様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成　２８　年　　６　月　２３　日現在

機関番号：　３４４１５
研究種目：　若手研究(B)
研究期間：　2013～2015
課題番号：　２５７３００９４

研究課題名（和文）心理療法のセラピストの熟達に関する認知科学的研究

研究課題名（英文）Cognitive science of therapist expertise

研究代表者

長岡　千賀（Nagaoka, Chika）

追手門学院大学・経営学部・准教授

研究者番号：００６０９７７９

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　3,100,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では、クライエントが発した情報についてのセラピストによる記憶が、セラピストの経験の有無や年数によって異なるかどうかを調べた。結果から、経験豊かなセラピストは記憶の得点が最も高く、また記憶した内容が初心者や非セラピストと異なることが示された。また、本研究は、セッション中のクライエントとセラピストの間の効果的な関わりの特徴を明らかにすることも目的とした。結果から、熟達したセラピストは、初心者と異なり、クライエントのその時の様子に応じて、言葉がけや行動を変えることが示された。セラピストの関わりの特徴や熟達化プロセスについて、結果に基づき考察した。

研究成果の概要（英文）：This study examined whether therapists' memory of client-presented information varies qualitatively according to the number of years of therapy experience. The results indicated that the experienced therapist group scored the highest in recalling client-presented information and that recalled contents differed among the participant groups. This study also aimed to investigate the characteristics of effective interaction between a therapist and his/her client during a session of therapy. The results indicated that the expert therapists appropriately provided attentive utterances and physical support according to the client' s actions. Implications of the results for the steps to gain therapist expertise were discussed.

研究分野：　認知科学

キーワード：　熟達　セラピスト　相互作用　言葉がけ　非言語行動

１．研究開始当初の背景

心理療法の面接は、悩みを持つクライエントの話と、それに対するセラピストの熟慮された応答の繰り返しで対話が進む。その中で、クライエントは新しい自己認識や他者認識を獲得し、望ましい変化を遂げる。ところが、誰でも最初から、クライエントに適切な方法で応答し支援できるわけではない。セラピストとして適切な支援ができるようになるには、専門的な教育と実践経験の積み重ねが必要である（Cris-Sristoph & Mintz, 1991; Stein & Lambert, 1995）。

では、セラピストとしての実践の積み重ねによって、技能のどの側面が変わるのか、どの順序で変わるのか、いつごろ変わるのか。従来の研究は、国内外問わず、豊かな経験のあるセラピストの体験に基づく定性的記述がほとんどであり、客観性や一般性に欠けると言わざるを得ない。

一方、認知科学における研究では、チェスやスポーツなどの領域における初心者と熟達者が、例えば、知識の量や体制化（同じ情報が与えられても初心者と熟達者とで注目が異なる）といった点で明確に異なることを実証してきた(例えば Chi, Glaster, Rees, 1982)。こうした研究の観点を踏まえて、セラピストの熟達化について検討することが有効と考えられる。

こうした検討の予備的調査として、長岡はこれまでに、セラピーのビデオを視聴した後の実験参加者に、聴取中に感じたことや考えたことについて自由に語らせるという実験を行なった（例えば、長岡ら, 2007, 認知心大会）。Chi, et al. (1982)などの方法論を援用してプロトコルデータを収集し、さらにプロトコルの内容をコーディングして分析した。コーディングの際は、以下のようなコードを作成し分析に用いた。

(i) 内観報告コーディング内容
(A)セッション内で生起しているもの
1. クライエントが話した話の意味情報
2. クライエントの視線や声などの非言語情報
3. 話の流れ方や場の雰囲気

(B)各実験参加者が思い浮かべるもの
1. 自らの（感情などの）内的状態や過去の経験
2. 一般的価値観
3. 症状の原因の断定
4. セラピストの今後の応答
5. クライエントの内的状態

