

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成25年6月10日現在

機関番号：34320

研究種目：若手研究（B）

研究期間：2010～2012

課題番号：22730563

研究課題名（和文） 体験的学習による心理的援助者の養成：大学院課程に即した体験的グループの効果検討

研究課題名（英文） Outcome research on experiential group training based on Gestalt therapy for graduate students studying to be clinical psychologists

研究代表者

細越 寛樹（HOSOGOSHI HIROKI）

京都文教大学・臨床心理学部・講師

研究者番号：80548074

研究成果の概要（和文）：

心理的援助者の一つである臨床心理士を目指す大学院生に対し、体験的学習として通常授業形式と集中授業形式によるゲシュタルト療法に基づいた体験的グループを行い、統制群を加えた縦断的なデータからその効果を比較検討した。その結果、統計的に十分な値は得られなかったが、体験的グループに参加した2群では、感情への気づきや自己への気づきが高まる可能性が示唆された。この結果は、参加者の主観的な報告からも支持された。

研究成果の概要（英文）：

This study examined the influence of experiential group training based on Gestalt therapy for Japanese graduate students studying to be clinical psychologists. They were assigned to either a regular study group, an intensive study group, or a control group. Although the results were not statistically significant, there were indications of increases in values on several subscales about self or emotional awareness among members of the regular and intensive study groups but not within the control group. These results were supported by subjective reports from members in the two groups that showed some change.

交付決定額

（金額単位：円）

| | 直接経費 | 間接経費 | 合計 |
|--------|-----------|---------|-----------|
| 2010年度 | 1,000,000 | 300,000 | 1,300,000 |
| 2011年度 | 900,000 | 270,000 | 1,170,000 |
| 2012年度 | 800,000 | 240,000 | 1,040,000 |
| 年度 | | | |
| 年度 | | | |
| 総計 | 2,700,000 | 810,000 | 3,510,000 |

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：心理的援助者，臨床心理士，大学院教育，体験的学習，トレーニンググループ，ゲシュタルト療法，効果研究，プログラム評価

1. 研究開始当初の背景

現在の日本において心の問題やそのケアに対する社会的関心は高く、その対応に当たる心理的援助者として、例えば臨床心理士の有資格者やその養成機関である指定大学院の数も急増している（日本臨床心理士資格認

定協会，2008）。その一方で、排出される心理的援助者の質の問題が取り上げられ、その教育・訓練課程の見直しを求める動きもある（金沢ほか，2007，2008）。

心理的援助の先進国である海外諸国の教育・訓練課程と比較すると、日本では体験的

学習が少ないことが指摘されている（岩壁，2007）。体験的学習とは，心理的援助者の基礎能力となる自己への気づき（自身の対人関係上のパターン，考え方の歪み，感情的に反応しやすい問題など，様々な面での自己理解）を高める上で有効とされる。体験的学習の具体的な進め方には，個人で教育分析や個人分析を受ける方法と，体験的グループを受ける方法とがある。大学院における心理的援助者の教育・訓練課程という範疇においては，人材や費用や時間等で多大なコストが必要となる個人で受ける方法に比べて，実施が比較的容易で効率も良いとされる体験的グループの方が，より導入がしやすいと考えられる（マーカス，1990）。

体験的グループ自体は，日本でもエンカウンターグループを中心に様々な実践活動が報告されているが（島瀬，1990；野島，2006），それらの焦点は個人よりもグループ力動に置かれることが多い。それに対してゲシュタルト療法に基づく体験的グループ（以下，ゲシュタルトグループ）では，グループ内で個人セラピーを行うことに重点が置かれているという特徴があり（ジンジャー，1990），自己への気づきを高めるという目的に対してはより有効であると考えられる。実際に，それを支持する報告もみられる（福岡，2006；中西ほか，2008）。

以上のことから，臨床心理士養成の指定大学院に在籍する大学院生に対して，ゲシュタルトグループを実施することが，自己への気づきを高める上で有効かどうかを検証することは，心理的援助者の質を高める教育・訓練課程を検討する上で有意義と考えられる。

