では、Bell Grdina ら（2020）を個人変容が組織・社会へと広がる水準を捉える枠組みとして、宇田川（2019）を関係性の再構築が生じる対話的過程を捉える枠組みとして位置づける。これにより、第5章の考察では、理論そのものの詳述ではなく、A氏の語りとフォローアップに示された変化を、①4レベルにおける変化の広がり、②対話プロセスにおける関係性の再構築、という2つの視点から検討する。

さらに、方法論として、本研究は質的研究法の一つである事例研究法を用いて分析と考察を行う。臨床心理学において事例研究法は、個人を「全体性を有する“ひとり”」として扱い、事例記述の中に仮説と検証の過程を組み込みつつ、人間の心の普遍性に迫ろうとする方法として重視されてきた（河合 2013; 石原 2023）。したがって本論文では、A氏の心理療法的体験における変容の心理的過程を丁寧に記述し、その過程がSIと接点を持ちうる論点を探索的に検討する。

その際、本論文では、①A氏の語り、行動、フォローアップで確認された内容を「事例記述」とし、②それらの変化から筆者が読み取った心理的過程を「解釈」とし、③その解釈から導か

れるSI研究および臨床心理学への意義を「研究上の示唆」として区別して記述する。これにより、内観療法による変化を因果的に証明するのではなく、単一事例に即して、personalな変容が関係性の再構築を媒介として組織・社会的実践へつながり得る過程を検討する。

なお、倫理的配慮として匿名化を行い、公表についてA氏の同意を得た²。また、本論文では、「personalな変容」「関係性」「社会的価値」「組織・社会的実践」の各概念を、上記の定義に基づいて一貫して用いる。

3. 事例の概要

本章では、本研究の分析対象であるA氏の基本情報と生活史、ならびにA氏が置かれていた家族的・組織的文脈を、事例の概要として提示する。これは、次章で示す集中内観における語りの変化を理解し、後章においてpersonalな変容が関係性の再構築を媒介として、組織・社会的実践へつながり得る過程を検討するための手がかりとなる。

- ・内観者（クライアント）：A 40代後半 B県内の中小企業C社の社長
- ・主訴：会社運営に効果があると伺ったので受けてみたいと思ったから。
- ・家族構成：妻－40代前半主婦、長男－小学校高学年、長女－小学校低学年
- ・生育歴：Aは、B県内にて中小企業C社を営む父（70代前半）と、専業主婦だった母（60代後半）の長男として出生。兄弟はなし。B県内にある学校（小・中・高一貫校）を卒業し、大学に入学。卒業後に、父のC社に入社。20代後半に妻と結婚し、30代に2人の子どもをもうけた。30代後半から40歳前後にかけて、父に代わりC社の社長に就任する。なお、C社はB県内にて複数拠点を展開する地域密着型の店舗運営を行う生活者向けサービス事業を展開する中小企業である。

4. 事例の経過

本章では、A氏の集中内観における語りの変化を、時系列に沿って記述する。母・父・妻への内観から嘘と盗みへの展開、さらに2度目の母・父への内観に至る過程をたどることで、A氏の自己理解や関係性の捉え直しがどのように進んだのかを示す。これは、後章において、personalな変容が関係性の再構築を媒介として、

組織・社会的実践へつながり得る過程を考察するための土台となる。

集中内観では対象者を選び、その人物に対して、小学校低学年から現在まで3～5年区切りで、内観3項目（してもらったこと、して返したこと、迷惑を掛けたこと）に沿って想起する。原則的に、最初は母に対する自分を小学校低学年から想起する。Aが想起した対象は、母、父、妻、嘘と盗み、母（2回目）、父（2回目）で、面接回数は43回である（表2参照）。

初見の印象（臨床像）では、中肉中背の男性である。服装は、少し派手な外見である。

入所時、AからC社の厳しい経営状況についての訴えはなく、「内観療法を受けることで会社経営が良くなるのではないかと同業者の知人に勧められたことが、当初の来所理由として語られた。

なお、本事例では、クライアントの発言を「」、カウンセラーの発言および内的発話を〈 〉で表記する。

(1)集中内観 1、2 日目

集中内観1日目の夜、Aは小学校時代の母について思い出した。してもらったこととして、食卓には何品も料理を並べて、いつも美味しい食事を用意してくれていた。また、野菜料理を自家製で丹精込めて作ってくれていたことに、感謝している。

2日目の朝は、中学、高校時代の母との出来事を想起した。非常にテキパキとした母で、食事、洗濯、掃除を淡々とこなした後、父の自営業の経理を担当していたという。中学、高校時代も何の不足もなく、色々なことをしてもらっていて、とても感謝している。迷惑を掛けたことは、学業とクラブに専念していたので、母を手助けすることがほとんどなかった。

2日目の昼は、大学時代の母を思い出した。卒業後は、父のC社に入社することが決まっていたから、経営学の王道をきちんと学ぶように勉強した。母は毎日の食事を作ってくれたり、大学入試の時に頑張るように励ましてくれた

ので、とても感謝している。迷惑を掛けたことは、大学のサークル活動にはまってしまった時に、帰宅が遅くなって心配を掛けたことである。大学卒業後、C社に入社した際、入社式に着ていくスーツなどを新調してもらった。新しい社会生活で業績が問われる役割だったので、悩んだことを母に相談をしていたが、いつも励ましてくれた。

2日目の夜は、28歳から現在までの母について振り返った。20代後半の時に、今の妻と結婚した。母はとても喜んでくれたし、家庭を持つことで、両親に恩返しができた。新居は実家の近くに一戸建ての家を用意してくれた。なかなか、子どもができなかったので、母にはとても気苦労をさせて申し訳なかった。30代にかけて、長男が生まれた。母は初めての孫だったのでとても喜び、妻の子育てを色々サポートしてくれて、感謝している。長女の出生もすごく喜んでくれた。引退した父から、C社を引き継いだ時、プレッシャーがあったが、母から社長としての心構えを教えてくれた。また、系列会社の挨拶にも父と一緒に母も来てくれた。自分の息子が無事に社長になったので母も誇らしかったのではないかなと思う。

集中内観の1、2日目のAの語りを傾聴するなかで、カウンセラーは当時のでき事の語りに比重が置かれ、感情や葛藤の言語化が相対的に少ない印象を受けた。そのため一時的に、このままでは内観が表層的にとどまるのではないかなという懸念が生じたが、この見立て自体がカウンセラー側の固定的な捉え方となり得ることを自覚し、判断を差し控えた。その上で、Aのペースと語りの流れを尊重し、Aの存在に伴走する姿勢で傾聴を継続することが重要であると捉えた。