分析の結果、セラピストとしての経験の有無および経験年数によって、それぞれが何にどの程度言及するかが異なった。熟達者ほど(A)への言及の割合が高く、逆に、経験がない者ほど(B)についての言及の割合が高かった。この結果は、熟達したセラピストの主観と符合しており、この結果と記憶の体制化についての検討結果を対応付けることにより熟達に関する重要な示唆が得られると考えられる。

また、臨床の現場では、セッション中の関わりの質はセラピストの技量によって異なり、高い治療効果が認められる事例がある一方で、効果が十分に示されていない事例も存在するのが現状である。またセラピストとして適切な支援ができるようになるには、良質な経験を積み重ねるしかないのが現状である。そのため、セラピストの熟達化に関する科学的検証の成果は、認知科学における熟達化の理論構築に貢献するばかりでなく、療育者養成や保育・教育の質の向上に貢献すると考えられる。しかし、このテーマの科学的検証は国内外問わず従来ほとんどなされてこなかった。

２．研究の目的

本研究では、次の 2 つの段階により、セラピストとしての実践経験による技能の変化を実証的に明らかにする。

第一に、経験の有無や年数による認知プロセスの変化の解明を行なう。クライエントを理解しようとする際、クライエントの語りのうちどのような情報に焦点をおき体制化するかが、経験の有無や年数によって異なることを検証する。

しかし、上記検証では、なぜ熟達者はそのような理解の仕方をするのか、それがクライエントとの関わりに影響するかについては明らかにできるものではない。これらの疑問を解決することが、専門的教育の効果的実施に関わる方針を導き出す上で不可欠と考えられた。そのため、熟達者の関わり方の特徴を明らかにする検討を次の段階として行なう。

第二の段階では、熟達したセラピストの関わり方の特徴を解明する。クライエントと接する際、どのようなタイミングでどのように関わるかが、経験の有無や年数によって異なることを検証する。

このとき本研究では、心理療法のセッションばかりでなく、医療機関等で行われている作業療法のセッションも題材とする。特に、発達障害を持つ子どものセラピーを扱う。心理療法のセラピストが傾聴や共感を重要視するのと同様に、作業療法のセラピストもそれらを重要視するなど、これらの両方は共通点が多い。

作業療法を題材とすることのメリットは大きい。メリットとは、第一に、模擬セラピーではなく、実際のクライエントの協力を得て実際のセラピーのセッションを分析することができるということである。心理療法ではクライエントが自分の内面に焦点を置いて語るため、分析対象となることに抵抗感を持つクライエントが多いため、本当のクライ

エントではない人物がクライエント役を演じるロールプレイを収録し分析対象や刺激として用いる必要があった。一方作業療法は、クライエントが自身の内面を深く掘り下げて言葉で語るのではなく、身体を使った遊びを通してクライエントとセラピストが関わる。分析対象となることへの抵抗感はほとんど報告されないようである。

第二のメリットは、クライエントやセラピストの関わりが言葉だけでなく非言語行動でなされており、目視で確認することができるため、臨床の実践経験がなくても分析しうるという点である。これを利用して分析方法を選択する。

さらに、作業療法界は、中堅セラピストの研修会や若手セラピストの実践指導の機会が丁寧に実施されており、それに関係して教示を行うことにより、効果検証を試みやすい環境である。初学者への専門的教育の効果的実施や若手セラピストに対する指導の質の向上の向上に貢献することを目指す。

３．研究の方法

(1) 認知プロセスに関わる検討

熟達者と初心者の「理解」を比較するための一つの方法は、記憶を調べることである。記憶を調べることで、熟達者が複雑な状況をどのように記憶しているか（直面している問題の心的表象をどのように作っているのか）を知ることができるためである。ビデオに映されたカウンセラーとクライエントのやりとりを熟練した臨床家がいかに記憶しているかを調べることができれば、カウンセリングを通してカウンセラーがクライエントを理解するときの特徴を明らかにすることができると考えた。

記憶を測る方法にはさまざまなものがあるが、エピソードに関する記憶の量や内容を測る場合は、思い出した内容を全て筆記などにより自由に思い出させて記述させる方法（自由再生）がしばしば用いられる。この研究でも自由再生によって実験を行なった。

