

令和元年6月14日現在

機関番号：34416

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2018

課題番号：16K04403

研究課題名(和文) 傾聴を中心とした心理療法「パーソン・センタード・セラピー」の効果の検討

研究課題名(英文) Examination of inherent effects of dialogue-based Person-Centered Therapy

研究代表者

中田 行重 (Nakata, Yukishige)

関西大学・心理学研究科・教授

研究者番号：00243858

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,300,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的はPerson-Centered Therapy固有の効果を測る質問紙を作成することである。第1の作業はRogersの過程概念のほかPCT固有の効果に関する様々な資料を収集した。第2の作業としてこれらの中から質問項目を取り出したり作成したりした。第3にそれらのうちから適切な項目を選び出し、64項目の質問紙を作成した。基準関連妥当性の算出のため、一般的な心理療法の効果の測度として34項目のCORE-OMを加え、最終版は98項目となった。520名への調査結果を因子分析し、5因子を得た。更に基準関連妥当性を算出するためにCORE-OMのスコアを用いて相関分析を行った。

研究成果の学術的意義や社会的意義

わが国初の心理の国家資格である公認心理師資格制度が始まり、心理援助サービスに対する国民の期待は一層高まることが予想される。心理の専門技能の1つが心理療法やカウンセリングである。昨今は認知行動療法に代表される、セラピストが相談者に専門的な技法を処方する方法が盛んに行われている。その一方で、自分の苦悩にそのまま耳を傾け、受容・共感される傾聴を求める相談者は今でも多く、そのようなアプローチの代表であるパーソン・センタード・セラピー(PCT)の意義は大きい。助言もないのに、話を聞いてもらうだけで支えを与え、そのPCTは、クライアントの内面で何が起るのか、その固有の効果測定のツールを本研究は作成した。

研究成果の概要(英文)：The study aimed to develop an inventory which can measure inherent effects of Person-Centered Therapy(PCT). The first task was to collect as many materials including inventories as possible that are relevant to effects of PCT. The second was to pick up and make as many items as possible out of those materials. The third was to choose the appropriate items out of those and make an temporary inventory which turned out to consist of 64 items. Added was 34 items of CORE-OM inventory to measure criterion-related validity, which eventually led to development of final version of PCT-effect inventory with 98-items. It was administered to 520 participants, the data of which was analyzed with factor analysis generating 5 factors. Correlation analysis was also used together with CORE-OM scores to further provide criterion-related validity.

研究分野：心理療法

キーワード：パーソン・センタード・セラピー 傾聴 固有の効果 質問紙 因子分析 CORE-OM プロセススケール

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

## 1. 研究開始当初の背景

職場や家族の人間関係や、過重な労働などから、心身を病み、心理療法やカウンセリング(以後、「心理療法」で統一)を受ける人が増えている。また、公認心理師の国家資格化が決定し、心理療法のニーズに応えられる優秀なセラピストあるいはカウンセラー(以後、「セラピスト」で統一)の育成がこれまで以上に重要な課題となっている。

心理療法の学派は数多く、200とも300とも言われているが、その中で従来から心理療法の代名詞のように言われている最も大きな学派の1つが、Rogers, C.によるパーソン・センタード・セラピー(Person-Centered Therapy)である。これは認知行動療法などのように、症状別に技法を用いるのではなく、セラピストがクライアントや患者(以後、「クライアント」で統一)に対して受容、共感的理解をベースにした傾聴によって、クライアント自ら、問題解決の方法に気づき、そこから、心理的な成長および、それに伴う症状の消失などの効果を期待するものである。

パーソン・センタード・セラピーは、心理カウンセリング施設はもとより、精神科や心療内科などの医療機関、児童養護施設や若者の自立支援施設などの福祉施設、職場内メンタルヘルスのためのリワークや産業カウンセリングなど、幅広い職場の対人援助職の基本的な技術と考えられている。

ところが、その効果については西欧においては、ランダム化比較試験により他学派の心理療法や、薬物療法との比較が行われている(例えば、Elliott, 2013ほか多数)。しかし、そこで用いられている効果測定のための測度はBDI(Beck Depression Inventory)やSTAI(State-Trait Anxiety Inventory)のように症状の改善度を測るものが中心である。これらが用いられるのは他学派や薬物療法との比較のためであり、それはパーソン・センタード・セラピーの効果の一つの側面を見るためには重要な方法である。

しかし、症状の改善度を見るだけでは、パーソン・センタード・セラピーのもう一つの重要な側面であるところの心理的成長を見ることが出来ない。クライアントが心理的にどのような成長をするのか、を測定する研究方法を開発する必要がある。

## 2. 研究の目的

本研究は、国家資格化される心理職“公認心理師”の誕生によって、今後一層、有能なセラピストの訓練が必要であるとの認識に鑑み、傾聴を中心とする心理療法「パーソン・センタード・セラピー」(PCT)の効果測定の方法の開発を目的とする。具体的な達成目標として1) その効果測定の問題紙の作成、2)セラピー・プロセスの明確化、3)セラピスト・トレーニングの方法論を開発、を掲げる。

