様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　元 年　 ６ 月 １９ 日現在

機関番号：３４６０１
研究種目：若手研究(B)
研究期間：2016～2018
課題番号：１６Ｋ１７３４８

研究課題名（和文）カウンセリング技法トレーニングの発展に関する研究：マイクロカウンセリングの洗練化

研究課題名（英文）Research on the development of counseling skills training: refinement of microcounseling

研究代表者
河越　隼人（Kawagoshi, Hayato）

帝塚山大学・心理学部・准教授

研究者番号：４０６３１９４０

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　1,000,000円

研究成果の概要（和文）：　本研究は，カウンセリング技法トレーニングの代表的なプログラムの1つである，マイクロカウンセリングの訓練効果を明確に捉え，より精緻なトレーニング方法へと発展させることを目的としたものである。このため，1）マイクロカウンセリングの訓練によって獲得されたカウンセリング技法の援助機能を測定するための尺度の作成，2）基礎的なカウンセリング技法の1つである感情の反映技法を指標とした訓練前後の援助効果の比較，3）解説訓練とモデリング訓練による感情の反映技法の習熟度および援助効果の関連，について検討を行った。

研究成果の学術的意義や社会的意義
　本邦における，カウンセリングのニーズは，医療，教育，産業，司法といった多様な領域で高まっている。近年では，公認心理師という国家資格も誕生しており，このような潮流の中で，マイクロカウンセリングはより一層重要な役割を担うと予測される。マイクロカウンセリングの発想は，あらゆる領域におけるカウンセリング教育の支柱となり得るものである。本邦におけるカウンセリング技法の訓練や教育の方法については模索が続いており，具体的な効果を示す研究は数少ないが，マイクロカウンセリングの発展によって，心理臨床家をはじめ，カウンセリング技法を必要とする様々な職種の育成がより効果的に行えるようになるであろう。

研究成果の概要（英文）：　The purpose of this study was to clarify the training effects of microcounseling, which is one of the representative programs of counseling skills training, and to develop it into a more elaborate training method. Therefore, this study examined the following: (1) development of the scale to measure the function of counseling skills obtained by microcounseling, (2) comparison of the effects before and after training using the reflection of feelings as index, and (3) the relationship between the proficiency and the effect of reflection of feelings by introduction and modeling training.

研究分野：カウンセリング心理学

キーワード：マイクロカウンセリング　感情の反映技法　モデリング

１．研究開始当初の背景

マイクロカウンセリングは，カウンセリング技法を効果的に習得するために開発されたカウンセラー養成プログラムであり（Ivey, 1971），その内容は数多くの言語に翻訳され，カウンセリング技法訓練として世界的に広く用いられている（Ivey, Ivey, & Zalaquett, 2014）。マイクロカウンセリングでは，カウンセリングに共通するカウンセラーの基本的な技法を一つひとつ明確に定義しており（例えば，質問技法，いいかえ技法，感情の反映技法），これらはあらゆる学派のカウンセラーが学ぶべき必須のものであるとしている。

本邦においても，カウンセリングのニーズは，医療，教育，産業，司法といった多様な領域で高まっており，公認心理師という国家資格の誕生にも至っている。このような潮流の中で，マイクロカウンセリングはより一層重要な役割を担うと予測される。マイクロカウンセリングの発想は，統合的カウンセリングの視点を持つものであり，あらゆる領域におけるカウンセリング教育の支柱となり得るものである。心理臨床領域をはじめ，本邦におけるカウンセリング技法の訓練や教育の方法については模索が続いており，具体的な効果を示す研究は数少ないが，本研究は実証的にマイクロカウンセリングの有効性を検討するものであり，カウンセリング教育の共通基盤を作り上げるユニークな研究である。

２．研究の目的

マイクロカウンセリングの訓練プログラムは，“解説，モデリング，練習，フィードバック”で構成されているが，この中でもモデリングの果たす役割は大きいとされる（Daniels, 2007）。モデリングは，観察によって様々な事柄を効果的に学習することを可能にするが，これを初めてカウンセラートレーニングに取り入れたのがマイクロカウンセリングである（福原，アイビイ，アイビイ，2004）。

