

山崎 洋史 提出 学位申請論文

『宗教と認知行動的セルフモニタリングに関する研究  
—青年期の適応を通じて—』 審査要旨

論文の内容の要旨

本論文は、宗教観を臨床心理学的に適用する研究、とくに第3世代認知行動療法を踏まえ、日本の若い世代の宗教観等について、認知行動的セルフモニタリングという観点から議論している。研究目的は以下の4点であるとしている。

第1は現代の日本における宗教観の構造を明らかにし、宗教観構造が、適応や自己の成長に与えている影響を実証的に明らかにすること。第2は宗教観の肯定的側面の構造を検討し、個人的な自己信頼感や幸福感などのいわゆる認知的適応と行動的適応に与える影響を明らかにすること。第3は宗教観の肯定的側面が、不適応状態に与える影響を検討すること。第4は宗教観の肯定的側面からアプローチする認知行動的セルフモニタリング変容を用いた認知行動療法の事例研究からその適用を検討することである。

本論文は以下の7章からなる。「第1章 研究の目的と方法・概念的枠組」、「第2章 宗教観と適応に関する研究—宗教観・信仰の有無と適応感・アイデンティティ確立の因子相関—」、「第3章 スピリチュ

アリティ的認知（信念）と青年期適応に関する研究—Subjective Well-Being(主観的幸福感)および対人ストレスコーピングにおける因子相関—、「第4章 スピリチュアリティ的認知と抑うつスキーマに関する研究—認知的セルフモニタリング「抑うつスキーマ」における因子相関—」、「第5章 認知行動的カウンセリングの背景—宗教観における個人的認知変容による適応支援への道程—」、「第6章 事例研究：女子高校生の過食行動に対する認知行動的セルフモニタリングカウンセリング」、「第7章 本研究から得られた知見と宗教の認知行動的適応支援への提言」。

「第1章 研究の目的と方法・概念的枠組」では、認知行動的セルフモニタリングの枠組みとしての個人の内なる宗教と生きる意味、行動選択に関する実証的調査研究を目指すことの重要性について言及している。認知行動的セルフモニタリング及び第3世代認知行動療法がどのようなことを目的としているかを論じ、宗教観による個人の「適応感」「感情」「行動」「認知」の関係を、多変量解析にてエビデンスに基づき明確化していくことが重要であるとする。

「第2章 宗教観と適応に関する研究—宗教観・信仰の有無と適応感・アイデンティティ確立の因子相関—」では、宗教観に関する質問紙調査結果を因子分析によって、集団的組織的側面と、個人的認知的側面に分類する。調査は都内の国立及び私立の大学生を対象にしたもので、有効回答数は452名、平均年齢は20.0歳である。

調査結果から、宗教観の集団的組織的側面は「宗教組織は、強制的である」などのネガティブ要素、宗教観の個人的認知的側面は「信仰によっ

て、自己を内省し、反省することができる」などのポジティブ要素で構成されていることが明らかになったとしている。さらに重回帰分析により、「宗教を持っていない」群は、集団的組織的側面として宗教の排他・強制イメージが、孤立・拒絶感に影響を与えていることなどが明らかになったとする。宗教集団や宗教組織には入ってなくとも、個人的認知的な宗教的行動によって、社会適応を促進させ、自己確立に影響を与えていることが明らかにされたとする。

「第3章 スピリチュアリティ的認知（信念）と青年期適応に関する研究—Subjective Well-Being(主観的幸福感)および対人ストレスコーピングにおける因子相関—」では、宗教観の個人的認知的側面を、より詳細に分析するための尺度として「スピリチュアリティ的認知（信念）」を用いて質問紙調査した結果を論じている。調査対象は都内の私立女子大学の学生 135 名で、平均年齢は 19.3 歳である。

スピリチュアリティ的認知（信念）は、因子分析により「魂の永続性」「人生の意味」「神の守護」「因果応報」「輪廻」「心象の現実化」の因子構造があるとする。さらに「subjective well-being（主観的幸福感）尺度」を用いて重回帰分析を行い、スピリチュアリティ的認知（信念）「人生の意味」因子が、この尺度のすべての構成要素である「自己信頼感」「満足感」「幸福感」に影響を与えていたとする。

またスピリチュアリティ的認知（信念）が与える影響を検討する行動変数として、「対人ストレスコーピング」を取り上げて重回帰分析を行い、スピリチュアリティ的認知（信念）、すなわち「人生の意味」「神の守護

