

**The 33<sup>rd</sup> Japanese Society for Morita Therapy Annual Conference (2015)**  
**International Symposium Session**  
**On the Essence of Morita Therapy, Diversity, and Training of Practitioners**  
**Date: Thursday, October 15, 2015 (9.30am to 12pm)**  
**Location: Venue C (Annex Building 2<sup>nd</sup> floor, Board Room #202)**  
**Organized by the International Committee for Morita Therapy**

**Symposium Chairs:**

- Ishu Ishiyama, Ph.D. University of British Columbia (Canada)
- Kei Nakamura, M.D. Jikei University School of Medicine (Japan)

**Symposium Speakers:**

**1. *Culture, Nature, and Psychotherapy***

Kenji Kitanishi, M.D.  
Institute of Morita Therapy, Kitanishi Clinic (Japan)

**2. *Evaluating an Introductory Morita Therapy Workshop Program in Canada: New Awareness, Personal Growth, and Improved Multicultural Clinical Competencies among Counselling Psychology Graduate Trainees***

F. Ishu Ishiyama, Ph.D. and Ayumi Sasaki, M.A.  
University of British Columbia (Canada)

**3. *On Teaching Morita Therapy: The Applicability and Validity of the Moritian Model on Foreign Soil***

Natalia Semenova, Ph.D.  
Russian Federation Ministry of Health (Russia)

**4. *In Order to “Shine Bright Like a Diamond”: Prospect of Morita Therapy in the U.K.***

Masahiro Minami, Ph.D.<sup>1</sup>, Eugene Mullan, D.Clin.Psy.<sup>2</sup>, David A. Richards, Ph.D.<sup>2</sup>,  
and F. Ishu Ishiyama, Ph.D.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> University of British Columbia (Canada); <sup>2</sup> University of Exeter (U.K.)

**5. *Integration of Classic Morita Therapy and Individual Outpatient Counselling As a Sequenced Method***

Peg LeVine, Ed.D., Ph.D.<sup>1</sup> and Brian Ogawa, D.Min.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> University of Melbourne (Australia); <sup>2</sup> Washburn University (U.S.A.)

**第 33 回日本森田療法学会（2015 年）**  
**国際シンポジウムセッション**  
**森田療法の本質と多様性および臨床家の養成について**  
**2015 年 10 月 15 日（木）9：30-12：00**  
**C 会場（別館 2F 202 会議室）**  
**企画・森田療法国際委員会**

**シンポジウム座長**

- 石山一舟 ブリティッシュコロンビア大学（カナダ）
- 中村 敬 慈恵医科大学（日本）

**1. 文化、自然そして精神療法**

北西憲二

森田療法研究所・北西クリニック（日本）

**2. カナダにおける森田療法の入門ワークショップの評価ーカウンセリング心理学専攻大学院生の  
新たな気付きと個人的成長と多文化的臨床能力の向上**

石山一舟、佐々木あゆみ

ブリティッシュコロンビア大学（カナダ）

**3. 森田療法の指導についてー国外地域における森田モデルの適用性と妥当性**

ナタリア・セメノヴァ

ロシア連邦健康省（ロシア）

**4. ダイヤモンドのように輝くためにー英国における森田療法の見通し**

南 昌廣<sup>1</sup>、ユージーン・マラン<sup>2</sup>、デービッド・リチャーズ<sup>2</sup>、石山一舟<sup>1</sup>

<sup>1</sup>ブリティッシュコロンビア大学（カナダ）、<sup>2</sup>エクセター大学（英国）

**5. 逐次的方法としての古典的森田療法と外来個人カウンセリングの統合**

ペグ・ルヴァイン<sup>1</sup>、ブライアン・オガワ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>メルボルン大学（オーストラリア）、<sup>2</sup>ウォッシュバーン大学（米国）

## Culture, Nature, and Psychotherapy

Kenji Kitanishi, M.D.