## 3. 研究の方法

問題紙作成の第一課題は、PCTの固有の効果に関係すると思われる素材(問題紙や事例、理論)を収集した。クライアント中心療法によるクライアントの変化をRogersが概念化した過程概念とプロセススケールの研究も検討した。このほか自己実現スケールや同化/調節意味創造スケール、FMS、問題意識性スケール、心的外傷後成長スケール、ストレス関連自己成長スケール、構造拘束性スケール等の問題紙を収集した。加えてPCTの事例研究もチェックした。第二の課題は、これらのスケールなどから質問項目を取り出し作り出したりすることであった。第三の課題として行ったのはそれらのうちから適切な項目を選び出し、最終版の問題紙を作ることであった。問題紙はできるだけ広く、実践上重要でなおかつ、理解しやすいものになるようにと、項目を加えたり削除したりした。最終的に64項目に絞り込んだ。基準関連妥当性を出すために、一般的な心理療法の効果を用いて相関分析を行う必要があり、34項目で4因子のCORE-OMを

加えることにした。結局、最終版は 98 項目の質問紙となり、IE-PCT (Inherent effect of PCT) と命名した。質問紙は印刷とウェブ入力 of 2 つの版を準備した。520 名への調査結果を因子分析した。更に基準関連妥当性を算出するために CORE-OM のスコアを用いて相関分析を行った。

#### 4. 研究成果

因子分析の結果、次の 5 つの因子が得られた。第 1 因子：自分の体験を信頼する、第 2 因子：自分の体験に意味を見い出す、第 3 因子：事態を受け止める、第 4 因子：人間を信頼する、第 5 因子：自分への問題意識。これらはいずれも症状そのものを減らすものではない。では、臨床的にはどのように関連しているかを、CORE-OM との相関分析から見ると、IE-PCT の第 1 ~ 4 因子はセラピーのプラスの効果への相関が、また第 1、3、4 因子は CORE-OM のネガティブな側面と負の相関があった。これら 3 つの因子が問題や症状の直接的な減少を示していないことから、PCT による効果とは、自分の体験を信頼したり、体験に意味を見出したり、事態を受け止めるという、直接的な症状減少ではないにもかかわらず、そのような症状や問題行動を抑制することにつながっていることが示唆された。

#### 5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計13件)

中田行重(2019) 医療モデルの心理療法にはない PCT の意義 : Hawkins による被虐待児に関する論考の紹介, 関西大学心理臨床センター紀要 10, 85-91. 査読無

中田行重(2019) パーソン・センタード・セラピーの現状と効果研究について : 海外の状況から考える, 関西大学心理臨床センター紀要 10, 75-84. 査読無

小野真由子・並木崇浩・山根倫也・中田行重(2019) Person-Centered Therapy におけるリフレクションの新たな考え方, 関西大学心理臨床センター紀要 10, 65-73. 査読無

山根倫也・中田行重(2019) Person-Centered Education の成果と課題 : Cornelius (2007) のメタ分析の紹介から : 教師の一致に着目して, 関西大学心理臨床センター紀要 10, 53-63. 査読無

中田行重・斧原藍・白崎愛里(2019) Person-Centered Therapy における心理的接触のあり方 : Relational depth での出会いとは, 関西大学心理臨床センター紀要 10, 41-51. 査読無

白井祐浩・金子信一・湯田翔悟・鎌田政志・深江渚・間所佳奈・濱村星花(2019) 大学院におけるセラピスト訓練で何を学ぶのか-大学院教育における効果の分類-, 志學館大学人間関係学部研究紀要, 40, 45-56. 査読無

押江隆・池ヶ谷采佳・玖村奈美・山根倫也・坂本和久・矢瞳慶次郎・南和宏・白石潤一・香川実穂(2019) 地域に " つながり " を促進することを目的に実施した心理臨床ワークショップの検討 PCA グループおよびコミュニティ臨床の視点から, 山口県立大学学術情報, 12(高等教育センター紀要, 3), 25-35. 査読無

中田行重・蒲生侑依・中臺一樹・野村明希・山島陽香・尾浦有梨・平野秀幸・見澤行子(2018) McGuire のクリアリング・スペース法を用いた Coffeng による PTSD 論, 関西大学心理臨床センター紀要 9, 95-103. 査読無

中田行重・斧原藍・白崎愛里(2018) 多元性に着目した Person-Centered self 理論の新たな展開 : Configuration とは何か, 関西大学心理臨床センター紀要 9, 85-93. 査読無

中田行重・秋山有希・大田由佳・大谷絵里・中森涼太・長尾海里(2017) パーソン・センタード・セラピーによる PTSD への対応と心的外傷後成長についての理論, 関西大学心理臨床センター紀要 8, 89-99. 査読無

