

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 6 月 4 日現在

機関番号：11201

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2012～2014

課題番号：24530850

研究課題名(和文) 遠隔臨床心理支援システム研究

研究課題名(英文) A Study of Online Psychological Support System

研究代表者

織田 信男 (ODA, NOBUO)

岩手大学・人文社会科学部・教授

研究者番号：80250645

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,500,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、3つの研究からなる。まず、日本臨床心理士会の倫理ガイドラインをレビューし、2人のオンラインカウンセラーにインタビュー調査を行った後に、スーパーヴィジョンとブログ研究に必要な利用規定を作成した。つぎに、3つのコミュニケーションメディア(対面、電子メール、スカイプ)によるスーパーヴィジョンがスーパーヴァイザーの心理に及ぼす効果について検討した。最後に、肯定的内容を書くブロガーの心理に及ぼすコメントを書く人の情報量の効果について検討した。

研究成果の概要(英文)：This study consists of three parts. First, we set up the usage policy necessary for the study of supervision or blog after reviewing about the ethical guideline of Japanese Society of Certified Clinical Psychologists and interviewing two online counselors. Next, the second study compared the psychological effects of supervision via three communication media (face-to-face, e-mail, and Skype) on supervisees. Finally, the psychological effects of the amount of information about the commenters on the bloggers writing good experiences were examined.

研究分野：社会科学、心理学、臨床心理学

キーワード：スーパーヴィジョン スーパーヴァイザー スーパーヴァイジー face-to-face e-mail Skype

1. 研究開始当初の背景

(1) 東日本大震災で被災された人々に対して、現在さまざまな心理支援が行われているが、支援の際に大切な点として、継続性が指摘されている(富永,2011)。心理面接では、対面面接が基本であるが、対面面接を実施するためには、カウンセラー(以下COと略す)またはクライアント(以下CLと略す)のどちらかが会いに行くという距離的・時間的制約が生じる。被災地の一つである岩手県は、四国四県に相当する面積を持つので、臨床心理士の多い盛岡市から沿岸地域にCOが通うと往復約6時間の時間を要することになる。また、岩手の道路は冬期間、路面が凍結しやすく、交通事故が増加しやすい。したがって、継続的な心理面接を行うためには、対面面接を補足する非対面心理療法の開発が必要となる。

非対面心理療法のメディアには、日記、手紙、電話、ファックス、電子メール、テレビ電話などがあり(森・岩壁,2005)、即時性や情報量などの点で異なる特徴をもつ。

これらのメディアの中で、電子媒体を心理面接に応用したものにメールカウンセリングがあるが、渋谷(2006)によれば、メールカウンセリングは情報伝達のコスト効率が良い、つながっている安心感がある、一定の匿名性が守られるなどのメリットがある一方で、インターネット中毒の危惧、直接的コミュニケーションの希薄化、習慣性の恐れや応答側の時間的負担が大きいなどのデメリットがあると指摘する。したがって、デメリットを少しでも回避してメールカウンセリングを行うには、まず、倫理内容を含めた利用規定の確立が必要であろう。そのために、現在、すでに電子媒体を用いてWebカウンセリングを行っている団体または個人に対して、利用規定を中心にインタビュー調査を行い、利用者に負担の少ない利用規定を作成する。これを本研究の第1の目的とする。

(2) つぎに、高橋(2011)によれば、Eメールカウンセリングの利用者のなかには、悩みを文章にする困難さを訴える者がいる。この理由で、電子メールよりもビデオチャット(Skype)のほうが面接の内容の深まりでより高い評価を得ていたのではないかと指摘する。したがって、電子メールカウンセリングの対象者は、筆記の苦手なCLよりも筆記力の高い専門家のほうが向いているのではないか。いわゆる、電子メールやビデオチャットを利用するWebを用いた支援では、カウンセリングよりもスーパーヴィジョン(以下SVと略す)のほうが向いているのではないか。さらに、岩手県のスクールカウンセラー(以下SCと略す)の配置割合は、臨床心理士が5割を下回っており、臨床心理士資格を持たない人が準SCとして採用されている。これらの準SCの中には知識や経験が浅い者もいるので、SVをはじめとした専門的支援が必要であると思われる。そこで、本研究では、臨床心理士の資格を持たない岩手県のスクールカウンセラー等を対象に電子メールやスカイプによるSVシステムの開発を第2の目的とする。

(3) 第3の研究は、潜在的CLである青年期を対象にした非対面心理療法の開発である。織田(2009)によれば、日記では否定的な内容よりも肯定的な内容を筆記させる場合、抑うつが有意に低下することが報告されているが、ブログでは否定的内容の筆記条件でのみ、抑うつが有意に低下し、肯定的内容の筆記では有意な低下が認められなかった。この理由の一つとして、ブログにおけるフィードバックを与える人物の情報量の違いがあるのではないだろうか。つまり、CLは自分の文章に対してどのような人からコメントをもらっているかの情報があると、より安心してコメントの言葉を受容し、抑うつを低下させるのではないか。この点を明らかにすることが第3の研究目的である。

2. 研究の目的

- (1) SVとブログの利用に関する倫理上の問題点の整理したうえで電子媒体利用における利用規定を作成。
- (2) 若手臨床心理士に対する3つのコミュニケーションメディアによるSVの効果を比較検討する。
- (3) 良いことブログの書き手はブログでコメントを書く人に関する情報が少ない条件よりも多い条件のほうで心理的健康がより大きいことを実証する。