2. 研究の目的

以上を踏まえて，具体的な本研究の計画と目標は，以下の3点となる。

(1)ゲシュタルトグループによる訓練を実施し，参加者の自己への気づきにどのような影響を及ぼすかを検討する。

(2)大学院教育への適用可能性から，介入群として通常授業形式で実施する群（通常群：週1回ペースで90分を14回）と集中授業形式で実施する群（集中群：数日間で90分を14回分）の2群を設定し，統制群を加えた縦断的な調査を実施して，実証的に比較検討する。

(3)必要に応じて，より効果的な実践法や効果測定法を検討するため，個々の参加者に対して質的な調査を適宜行う。

3. 研究の方法

(1)全体のスケジュール

年間でのスケジュールを図1に示す。各内

容の詳細は以下に順に記載する。1年目および2年目は通常群，集中群，統制群のデータを取得した。3年目は分析対象者が不足していた集中群のみ実施した。



図1 年間スケジュールの概略

(2)参加者の募集手続き

①通常群と集中群：4月の時点で，全学年の大学院生が集まる授業時間内にゲシュタルトグループの説明集会を行うことを告知し，説明集会への出席者に対して詳細を説明した。その後，参加希望者に対して個別に意思確認をした上で同意書への署名を求め，ゲシュタルトグループへの参加者とした。通常群と集中群への割り当てについては，参加者の都合や意向を確認した上で行った。

②統制群：ゲシュタルトグループの説明集会の告知を行う際に，通常群および集中群としての参加を希望しない者に対して，統制群として年間3時点での質問紙調査への回答を依頼した。なお，ゲシュタルトグループへの参加を希望して説明集会に出たが，日程等の都合で最終的に参加できなかった者も統制群には含まれる。

(3)各群の分析対象者

分析対象者は，年間3時点での質問紙の回答が揃っている者に限定した。3年間にわたり行った調査であるため，同一人物のデータが複数ある場合には以下のようにした。①統制群および通常群または集中群としてのデータがある場合，統制群としてのデータを削除。②統制群としてのデータが2度ある場合，2度目のデータを削除。その結果，最終的な分析対象者は以下ようになった。

統制群：男性5名，女性20名（平均年齢： $M=28.84$ ， $SD=10.11$ ）

通常群：男性3名，女性8名（平均年齢： $M=25.91$ ， $SD=4.48$ ）

集中群：男性1名，女性10名（平均年齢： $M=25.73$ ， $SD=4.03$ ）

(4)測定された指標

①体験過程尊重尺度（福盛・森川，2003）：19項目5件法。体験過程に注意を向けようとする態度（7項目），問題との距離を取る態度（4項目），体験過程を受容し行動する態度（8項目）の3下位尺度で構成される。

②感情体験尺度（中田，2006）：17項目4

件法。感情に対する統制可能性（7項目）、感情に対する尊重性（7項目）、感情の優位性（3項目）の3下位尺度を含む。

③Body Awareness Questionnaire (Shields, Mallory & Simon, 1981) : 18項目7件法。バックトランスレーションを行って用いた。

④質的データと主観的報告：ゲシュタルトグループの様子は録音・録画によって記録された。また、通常群と集中群に対しては、その日のゲシュタルトグループが終わるたびに、体験や学びを尋ねる自由記述式の質問紙への回答を依頼した。最終日には、ゲシュタルトグループへの参加の前後で、プラスになることがあったか、マイナスになることがあったか、なんらかの変化を感じるか、の3点について5件法での回答と、具体的な内容について自由記述での回答を求めた。

(5)ゲシュタルトグループの実施内容

報告者がファシリテーターを務め、標準的な形式（シムキン，1978；倉戸，2006）に従ってゲシュタルトグループを実施した。参加者からの自主的な申し出に応じて、「今、ここ」での体験を促進して自己や感情への気づきを促し、葛藤の統合や未完了の経験の完了を目指して、エンプティチェアやファンタジートリップ、ドリームワークやボディワークなどが行われた。