Institute of Morita Therapy, Kitanishi Clinic (Japan)

Psychotherapy is a form of cultural practice, needless to say. I consider that it is important for us to re-examine psychotherapy from this perspective. As a way of facilitating the process of rethinking psychotherapy, I will differentiate between scientific thinking and naturalistic thinking and further discuss my views on how knowledge or knowing is treated.

Included in the lineage of naturalistic thinking are the earliest form of Buddhism, the philosophy of Lao-tse and Chuang-tse, Theravada Buddhism, and Mahayana Buddhism (especially Zen and Jodo Shin Sect of Buddhism). In it, nature is regarded not only as something that is loving and caring but also as something that confronts our own human limitations. I consider the following as representative features of psychotherapeutic practice based on naturalistic thinking:

1. Understanding that phenomenon itself is essence
2. Regarding knowledge and conduct as one
3. Accepting human limitations
4. Being based on a relational model rather than a causal analytic model

I would argue that Morita therapy and Naikan therapy, both of which were developed in Japan, are based on the above naturalistic thinking, while psychoanalysis, behaviour therapy, and cognitive behaviour therapy are based on scientific thinking. These various psychotherapies were developed in different cultural contexts and are based on different views on human nature. However, they were not totally unrelated to each other. It may be considered that these therapies have influenced each other and developed to this day in the history of psychotherapy in Japan. This view helps us understand how concepts such as the Ajase complex (Dr. Kosawa) and *amae* (Dr. Doi) in psychoanalysis have been widely accepted and how mindfulness approaches have become popular in Japan.

With the above points in mind, I will discuss the essence of Morita therapy and the future internationalization of Morita therapy.

## 文化、自然そして精神療法

北西憲二

森田療法研究所・北西クリニック（日本）

精神療法とは、言うまでもなく文化的営みである。グローバリゼーションが強調される現代において、このような視点から精神療法を見直すことは重要であろう。そのことを考える手がかりとして、科学的思考と自然的思考を便宜的に分け、そこでの知のあり方について、検討を加える。

自然的思考の系譜には、原始仏教、老荘思想、上座部仏教、大乘仏教（なかでも禅、浄土真宗）などが含まれよう。そしてそこでの自然とは、私たちが慈しむものであるとともに、その限界を突きつける存在でもある。それに基づいた精神療法的営みの特徴として、次のようなことが挙げられよう。

- 1) 現象がそのまま本質であるという理解
- 2) 知行同一
- 3) 思考の相対化と身体性の重視
- 4) 人間の限界を受け入れること
- 5) 原因探求でなく、関係モデルに立脚する

このような自然的思考をベースにした精神療法のあり方として日本で生まれた森田療法や内観療法などが、科学的思考に基づいたものとして、精神分析、行動療法、認知行動療法が挙げられる。それらの精神療法は異なった文化的あるいは人間理解に基づきながら、決して相互に無縁なものではなかった。日本における精神療法の歴史は、それらが相互に影響を与えながら、発展してきたとも理解できる。精神分析での阿閼世コンプレックス(古沢)、甘え（土居）、またマインドフルネスの日本での隆盛はそのような流れから理解できよう。

このようなことを踏まえながら、森田療法の本質と今後の国際化について論議したい。

## **Evaluating an Introductory Morita Therapy Workshop Program in Canada: New Awareness, Personal Growth, and Improved Multicultural Clinical Competencies among Counselling Psychology Graduate Trainees**