(2)集中内観 3 日目

集中内観3日目の朝は、幼少期から小学校時代の父を思い出した。父は母と二人で何にもないところからC社を立ち上げて、今のような県内に複数拠点を展開する中小企業に育て上

表2 Aの内観療法(集中内観)の週間スケジュール(面接総数:43回)(筆者作成)

日数	対象	時代	内容
1 日目	母	小学校低学年～高学年	内観3項目
2 日目	母	中学校～現在	内観3項目
3 日目	父	幼少期～現在	内観3項目
4 日目	妻→嘘と盗み	出会い～現在、幼少期～	内観3項目、嘘と盗み
5 日目	嘘と盗み→2度目の母	～現在、幼少期～	内観3項目、嘘と盗み
6 日目	2度目の母→2度目の父	～現在、幼少期～	内観3項目
7 日目	終結		

げた人物であり、心の底から尊敬している。小学校時代、父は会社経営に没頭していたので、ほとんど会っていないが、夕食時に、きちんと勉強しているかと声掛けをしてくれていた。自分もきちんと勉強をしていたので、この時期は父に迷惑を掛けたことはない。

3日目の昼は、中学、高校、大学時代の父を振り返った。父は会社の経営に忙しかったが、それだけ働いてくれたおかげで、自分は何不自由なく、学校に行けていたので、父には感謝している。迷惑を掛けたことは、C社の職場体験会に参加するように言われた時に、友人との約束があったので、学校の行事があるので行けないと嘘を言って、申し訳なかった。

3日目の夜は、C社の入社時から、結婚、出産、現在までの父を思い出した。C社に入ってから、父の指導は厳しかったが、そのおかげで今、社長として無事に経営できるようになったのでとても感謝している。父が育ててきた会社を長男である自分が引き継ぐことで返せたものがあるかもしれない。経営が厳しい時期には父にも苦勞を掛けた。

集中内観3日目のAは父を想起したが、カウンセラーは〈父への尊敬が繰り返し語られる一方、母についての語りと比べて、父との具体的な出来事や、それに伴う思いがあまり語られないのはなぜか〉と疑問を持つようになった。一方で、〈父との関係で何らかの課題を抱えており、それが内観療法を受ける目的ではないか〉と見立てている。

(3)集中内観4日目—嘘と盗みを契機とした否定的感情の言語化

集中内観4日目の朝は、妻に対する自分を、結婚から出産、現在まで振り返った。専務の時代に、仕事で遅くなった時には、とても心配を掛けてしまった。子どもがなかなかできなかったもので、相当悩ませてしまった。長男、長女と産んでくれて、家を残すことができて本当にありがたかった。今も、社長の自分を助けてくれているし、自分が今、内観をしていられるのは、妻が家で子ども達と家をしっかりと守ってくれているからで、とても感謝している。これまでは淡々と感謝を伝えていたが、Aが初めて涙を流しながら、妻に対する感謝を述べていた。

カウンセラーとして、それまでとは異なる感情を伴う語りが表出し、Aが自身の感情に触れ始めたことと見立てた。この時点で、Aの語りは、これまでのような整った感謝や役割意識を中心とするものから、消化されていない感情や葛藤を含むものへと変化し始めていたと考えら

れる。そこで、嘘と盗みは、Aがこれまで十分に言語化してこなかった怒り、喪失感、罪責感、家業への葛藤、経営不振への不安などに触れる契機となり得るものとして考えられた。

母・父・妻への内観が一巡した段階で、Aがこれまで十分に言語化してこなかった感情に触れる契機になると考え、嘘と盗みのテーマを提案した。嘘と盗みは、内観3項目から離れて、その時代の周囲の人全てに対して、自分がついた嘘（言わずにいたことも含む）と盗み（物、人、金、時間など）を具体的に想起する方法である。Aは「やってみたい」と快諾し、小学校入学以前の幼稚園の年少時代から2年ずつ嘘と盗みを思い出すことになった。

幼稚園、小学校時代の嘘と盗みについて、地域でも、学校でも色々と理不尽なことがあって、小学校高学年のある時、同級生の物を何度も盗んでしまったことがあった。今から思うと、どうしてそんなことをしてしまったのか分からない。その時は何だかイライラすることがよくあり、落ち着かなかった。地域も、学校も嫌だった。Aから初めて、負の感情を伴う生々しい語りが発せられた。ここでは、Aの語りにおいて、周囲への感謝や自己の役割を確認するだけでは収まりきらない怒りや違和感が言語化され始めている。これは、A氏が「支えられてきた自己」を想起する過程に加えて、これまで抑え込まれていた否定的感情や葛藤に接近し始めた場面として位置づけられる。

4日目の夜は、中学、高校時代の嘘と盗みについて思い出した。面接に行くとAはいきなり号泣していた。高校時代に、父に隠れてある女性と付き合っていた。彼女と将来は結婚したかった。高校を卒業する前に、父に彼女との交際がばれてしまった。父に呼び出されて、彼女との交際はできないことを伝えられて、すごくショックだった。どうして、駄目なのかと思った。でも、自分はその思いを正直に父に伝えずに、彼女と別れてしまった。自分にもそうだけど、父にも、彼女にも嘘をついてしまった。今まで全然後悔していないと思っていたが、それは嘘だった。妻の内観をしている時、すごく申し訳ない気持ちで一杯になった。自分は彼女のことが忘れられていなかった。

この語りでは、父への怒りや抵抗、失われた愛情への喪失感、妻への罪責感が重なり合う形で表出している。したがって、嘘と盗みは、A氏にとって単に過去の不正行為を振り返るテーマではなく、父との関係、家業の継承、結婚生活、自己の選択をめぐる葛藤を言語化する転換点となったと考えられる。

(4)集中内観 5 日目

集中内観 5 日目の朝は、大学時代の嘘と盗みを想起した。当初は高校卒業後に、C 社に入社予定だったが、大学で専門性を高めたいと伝えて進学した。ただ、それは嘘だった。父に逆らって、大学に入りたかったし、そこでは女性と交際していた。大学時代はほとんど勉強もせず、彼女と過ごしていた。