因子」「因果応報」の3因子が、社会的適応力のある「リフレーミング型コーピング」に影響していることが明らかになったとする。

「第4章 スピリチュアリティ的認知と抑うつスキーマに関する研究—認知的セルフモニタリング「抑うつスキーマ」における因子相関—」では、宗教観の個人的認知的側面（スピリチュアリティ的認知）の要素のうち何が「不適応認知」に影響を与えているのかを質問紙調査を行った結果に基づいて分析している。調査対象は第3章の調査と同じである。「抑うつスキーマ」は、因子分析により「他者不信」「高達成志向」「失敗不安」「他者評価依存」「自律志向」の要素に分類することができたとする。不適応状態と認知行動的セルフモニタリングの関係性を明らかにすべく、「抑うつ傾向」を対象に調査を行ったが、重回帰分析の結果、スピリチュアリティ的認知（信念）における要素「人生の意味」「輪廻」因子が、抑うつスキーマ「失敗不安」に負の影響を与えていることが明らかになったとする。そして抑うつ傾向に対する心理支援として、人生の意味の把握や、現在・過去・未来へ続く時間的思考のスピリチュアリティ的認知（信念）が、抑うつ傾向の失敗不安を減じる影響を持つことが実証されたとする。

「第5章 認知行動的カウンセリングの背景—宗教観における個人的認知変容による適応支援への道程—」では、第3世代認知行動療法理論へ至るまでの第1・第2世代の理論・技法の変遷について再確認し、第3世代が科学的アプローチに宗教を併存させることで、適応促進が定着されるに至ったプロセスを論じている。

「第6章 事例研究：女子高校生の過食行動に対する認知行動的セルフモニタリングカウンセリング」では、ある青年女子の摂食障害(過食症)への心理支援の事例研究を行った結果が示されている。10回以上の面接が行われたが、宗教観の個人的認知的側面が、認知行動的セルフモニタリングの枠組みの変容に影響を与えていることが確認されたとする。

最後の「第7章 本研究から得られた知見と宗教の認知行動的適応支援への提言」では、本論文で議論したことを踏まえて概念図を提示し、日本における宗教の個人的認知的側面の「スキーマ(コアビリーフ)」、特に「人生の意味」の把握が、適応状態支援、不適応事態からの修正に際して、「感情」「行動」「認知」に影響を与えることが、多変量解析によって証明され、同時に事例研究においても明らかにできたことを述べる。今後、日本においても第3世代認知行動療法の宗教要素と併存した療法が、導入されていくことが予想されるとし、宗教の個人的認知的側面をもってアプローチすることで、その有効性を向上させていくとの提言をしている。

#### 論文審査の結果の要旨

本論文は、大学教員として臨床心理学の研究に長年従事してきた論文提出者が、第3世代の認知行動療法というものを展開するに当たって、日本人の宗教観の特徴を踏まえることが必須であるという立場から、調査事例、臨床事例を通して、宗教的視点を組み込むことの重要性に気づ

き、新たな提言を行ったものである。臨床心理学の理論はほぼ欧米の輸入であるので、それを日本で用いる場合には、適用にかなりの時間がかかる。その理由は、日本において心理的支援を目指す場合に生じる欧米との人間観や文化的背景の違いであるとして、認知行動療法に際しても、日本人の宗教観とくに宗教についてのゆるやかな信念についての理解が必要であるという立場をとっている。第3世代の認知行動療法がキリスト教文化を基盤とする国々において仏教的瞑想を導入したことで始まったことに注目し、日本社会は仏教文化になじんでいることから、この理論をそのまま導入することには現場で戸惑いがあるとする。それゆえ、日本人の宗教観を踏まえた上の認知行動療法が求められるとして議論を展開している。

この問題を展開するために、宗教社会学ですでに数多く行われている日本人の宗教観に関する実証的調査結果を検討している。とくに青年期の適応についての議論であるので、國學院大學日本文化研究所と「宗教と社会」学会が行った学生宗教意識調査の結果を参考としている。宗教をアブナイものとして認識する学生が多い一方で、宗教に対する肯定的意見も過半数を占めることなどに注目して、日本においても認知行動的カウンセリングに宗教的要素を採り入れていくことの有用性について議論している。こうした着眼と研究方法は、宗教研究と心理学理論の接合を試みたものとみなせる。

