

令和 6 年 6 月 13 日現在

機関番号：32617

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2017～2023

課題番号：17K04411

研究課題名（和文）クライアントのニーズと選好を尊重した臨床心理援助実践のあり方に関する総合的研究

研究課題名（英文）The comprehensive study about effective psychotherapy or psychology support for clients, from the view point of respectfully taking client's needs and preferences into account.

研究代表者

藤田 博康（FUJITA, Hiroyasu）

駒澤大学・文学部・教授

研究者番号：80368381

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）： 主要な心理療法・カウンセリング理論の治療機序や手法等の体系的把握、心理臨床家のオリエンテーションとクライアントのニーズや選好のマッチング、およびその治療援助の有効性の検討、苦悩やストレスの軽減に対して役立つとされている一般的取り組みやセルフヘルプ手法と、専門的な心理臨床援助の接点等に関する考察等を踏まえて、研究代表者・研究分担者が、それぞれクライアントのニーズや選好を尊重しつつ、援助効果を最大限に高めるような実践のあり方について実務を踏まえた検討を行い、クライアントのために本当に役立つカウンセリング、実践的有効性の高い心理支援とはいかなるものかに関する知見を深めた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

カウンセリングや心理支援に携わる専門家が、これまで以上に、支援対象者のニーズや適合性、アカウンタビリティやインフォームド・コンセントを重視して心理支援を行う意識を高めるとともに、広く国民がカウンセリングや心理支援に関する知見を豊かにし、国民のメンタルヘルス向上にも貢献が期待される。

研究成果の概要（英文）：Based on the systematic understanding about theories and methods of several type of psychotherapies, matching psychotherapist's orientation and client's needs or preferences, and finding common factors between variety of self-help methods or attempts of clients and traditional psychotherapy interventions, how psychotherapies come to more effective as well as what a really useful psychological support should be were considered.

研究分野：カウンセリング心理学

キーワード：協働的心理支援 統合的アプローチ 実践的有効性

様式 C - 19、F - 19 - 1 (共通)

1. 研究開始当初の背景

我が国において、うつや不安などの心理的苦悩や、精神的ストレス等への対応策として、カウンセリングや心理療法が人口に膾炙しつつあり、より多くの国民が専門的臨床心理援助を受ける機会が増大している。

しかし、各心理療法諸理論が、いかなる方法で、いかなる改善を目指しているのかについての利用者の理解はまだ不十分であり、良くも悪くも専門家が依拠学派に基づいて示す判断や方針のままに、クライアントが応じているケースが多い。

特に歴史的にクリニック・モデルを前提とした特定学派のオリエンテーションの影響力が強い我が国における心理臨床実践は、どんな心理的不調にどんなアプローチや心理的介入手法が効果的かというエビデンスに基づいたものというよりも、むしろ、各専門家の視点や関心が優先され、クライアント本人や家族などのニーズや期待とはかけ離れた治療的介入や心理援助が行われてしまう可能性が少なからずあるという指摘もある。そもそも、基本的倫理として、クライアントや家族が受ける介入援助については、十分な説明を行ったうえで、対象者の納得や同意を得る必要がある。

近年の実証的研究によると、あるクライアントに対して有効な心理援助の方法はいくつもあり、セラピストとクライアントがその方法について合意している場合が、最も援助効果が高いとされる。さらに、回復が顕著な事例では、クライアント自らが、苦悩や心理的問題への対処として、自分の体験や知恵を生かして、セラピーによる専門的手法にとどまらない日常的な活動や何らかの取り組みを行っていることが明らかになっている。

よって、これからの心理臨床支援は、有効とされてきた種々の心理療法の基本的な考え方や具体的手法を利用者に分かりやすく開示し、一人ひとりのニーズや意向を十分に尊重するとともに、専門的手法にとどまらない日常的な知恵や取り組みをも生かして、クライアントの心理的不調の改善やメンタルヘルスの維持、日常生活上のウェルビーイングの向上などを見据えたものであるべきであろう。

2. 研究の目的

本研究は、利用者のウェルビーイングに資する心理臨床援助実践の実現を目指し、1) 多様な心理療法及びカウンセリング理論の治療機序や手法等を体系的に整理し、一般人にもわかりやすく伝える 2) 心理臨床家の志向性や専門性とクライアントのニーズや選好のマッチング状況やその功罪を検討し、3) ストレスや苦悩の軽減のための人々の一般的な取り組みやさまざまな日常的手法と専門的心理援助との接点を見出し、4) それらを踏まえて、種々の心理援助機関や関連組織等において、ユーザーフレンドリーな心理臨床援助のあり方やその効果、加えて、専門家教育のあり方などを総合的観点から検討することを目的とした。