マイクロカウンセリングにおけるモデリングのプロセスに着目することは，その訓練をより精緻なものへと発展させるためには不可欠なことである。しかし，モデリングのプロセスを促進する方略を研究する上で問題となるのが，その訓練効果の評価方法である。カウンセリング技法の訓練において，その評価指標はいくつか存在するが（河越，2014），本研究ではカウンセリング場面でのクライエントに対する援助機能が果たされることが重要であると捉え，この観点からマイクロカウンセリングの訓練効果を検討することとする。

前述のことを踏まえ，本研究では，1）マイクロカウンセリングの訓練によって獲得されたカウンセリング技法の援助効果を測定するための尺度の作成，2）基礎的なカウンセリング技法の 1 つである感情の反映技法を指標とした訓練前後の援助効果の比較，3）解説訓練とモデリング訓練による感情の反映技法の習熟度および援助効果の関連，について検討を行った。

３．研究の方法

（1）カウンセリング技法の援助効果を測定するための尺度作成

カウンセリングおよび心理療法に関するカリキュラムを修めている大学院生 3 名にマイクロカウンセリングに関するテキストを精読させ，その後に「一般的に傾聴がカウンセリング場面で果たすと考えられる役割」を自由記述によって書き出すよう依頼した。さらに，自由記述で得られた結果を KJ 法の手続きによって分類させた。これによって抽出されたカテゴリーを適切に表現する質問項目を作成し，カウンセリング技法の援助効果を測定するための尺度とした。

（2）感情の反映技法を指標とした訓練前後の援助効果の比較

心理学を専攻する大学生を対象に，マイクロカウンセリングによる感情の反映技法の訓練を行った。訓練の前後それぞれにおいて，2 人 1 組で模擬カウンセリングを実施させ，カウンセラー役はクライエントの話題に対して感情の反映技法を用いて応答するように教示した（訓練前は感情に寄り添うように応答することを教示した）。さらに，感情の反映技法がもつ援助機能の程度を測定するため，クライエント役を終えた直後に，実験参加者には上記で作成した尺度に回答するように指示した。

（3）解説訓練とモデリング訓練による感情の反映技法の習熟度および援助効果の関連

マイクロカウンセリングで扱われる感情の反映技法を解説とモデリングによって大学生に習得させ，その習熟度の測定と，習熟度の差による援助効果の違いを検討した。心理学を専攻する大学生を対象に，解説による訓練の後にモデリング訓練を受けた群（解説→モデリング群），モデリング訓練の後に解説による訓練を受けた群（モデリング→解説群）に分け，感情の反映技法を習得させた。各訓練の直後に，感情の反映技法の効果を体験する模擬カウンセリングを実施させ，クライエント役を演じた際にその技法にどの程度援助効果があったと思うかを上記で作成した尺度によって評価させた。なお，カウンセラー役の技法の習熟度については，援助効果の評価後に，模擬カウンセリングを共に実施したカウンセラー役とクライエント役で協議させ，10 段階で評価させた。

４．研究成果

（1）カウンセリング技法の援助効果を測定するための尺度作成

カウンセリング技法の援助効果を測定するための項目を収集した結果, 情報整理, 共通理解, 会話促進, 情緒安定, 信頼形成, 不満解消という 6 つのカテゴリーに集約された。本研究では, この 6 つのカテゴリーそれぞれについて，対象のカウンセリング技法がどの程度役立つと思うかを 7 件法（1：全くそう思わない～7：非常にそう思う）で評価するための以下の測定項目を作成した。

①情報整理：Cl.が語った内容を整理し，明確にする。
②共通理解：Cl.との齟齬をなくし，Co.の理解の程度を確認する。
③会話促進：話題を変えることなく，Cl.の自主的な発話を促す。
④情緒安定：Cl.の混乱した気分や情緒を落ち着かせる。
⑤信頼形成：Cl.を支持し，安心して話ができる雰囲気をつくる。
⑥不満解消：Cl.の聴いてほしい気持ちに応え，不満を解消する。