なお、機材準備や会場設営のためのコ・セラピストとして、過去にゲシュタルトグループに関わった経験のある大学院生が、各グループに1名ずつ加えられた。

4. 研究成果

(1)量的指標の変動の検討

測定された7つの尺度得点の変動を検討するため、時点（1回目，2回目，3回目）の3水準を被験者内要因，群（統制群，通常群，集中群）の3水準を被験者間要因とした，2要因混合計画の分散分析を実施した。なお，交互作用に有意差が認められなかった場合にも，今後の示唆を得ることを目的として探索的に単純主効果の検討を行った。

①体験過程に注意を向けようとする態度（図2）：主効果および交互作用ともに有意差は認められなかった。単純主効果の検定では，統制群において2回目より3回目が低い傾向がみられた（ $p < .10$ ）。

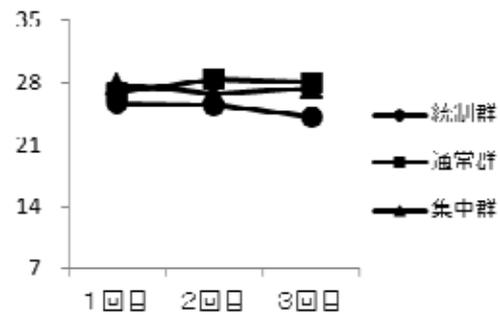


図2 体験過程に注意を向けようとする態度

②問題との距離を取る態度（図3）：主効果および交互作用ともに有意差は認められなかった。単純主効果の検定では，通常群において1回目より3回目が高い傾向がみられた（ $p < .10$ ）。

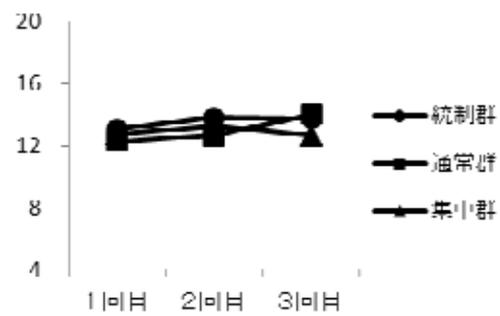


図3 問題との距離を取る態度

③体験過程を受容し行動する態度（図4）：交互作用が認められた（ $F(4, 88) = 2.079$, $p < .10$ ）。単純主効果の検定では，有意差および有意傾向は認められなかった。

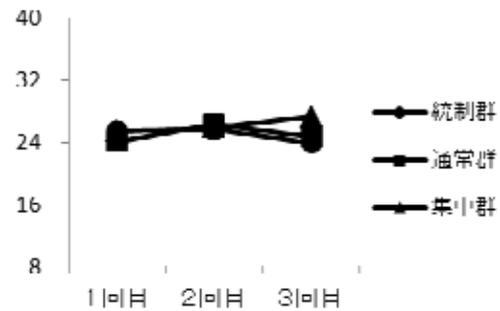
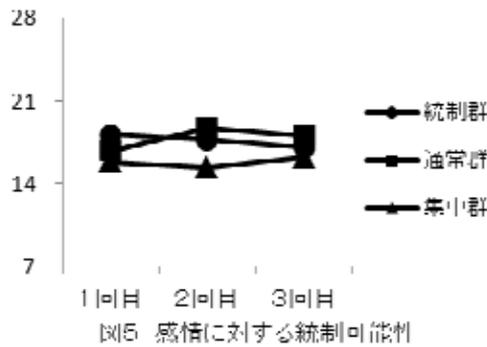
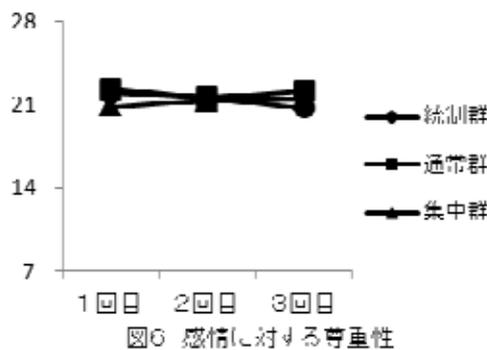


