

日本健康心理学会

ニューズレター
ヘルス・サイコロジスト
No.56, 2011年12月

2011年9月11日～12日
第24回大会
「会員企画シンポジウム」

スピリチュアリティと健康

桜美林大学 久保田圭伍

「健康とは身体的、精神的、社会的に完全に良好な状態であって、単に病気でないとか虚弱でないということではない」。これは周知のように、WHOの健康の定義である。この定義に1998年の執行理事会で「スピリチュアル」を加える案が検討され、圧倒的な多数(22票)が賛成し、反対は0票、棄権8票であった。

しかし、翌年のWHO総会では別の重要条件が優先されたために、この議案は審議されず、今日に至っている。だが、健康の定義にスピリチュアルを加える改訂案に対して、慎重論はあるが反対論はなかった。

この事実を重く受け止め、本シンポジウムでは、「健康にとってスピリチュアリティがどのようにかかわっているか」について、気鋭の研究者に論じてもらった。各論者の要旨は以下のとおりである。



加藤博己先生(駒澤大学)・健康診断における結果と、実際の疾病の有無や自身の健康実感との間には大きな隔たりがあり、「身体的、精神的、社会的に良好な状態」の測定精度を上げ、健康の維持や予防に活かすことが第一の課題となる。

同時に、医療機関以外に求められている代替医療や諸宗教における健

康観を調べ、その共通部分と固有部分とを明確にすることで、諸技法や諸宗教におけるスピリチュアルな健康度の測定と適用が可能となる。

村川治彦先生(関西大学)・スピリチュアリティの定義を巡ってはさまざまな議論があるが、組織やシステムの側から働きかける宗教と異なり、スピリチュアリティの特徴はそのあり方が一人ひとり異なるという個別性にある。

健康にかかわる専門家が個別なあり方としての「スピリチュアリティ」に基づくサービスをヘルスケアシステムに位置づけるためには、まず臨床現場で実践されているスピリチュアル・ケアの具体例を集め、整理するような質的研究が必要である。

尾崎真奈美先生(相模女子大学)・ポジティブ心理学で扱われる美德としてのスピリチュアリティ、つまり「人生の目的、意味、つながり」は、たしかに健康に貢献することが知られているが、自己超越的スピリチュアリティの次元においてはそうとは限らない。スピリチュアリティは本質的に、心身を超越するからである。ここで、心身を超越した広義のスピリチュアルヘルス、大いなる存在あるいは本来の自己とのつながり回復を「インクルーシブポジティブティ」として提出し、「明け渡し」の意義を強調した。

伊藤義徳先生(琉球大学)・はじめにスピリチュアリティは、特定の状況下における認知的な活動により

一定の行動が動機づけられる、認知的スキルであるとの見方を示した。そのうえで、スピリチュアリティの特徴として「他者とながらついている感覚」があることを指摘した。

次に、同様の感覚が特徴となる概念として「セルフ・コンパッション(self-compassion)」を取り上げ、この概念の研究動向を示したうえで、そこから示唆されるスピリチュアリティの可能性と限界について論じた。以上の話題提供に対して、司会者であり指定討論者でもある稲松信雄先生(東邦大学)は、次のようなコメントをされた。

「健康にとって、霊性問題がいかに重要な課題であるか、話題提供者の方々の発表を聞かせていただいていたその感を強くしました。私は平成元年の健康心理学会第2回大会の準備委員長を引き受け、特別講演を『行と健康』のタイトルで、日本で最も厳しい登山行を成し遂げられた高僧にお願いしました。そのとき『行』とは霊性(スピリチュアリティ)を発揮する行為、ひいては、それが健康を確立する基盤となると考えていました。

今回、若い話題提供者が企画者の意図を十分理解し、真剣に取り組まれたことうれしく思いました。聴衆のみなさんも熱心に聞かれており、今後、健康心理学会がスピリチュアリティと健康問題を重要課題として取り組む契機になることを期待したいと思えます」。