（2）感情の反映技法を指標とした訓練前後の援助効果の比較

心理学を専攻する大学生 20 名を対象に，感情の反映技法を習得させた実験では，模擬カウンセリング内でカウンセラー役が用いた技法の援助効果を作成した尺度で評価させ，訓練前後でその変化を比較した結果，全てのカテゴリーの得点が上昇した。また，心理学を専攻する大学生 24 名を対象にした実験では，クライエントを演じた際に，作成した援助効果を評価する尺度に加え，用いられた感情の反映技法によってどの程度感情が賦活されたかを評価させたところ，訓練後のカウンセラーはクライエントの感情を十分に賦活させることができ，それによってクライエントの情報整理や情緒安定の程度がより高まることが示唆された。これらの結果から，マイクロカウンセリングによる訓練を受けた者は，クライエントに対する援助効果の高いカウンセリング技法を習得できることが示唆された。

（3）解説訓練とモデリング訓練による感情の反映技法の習熟度および援助効果の関連

心理学を専攻する大学生 26 名を対象に，解説による訓練の後にモデリング訓練を受けた群（解説→モデリング群，12 名），モデリング訓練の後に解説による訓練を受けた群（モデリング→解説群，14 名）に分け，感情の反映技法を習得させた。結果について，まず，訓練による感情の反映技法の習熟度に違いを検討したところ，解説による訓練のみを受けた者よりもモデリング訓練のみを受けた者の習熟度がより高いと評価されていた。しかし，解説→モデリングという流れで訓練を受けた者と，モデリング→解説という流れで訓練を受けた者の最終的な習熟度の評定には差がみられなかった。次に，感情の反映技法の習熟度による援助効果の差を検討したところ，習熟度が高いと評価されたカウンセラー役がより援助的であるとクライエント役から評価されていた。

以上，カウンセリング技法の習熟度の高さが援助効果につながることが示されたことから，その訓練方法が重要であるといえる。そして，その訓練方法については，解説よりもモデリングの方がより高い効果を有するが，両訓練を受けることで効果は最も高くなるため，それぞれの訓練で相互に補完し合うことが最効率であることが示唆された。

＜引用文献＞

Daniels, T. (2007). Research on microcounseling: 1967 to present, in T. Daniels, & A. E. Ivey (eds.), *Microcounseling: Making skills training work in a multicultural world.* Springfield, IL: Charles C. Thomas, pp. 62-105.

福原 眞知子・アレン，E．アイビイ・メアリ，B．アイビイ (2004). マイクロカウンセリングの理論と実践　風間書房

Ivey, A. E. (1971). *Microcounseling: Innovation in interviewing training.* Springfield, IL: Thomas.

Ivey, A. E., Ivey, M. B., & Zalaquett, C. P. (2014). *Intentional interviewing & counselling: Facilitating client development in a multicultural society. 8th ed.* Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

河越隼人 (2014). 日本における実証的研究を中心としたマイクロカウンセリング研究の動向と展望　マイクロカウンセリング研究，*9*，13-28.

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕（計　１　件）

1. 河越 隼人　感情の反映技法が有する感情の賦活機能に関する研究―いいかえ技法との比較を通じて―　マイクロカウンセリング研究　13 巻　pp30-37.　2018 年　査読有

〔学会発表〕（計　３　件）

1. 河越 隼人　マイクロ技法が有する感情の賦活機能―感情の反映技法といいかえ技法に着目して―　日本マイクロカウンセリング学会平成 29 年度第 10 回学術研究集会　2018 年
2. 河越 隼人　カウンセリングの研究について―マイクロカウンセリング研究を考える―日本マイクロカウンセリング学会平成 28 年度第 9 回学術研究集会　2017 年
3. Hayato Kawagoshi　Development of the functions of active listening scale　The 31st International Congress of Psychology　2016.

※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。