図4 体験過程を受容し行動する態度

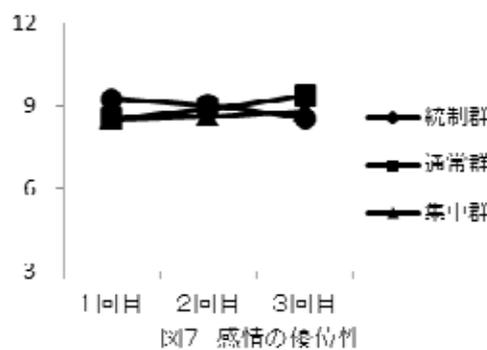
④感情に対する統制可能性（図5）：交互作用が認められた（ $F(4, 88) = 2.719$, $p < .05$ ）。単純主効果の検定から，通常群において1回目より2回目の方が高い傾向がみられた（ $p < .10$ ）。



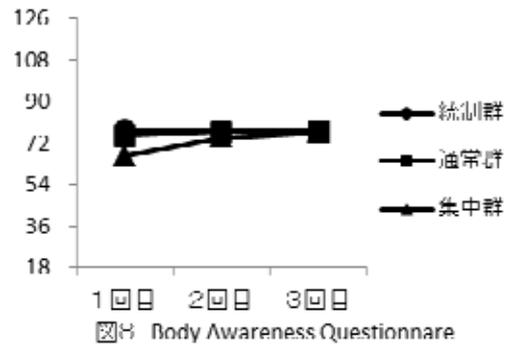
⑤感情に対する尊重性 (図6) : 主効果および交互作用ともに有意差は認められなかった。単純主効果の検定では、統制群において1回目より3回目が低い傾向がみられた ($p < .10$)。



⑥感情の優位性 (図7) : 相互作用が認められた ($F(4, 88) = 2.513, p < .05$)。単純主効果の検定から、統制群において1回目より3回目の方が低かった ($p < .05$)。



⑦Body Awareness Questionnaire (図8) : 主効果および交互作用ともに有意差は認められなかった。単純主効果の検定では、集中群において1回目より3回目が高い傾向がみられた ($p < .10$)。



(2) 主観的報告の検討 (表1)

各グループの最終日に測定された、ゲシュタルトグループへの参加の前後で、プラスになることがあったか、マイナスになることがあったか、なんらかの変化を感じるか、の3点について t 検定を行い、通常群と集中群を比較したところ、すべての指標において有意差は認められなかった。

表1 グループ終了後の主観的報告

| | 通常群 | | 集中群 | |
|------|----------|-----------|----------|-----------|
| | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> |
| プラス | 4.55 | 0.52 | 4.82 | 0.40 |
| マイナス | 2.36 | 1.03 | 2.09 | 1.04 |
| 変化 | 4.00 | 0.00 | 4.00 | 1.00 |

①プラス：全員の回答が4または5であった。自由記述の回答では、自分の中にある様々な感情に気づけた、感情や感覚に注意を向けて体験するようになった、今まで知らなかった自分を知ったり向き合ったりできるようになった、などが報告された。

②マイナス：4をつけた者が3名、3をつけた者が4名、他はすべて2以下であった。4または3の自由記述の内容では、ネガティブな感情もしっかり体験するようになったためにしんどくなることもある、自分の中で閉じておかなければいけないと思っている部分が出てしまった、知らない自分に出会えたがどうしたらいいのかわからない、などが報告された。

③自分自身に感じる変化：2が1名、3が2名、他はすべて4以上であった。自由記述で挙げられた具体的な変化の内容としては、日常場面や面接場面での言動、他者への見方や関わり方、自信、物事への取り組み方、など様々なものが報告された。