C 社に入社した時、自分は後継者なので、その時から管理職だった。ほとんど仕事は分からなかったが、部下の言うことも聞かずに、失敗したことも部下のせいにするのがあった。正直言うと、父の会社には入社しなくなかった。大学で学んだ専門性を C 社では発揮できなかった。しかし、他の道を進むことは自分には許されないの、そのことを父にも話さず、ふて腐れて好き勝手にやっていた。

5 日目の昼は、結婚してから現在までの嘘と盗みを思い出した。妻とは結婚したが、ほとんど愛情はなかった。それでも彼女はこんな自分に付き添ってくれた。とても申し訳ないことをした。30 代後半から 40 代にかけて社長になったが、その前の専務の頃から、会社の経営が厳しくなってきた。同業の大手企業が大々的に進出し、太刀打ちできなかった。自分が社長になった時に多くの拠点が人手に渡ってしまった。父は会長として、黙って見守ってくれているが、自分の経営手腕で、このような事態になったのではないと思った。実は今回、内観に来ることになったのは、わが社の経営状況がかなり厳しい状況であり、このままだったら経営できなくなるかもしれない。親から譲り受けた家業をなくしてしまうことは不名誉であり、それだけは避けないといけなかった。

すごく悩み、落ち込んでいる時に、妻が「会社経営のための方法として、内観があるらしいよ」と言ってくれた。社長である自分がとても 1 週間、時間を取ることはできなかったが、専務に掛け合ってくれて、内観に来ることができた。今、内観しても、玄関の前で、幼い長男、長女と一緒に手を振って自分を送り出す妻の姿が忘れられない。本当にありがたい。自分にはもったいない妻だと思う。嘘と盗みを現在まで振り返ることができた。不思議だけど晴れ晴れとした気持ちになった。

5 日目の夜には、嘘と盗みが終わったので、2 回目の母に対する自分を思い出した。幼少時代、それほど家が裕福ではなかったの、母はよく自分の手を引いて、近くの市場を駆け回って、安くて、栄養のある食材を探してくれた。

冬の寒い日に、たまに美味しい鍋をご馳走してくれる店があって、そこに母と二人でよく食べに行ったのを覚えている。市場の人はとても親切で、よく頭を撫でてくれた。迷惑を掛けたことは、学校ではそれぞれのグループがあって、よく喧嘩をしていた。理不尽に感じてよく問題を起こしていた。相手に怪我をさせたこともあったけど、それについて母は何も咎めなかった。きっと学校から呼び出されたりしていたのではないと思う。本当に申し訳なかった。

(5)集中内観 6、7 日目

6 日目の朝は、大学時代の母について思い出した。父は大学進学に反対していたけれど、母が賛成してくれたので入ることができた。遊んでばかりだったので、とても心配を掛けた。しかし、それまで味わえなかった自由な時間を与えてくれた。

6 日目の昼には、入社してから現在までの母について思い出した。自分が C 社に入りたくないことや、父を尊敬してなかったし、父のようになりたくないと思っていたことも知っていたと思う。それでもずっと母は見守ってくれていた。母の存在がとても感じられ、とても嬉しい時間だった。母の子どもとして生まれてきた幸せを実感できた。

6 日目の夜は、集中内観の完走も近いということで、A から「最後に父を思い出したい」と申し出があったので、小学校から高校時代までの父を想起した。高校時代、父の思いを誤解していたことに気づいた。付き合っていた彼女と結婚したいと話した時、父は断固として「それはできない」と言った。でも、父の内心は、息子が惚れた女性だから、どんな理由があっても結婚させたいと思っていたのではない。父自身も悩み、苦しい人生を過ごしていた。息子のためにできることはないと思うとすごく自分を責めていた。今まで、自分は父を責めていたけど、それは決して父のせいではないと思った。何だかすごく救われたような、身体が本当に軽くなった瞬間だった。父に会ったら、心から謝りたい。そして、感謝したい。そんな気持ちになった。

最終日の集中内観 7 日目の朝、最後の面接が終了した後、A から「内観に来て、本当に良かった。妻に感謝しているし、両親に感謝している。今後は家族と、会社にも向き合いたい」と語り、内観研修所を後にした。

(6)集中内観後について

半年ぐらい経ってから、A から C 社で希望

する社員に内観を受けさせたいと連絡があり、専務と支店長が内観研修所に来るようになった。社員も短期的な内観に来るようになってきた。A 自身も半年後に再び内観研修所を訪れ、以前よりも重役や社員とのコミュニケーションが盛んになり、色々なアイデアが生まれるようになったと報告があった。

その後、A から現在経営している C 社（地域密着型の店舗運営を行う生活者向けサービス）を経営しながら、D 社（ライフイベント関連サービス）を立ち上げてみたいとの申し出があった。同事業は以前から興味があった分野で、今回の内観の体験が大きなきっかけとなり、重役や社員からも賛同を得たので、是非挑戦してみたい。重役や社員も協力してくれるので、頑張ってみようと思ったことだった。

それから半年の間に、A は B 県 E 地区内に D 社の複数拠点を開業し、新しい分野での経営を開始した。新規参入だったが、時代や地域にもニーズがあり、料金が割安で、社員のサービスが親切で好評だったので、今後は少しずつ展開していきたいとのことであった。

その後、C 社の規模は縮小する一方で、新たに始めた D 社は B 県 E 地区のニーズに応える形で、着実に事業を展開していた。特に、従来型の同種事業では町内会や地域施設に対するサービス提供前の営業活動が必須とされたことに対して、D 社では個々の顧客のニーズを把握し、サービス提供後に利用者が集い、楽しめる機会を設けるなどアフターサービスを充実

させた。このような事後のサービスが好評で、利用者からの口コミなどで事業が着実に展開しているとのことであった。

なお、以上の経過を、日単位で整理し、後節の考察に用いる表として表 3 に整理した。

5. 考察

本章では、第 3 章および第 4 章で示した A 氏の生活史的背景、集中内観における語りの変化、ならびにフォローアップにおける行動の変化を踏まえ、A 氏の **personal** な変容が、関係性の再構築を媒介として、対人関係、組織内コミュニケーション、地域ニーズへの応答実践へどのようなにつながり得たのかを考察する。なお、本研究は臨床心理学的事例研究であるため、考察においても、A 氏の語りとカウンセラーの見立ての変化に即して、変容過程を丁寧に検討する。

