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　６ 年　５ 月　１ 日現在

機関番号：３４５０９
研究種目：若手研究
研究期間：2020～2023
課題番号：２０Ｋ１４２０３

研究課題名（和文）セラピストの面接技術がクライエントの行動変化をもたらすメカニズムの実験的検討

研究課題名（英文）An experimental study on the mechanism by which the therapist's interview skills may change the client's behavior

研究代表者
村井　佳比子（Murai, Keiko）

神戸学院大学・心理学部・教授

研究者番号：４０８０５１５７

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　800,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は、言語刺激の提示によって個体内に反応変化の差が生じるかどうかを実験的に検証し、カウンセリングの面接技術の中のクライエントの行動変化を促進する重要な要因は何かを明らかにすることであった。検討の結果、どのような言語刺激であってもクライエントの行動を制約する可能性があることが示され、臨床場面ではクライエントが「今、ここ」を「評価せず」体験できるような、言語刺激以外の環境設定が重要であることが示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義
心理臨床では経験によって得られる知見が重視される傾向があり、基礎研究との相補的な研究 Translational Researchが少ないことが指摘されている。本研究は、基礎と臨床場面をつなげるTranslational Researchであり、面接技術が行動変化につながるメカニズムを基礎研究の視点から明確にすることで、より効果的な技術開発を目指すものである。本研究の結果、言語刺激によって反応の変動性が低下することが示唆され、近年注目されているマインドフルネス等の体験そのものの重要性が、実験的にも裏付けられたといえる。

研究成果の概要（英文）：The purpose of this study is to experimentally verify whether the presentation of verbal stimuli causes varied intra-individual changes in response, and to clarify important factors among interviewing skills that accelerate behavioral changes in the client. The results show that any verbal stimuli can decline the client’s behavior variability, and suggest the importance of environmental settings other than verbal stimuli, that enable clients to experience the “here and now” “without any evaluation” in clinical situations.

研究分野：臨床心理学

キーワード：反応変動性　固体内変動　言語刺激　マインドフルネス

※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、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１（共通）

１．研究開始当初の背景

カウンセリングや心理療法などのセラピーの効果に、セラピスト自身の基本的な対人スキルの程度が関与していることが報告されている(Anderson et al., 2016)。しかし、セラピストの応答がクライエントの言語行動を変化させることは明確になっているものの、クライエントの発言の変化と行動変化の関連については十分に検証されていない。研究代表者はこれまで、言語刺激が行動に及ぼす効果を実験的に検証してきた。たとえば、精神健康上の問題がある場合、選択肢の提示によって不適切な固定化した反応パターンを崩すことができる可能性を示し(村井, 2014a)、さらに、選択肢の提示が固定化したパターンを崩すメカニズムについて、自分の反応を「見る」という、モニタリングの効果との関連があることを報告している(村井, 2016)。近年、マインドフルネスや注意訓練など、直接「見る」訓練を行うことの効果が示されており、教示によって観察行動が促進された場合、行動変化が生じやすくなるのではないかと推測される。心理臨床では経験によって得られる知見が重視される傾向があり、基礎研究との相補的な研究 Translational Research が少ないことが指摘されており、面接技術が行動変化につながるメカニズムを基礎研究の視点から明確にすることが求められている。

２．研究の目的

本研究の目的は､「自分の反応を見る」ことを促進する場面で言語刺激を提示することによって、個体内に反応変化の差が生じるかどうかを実験的に検証することであった。さらに、どのような手続きが最も効果的かを検証し、具体的な面接技術につなげていくとともに、行動変化に関連する「発言の変化」以外の指標を見出すことを目的とした。