心理療法の面接の冒頭約 20 分間をおさめたビデオを、4 年から 8 年ほどの臨床経験を有する臨床心理士と、非臨床家に提示した。このビデオは、著者のこれまでの研究の際に収録した、ロールプレイの面接であった。非臨床家とは、心理学の講義を受けたことがない大学院生や研究員であった。臨床経験を有する人たちを、6 年以上の経験を有する者とそうでない者に二分した。以降、前者を熟達者、後者を初心者と呼ぶ。得られたデータを、逐語録と対応付けながら、得点化した。

(2) 関わり方の特徴に関わる検討

発話と沈黙

臨床心理士による心理面接の対話と、非臨床心理士による悩み相談の対話の構造を、クライエント、セラピストの各々の発話と沈黙を切り口として分析した。対話を 10 分間のユニットに分割し、2 者の発話と沈黙の割合が、時系列的にどのように変化するかを調べた。

言葉がけ

作業療法のセッションを題材として、セラピストの言葉がけを切り口とした検討を行なった。特別支援学校に在籍する自閉症の男児に対して、熟達者 2 名と非熟達者 1 名がそれぞれ施行したセッション等をビデオカメラで収録し分析対象とした。各セッションにおけるセラピストの発話の意味内容を書き出し，KJ 法の手順で分類し 10 種類のコードを作成した。ビデオを見ながら、各セッションにおけるセラピストの発話のコード化を行なった。さらに、各発話と、子どもの遊びの流れや言動と対応させるため、Zacks & Swallow(2007)の方法を援用して、子どもの活動の流れに基づいて，ビデオを分節化しながら分析を行なった。このとき、セラピストやクライエントによる遊びの手順提案も指標とした。熟達者事例と非熟達者事例の相違点、熟達者事例間の共通点を見出すことで、熟達したセラピストとクライエントの関わりの特徴を明らかにすることを試みた。

４．研究成果

(1) 認知プロセスに関わる検討

実験の結果から、以下のことが示された。

- 冒頭約 20 分間のセラピーのビデオを見た後、クライエントの語りのうち再生できる項目の数は、熟達者が最も多い。続いて初心者、非臨床家の順である。
- 熟達者は二つの事例ともに再生項目が多いが、初心者や非臨床家は事例による再生項目数の差が見られる。特に非臨床家は個人差が非常に大きい。
- 熟達者は、ビデオを見ながら、熟達者の間で共通する項目に着目していたが、一方、初心者群や非臨床家群の人たちは、それぞれが「思い思い」の事柄に着目していたということである。
- いずれの実験参加者群も、主訴に関する専門的見立てを行う際に必要な知識の一部は再生する傾向があった。
- 熟達者のみ再生した項目は、クライントの独自の発想や感性が含まれるものであった。個人ならではの特徴に関する情報である個別化情報（individuating information）とみなすことができる。

以上から、臨床家のクライエント理解における熟達化とは、主訴に関する専門的見立てを行う際に必要な知識の充実と、クライエントを個別化する情報を丁寧に拾いながら、その個別性に向き合いクライエントの内面の理解を進めて行く技能の熟達化、という二つの側面に特徴付けられるだろう。この知見を書籍として発信するため、現在執筆を進めて

いる。

(2) 関わり方の特徴に関わる検討

発話と沈黙を切り口とした検討から、以下のことが示された。

- 熟達した臨床心理士による心理面接の対話と、非臨床心理士による悩み相談の対話は、発話と沈黙の割合の点で異なる。
- 熟達した臨床心理士による心理面接では、クライエントに多くの時間が与えられる。長い沈黙の間に、クライエントの感情への焦点づけ等、心理的展開が見られる。

この成果について、雑誌論文⑤、学会発表②で報告した。また、クライエントが心理的展開を迎えられるように、それ以前の何らかの関わり方が影響していると考えられる。

言葉がけに関する検討から、熟達したセラピストは、初心者に比べて、クライエントの遊びの流れや難易度に応じて、細やかに言葉がけや手順発案が変化することが示された。この成果について、雑誌論文①-④、学会発表①、③-⑤にて報告し、さらに、まもなく原著論文として投稿する。