本論文で扱う **personal** な変容が、組織・社会レベルの変化へどのようなにつながり得るかを明確にするために、ここで中間プロセスを簡潔にまとめる。集中内観を通して A 氏の自己理解が評価・成果中心から支えられてきた関係性へ移行し、弱さを含めて自分を受け止め直すことは、他者との関わり方（受容・傾聴・協働）を変える契機となる。こうした関わり方の変化は、職場で安心して語れる対話の場を形成し、経験や失敗も含めて共有し合う相互作用を促しやすい（Edmondson 1999, 2019）。その結果、

表 3 A の集中内観の経過要約(1 日目～集中内観後) (筆者作成)

日数	対象・テーマ	A の主な語り	カウンセラーの見立て
1 日目	母 (小学校)	母の手料理や生活面の支えを回想し感謝が中心。語りは具体的だが感情の動きは小さい。	感情や葛藤がまだ十分に言語化されていないことを意識しつつ、A の存在と語りを尊重して傾聴を継続。
2 日目	母 (中学～現在)	受験期の励まし、入社、結婚・出産などでの支援を回想。感謝に加え迷惑や心配も語られる。	感謝が前面で感情が立ち上がりにくい点を意識しつつ、語りの継続を支える。
3 日目	父 (幼少～現在)	父を尊敬し、忙しさや厳しさへの理解が語られる一方、具体性は乏しい。	尊敬が強調される一方で葛藤の言語化は限定的であり、父との関係に未解決の主題がある可能性を見立てる。
4 日目	妻→嘘と盗み	妻への感謝が深まり涙が出る。続いて嘘と盗みで盗みや嫌悪・葛藤が表出し、夜は号泣（父に言えなかった罪責、妻への申し訳なさ）。	感情表出が始まった転機。母・父・妻が一巡した段階で嘘と盗みのテーマを提案し、葛藤の中核の言語化を支える。
5 日目	嘘と盗み →2 度目の母	反抗・自己評価・入社後の振る舞いが語られ、経営不振が真の動機として明確化。妻への罪責と感謝、終えた後の晴れ晴れ感。夜は母の具体記憶と罪責へ。	背後の反抗／無力感が言語化され、動機の転換と感情処理が進む。経営課題と個人の罪責・感謝が結びつき始める点を要所として捉える。
6 日目	2 度目の母 →2 度目の父	母の見守りへの感謝が再構成され幸福感へ。父は再解釈され、責めから理解へ転じ身体が軽くなる。謝罪と感謝が生じる。	安心感・肯定感の回復が前景化。父像の転換により関係性の再構築と心理的解放感が得られる決定的局面。
7 日目	終結	「内観に来て良かった。妻・両親に感謝。今後は家族と会社に向き合いたい」と語り退所。	感謝と主体的意志が言語化され、日常(生活・仕事)への再参入として終結。
集中内観後	フォローアップ	半年後、社員への内観導入意向、社内コミュニケーションが増。新たな事業を立ち上げ半年で複数拠点開業、好評。	個人の変容が組織内コミュニケーションや事業実践へつながり得る「展開」局面として捉えられる。

組織内のコミュニケーションや協働のあり方が変化し、組織が外部（利用者・地域）のニーズに応答する実践へ展開する条件となり得る。

ただし、本研究は単一事例研究であり、内観療法が組織変革や社会的成果を直接にもたらしたことを実証するものではない。本章では、Bell Grdina ら（2020）の4レベルおよび宇田川（2019）の対話プロセスを、事例を説明する理論としてではなく、A氏の変容過程を読み解くための検討の枠組みとして用いる。

この観点から本事例で焦点化するイノベーションの要素は、次の3点である。

- ①自己理解の変化が、社員への関わり方（受容・傾聴・協働）という具体的実践に現れた点。
- ②その実践が組織内の対話と協働を含むコミュニケーションの変化として現れ、意思決定や働き方の様式（組織文化）の変化にもつながり得る点。
- ③その変化が地域ニーズに応答する事業展開へと広がり、組織外の他者に向けた社会的価値の生成にもつながり得る点。

以下では、これらを Bell Grdina ら（2020）の4レベル（個人・組織・セクター・社会）に沿って整理し、考察する。なお、本事例において直接的に検討できるのは、集中内観中の語りに現れた第1レベル（個人）の変化と、フォローアップにおいて語られた第2レベル（組織）の変化である。第3レベル（セクター）および第4レベル（社会）については、地域ニーズへの応答実践に関する研究上の示唆として扱う。

(1)個人のウェルビーイングを改善する心理的過程の観点から

まず、個人のウェルビーイングの変容が組織・社会的実践へ展開する過程を、Bell Grdina ら（2020）の4レベルに沿って検討する。

Bell Grdina ら（2020）は、個人のウェルビーイングと組織や社会の変化の関連性について、個人、組織、セクター、社会の4つのレベルから検証できると指摘する。本事例を、Bell Grdina ら（2020）の4レベルから検討する。

まずは、個人レベルである。Aは中小企業の社長であり、仕事中心の生活を送っていたため、いつも仕事のことが気になって仕方がない状態であった。Bell Grdina ら（2020）は、それは「頭も心もここにあらざる状態」(p.46)であるため、仕事のスイッチを切ることにより、自分と仕事を同一視する感覚を減らすことが大切と述べる。Aが内観療法という心理療法を受け

ることは、外部からの刺激を遮断する内観研修所で1週間のまとまった期間を過ごすことになる。前節で述べたように、集中内観では外部からの刺激を最小限にし、一定の枠組みに沿って想起と意味づけを行う環境が用意される。Aにとって、このような場所と時間が確保されたことは、仕事のスイッチを切り、仕事と同一化していた自己感覚をいったん切り離す条件となったと考えられる。

Aは集中内観1～3日目には、母、父、妻を順番に、小学校低学年の頃から現在までを内観3項目に沿って想起している。Bell Grdina ら（2020）は、自分の内面に目を向けて、現在のそのような状態を引き起こす根本的な問題に取り組むことにより、「自分の全体性に近づくアイデンティティを取り戻す」(p.46)が必要と述べる。本事例でも、母・父・妻を対象に、幼少期から現在までの関係性を内観3項目に沿って再構成する過程を通して、Aの語りは評価・成果中心の自己理解から、支えられてきた関係性へと焦点化していった（表3参照）。この語りの変化は、Bell Grdina ら（2020）のいう「自分の全体性に近づくアイデンティティ」(p.46)の回復という観点に位置づけて読み取ることができる。なお、ここでの記述と解釈は、本事例（A氏）の語りの変化に焦点化したものである。