F. Ishu Ishiyama, Ph.D. and Ayumi Sasaki, M.A.  
University of British Columbia (Canada)

In addition to clients' experience of benefitting from Morita therapy, learning Morita therapy seems to impact clinical trainees and practitioners in a profound and positive way according to recent reports. Ishiyama (1990a) analyzed data from socially anxious clients receiving by a 5-phase Morita-based intervention in Canada (Ishiyama, 1990b). Regarding the nature of the experienced session impact, they identified seven impact categories: (a) reframing anxiety, (b) increased understanding of contributing factors, (c) learning tactics for improving action, (d) increased understanding of change process, (e) positive attitudes toward change, (f) positive attitudes toward self/life, and (g) reassured self-adequacy. Most of the identified impact themes were closely tied to Moritian concepts and views on human nature as well as to a Moritian approach to facilitating therapeutic change and personal growth. Similarly, Japanese students who had studied Morita therapy in an undergraduate psychology course reported significant changes in their attitudes toward anxiety and their *shinkeishitsu* (nervous) dispositions (Ishiyama & Horike, 2008). In our recent inquiry in Canada (Sasaki & Ishiyama, 2013), counsellors and trainees identified Moritian themes and philosophical views as both professionally and personally helpful and growthful. For them, Morita therapy training experiences meant more than learning Asian intervention techniques and strategies.

In this presentation, we will discuss the results of qualitative analysis of graduate school counselling psychology trainees' data collected as part of an on-going Morita training program feedback and evaluation project in Canada. After attending a full-day training workshop mostly focussed on Morita therapy, 23 participants provided qualitative data and personal narratives regarding how they benefitted from the study of Morita therapy. The data were based on answers to questions such as: (1) What did you find unique or different about Morita therapy approach? (2) How compatible is this approach with your counselling model, and what are the compatible aspects of this approach with you own views, beliefs, or philosophy? (3) How useful would this approach be in your clinical practice? (d) How would you like to incorporate it in your practice? (4) How helpful is this approach for you personally? (5) Overall, what are some of the most important things you have learned from this workshop?

In our inquiry, we have identified various themes of significant learning experiences including acquiring an accepting and non-rejecting perspective on anxiety and human nature, affirmation of participants' own views similar to those of Morita therapy, new personal awareness and stimulated growth, and expansion of multicultural counselling competencies, among other things. We will discuss implications of these findings to clinical education and the personal growth of practitioners and trainees previously immersed in Western approaches as well as limitations of this inquiry. We will further discuss the value of providing opportunities for them to examine alternative views on health and human nature and to expand their multicultural awareness and clinical competencies through studying Morita therapy. We will offer several suggestions for effective ways of introducing Morita therapy to overseas clinicians and trainees with cultural sensitivity.

# カナダにおける森田療法の入門ワークショップの評価—カウンセリング心理学専攻大学院生の新たな気付きと個人的成長と多文化的臨床能力の向上

石山一舟、佐々木あゆみ

ブリティッシュコロンビア大学（カナダ）

森田療法を受けてクライアントが良くなることのほかに、森田療法を学ぶことにより臨床訓練生や臨床家が良い意味で深く影響を受けることが最近報告されている。石山（1990a）はカナダで社交不安障害のクライアントに対して森田療法に基づく5段階の外来介入法（石山, 1990b）を行い、彼らの目線からみたセッションの有用性（「何が自分にとって役に立ったのか」）に関するデータの分析を行ったところ、以下のようなプラスの衝撃を与える要因カテゴリーを確認した—(a) 不安のとりえ方、(b) 何が問題要因なのかということへの理解の深まり、(c) 行動面の改善方法や対応策の学習、(d) 治療的変容過程に対する理解の深まり、(e) 変容に対する態度の肯定化、(f) 自己や人生に対する態度の肯定化、(g) 自分はこれでいいのだという自信と自覚。これらのインパクトテーマが森田療法の概念や人間性のとりえ方や治療的改善や自己成長に関する森田的視点と深く関与していることが認められた。同様に、日本の大学の心理学のクラスで森田療法を学んだ結果、学部学生たちが不安や自分の神経質な性格に対する態度が大きく転換したことも報告されている（石山・堀毛、2008）。最近の研究発表（佐々木・石山、2013）でも森田療法的テーマや哲学的見地がカナダで森田療法を学ぶ臨床家や訓練生にとって専門的にも個人的にも深い影響与えることが報告されている。