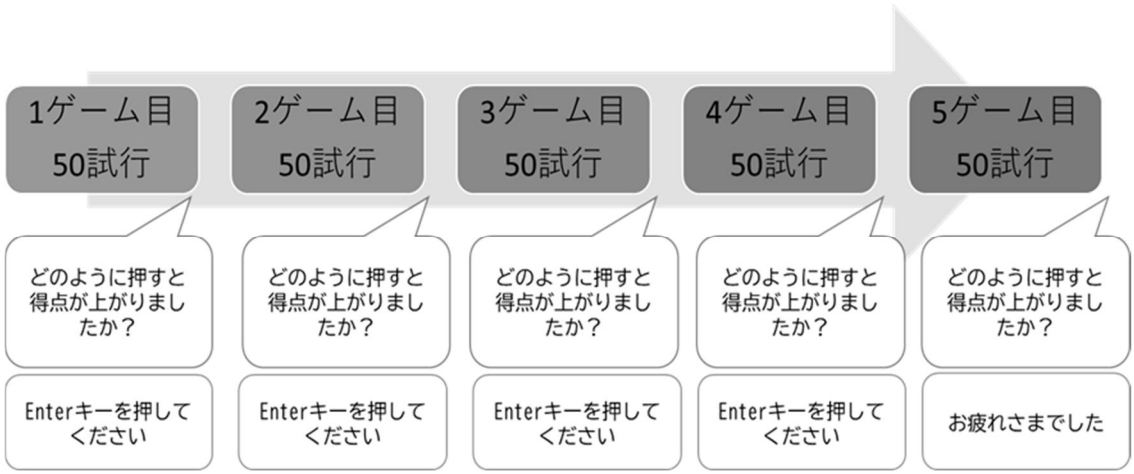
３．研究の方法

本研究は、実験用プログラムの作成と予備実験、および、実験プログラムによる反応測定の 2 段階で実施された。

【実験用プログラムの作成】

村井(2016)で使用された実験用プログラムをもとに、感染症拡大の影響を考慮して、オンラインで実施できる 4 つの実験用プログラムを作成した。これは反応変動性を測定するための、マウスのボタンを 3 回押して得点を獲得する PC ゲームで、パターン化した反応を続けると得点が上がらないゲームを 5 回繰り返す構成になっている（1 ゲームの試行数 50 回、所要時間約 20 分）。プログラム 1 は「統制群」用で、ゲームが終わるごとに「Enter キーを押してください」とのみ表示された（Fig.1 参照）。プログラム 2 は「質問群」用で、ゲームが終わるごとに「どのように押したら得点が上がりましたか？」という、自分の反応を意識し、モニタリングを促進させる質問が表示され、回答を入力するものであった。プログラム 3 は「言語刺激提示群（VS 群）」用で、プログラム 2 のうち、2 ゲーム目と 4 ゲーム目の回答後に「いろいろ押してみたのですね」「いろいろ試してみたのですね」という文字が表示されるものになっていた。この提示言語は予備実験で得られた「聞き返し」の中から、汎用性の高いものが選ばれた。プログラム 4 は「感謝群」用で、プログラム 3 の 2 ゲーム目と 4 ゲーム目の回答後に表示される文字が「根気のいる調査に協力いただきありがとうございます」「次が最後のゲームになります　最後まで協力いただきありがとうございました」といった一般的な労いの言葉に変更されたものであった。動作確認のための実験協力者を募り、応募のあった 67 名（平均年齢 25.5 歳, 標準偏差 3.1）を 4 グループにランダムに振り分けて確認を行った。

Fig.1
プログラム 1 の構成

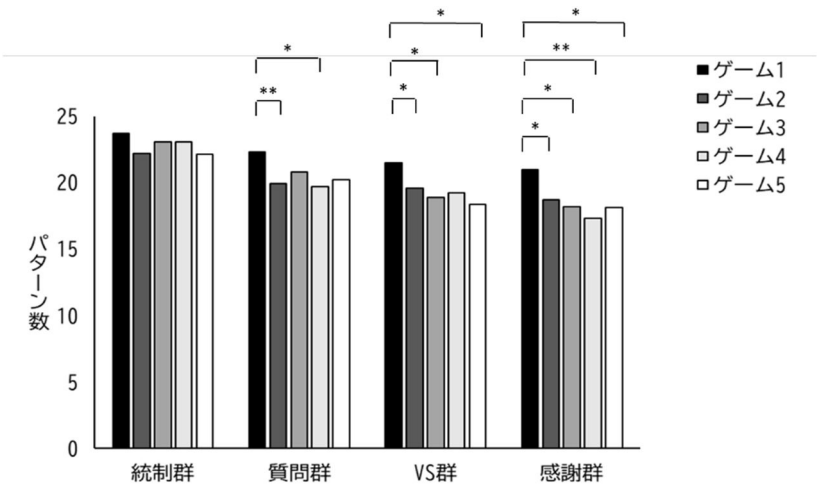


【実験プログラムによる反応測定】
実験参加者 202 名（平均年齢 25.0 歳、標準偏差 3.2）を 4 つのプログラムにランダムに振り分け、実験を実施した。また、モニタリングの個体差をみるために、「Five Facet Mindfulness Questionnaire 日本語版（FFMQ-j）」を用いた。反応変動性は、3 つの反応変動性指標（等確率性 U 値、周期性 C 値、反応パターン数；村井，2014b)によって分析した。