また、Aは嘘と盗みを思い出すことにより、社長として自分に課した厳しい評価基準があることに気づいている。特に、4日目以降の嘘と盗みは、A氏の変容過程における重要な転換点であった。それ以前の語りは、母・父・妻への感謝や、後継者・夫・父としての役割意識を中心としていたが、嘘と盗みに取り組むことで、父への怒り、愛情の断念、家業継承への抵抗、妻への罪責感、経営不振への不安といった、これまで十分に言語化されてこなかった否定的感情や葛藤が語られ始めた。

Bell Grdina ら（2020）は、「ヒーローのようなアイデンティティを守らなければならないという自身の欲求を実際に緩和」(p.46)することで失敗への恐れから解放されると述べる。Aは「父から受け継いだ事業を守らなければならない」という強い義務感に気づき、それを相対化していく過程で、失敗への恐れから距離を取り、物事を広く見渡せるマインドへ移行したと考えられる。

次に、組織レベルである。Aは内観療法を受けることで、自分を知ること（アウェアネス）と、本当の自分の感情を知ること（感情的知性）が促されたと考えられる。

Bell Grdina ら (2020) は、「共感、コンパッション、感謝などの力が高まることで、有意義なかたちで相互のつながりを強め、他者との関係を育めるようになった」(p.47) と述べる。本事例では、A は集中内観を通して今・ここへの注意が回復し、過去や将来へのとらわれから距離を取ることで、社員の声に耳を傾けやすくなった。その結果、同僚・社員との相互作用がポジティブな方向に変化し、以前より深いつながりが形成されたと考えられる (表 3 参照)。

この変化の背景には、A が内観療法を受けることで、経営者としての弱さと捉えていた出来事を意味づけ直すという重要な心理的過程があった。A は自分の弱さを認めることでそれを隠さないようになり、同様に弱さをもつ他者を大切にす姿勢を持つようになったと考えられる。

Bell Grdina ら (2020) は、自分が主張できない場面でも、安心して共有できるようになることで、周りとのつながりも強まり、『これを解決できるのは自分しかない』ではなく『関係の構築が問題解決の第一歩である』というマインドセットを持てるようになった (p.47) と指摘する。

ここでいう「安心して共有できる」ことには、対人場面での経験学習としての側面も含まれる³。本事例では、A が内観療法の面接場面で、できないことや弱さと感じていた体験を語り、カウンセラーとの対話の中でその意味づけを再構成していったことが重要である。A は弱さを隠す対象としてではなく、関係性の中で扱い直しう体験として捉えるようになり、その後の社員との関わり方(受容・傾聴・協働の姿勢)にも反映されたと考えられる⁴。

さらに、集中内観後、A は自身の体験を社内で共有したうえで、C 社の希望者(重役・社員)に内観療法を紹介している。参加は各自の選択に委ねられ、結果として一部の重役と社員が内観研修所で集中内観を受けるに至った。本論文でこの点を取り上げるのは、A の個人レベルの変容が、社内に内省と対話の機会を開く実践として具体化し、組織レベル(第 2 レベル)における関係性の変化(相互理解・協働の促進)へとつながり得る契機となった点を示すためである。

ここで重要なのは、成果や評価 (doing) だけでは捉えきれない側面が、関係性の再構築を通して顕在化し、それが職場における相互作用のあり方にも反映された点である⁵。この点は、自分が仕事以外でも大切にされていることを実感することで「ポジティブで、支え合い、効率

を高めるような働き方が生まれ、それが個人と組織のミッションの両方をサポート」(p.47) するという Bell Grdina ら (2020) の指摘とも重なる。

第 3 に、セクターレベルである。ここでいうセクターとは、行政・企業・NGO/NPO など、市民社会を構成する諸セクターを横断し、アクター間の情報共有や協働が生じる水準を指す。したがって、フォローアップで A から報告された組織内の働き方や考え方の変化は、組織レベル(第 2 レベル)の変化として位置づけられる。その上で本事例では、A が内観療法を通して得た気づきを手がかりに、自社内にとどまらず、地域(利用者)のニーズに応える形で事業を展開していく点に、セクターレベルへと広がり得る萌芽を見いだすことができる。Bell Grdina ら (2020) も、新たな学びと体験を自分だけではなく、「他の人たちや他の組織、ソーシャルセクター全体、さらにはその外側にまで共有することの重要性」(p.48) を指摘する。A は自分と社員が価値観を共有する中で、「自分達の組織だけではない形でどのように共有するか」という観点を持てるようになった。

ただし、この点は本事例からセクター全体の変化を実証するものではない。むしろ、A 氏の個人レベルの変容と組織内の関係性の変化が、地域ニーズに応答する実践へつながり得る可能性については、研究上の示唆として扱うにとどめる。

ここで A に生じている変化は、事業戦略上の判断の変化そのものというよりも、内観療法のプロセスを通して関係性が回復し、他者理解の枠組みが組み替わっていく心理的過程として捉えられる。内観 3 項目である「してもらったこと、返したこと、迷惑をかけたこと」を想起・再構成することは、自己-他者関係の再定位(関係性の回復)を促し(河合 2004)、自分を支えてきた関係性に焦点化させる(森下 2017; 森下・橋本 2018)。

この再定位は、他者を手段として扱う視点を弱め、感謝・共感・コンパッションといった対人的志向を高めることで(Bell Grdina ら 2020)、組織内に閉じた協働から、組織外の他者・他組織との協働可能性を構想する方向へとつながり得る。

A は経営者として家族や社員に自分が何を与えるかを重視していたが、周りの人に対する「してもらったこと」を調べることで、自分が沢山のことを周りから与えてもらい、それが自分の支えになり、活力になっていたことに気づいている。母や父、妻などとの縁に生かされて

いることを認識することで、管理職や社員への関わり方が変化している。この変化は、新しい事業に挑戦し、B 県 E 地区のニーズに応える地域密着型の経営スタイルへつながっていった可能性がある。

Bell Grdina ら (2020) は、コラボレーションの重要性について、「自分たちが単独でやるよりもいかに活動を前進させられる」(p.48) と見出したと述べる。他者から与えられてきたものの大きさに気づくことで、A は Bell Grdina ら (2020) の言う「ソーシャルセクターにおいてこれまでとは違う働き方ができるのではないか」(p.48) と捉えるようになり、新たな事業に乗り出したと考えられる。

内観療法の方法論的特徴と、そこで生じうる典型的反応については前節で述べた (森下・橋本 2018)。本事例では、母・父・妻を対象にした想起と意味づけを通して、A 氏の語りが自分を支えてきた関係性に焦点化していく変化が考察された。