今回の発表では、継続的に行っている参加者からのフィードバックとプログラムの評価のため、カナダのカウンセリング心理学専攻の大学院生から得た質的データの分析の結果を検討する。森田療法をほとんど焦点にあてた1日ワークショップを行い、以下のような質問の回答を23名の参加者から得、それに基づき森田療法を学ぶことにより何を学んだのかを知るため質的データおよび自由表記の内容の分析を行った。1. 森田療法の何がユニークで他とは違うアプローチと感じたか。2. 自分のカウンセリングモデルとどの程度合致するのか、そして森田療法のどの面が自分の見方や信条や考え方と一致するのか。3. 自分の臨床実践においてこのアプローチはどのくらい役に立つと思うか。4. 自分自身にとってこのアプローチはどのくらい個人的に役に立つか。5. 総合的に見てこのワークショップから学んだ最も大切なことは何か。

今回の調査により参加者にとって重要な学習体験とみなされる様々なテーマを確認した。たとえば、不安や人間性に対して受容的で非排他的な見方の習得、参加者自身がすでに持っている森田療法に近いものの見方の肯定的確認、誘発された新たな自覚や自己成長の体験、多文化間カウンセリングの臨床力の向上、などの例が挙げられる。西洋のアプローチの中にどっぷりつかってきた臨床家や訓練生のための臨床教育のありかたや彼らの自己成長について、今回の調査結果が示唆する点およびこの調査の限界点について検討したい。さらに森田療法を学ぶことにより健康や人間性について今までにない新しい見方を学び多文化的な感性と臨床能力を高める機会を提供することの重要性を述べ、海外の臨床家や訓練生に対してどのように文化的配慮を保ちながら効果的に森田療法を紹介すべきかということについていくつかの提案をしたい。



# **On Teaching Morita Therapy: The Applicability and Validity of the Moritian Model on Foreign Soil**

Natalia Semenova, Ph.D.  
Russian Federation Ministry of Health (Russia)

**Purpose:** This paper provides an overview of current activities undertaken by myself to support the teaching and learning of Morita therapy at Vilnius University (Lithuania), May 2015.

**Key Points:** It is a descriptive report with subjective comments upon the cross-cultural experience (Russians and Lithuanians). Designing curricula that are uniquely suited to the psychology lectureship at Vilnius University has not been easy. My purpose was to draw together some major developments for teaching Morita therapy. Many of the topics covered stem from my own peculiar experiences as a lecturer; other topics were based on resources for teaching Morita therapy (innovations in learning and teaching practice) and stem from current leaders in Morita therapy who have had a major influence on how the curriculum is shaped with foreign students.

**Conclusions:** Some implications for Western scholars eager to emulate Eastern practices are drawn. Future initiatives are outlined, including future meetings. Conference participants are invited to identify other areas of need and discuss ways in which the developments for teaching Morita therapy can be expanded.

## 森田療法の指導について— 国外地域における森田モデルの適用性と妥当性

ナタリア/セメノヴァ  
ロシア連邦健康省（ロシア）

**目的：**本稿では、リトアニア共和国、ヴィリニウス大学において、2015年5月より行ってきた、森田療法の指導と学習を援助するための私の現在の活動概要を紹介する。

**重要ポイント：**本稿はロシアとリトアニア間という私の異文化体験に主観的なコメントを加えた記述的なレポートである。ヴィリニウス大学心理学講座に適したカリキュラムを組むということは、容易なことではなかった。私のそもそものねらいは、森田療法の指導に関する現時点での主要な発展を結びつけるということにあった。カリキュラムに組み込まれているトピックの多くは、長年にわたる私の講師としての特異な経験に基づくものである。その他のトピックは、森田療法の指導（学習と臨床実習の技術革新）に関するリソースに基づくが、それらは国外の臨床家達に合ったカリキュラムを考案する活動に対して多大なる功績を与えた現時点で最先端のリーダー達によるものである。

