

—第40回岡山内観学会発表抄録から—
集中内観と前後のカウンセリングの意義

摂食障害と万引きを繰り返す事例

三木潤子
奈良内観研修所

三木善彦
帝塚山大学

<http://www.nara-naikan.jp/>

[目的]摂食障害に加えて万引きを繰り返すA子さん（30代、未婚、極端にやせ細った体型）に実施した集中内観とその前後のカウンセリングの意義を検討したい。

[内観前のカウンセリング]

万引して警察に拘留された彼女は、保釈後、弁護士と共に来所し、発表者がカウンセリングを担当することになった。数か月のカウンセリングで万引きは治まるかに見えたが、母親とのトラブルをきっかけに再犯した。拘留中、Aさんは食事をほとんど取らず、睡眠もとれない状態のため、検察官は刑務所に入る代わりに病院への入院を提案した。しかしAさんの体重が入院条件（32kg以上）に合わず、困り果てた検察官はAさんの処遇を弁護士に委ねた。弁護士が集中内観を勧めると、Aさんは「両親も一緒にするなら」としぶしぶ承諾した。

[集中内観]

内観研修日記 1日目、2日目：「気が重い。いやで仕方ないけれど、お父さんもお母さんも頑張っているのでも私も頑張ろうと思います。」3日目：「今日はお父さんに対する内観をしました。感謝の気持ちが自然と湧き上がってきたと同時に、両親に対して申し訳ない気持ちで一杯になりました。」4日目：「今日はお母さんに対して2回目の内観をしました。少しだけ深まったかなと思います。」5日目：「今まで嘘と盗みをしてきた自分に衝撃を受けました。」しかし、「これ以上の研修生活に耐えられない」というので、今後のカウンセリングの継続を確認し、集中内観を終了した。

[内観後のカウンセリング]

集中内観後、それまで不仲であった夫婦関係が改善し、Aさんに対する父親の厳格な態度は和らぎ、Aさんへの母親からの攻撃的な言葉は減少し、親子関係が良好になった。「家族で話し合う時間を持つように」という検察官の提案を受け、1週間に1度、夕食後30分間、日頃思っていることを話すようになった。最初は不平不満を話していたが、発表者の助言により内観思考様式で話し合うようになり、和やかになった。万引きは消え、不起訴になった。しかし、食べ吐き行動は続き、体重の増加はないが、顔つきが柔和になり、「生きていてよかった」と述べるようになった。

[考察]

A子さんへの対応を検察官から委ねられた弁護士は、集中内観とカウンセリングに希望を託した。両親も参加したそれらの体験によってAさんは「両親から愛されていること」を実感し、背景にあったと思われる愛情飢餓や寂しさが消え、万引きしたいという気持ちはなくなった。しかし、15年にわたる習慣化された食べ吐きの行動をコントロールするには、もう少し時間が必要なかもしれない。
(奈良県奈良市CLインストラクター)

 [目次へ戻る](#)