そこで次に、この語りの変化を手がかりとして、個人の変容が組織・社会につながり得る心理的過程を図 3 に整理する。

最後に、社会レベルである。A は社員と共に新たな事業に取り組み、B 県 E 地区のニーズに向き合っている。Bell Grdina ら (2020) は、立場の違いを越えたコラボレーションに取り組むようになるとし、「全体の成果を生み出すよ

うな架け橋として、関係性を修復したり構築したりする姿」(p.49) が見られたと述べる。

吉本 (1965) は、自分だけではなく世界中の人に内観を伝えたいと願い、自らの会社の社員教育に内観を導入し、組織でのウェルビーイングを改善させた。さらには、少年刑務所での普及活動に取り組み、セクター、社会レベルでの実践を行っている。このように、個人レベルの変容支援 (内観療法) を組織内の実践や社会的領域へと展開した先行の実践例として、本事例は位置づけられる。A 氏についても、集中内観後の行動 (フォローアップ) を踏まえると、個人レベルの変容が組織・地域 (社会) へとつながるプロセスが示唆されており、SI 的实践へ向けた主体的変化が見出される (図 3 参照)。

(2)「関係性」を回復する心理的過程の観点から

次に、臨床心理学の観点から、関係性を回復する心理的過程として本事例を考察する。ここで本論文では、一般語としての「関係」と区別するため、「関係性」を対人相互作用そのものに加えて、相手の捉え方・関わり方・協働への志向 (関係の結び直し方) を含む概念として用いる。すなわち、本論文における「関係性」とは、A 氏が父・母・妻・社員・地域の利用者といった他者をどのように意味づけ、その意味づけが自己理解、対人行動、組織内コミュニケーション、地域実践への関わり方にどのように反

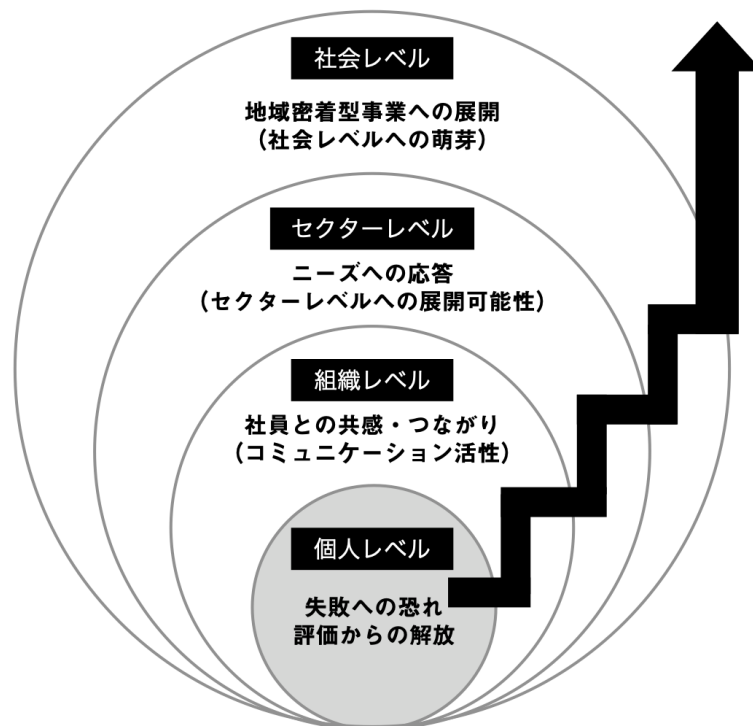


図3 Bell Grdina ら(2020)による4レベルに沿ったA氏の変化 (筆者作成)

映されるかを示す概念である。

河合（2004）は、「人間の関係の在り方によって、人間の考えることや感じることも変わってくる」（p.223）とし、心理療法ではカウンセラーとの人間関係に支えられ、クライアントは心を開き、関係性を回復する過程があると示唆する。鈴木（2018）は、体系化された専門分野の知識や原理を学び、それを現場の問題に合理的に適用し、反復して熟練する従来の専門家のイメージに対して、臨床心理学ではクライアントとの個別な関係性がクローズアップされ、その構築が専門性として重視されると指摘する。

以上のように、臨床心理学における personal な変容支援では、クライアントとカウンセラーとの治療関係（援助関係）を丁寧に築くことを基盤として、クライアントが重要な他者（家族・職場の他者など）との関係性を回復していく過程を支えることが目標とされる。さらには、その関係性の構築そのものが、一つの専門性として重視される。

このように、個人のウェルビーイングの改善が組織と社会のウェルビーイングの向上につながるためには対象者（クライアント）との関係性の構築という心理的過程が重要ではないかと考えられる。

宇田川（2019）は、新しい関係性を構築するためには、自分と相手の解釈の枠組み（自己物語）の溝を理解することが重要であり、準備・観察・解釈・介入の4つの対話のプロセスがあると述べる。本事例を、宇田川（2019）による4つの対話のプロセスから考察する。

まず、相手と自分の解釈の枠組みに溝があることに気づく準備（溝に気づく）である。集中内観の1、2日目に母を想起した後のAの語りは、感謝を中心とする淀みのない整った内容であったり、葛藤や否定的感情の言語化は限定的であるように見受けられた。カウンセラーとしては、〈Aの感情表出が限定的であり、このままでは内観が表層的にとどまるのではないか〉という解釈の枠組みが働いており、Aとカウンセラーの解釈の枠組みの間には溝があると捉えている。

宇田川（2019）によれば、準備では相手を問題のある存在ではなく、別の解釈の枠組みの中で意味のある存在として認めることが必要とされる。河合（1970）は、カウンセラーは相手の言うことを無条件に聞くことが大切な一方で、そのように聞けない場合があることも尊重すべきと指摘する。このように、Aの語りを問題とするのではなく、Aとカウンセラーの解釈の枠組みに溝があることの認識がまずは必要

である。そのためにカウンセラーはAの存在を認め、自分の解釈の枠組みを一旦横に置き、Aの語りを黙って傾聴する過程が重要である。

次に、相手の言動や状況を見聞きし溝の位置や相手の解釈の枠組みを探る観察（溝の向こうを眺める）である。内観3日目では、Aは父を振り返るようになるが、母と比べるとその内容が父という存在をひたすら尊敬する語りになり、具体的な内容になっていない。カウンセラーとしては傾聴しながらも、〈父への尊敬が繰り返し語られる一方で、葛藤の言語化はまだ十分ではないのではないかと〉とAとカウンセラーの解釈の枠組みの溝の位置を確認する一方で、〈Aがそのような語りになるのは、何らかの課題があるのではないかと〉とAの語りの背景に思いを巡らせている。