(3) まとめと今後の課題

統計的な差は十分に認められなかったが、統制群ではすべての指標において変動がないか下降したのに対し、通常群と集中群ではすべての指標において変動がないか上昇がみられた。さらに、通常群と集中群の主観的な報告では、多くの者がプラスになったことを認め、自分自身に変化を感じると回答して

いる。また、マイナスになったとの報告は少なく、内容的にも自己や感情への気づき自体は深まっていることが示唆される報告であった。以上のことから、ゲシュタルト療法に基づいた体験的グループによる体験的学習は、感情への気づきや自己への気づきに対して一定の効果があることが示唆されたといえよう。

今後は、より精度の高い実験デザインでの追試を重ねることが望まれる。具体的には、参加者の数を増やすこと、研究実施者と体験的グループのファシリテーターを分けること、統制群をグループへの参加希望者のみで構成すること、他の体験的グループと比較すること、などが挙げられる。以上の点に留意して追試を繰り返し、ゲシュタルトグループの効果をより明らかにしていくことが必要であろう。また、実施形式としての通常群と集中群の差異や特徴についても、主観的報告からは違いが認められなかったが、より詳細な検討が期待される。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[学会発表] (計7件)

- ① 細越寛樹・原谷直樹・倉戸ヨシヤ・井上文彦・倉戸由起子, ゲシュタルトワークの実践と課題—初心者への問い, ベテランの応え—, 日本心理臨床学会第29回秋季大会, 2010年9月4日, 東北大学
- ② 細越寛樹, ゲシュタルトアプローチ—Here and Nowを扱うワークでの連続性—, 日本人間性心理学会第29回大会, 2010年9月25日, 熊本大学
- ③ 金子周平・中西美和・原谷直樹・細越寛樹, ゲシュタルト療法のスーパーヴィジョンを受けて, 日本臨床ゲシュタルト療法学会第1回大会, 2010年12月5日, 追手門学院大学
- ④ Hiroki Hosogoshi, The influence of training group based on gestalt therapy upon Japanese graduate students, The 42nd Society for Psychotherapy Research Meeting, 2011年7月1日, Bern University, Switzerland
- ⑤ 細越寛樹, ゲシュタルト療法に基づいた心理的援助の初学者に対するグループトレーニングの効果検討, 日本臨床ゲシュタルト療法学会第2回大会, 2011年12月18日, 追手門学院大学
- ⑥ 細越寛樹・原谷直樹・中西美和・志野静穂・倉戸ヨシヤ・井上文彦・倉戸由起子・中西龍一・利根川雅弘, ゲシュタルト療法と若手の臨床実践—医療, 大学院教育,

発達障害者支援—, 日本心理臨床学会第31回秋季大会, 2012年9月14日, 愛知学院大学

- ⑦ 細越寛樹, ゲシュタルト療法を生かした体験型授業での工夫, 日本臨床ゲシュタルト療法学会第3回大会, 2012年12月2日, 追手門学院大学

[図書] (計3件)

- ① 細越寛樹, ゲシュタルト療法, 青木紀久代(編), 徹底図解臨床心理学, 新星出版社, 2010, pp98-99
- ② 細越寛樹, プログラム評価モデル, 日本心理臨床学会(編), 心理臨床学事典, 丸善出版, 2011, pp512-513
- ③ Hiroki Hosogoshi, First person memoirs of attending the conference, Dan Bloom & Philip Brownell(Eds.), Continuity and Change: Gestalt Therapy Now, Cambridge Scholars Publishing, 2011, pp389

[その他] (計1件)

- ① 細越寛樹, ゲシュタルト療法によるグループセラピーの体験授業, 日本人間性心理学会ニュースレターvol.71, 2011, p3

6. 研究組織

(1) 研究代表者

細越 寛樹 (HOSOGOSHI HIROKI)
京都文教大学・臨床心理学部・講師
研究者番号: 80548074