3. 研究の方法

以上の研究の背景・目的を踏まえ、1) 文献調査および学会や研究会参加による情報収集による問題点や検討課題の整理、2) 心理支援に携わっている専門家(公認心理師・臨床心理士)への質問紙調査(セラピストの援助介入方針と、クライアントのニーズや抱える問題との整合性や治療援助効果への意識等について)、3) 実際の心理臨床事例を素材にした検討(事例提供者を含めた合議的な質的検討)などを行った。

4. 研究成果

(1) 質問紙調査;

対象者は、実践経験5年未満から20年以上まで、5年間隔でおおむね均等の人数。拠り所としている心理療法オリエンテーション(複数上げた回答者には主要なものを示してもらった)の内訳は、クライアント中心療法(約40%)、心理力動的療法(約30%)、認知行動療法(約10%)、システム療法・ブリーフセラピー(約10%)、不明・その他(約10%)であった。

うち、「自分の拠り所とする理論が役に立たないことがしばしばある」と回答したのは、全体の47%で、約半数近くが、心理支援実践において依拠理論やそれに基づいた介入がしばしば功を奏してしない(役に立たない)という自覚を持っていた。逆に半数強(52%)は「役に立たないことがある」という自覚がなかった。

経験年数別には、5年未満の者の約40%、5~10年未満の約30%、10~20年未満の約50%、20年以上の約80%に、「役に立たないことがしばしばある」という自覚があり、初心時を除き、経験を積むにしたがって、依拠理論の限界を自覚するようになることが示された。

役に立たないときにはどうするかという質問に対しては、その対応策として「ケース・スーパービジョンや事例検討を受ける」がほとんどであった。その他、少数意見として、「(クライアントのニーズや求めていること、意向とこちらの方針が合わない際には、理論的な前提や枠組み、それに基づく介入方法をクライアントに理解してもらおう」という回答があったが、「クライアントのニーズや意向、選好などに応じて、こちらのアプローチを考え直す」という回答は得られな

かった。

また、自分の問題や悩みに対するクライアントの日常的な活動や対処行動、個人的な体験や知恵、その他の取り組みなどを、どれだけ意識・尊重して心理支援に当たっているかという質問には、ほとんど全員が「十分に意識し尊重している」と回答した。ただし、それをどう具体的に個々のケースで実現するかや、依拠する理論的枠組みの中にどう組み込むか等についての意識は低かった。

(2)心理臨床事例を素材とした質的検討；

本研究の観点を踏まえて、約50ケースについて事例提供者を含めた形での合議的質的検討を行った(検討結果を踏まえての心理支援を継続し、その後の経過についても再度、検討した事例を含む)。

まず、問題点として、クライアントの主訴や問題、来談ニーズと、自分の依拠する理論や考え方の適合性を、当初から明確に意識しているケースはごく少数派であった。加えて、依拠理論などに則った、セラピストの治療支援の方針や、主訴や問題に対する理解の仕方、治療や介入の機序に関するわかりやすい説明、さらには支援期間の見通しなどのインフォームド・コンセントを早期の段階で、丁寧に行っているケースはほとんど認められなかった。同様に、クライアントの治療や支援に関する意向や希望の確認や尊重もほとんどなされていなかった。

この点、援助手法に関するわかりやすい説明および、そのうえでのクライアントの理解や納得がなされていない、あるいは不十分であることが大きな要因で、介入支援がうまく機能していないと考えられたケースがあった。それらに関しては、その後の面接において、セラピストの介入支援の方針とクライアントのニーズや意向とのすり合わせを丁寧に行うことを通じて、たとえクライアントの希望すべてに応じることができなくとも、その後のプロセスが好転した事例が複数認められた。

次に、各学派オリエンテーションに特徴的な、介入支援の停滞や行き詰まりのパターンについても検討した。例えば、クライアント中心療法ベースの面接においては、共感的受容的なセラピストの対応により比較的穏やかに面接が継続しているものの、主訴の顕著な改善や具体的な良好な変化が認められず、比較的長期間が経過してしまっているケースや、クライアントが具体的な助言や何らかの答えをセラピストに求めても、それにきちんと対応せず、うやむやにされてしまっているケース、さらには、クライアントが受容され共感されることにもあまりにも慣れたり、当然視してしまい、そうではない関係や状況に不満を持ってしまうなどといった問題が見出された。