実際の検証は論文提出者自身の行った3つの質問紙調査、それに臨床事例によってなされている。質問紙調査は論文提出者が講義を行ってい

る複数の大学の学生を対象にして行われたものが含まれており、宗教社会学の調査例を参考にして、臨床心理学における平均的なサンプル数よりもかなり多くなるよう設定している。臨床心理学などでは質問項目数以上のサンプル数であれば、通常は問題がないとされているとのことだが、宗教社会学では一般的には少なくとも 100 以上のサンプル数であることが多いことを考慮するなど、調査方法にも工夫したことがうかがえる。

第 3 世代の認知行動療法においては、宗教やスピリチュアリティの占める役割が大きく評価されているという世界的な動向を採り入れて、これを日本の事例に即して展開しようとしている点は、この観点におけるパイオニア的な意味をもつと評価することができる。欧米の認知行動療法にとってマインドフルネスを採り入れるのは新しい手法であるが、日本ではこの種の瞑想法は長く文化の中に根ざしているものである。この点を踏まえ、むしろ日本人があまり意識せずに抱いている宗教観について議論を進めている点は、臨床心理学では野心的な試みに属すると考えられる。宗教社会学では欧米と日本の宗教、あるいは宗教文化に関するこうした議論は大前提になっているので、そうした宗教社会学の視点を臨床心理学に積極的に採り入れようとした点に大きな特徴がある。

本論文は認知行動療法という実践的な課題に対応するものであり、実証的なエビデンスが得られるかどうかについて、いずれの調査結果に関しても慎重に検討している。恣意的な結論にならないように努めていることは評価できる。

ただいくらかの弱点があることは否めない。論文提出者は長く心理学の視点から研究を続けてきているが、認知療法における宗教や宗教文化の重要性に気付いてから宗教学について学んだという経緯がある。それゆえ、宗教史や現代宗教についての基本的知識について、本論文の視点から論じる上では必ずしも十分ではないと見受けられるところがある。とくに宗教とスピリチュアリティの区分に関しては、宗教研究においては非常に議論のあるところである。また当人が宗教と思っていなくても宗教性があるものについて議論することは、一定の宗教史への知識がないと常識的な宗教観に左右される恐れがある。その点からすると、アンケート調査の項目の立て方にも、もう少し工夫が必要であり、また得られた結果を因子分析などの手法によって分析するには限界があることをより強く自覚する必要がある。

とはいえ、こうした宗教的な内容の質問項目を多く含むアンケート調査を認知行動療法という実践的立場から行ったことは、今後の宗教研究にとっても大きな参考になる。「宗教は人間に必要である」、「神仏は存在する」などといった宗教的に肯定的な態度が、心理的にプラスに働く傾向があるという結論は、神学的立場からする宗教の有用性の主張とはまた異なった立場からの議論を提起しており、宗教研究にも参照されるべきものである。

本論文はこれまでの多くの調査事例や臨床事例などをまとめているので、それぞれの章は議論が完結しているが、全体としての論の運びにおいてはやや統一性に欠けるところがある。とくに第6章はやや唐突な事

例報告にも感じられる。最終章で、本研究で得られた知見と提言が述べられているが、実践的課題に関しては一定の成果を示していると言えるが、宗教研究における理論への提言にまでは至っていない。

そうした問題点はあるが、臨床心理学と宗教研究、とくに宗教社会学的な研究の成果を相互参照し、青年の心理に即して第3世代の認知行動療法を宗教社会学における議論と接続させようとした試みは高く評価でき、今後の展開が期待できるものである。

以上の審査結果によって、本論文の提出者山崎洋史は、博士（宗教学）の学位を授与せられる資格があると認める。

令和元年12月2日

主査 國學院大學客員教授 井上 順 孝 ㊟

副査 國學院大學教授 遠藤 潤 ㊟

副査 國學院大學教授 黒崎 浩 行 ㊟

山崎 洋史 学力確認の結果の要旨

下記3名が各専門分野からそれぞれ学力確認の試験を行った結果、  
博士（宗教学）の学位を授与される学力があることを確認した。

令和元年12月2日

学力確認担当者

主査 國學院大學客員教授 井上 順 孝 ㊟

副査 國學院大學教授 遠藤 潤 ㊟

副査 國學院大學教授 黒崎 浩 行 ㊟