(3)総合討議

上記(2)の検討結果から、セラピストの言葉がけや手順発案は、子どもがこれからもセラピーに関わりたいという動機を高めていると考えられる。こうした関わりをセラピーの最初から継続させることにより、クライエントの心理的変化が可能になると考えられる。そして、セラピーの最初からこうした関わりができるのは、上記(1)で示したような、クライエントの個別化情報への注意があるからこそであると推察される。この考えは、長岡ら(2007)の結果とも符合する。

また、この研究成果を学会にて聞いた若手作業療法士が、熟達者の特徴を取り入れて実践するようにしてみたところ、以前よりもクライエントとの関わりがとりやすくなり、またクライエントの変化が認められやすくなったという報告があった。教育における応用可能性も高いと考えられる。

今後、作業療法のサンプルサイズを大きくした検討等を計画している。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕（計　5 件）

① 長岡千賀・矢野裕理・小山内秀和・松島佳苗・吉川左紀子・加藤寿宏 (2016). 子どもへの作業療法におけるセラピストの専門的技法－Event Segmentation を用いた定量的検討－, *電子情報通信学会技術研究報告*. *HCS*, 115(418), pp. 97-100（査読なし）

② 長岡千賀 (2015). 子どもの発達障害と作業療法. *こころの未来*. 14, p. 55. （査読なし）

③ 長岡千賀 (2015). 啓発資料上の表現が読み手の態度に及ぼす影響, *日本認知科学会第32回大会発表論文集*, pp. 264-269.（査読有り）

④ 長岡千賀・加藤寿宏・松島佳苗 (2015). 子どもへの作業療法におけるセラピストの専門的技法: セラピストの声掛けに関わる分析手法の検討, *電子情報通信学会技術研究報告*. *HCS*, 115(36), pp. 227-232. （査読なし）

⑤ Nagaoka, C., Kuwabara, T., Yoshikawa, S., Watabe, M., Komori, M., Oyama, Y., & Hatanaka, C. (2013). Implication of silence in a Japanese psychotherapy context: a preliminary study using quantitative analysis of silence and utterance of a therapist and a client. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, 4(2), pp. 147-152.（査読有り）

〔学会発表〕（計　5 件）

① 長岡千賀・松島佳苗・吉川左紀子・加藤寿宏, セラピストの声掛けに関する予備的検討, 第 33 回日本感覚統合学会研究大会, 2015 年 11 月 1 日, 広島市. （招待有り）

② 長岡千賀, 臨床につながる心理学研究とは：social すなわちコミュニケーション行動からつながる, 日本心理学会第 77 回大会 企画シンポジウム「臨床につながる心理学研究とは」(司会者: 丹野義彦（東京大学）・坂本真士（日本大学）), 2013 年 9 月 20 日, 札幌市.

③ 長岡千賀, 発達障害児への作業療法におけるセラピストの専門的技法(2)―セラピストの言葉がけを指標とした検討―, 日本心理学会第 77 回大会発表論文集, 1137, 2013 年 9 月 20 日, 札幌市.

④ 長岡千賀, 対人関係再考, 日本 LD 学会第 22 回大会　自主シンポジウム「作業療法における対人関係支援」(企画: 加藤寿宏(京都大学)), 2013 年 10 月 13 日, 横浜市.

⑤ 長岡千賀, 自閉症児への作業療法におけるセラピストの専門的技法に関する予備的検討, 日本教育心理学会第 55 回総会 自主シンポ「保育・教育における実践者の言葉がけをとらえる」(企画: 田中

浩司（首都大学東京）・若山育代（富山大学)），2013 年 8 月 15 日，法政大学市ヶ谷キャンパス.

６．研究組織

(1)研究代表者

長岡千賀（NAGAOKA, Chika）
追手門学院大学・経営学部　准教授
研究者番号：00609779