宇田川（2019）によれば、観察の段階では、関わる相手の背後にある課題が何かをよく知ることが必要とされる。河合（1970）は、相手と同じことを感じるだけではなく、カウンセラー自身の経験を通じて相手との共通点を持つことで、多くのことが共感できるようになると述べる。カウンセラーはAの語りを観察し、共感することで、〈Aは父との関係性の中で何らかの課題を抱えているのではないかと。それがAを内観に來させた一つの目的かもしれない〉と洞察できたと考えられる。

第三に、溝を飛び越えて橋が架けられそうな場所や架け方を探る解釈（海を渡り橋を設計する）である。宇田川（2019）によれば、解釈では、相手にとって意味のある取り組みは何かを考えることが重要であると述べる。河合（1970）は、カウンセリングはある意味、恐ろしいものであり、そこに相手と一緒に取り組む覚悟と責任をカウンセラーが持たない限り、相手は良くならないと指摘する。

4日目に、カウンセラーはAに嘘と盗みのテーマを調べることを提案している。嘘と盗みのテーマは、内観療法では重要である一方で、扱い方によってはクライアントの深い感情に触れうるため、カウンセラーには、河合（1970）が指摘するような覚悟と責任が求められる。本事例では、カウンセラーは〈感情表出が限定的であり、葛藤の言語化がまだ十分ではない可能性がある〉と見立て、嘘と盗みのテーマをAに提示した。

その結果、嘘と盗みのテーマからAの語りが大幅に変化するようになり、それまでの整った感謝と反省を中心とする語りから、A自身の内面に抱く怒りや葛藤が語られるようになった。さらに、5日目にA自身から内観に來た本

当の理由と目的が語られている。嘘と盗みについて、号泣しながら当時感じた生々しい思いを語るにより、A の表情は晴れ晴れとし、A にとって内観をする意味が初めて見出されたと考えられる。この過程は、A 氏が評価・成果中心の自己理解から距離を取り、否定的感情や葛藤を含めて自己を捉え直し始めた場面であったと考えられる。

最後に、実際に行動することで、橋（新しい関係性）を築く介入（溝に橋を架ける）である。嘘と盗みのテーマの後、A は2回目の母と父を想起したが、1回目よりも具体的な内容となり、内容は具体的で、自分が掛けた迷惑も克明に語られ、深い感謝の気持ちが伝わってきた。

宇田川（2019）は、介入において、相手の見えない問題に取り組み、痒いところに手が届く存在になると述べる。父に対する2度目の内観では、嘘と盗みを通じて否定的感情を安全に表出できたことで、A がこだわっていた解釈の枠組み（自己物語）から離れやすくなり、他者である父の思いをA なりに捉え直すようになっていく。A にとって極めて大きな気づきとなり、ここから父に対する本当の感謝が深まるとともに、父との関係性を再構築したと考えられる。

森下（2017）は、焦点を当てなかった過去の出来事を調べることで、内観者自身がこれまでの自己物語の矛盾や問題点に気づき、最終的には新たな自己物語を作り出して、違った人生を歩むようになると指摘する。

A は集中内観で得られた父との新しい関係性を基盤に、集中内観以後は重役と社員との間でも関係性を再構築した結果、新たな自己物語を形成し、D 社の事業に挑戦するようになったと考えられる。その後、A はB 県E 地区や利用者のニーズに応える形で、D 社を運営している。

本事例では、宇田川（2019）の言う対話の4ステップを手がかりに、A の内観療法（集中内観）で得られた語りと変化（成果）を整理した（表4）。内観療法を受ける前、A は成果、評価や家業の維持を重視する傾向があった。しかし、

内観療法を受けた後は、父や母、妻などとの縁に生かされているという気づきにより、組織における重役や社員との新しい関係性を構築したことが契機となり、新たな事業への挑戦や社員との連帯、さらには地域に根づいた経営姿勢へとつながっていったと推察される。

本事例では、内観療法を通した personal な変容が、父・母・妻との関係性の再解釈を経て、社員への関わり方や組織内コミュニケーションの変化へつながる過程が示された。さらに、その変化は地域ニーズに応答する実践へと展開する可能性を含むものであり、関係性の再構築を媒介として、個人変容が組織・社会的実践へつながり得る過程として位置づけられる。

6. 結語

以上の事例記述と考察を踏まえ、本章では、本研究の結論、SI 研究への学術的貢献、臨床心理学的実践への示唆、ならびに本研究の限界と今後の課題をまとめる。

(1)本研究の結論

本事例では、A 氏が父・母・妻との関係性を捉え直すことを通して、評価・成果中心の自己理解から距離を取り、その変化が社員への関わり方や組織内コミュニケーションの変化として現れ、さらに地域ニーズに応答する実践へと展開した。以上から、本研究は、関係性の再構築を媒介として、個人変容が組織・社会的実践へつながり得る過程を示した。

(2)SI 研究への学術的貢献

本研究の学術的貢献は、SI 研究が主として制度・事業・協働の形成に焦点を置いてきたのに対し、その前提となる personal な変容が関係性の再構築を媒介として、組織・社会的実践へつながっていく心理的過程を検討した点にある。とりわけ、臨床心理学における単一事例の記述を通して、ミクロな心理的变化と、メゾレベルの対人関係・組織内コミュニケーション、

表4 宇田川(2019)による対話の4ステップとAの集中内観における語り変化との対応(筆者作成)

対話のプロセス	内観者 A の状況	カウンセラーの役割
準備	母への感謝が中心で、葛藤の言語化が限定的な語り	自分の解釈枠（自己物語）をいったん脇に置き、A の存在と語りを傾聴
観察	父への尊敬が中心で、具体的な出来事や葛藤の言語化が限定的な語り	そのような語りになる課題を洞察し、父との関係性に注目
解釈	嘘と盗みにより当時の自分の感情と思いに気づく	A の感情や葛藤に触れる契機とみて、嘘と盗みを提案
介入	再度母・父を想起し周りとの新たな関係性を再構築	変化した A の語りを傾聴 退所後の A と C 社に協力