心理力動的療法ベースの面接においては、治療支援の方針に関するわかりやすい説明や同意がないまま、セラピストの主導で比較的長期間を前提とするセラピーに関与させられており、かつ、主訴の顕著な改善や具体的な良好な変化が認められないまま、比較的長期間が経過してしまっているケース、内省や洞察が不得手だったり好まないようなクライアントにも、それを暗黙に求め続けているケース、あるいは、クライアントの訴える「(親や配偶者などからの)トラウマ」のストーリーにクライアントはもちろんセラピストもこだわり続けてしまい、クライアントが不幸福感にとどまり続けてしまう、などの問題が見出された。

認知行動療法においては、(コラム法などによる)認知再構成は、思考を頼りにして、自分の思考や認知を考え直すという内的な作業の難しさ、複雑さから行き詰ってしまう、行動変化や行動促進を旨とする介入は、クライアントの意欲やモチベーションに大きく影響され、功を奏しないことがある、成育歴や家族関係などが認知や行動の問題に大きく影響を与えていると考えられる場合にも、現在の問題解決に焦点当てすぎて、介入支援の効果が上がらない、などの問題点が示された。以上の介入支援の停滞や行き詰りに関しても、検討点を踏まえて、その後の関わり方を修正したところ、ケースが好転したとみなされるケースが複数認められた。

また、各学派の理論に沿って、クライアントが日常的に自分で実行することが可能な取り組みについても検討した。例えば、今の等身大のあるがままの自分を受け入れるための具体的取り組み(クライアント中心療法的アプローチ)、心の中の傷ついた小さな子どもに気づき自分で癒すような具体的取り組み(心理力動的アプローチ)、マインドフルネス手法を活用しながら行動や認知を変えていく具体的取り組み(認知行動療法的アプローチ)などが、実際のセラピーにも無理なく組み込めると考えられ、実際の心理臨床実践においてもそれらを試してみたところ、クライアントの意欲やセルフヘルプ能力が高まり、効果があったと思われるケースがあった。

(3)総括；

結論として、効果的なカウンセリング・心理支援は、依拠する学派オリエンテーションを問わず、心の悩みや問題の理解の仕方や介入支援に関するわかりやすい説明、クライアントの考え方や意向、クライアントならではの取り組み方や創意工夫の経験の尊重、それらのすり合わせのうえでの同意や納得を踏まえた、専門家とクライアントの協働が大切であると考えられた。

本研究の課題・展望として、本研究は「真に利用者の役に立つよりよい心理臨床実践の普及」を目指したものだが、実証性がまだまだ不十分であり、パイロット的な位置づけにとどまる。今後、今回得られた知見に基づいて、さらなる実証研究や臨床実践による効果研究等を積みかさねたい。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計13件（うち査読付論文 0件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 藤田博康・大堀彰子・広瀬隆・菊池亨子	4. 巻 第18号
2. 論文標題 クライアントの方々に実際に役立つ心理臨床実践を考える ~異なる立場からの事例の見立て、介入のあり方に関する討論を通して	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 帝塚山学院大学大学院心理教育センター紀要	6. 最初と最後の頁 p45-p64
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 広瀬 隆 ・小野日向子	4. 巻 第3号
2. 論文標題 自閉症スペクトラム傾向をもつ大学生への支援について~被援助指向性・ソーシャルサポートとの関連より	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 帝塚山学院大学研究紀要	6. 最初と最後の頁 p75-p88
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 広瀬 隆	4. 巻 第48巻第3号
2. 論文標題 こころのロボットミーを回避するために	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 精神療法	6. 最初と最後の頁 p339-p340
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 藤田 博康	4. 巻 第48巻1号
2. 論文標題 ある相談室登校の女子中学生から教えられたこと	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 精神療法	6. 最初と最後の頁 p134-p135
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 藤田博康	4. 巻 増刊第8号
2. 論文標題 アサーションと社会構成主義	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 精神療法	6. 最初と最後の頁 50 54
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 藤田博康	4. 巻 48巻1号
2. 論文標題 患者から学ぶ ある相談室登校の女子中学生から教えられたこと	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 精神療法	6. 最初と最後の頁 112-114
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 藤田博康	4. 巻 39巻
2. 論文標題 司法・犯罪分野における個と家族支援における今日的課題	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 家族心理学年報	6. 最初と最後の頁 32 43
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 藤田博康	4. 巻 43
2. 論文標題 事例研究コメント ~共感的に理解することの大切さ	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 上智大学臨床心理研究	6. 最初と最後の頁 189 192
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 大堀彰子	4. 巻 第20巻第2号
2. 論文標題 心身関連の心理臨床	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 臨床心理学	6. 最初と最後の頁 171 175
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 広瀬隆	4. 巻 16
2. 論文標題 事例研究コメント	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 帝塚山学院大学大学院心理教育センター紀要	6. 最初と最後の頁 59 61
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 藤田博康	4. 巻 41
2. 論文標題 情緒的な関わりをもてない家族の問題を抱えた夫婦との合同面接過程に対するコメント	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 上智大臨床心理学研究	6. 最初と最後の頁 99 - 101
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 広瀬隆	4. 巻 14
2. 論文標題 心理療法基礎訓練としてのメンタライジング・アプローチ	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 帝塚山学院大学心理教育相談センター紀要	6. 最初と最後の頁 33-39
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 大堀彰子	4. 巻 14
2. 論文標題 臨床心理分野専門職学位課程における臨床実践実習について	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 帝塚山学院大学心理教育相談センター紀要	6. 最初と最後の頁 123-125
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計2件 (うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件)

