

巡礼体験における絆の形成と深化に関する臨床心理学的研究
集団心理療法との比較を通して

立命館大学大学院
応用人間科学研究科
臨床心理学領域
日笠 美紀

本研究の目的は、巡礼体験の治療的意味について検討することである。最近の巡礼者の特徴として、宗教的動機よりも余暇活動の一環として巡礼を始める者が増加しており、この傾向は今後も続くものと思われる。本研究では、こういった増加傾向にある宗教的動機を持たない巡礼者に焦点化し、ある1人の巡礼者の日記とアンケートに対する回答を手がかりにして、その心的過程を辿っていく。

先行研究の中には、内観療法や森田療法との類似点について触れているものも散見され、このことから「心理療法」としての巡礼の可能性について示唆されながら、今日までその心理療法的なメカニズムは解明されてこなかった。本研究では、調査協力者の記述に何度も「絆」や「仲間」という言葉が出てくることから、巡礼者同士の関係性に着目し、その体験を絆の形成と深化という観点から整理し、それを既存の集団心理療法の知見と対比させながら検討した。

その結果、調査協力者Aにおける「絆」の形成・深化のプロセスは、目的が同じであるという前提条件のもと、単純接触を繰り返し、寝食を共にし、精神的・物理的相互援助関係を経て、ある程度「絆」が形成されたところで、苦勞体験を共有すると、「絆」はより深化し、「特別な絆」と認識されるようになるといったものであることが明らかになった。

さらに、巡礼体験と集団心理療法とを比較検討した結果、集団の構造と性質に類似性が見られ(活動集団・開放性集団)、参加者は、ある程度集団への適応力をあらかじめ持っていることが望ましいこと、集団反応(G反応)が発生しやすいことという類似点が確認された。巡礼体験における集団反応(G反応)の生起に関しては、いくつかの例をあげて検討した。治療過程としての効果的機制(受容、普遍化、現実吟味、愛他性、転移、観察効果、相互作用、知性化、通風作用等)も非常に似通ったものであった。これは、巡礼環境が、人を退行させやすい性質をもつからだと考えられる。その退行した状態から成熟へと向かう自己過程の中で、これまでに築かれた絆が個々人を支える役目を担い、また自己過程が成熟へと向かうと絆もさらに深化するという相互性が見られた。このような「絆」が核となって個人の適応的・回復的な心理変容を促進させる可能性に、巡礼体験の治療的意味合いが見出されるのではないかと考えられる。