さらにマクロレベルの地域ニーズへの応答実践へとつながり得る可能性を示した点に、本研究の独自性がある。

(3)臨床心理学的実践への示唆

本研究は、臨床心理学における personal な変容支援が、個人の症状軽減や心理的安定にとどまらず、他者との関係性の捉え直し、対話や協働の再編、さらには社会的実践への関わり方の変化へと開かれ得ることを示唆している。したがって、内観療法を含む臨床心理学的実践は、SI 人材育成や地域実践において、個人の変容と社会的実践をつなぐ一つの視座を提供し得ると考えられる。

(4)本研究の限界と今後の課題

もともと、本研究は単一事例研究であり、内観療法が組織変革や社会的成果を直接にもたらしたことを実証するものではない。また、本事例で確認された変化が、他の事例や組織にどの程度適用可能であるかについても、今後の検討が必要である。

今後は、複数事例の比較検討、組織内相互作用や地域実践を含めた長期的な追跡、personal な変容が社会的価値へとつながる過程のより緻密な分析が求められる。さらに、内観療法に限らず、臨床心理学における変容支援の知見と、SI 研究における協働・対話・関係性の議論と照らし合わせる理論的検討を進めることが課題である。

謝辞

本論文は、日本ソーシャル・イノベーション学会第 6 回年次大会で口頭発表した研究内容を、指定討論、会場討議および査読で得られた意見を参考に大幅に加筆修正した。貴重なご意見をいただいた皆様に感謝申し上げます。

引用文献

(日本語文献)

- 石原宏 (2023) 「第 9 章 事例研究法(1) 単一事例の事例研究」石原宏・川部哲也 (2023) 『新訂臨床心理学研究法特論』放送大学教育振興会、156-171。
- 伊藤亜紗 (2015) 『目の見えない人は世界をどう見えているのか』光文社新書。
- 宇田川元一 (2019) 『他者と働くー「わかりあえなさ」から始める組織論』NewsPicks パブリッシング。
- 岡田美智男 (2012) 『弱いロボット』医学書院。
- 河合隼雄 (1970) 『カウンセリングの実際問題』誠信書房。
- 河合隼雄 (2004) 「関係性の回復ーネット社会こそ相当な努力をー」河合隼雄・南伸坊『心理療法個人授業』新潮文庫、222-224。
- 河合隼雄 (2013) 「事例研究の意義と問題点ー臨床心理学の立場から」河合俊雄 (編) 『新版 心理療法論考』創元社。
- 小池洋次 (2015) 『ソーシャル・イノベーション』関西学院大学出版会。
- 新川達郎 (2020) 「ソーシャル・イノベーション研究の新たなパラダイムに向けて」『ソーシャル・イノベーション研究』1、16-30。
- 鈴木優佳 (2018) 「心理臨床の専門性をめぐる概観と特殊性」『京都大学大学院教育学研究科紀要』64、165-177。
- 向谷地生良 (2002) 「弱さを絆に」浦河べてるの家『べてるの家の「非」援助論』医学書院、188-196。
- 森下文 (2017) 「ナラティブ・セラピーとしての内

観」『内観研究』23(1)、3-18。

- 森下文・橋本俊之 (2018) 「解説：バーンアウト症候群と内観療法」『小児看護』41(9)、1216-1220。
- 吉本伊信 (1965) 『内観法』春秋社。
- 吉本伊信 (1983) 『内観への招待』朱鷺書房。

(外国語文献)

- Bell Grdina, L., Murphy Johnson, N. F. & Pereira, A. (2020) Connecting Individual and Societal Change, *Stanford Social Innovation Review*, 11 March. Available at: https://ssir.org/articles/entry/connecting_individual_and_societal_change (=2022、中嶋愛・下田理・石崎優木(編) (2022) 「わたしを犠牲にせず社会を変えよう」『スタンフォード・ソーシャルイノベーション・レビュー日本版 VOL.01 ソーシャルイノベーションの始め方』SSIR Japan、40-50。)
- Edmondson, A. C. (1999). *Psychological safety and learning behavior in work teams*. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350-383.
- Edmondson, A. C. (2019) *The Fearless Organization: Creating Psychological Safety in the Workplace for Learning, Innovation, and Growth*. John Wiley & Sons. (=2021、野津智子訳『恐れのない組織ー「心理的安全性」が学習・イノベーション・成長をもたらす』英治出版。)

(URL)

- URL1 文部科学省「人文・社会科学系ネットワーク型大学院構築事業」(2025 年 12 月 27 日取得、https://www.mext.go.jp/a_menu/koutou/kaikaku/jinsya-network/)

URL2 大学連携型ソーシャル・イノベーション人材養成プログラム（龍谷大学大学院・琉球大学大学院・京都文教大学大学院）（2025 年 12 月 27 日取得、

<https://www.policy.ryukoku.ac.jp/socialinnovationpro/>)
URL3 一般財団法人地域公共人材開発機構（COLPU）「COLPU（公式サイト）」（2025 年 12 月 27 日取得、<https://www.colpu.org>）

注

- 1 文献一覧では外国文献として原著（Bell Grdina et al. 2020）を採録したが、本論文中の引用および頁数の表記は邦訳版による。
- 2 本事例の公表にあたっては、A 氏に対し、内観療法の理解と普及を目的として、匿名性を確保した上で体験内容をウェブサイトおよび学術媒体（研究誌など）に掲載する可能性があることを説明し、同意を得た。なお、匿名性確保のため、業種などの属性情報は事例の理解に支障のない範囲で一般化して記述している。
- 3 SST（ソーシャルスキルトレーニング）は、主に精神医療・福祉領域で発展してきた心理社会的介入の一つであり、対人場面でのやりとりをロールプレイなどで練習し、生活・就労場面での適応を支えることを目的とする。また、浦河べてるの家の実践では「弱さの情報公開」として、できないこと・苦手さを関係の中で共有し直し、支え合いの回路を作る発想が論じられている（向谷地 2002；岡田 2012）。本論文ではこれらを内観療法そのものの説明としてではなく、A が面接場面で弱さと感じていた体験を語り、その意味づけを更新していくプロセスを理解するために参照した。
- 4 A が面接場面で自分の弱さを語り、カウンセラーと共にその意味づけを更新する心理的過程は、その後の社員との関わり方（受容・傾聴・協働の姿勢）にも反映されたと考えられる。なお、その反映は集中内観後の具体的な行動（社員への内観導入／コミュニケーションの活性化／新たな事業の立ち上げなど）としても確認できる（表 3 参照）。
- 5 この点については、注 4 を参照。