1. 発表者名 広瀬隆
2. 発表標題 コンプレックス理論と連想実験-ケース理解のために
3. 学会等名 日本ユング派分析家協会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 大堀彰子
2. 発表標題 治療経過における医師と心理士の役割分担の在り方について考える
3. 学会等名 第35回日本小児心身医学会学術集会
4. 発表年 2017年

〔図書〕 計10件

1. 著者名 M.ウィルキンソン (著) 広瀬隆 (監訳)	4. 発行年 2021年
2. 出版社 木立の文庫	5. 総ページ数 280
3. 書名 セラピーと心の変化 情動・愛着・トラウマ、そして脳科学	

1. 著者名 藤田博康	4. 発行年 2021年
2. 出版社 金子書房	5. 総ページ数 203
3. 書名 幸せに生きるためのカウンセリングの知恵	

1. 著者名 平木典子・藤田博康編著 大堀彰子・広瀬隆ほか	4. 発行年 2019年
2. 出版社 新曜社	5. 総ページ数 227
3. 書名 カウンセリング心理学	

1. 著者名 平木典子・中釜洋子・藤田博康・野末武義	4. 発行年 2019年
2. 出版社 サイエンス社	5. 総ページ数 209
3. 書名 家族の心理	

1. 著者名 藤田博康ほか17名	4. 発行年 2019年
2. 出版社 金子書房	5. 総ページ数 169
3. 書名 心理職としての援助要請の視点	

1. 著者名 藤田博康ほか5名 編集	4. 発行年 2019年
2. 出版社 金子書房	5. 総ページ数 360
3. 書名 児童心理学の進歩 2019	

1. 著者名 藤田博康ほか共編著	4. 発行年 2018年
2. 出版社 金子書房	5. 総ページ数 520
3. 書名 家族心理学ハンドブック	

1. 著者名 藤田博康ほか共編著	4. 発行年 2019年
2. 出版社 新曜社	5. 総ページ数 240
3. 書名 キーワードコレクション カウンセリング心理学	

1. 著者名 藤田博康ほか共著	4. 発行年 2019年
2. 出版社 金子書房	5. 総ページ数 176
3. 書名 事例から学ぶ 心理職としての援助要請の視点	

1. 著者名 大堀彰子ほか共著	4. 発行年 2018年
2. 出版社 南江堂	5. 総ページ数 348
3. 書名 初学者のための小児心身医学テキスト	

〔産業財産権〕

〔その他〕

<p>一般人向けに作成したホームページ 「幸せに生きるためのカウンセリングの知恵 ~本当に役に立つ心理支援を考える~」 https://wellness-counseling.jp</p>

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	大堀 彰子 (Ohori Akiko) (20460941)	帝塚山学院大学・人間科学部・教授 (34423)	
研究分担者	広瀬 隆 (Hirose Takashi) (60419819)	帝塚山学院大学・人間科学部・教授 (34423)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------