# あとがき

私は，早稲田大学第一文学部心理学専修に進んだ３年生のときから，その後恩師となる春木　豊先生の存在は知っていたが，特に話をする機会はなかったものと思う。先生とはっきりと面識をもつに至ったのは，早稲田大学大学院文学研究科心理学専攻博士前期課程に入学した後に，行動療法の講義を受講したときである。春木先生の飾らない人柄と行動理論，行動療法は，私の目には新鮮に映り，その後の私の進路にも大きな影響を与えた。先生は，時には厳しいことをおっしゃるが，私の為だとわかるので，これまで反発するような気持ちになったことはほとんどない。むしろ，先生とお話していると，なぜか来談者中心療法を受けているような感覚になるのである。

たぶん，もし春木先生と出会っていなかったら，行動理論，行動療法との出合いもなかっただろうし，研究者になることもなかっただろう。人との出合いは偶然である。だから，この出合いは幸運だったと思う。

研究者になってからは，せめて早く学位論文を完成して恩師に主査として審査していただくことが，恩師に報いることだとはわかっていた。だが，広島大学総合科学部から早稲田大学人間科学部に移って，当時日本では全く未開拓に等しかった認知行動療法の研究を始めてからは，何年にも渡って研究上のスランプに陥ってしまった。この間は，失敗したり，うまくいかないことも多かった。しかし逆に，そこから学んだことも多い。また，幸いそのような状況のなかで，優秀な学生，大学院生との出合いにも恵まれ，私と共同研究者による，自己教示訓練とシャイネスをめぐる一連の研究がようやく軌道に乗るようになってきた。私の学位論文は，いわば私と共同研究者が共に歩んできた足跡をまとめたものである。

このような訳で，私が今日研究者としてあるのは，まずは春木　豊先生のお陰である。また，私と研究を共にしてきた（元）大学院生である，鈴木裕子さん，関口由香さん，太田ゆずさん，長江信和君，伊藤義徳君，増田智美さん，金築　優君をはじめとして，私を支えてきてくれた全ての学生，大学院生の存在抜きには私の研究は語れない。

振り返ってみると，そもそも大学院時代に，専門分野が異なっていながらも，春木先生と私の研究を見守り，励ましてくださったのは，当時の指導教授の本明　寛先生である。そして，私が広島大学総合科学部助手のポストに応募した際に推薦状を書いてくださったのも本明先生であった。先生のご恩は決して忘れないつもりである。

私が，広島大学総合科学部に勤務して出会った上里一郎先生からは，大学教官（教員）としての研究や仕事のしかたを学んだ。そして私が早稲田大学人間科学部に移ってからも，何かと目をかけていただき，恐縮する思いである。

早稲田大学人間科学部の同僚である門前　進先生とは，同じ臨床心理学専攻とはいっても，門前先生の専門は催眠療法と精神分析で，私のそれは行動療法と認知行動療法で，かなり異なる。それにもかかわらず，なぜか相性がよく，学位論文の作成についても随分励ましていただいた。

同じく早稲田大学人間科学部の同僚である坂野雄二先生とは，互いに大学院生だった頃からの知り合いだが，学位論文の作成にあたっては，的確で実際的なアドバイスや示唆を多くいただいた。実は，坂野先生と私は年齢も近く，互いに率直にものを言い合えるためか，あるいは，ライバル意識や私の坂野先生に対するコンプレックスのためかよくわからないが，必ずしも人間関係がしっくりいかないときもあった。しかし今さらこのような言い方をするのは坂野先生に失礼かとは思うが，私が坂野先生を研究者としてはただ者ではないと思ってきたのは事実である。また，そのような先生が私の身近にいてくださったことで，大いに刺激を受けてきたことも確かである。近頃私は先生のことをよき友人，先輩だと思っている。

今学位論文を書き終えるにあたってあらためて考えてみると，学生時代から今日まで私の研究生活が，上に述べてきたように，さまざまな人たちによって支えられてきたことを思い起こす。この機会にこれら全ての人たちに深い感謝の念を捧げるものである。とりわけ，春木先生には学位論文の主査を，上里先生，門前先生，坂野先生には副査をおひきうけいただき，ここにあらためてお礼を申しあげる次第である。なお，最後になったが，日頃私の研究生活に限らず，さまざまな面において，私を心理的に支えてくれている妻由美子と息子晶寛に，この機会を借りて感謝の意を捧げたい。

2002年3月吉日

根建金男