４．研究成果

各群の反応変動性指標の変化を検討した結果、統制群については高い変動性で推移することが示された。質問群、VS 群、感謝群については変動性が低下する傾向が示された（Fig.2 参照）。FFMQ-j のクラスタ分析によって、各下位尺度の得点が平均的な「平均群」と、Nonjudging と Acting with awareness が高い「非評価・集中群」の 2 つのクラスタが抽出され、これをもとに、各反応変動性指標の変化の違いを検討したところ、「非評価・集中群」においては、反応変動性が高いまま維持されることがわかった。
以上のことから、どのような反応をしたかを問う質問によって反応変動性が低下すること、また、聞き返し的な言語刺激や協力への感謝の言葉など、言語刺激の提示がさらに反応変動性を低下させる可能性があることが示された。個人差については、マインドフルネスのうち、自身の体験をネガティブに評価せず、目の前で起きていることに集中して取り組むことのできる人は、反応変動性が低下しにくいことが示唆された。このことから、言語を使用する限りはどのような関わりであってもクライエントの行動を制約する可能性があるため、臨床場面ではクライエントが「今、ここ」を「評価せず」体験できるような工夫が重要であることが示唆された。

Fig.2
各群のパターン数の変化（** p<.01，* p<.05）



以上の成果については、村井（2020)、村井（2022)、および、村井（2023）において発表された。

＜引用文献＞

Anderson, T., McClintock, A. S., Himawan, L., Song, X., & Patterson, C. L. (2016). A Prospective Study of Therapist Facilitative Interpersonal Skills as a Predictor of Treatment Outcome. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 84(1), 57-66. https://doi.org/10.1037/ccp0000060
村井佳比子．(2014a)．行動変動性に及ぼす強化履歴の影響 -選択教示使用の有効性の実証的検討 -．行動療法研究，40(1)，23 - 32. https://doi.org/https://doi.org/10.24468/jjbt.40.1_23
村井佳比子．(2014b)．行動変動性研究における不規則性指標．日本大学大学院総合社会情報研究科紀要，15，75 - 81. https://gssc.dld.nihon-u.ac.jp/wp-content/uploads/journal/pdf15/15-075-081-Murai.pdf
村井佳比子．(2016)．反応変動性に及ぼす選択反応提示の効果．行動療法研究，40(1)，23-32. https://doi.org/https://doi.org/10.24468/jjbt.42.2_215
村井佳比子．(2020)．言語フィードバックの有無と種類が反応変動性に及ぼす影響．日本行動分析学会第 38 回大会．
村井佳比子．(2022)．オンライン実験プログラムを用いた反応変動性測定の試み．神戸学院大学心理学研究，4(2)，67-71. https://doi.org/10.32129/00000233
村井佳比子．(2023)．自己ルール影響下における言語刺激の提示が 反応変動性におよぼす効果 -マインドフルネスを手掛かりにした個人差の検討-．神戸学院大学心理学研究，6(1)，1-9．

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計2件（うち査読付論文　1件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　2件）

１．著者名 村井 佳比子	４．巻 4
２．論文標題 オンライン実験プログラムを用いた反応変動性測定の試み	５．発行年 2022年
３．雑誌名 神戸学院大学心理学研究	６．最初と最後の頁 67-71
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 オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 村井 佳比子	４．巻 6
２．論文標題 自己ルール影響下における言語刺激の提示が反応変動性におよぼす効果：マインドフルネスを手掛かりにした個人差の検討	５．発行年 2023年
３．雑誌名 神戸学院大学心理学研究	６．最初と最後の頁 1-9
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 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

〔学会発表〕　計1件（うち招待講演　0件／うち国際学会　0件）

１．発表者名 村井 佳比子
２．発表標題 言語フィードバックの有無と種類が 反応変動性に及ぼす影響
３．学会等名 日本行動分析学会第38回年次大会
４．発表年 2020年

〔図書〕　計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

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

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