**結語：**東洋の実践を手本とすることを望んでいる西洋の学者達に向けて、本活動の含意を示すとともに、これからの活動と会議の予定を紹介する。本学会の参加者の方々と共に、他の必須領域の特定をし、又今後森田療法の指導法開発をどのようにして展開してゆけば良いのかを議論したい。

## **In Order to “Shine Bright Like a Diamond”: Prospect of Morita Therapy in the U.K.**

Masahiro Minami, Ph.D.<sup>1</sup>, Eugene Mullan, D.Clin.Psy.<sup>2</sup>, David A. Richards, Ph.D.<sup>2</sup>,  
and F. Ishu Ishiyama, Ph.D.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> University of British Columbia (Canada); <sup>2</sup> University of Exeter (U.K.)

*Guidelines for Practising Outpatient Morita Therapy* encourages us Morita therapists to engage in an endeavour to evaluate the effectiveness of Morita therapy<sup>1</sup>. However, the Guidelines does not explicate further its specific treatment processes and measures to assess Morita therapy outcomes. A collaborative team of UBC and University of Exeter has taken on this challenge and been engaged in joint projects to earn reliability and validity, and its evidence-based in a global field.

The team has accomplished the following hallmarks: (a) development of Morita therapy treatment protocol, incorporating a diamond modeling (Minami, 2013), (b) conducted a single-case pilot study employing and evaluating the protocol, (c) constructing an outcome measure, and (d) conducting a preliminary validation study ( $n=300$ ) of the measure.

We reported the results of the preliminary validation study of the outcome measure at the 8th International Congress of Morita Therapy in Moscow. We reported during the 31st Annual Meeting for the Japanese Society for Morita Therapy an overview of our Morita therapy treatment protocol, featuring a “Diamond Model,” which models the Moritian therapeutic principles and its fluid therapeutic process. At the 32nd conference in Tokyo, we presented session transcripts from a single case study and analyzed them by employing the Diamond Model outlined in the treatment protocol. Through this analysis, we demonstrated the feasibility of the diamond model in modeling the complexity, fluidity, and relationality of the process of outpatient Morita therapy.

At this conference, we propose ideas on how to polish the diamond in the rough, through the next stage of clinical research in the UK, and invite collaborations and cooperation from Japanese Morita therapists.

## ダイヤモンドのように輝くためにー英国における森田療法の見通し

南 昌廣<sup>1</sup>、ユージーン・マラン<sup>2</sup>、デービッド・リチャーズ<sup>2</sup>、石山一舟<sup>1</sup>

<sup>1</sup>ブリティッシュコロンビア大学（カナダ）、<sup>2</sup>エクセター大学（英国）

外来森田療法実践のガイドラインの中で、森田療法家はその治療効果を評価するよう尽力すべきである、という提言がなされている。しかしそのガイドラインには、森田療法の具体的な治療プロセスや、効果を測定するための特定の尺度などが詳細に説明されていない。ブリティッシュコロンビア大学とエクセター大学との合同チームはこの挑戦を受け入れると共に、国際舞台においても森田療法が信頼性と妥当性、そしてエビデンスベースを得るために活動を続けている。

合同チームはこれまでに以下の成果を上げた。(1)ダイヤモンドモデルを採用した森田療法治療プロトコルの英語版（原案）の開発、(2)単一ケース研究を用いた原案の評価研究、(3)効果測定尺度の構築、(4)その尺度の予備的検証研究(n=300)。

効果測定尺度の概要と予備的検証研究の結果は、モスクワで行われた第8回国際森田療法学会にて報告した。森田療法の治療原則とその変容プロセスを流動的にモデリングしたダイヤモンドモデルを要する森田療法治療プロトコルの英語版原案の概要も第31回日本森田療法学会、徳島にて報告した。第32回日本森田療法学会、東京では、単一ケース研究の実際の逐語録を紹介し、治療プロトコルにおいて述べられているダイヤモンドモデルを用いて解析し、このダイヤモンドモデルが複雑で流動的な、そして関係性を重んじる外来森田療法の治療プロセスのモデリングを可能にすることを論証した。