中田行重・蒲生侑依・中臺一樹・野村明希・望月大輔・山島陽香(2017) 非指示性を重視するパーソン・センタード・プレイセラピー, 関西大学心理臨床センター紀要 8, 101-110. 査読無  
今林優希・岡田和典・岡田朋美・川崎智絵・中田行重(2017) 指示的な治療環境においてクライエント・センタード・セラピストが非指示的であること ~ Sommerbeck の論文(2012)の要約と考察 ~. 関西大学心理臨床センター紀要 6, 97-105. 査読無  
登根綾香・大石英史(2017) 大学生における過剰適応とフォーカシング的態度に関する研究. 山口大学大学院教育学研究科附属臨床心理センター紀要, 7, 17-27. 査読無

[学会発表](計 13 件)

Nakata, Y., Oishi, E., Oshie, T. & Shirai, M.(2018) Development of an inventory measuring an inherent effect of PCT, 13th World Conference for Person-Centered and Experiential Psychotherapy and Counseling (Vienna, 口頭発表)

大石英史・本山智敬・村山正治(2018) オープンダイアログとパーソンセンタード・アプローチが会うところに何が生まれるか, 日本人間性心理学会第 37 回大会(口頭発表)

Shirai, M.(2018) A way of being as therapist: Through cases of Therapist Centered Training for beginning school counselors, World association for Person -Centered and Experiential Psychotherapy and Counseling 第 13 回大会 (Vienna, 口頭発表)

Oshie, T.(2018) A challenge to unconditional positive regard for communities: facilitating hope beyond pathological frame of reference, 13th World Conference for Person-Centered and Experiential Psychotherapy and Counseling (Vienna, 口頭発表).

斧原藍・白崎愛里・中田行重(2017) “パーソン・センタード” とは何か - その輪郭の明確化に向けて (2) -, 日本心理臨床学会第 36 回大会(口頭発表)

中田行重・斧原藍・白崎愛里(2017) “パーソン・センタード” とは何か - その輪郭の明確化に向けて (1) -, 日本心理臨床学会第 36 回大会(口頭発表)

押江隆(2017) 挫折体験のストレス評価と問題意識性, フォーカシング的態度および外傷後成長との関連の検討 日本心理臨床学会第 36 回大会(ポスター発表)

押江隆・山根倫也・坂本和久・玖村奈美(2017) 体験過程スケールによるリフレキシブ PCAGIP のプロセス研究, 日本人間性心理学会第 36 回大会(口頭発表)

白井祐造・湯田翔悟・深江渚・間所佳奈(2017) 大学院におけるセラピスト訓練で何を学ぶのか - 大学院教育における効果の分類 -, 日本心理臨床学会第 36 回大会(口頭発表)

押江隆・藤田洋子(2016) PCAGIP 法にパーソン・センタード・スーパービジョンを組み合わせた「リフレキシブ PCAGIP」の開発, 日本心理臨床学会第 35 回大会(口頭発表)

押江隆(2016) 挫折体験の意味づけとフォーカシング的経験および外傷後成長との関連の検討, 日本人間性心理学会第 35 回大会(口頭発表)

北田朋子・白井祐造(2016) 十分に機能するセラピストへの歩み - セラピスト・センタード・トレーニングとその後のプロセス -, 日本人間性心理学会第 35 回大会(口頭発表)

Shirai, M., Yoshino, M. & Mihoko, K. (2016) How can we train beginner 's therapist in Person Centered Approach Orientation? -Effective reconfirmation for own therapist identity by Therapist Centered Training -,World association for Person-Centered and Experiential Psychotherapy and Counseling 第 12 回大会 (New York, 口頭発表)

〔図書〕(計0件)

〔産業財産権〕  
出願状況(計0件)

名称：  
発明者：  
権利者：  
種類：  
番号：  
出願年：  
国内外の別：

取得状況(計0件)

名称：  
発明者：  
権利者：  
種類：  
番号：  
取得年：  
国内外の別：

〔その他〕  
ホームページ等

## 6. 研究組織

### (1)研究分担者

研究分担者氏名：白井 祐浩  
ローマ字氏名：Shirai, Masahiro  
所属研究機関名：志學館大学  
部局名：人間関係学部  
職名：講師  
研究者番号(8桁)：10552234

研究分担者氏名：押江 隆  
ローマ字氏名：Oshie, Takashi  
所属研究機関名：山口大学  
部局名：教育学部  
職名：准教授  
研究者番号(8桁)：20634752

研究分担者氏名：大石 英史  
ローマ字氏名：Oishi, Eiji  
所属研究機関名：鹿児島大学  
部局名：法文教育学域臨床心理学系  
職名：教授  
研究者番号(8桁)：80223717

### (2)研究協力者

研究協力者氏名：  
ローマ字氏名：

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。