本学会では現在原石のままであるダイヤモンドモデルを磨きあげる工程、つまり英国での次の開発段階の提案をおこない、日本の森田療法家達のサポートと協力をお願いする。

## **Integration of Classic Morita Therapy and Individual Outpatient Counselling As a Sequenced Method**

Peg LeVine, Ed.D.<sup>1</sup>, Ph.D. and Brian Ogawa, D. Min.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> University of Melbourne (Australia); <sup>2</sup> Washburn University (USA)

In the United States and Australia, much has progressed in the dissemination, practice and design of a reliable counselling method for Morita therapy this academic year. As Peg LeVine is the 2014-2015 Inaugural Fellow at the Center for Advanced Genocide Studies in Los Angeles, she gave invited guest lectures across disciplines (e.g., psychology, medicine, anthropology, and human rights law) on the West coast, with interests in the global role of Morita therapy for treating cruelty-based trauma. She applied the four-staged method of Morita therapy to two survivors of torture and genocide in Australia this past year, too.

Simultaneously, Brian Ogawa hosted a large regional workshop and symposium on the philosophy, theory, and practice of Morita therapy in Kansas this spring (May 21-23, 2015) as part of an educational program for accreditation for mental health professionals and physicians. LeVine presented case study-based training at this Kansas event.

Through their research-practice based collaboration over the past two years, LeVine and Ogawa have now developed a four staged, sequential approach to Morita counseling. Their method has been designed to hold the integrity of Morita's theories and progression of treatment. For example, rest without cognitive or mindfulness intervention forms the first stage (with resting of mind as necessary for recovery of anxiety and depression). This first stage is followed by the ecological and activity-oriented methods. A checklist for use across the stages to measure effectiveness has been devised for reliability enhancement.

## 逐次的方法としての古典的森田療法と外来個人カウンセリングの統合

ペグ・ルヴァイン<sup>1</sup>、ブライアン・オガワ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>メルボルン大学（オーストラリア）、<sup>2</sup>ウォッシュバーン大学（米国）

本学年度は米国とオーストラリアにおいて森田療法の普及活動、実践、信頼性のある森田療法の為のカウンセリング法のデザインが著しく進展した年であった。ペグ・ルバインは、ロサンゼルス・ジェノサイド先進研究センターにおいて、初代フェローとして就任し、心理学、医学、人類学、そして人権法など、様々な西海岸の大学の学科にて招待講演を行った。ルバインの観察によれば森田療法を残忍性に基づくトラウマに対する有効な治療法として、そしてグローバルにその役割を担えるアプローチとして、それらの大学は多大なる関心を示したという。ルバインはさらにオーストラリアにおいて、4期からなる森田療法を2名の拷問・虐殺生存者に対して臨床適用した。

同時にブライアン・オガワは、メンタルヘルスに従事するプロフェッショナルや医師の認証評価に向けた教育プログラムの一環として、森田療法の哲学、理論、そして実践に関する大規模な地域ワークショップとシンポジウムをこの春（2015年5月21-23日）カンザスにて開催した。ルバインもこのカンザスでのイベントで、ケーススタディを基にした臨床訓練を発表した。

両博士は過去2年間に及ぶ研究、臨床共同活動を通じて、4期からなる逐次的森田カウンセリングアプローチを開発するに至った。このモデルは森田療法原法の理論と治療進行モデルとの整合性を保つようデザインされている。例えば第1期は、認知的な介入やマインドフルネスなどを行わない（不安や、うつから回復する為に必要なことを休めることを目的とした）臥褥で構成されている。この第1期を終えると、生態学的な活動指向の介入法が続く。全てのステージを通じて効果を測定出来るチェックリストも開発し、信頼性の強化に努めた。