3. 研究の方法

- (1) Web カウンセリングを行っている団体または個人をインターネットで検索し、インタビュー調査を実施。
- (2) 対象者：スーパーヴァイザー（以下 Svee と略す）は研究開始時に臨床心理士資格取得前の5名。Svee の概略は、スクールカウンセラーが4名で、病院心理士が1名。スーパーヴァイザー（以下 Svor と略す）は、開始時で臨床歴19年と9年の臨床心理士2名。

質問項目：SV 事前評価尺度として、事例困難度(10件法)、感情気分評定20(福島・高橋・松本・上田・中村,2005)(6件法)を使用した。SV 事後評価尺度として、事例困難度(10件法)、感情気分評定20(6件法)、SV の効果の指標として、SV の時期の適切度(5件法)など20項目を設定。地理的負担度、経済的負担度、心理的負担度は10件法で、良くなかった点、良かった点および改善点は自由記述形式で設定した。

手続き：SV 実施期間は2012年9月から2015年3月まで。SV に関する説明を行った後、5名の Svee が SV 契約書にサインをした。その後、ノート PC(Panasonic CFSX2JEPDR)やデータ通信機器(日本通信 b-mobile 4G)等スカイプ SV をするための装置一式を貸与した。SV 契約後の翌月から、スカイプ、電子メール、対面 SV を順に毎月1回実施。Svee は SV の前

後に SV の効果に関する評価に関して、インターネット上のリアルタイム評価支援システム(芝崎・近藤,2008)を用いて回答した。

- (3) 実験参加者：大学生277名の中から新しい抑うつ性自己評価尺度(島・鹿野・北村・浅井,1985)が14点以上の女性36名。

実験デザイン：コメンター条件(統制群12名/情報少群13名/情報多群11名)×時間(介入1ヶ月前(T1)/介入前(T2)/介入1週間後(T3)/介入約1ヶ月後(T4))の2要因混合計画。

質問項目：参加者募集用の質問紙は、新しい抑うつ性自己評価尺度(島他,1985)と日記またはブログの経験の有無等の項目。ブログ実施前後の質問紙は、新しい抑うつ性自己評価尺度(島他,1985)、STAI 日本語版の A-STATE 尺度(清水・今栄,1981)等。ブログ実施中の質問尺度は内容評価度、負担度等の冊子と、コメント多群と少群にはコメントに関する評価アンケート。実験後には、ブログ筆記に対する感想や負担度等の全体的振り返りアンケートを使用した。

手続き：2014年5月から7月にかけて実施。「岩手大学人体及びヒト試料研究倫理審査委員会」の承認を受け、参加者募集用質問紙に予め答えてもらった1年生で新しい抑うつ性自己評価得点が高く参加可能性の高い参加者に対して研究の内容を説明し、同意書にサインを求めた。コメンター情報多群は、氏名、所属、顔写真、あだ名、長所、最近ハマっていること、子どもの頃の夢を研究用のブログで提示。情報少群はイニシャルと所属のみ。統制群はコメントが無いだけで良いことブログは実施。また、コメンター情報多群と少群は、コメントに関する評価アンケートをインターネット上のリアルタイム評価支援システム(芝崎・近藤,2008)を使用して実施。コメントは臨床心理学専攻の大学院生4名(男性2名と女性2名)は、1日2名に分かれ、条件を毎日交替してブログ筆記後の

翌日までにコメントを記入した。コメントの内容に関しては、織田(2010)と同じ手続きを行った。

4. 研究成果

(1) Web カウンセリングを行っている個人と団体へのインタビュー調査を実施し、電子媒体利用における利用規定に関する問題点の整理したうえで、独自の利用規定を作成し、「岩手大学人体及びヒト試料研究倫理審査委員会」の承認を得た。

(2) CM 別 SV 評価：感情気分評定、事例困難度の各尺度に対して、CM(対面・電子メール・スカイプ) × 時間(介入前・介入後)の分散分析を行った(Table 1)。まず、肯定感情では、CM と時間の主効果が認められたが、交互作用は認められなかった。多重比較の結果、対面 SV > 電子メール SV であった。また、SV 後に肯定的感情が有意に上昇した。

Table 1 感情と事例困難度のCM別平均と標準偏差

尺度	CM	n	介入前		介入後	
			M	SD	M	SD
肯定的感情	対面	25	3.07	.85	4.18	.75
	電子メール	26	2.65	.69	3.45	.67
	スカイプ	26	2.89	.73	3.98	.83
否定的感情	対面	25	3.14	.76	2.20	.75
	電子メール	26	3.39	.66	2.66	.83
	スカイプ	26	3.15	.68	2.34	.87
事例困難度	対面	25	6.00	1.55	4.36	1.65
	電子メール	26	6.15	1.13	4.83	1.26
	スカイプ	26	5.89	1.12	4.35	1.44

SV 効果尺度に対して、CM(対面・電子メール・スカイプ)の分散分析を行った。結果は、SV の積極性尺度で、対面 SV > 電子メール SV、スカイプ SV > 電子メール SV が有意に認められた。SV による新しい視点取得度では、対面 SV > 電子メール SV が有意であった。

CM 別負担度：CM(対面・電子メール・スカイプ) × 負担度(地理的・経済的・心理的)の分散分析の結果、CM と負担度の交互作用が有意に認められた(Table 2)。地理的負担度における単純主効果が有意で、多重比較の結果、対面 SV > 電子メール SV、対面 SV > スカイプ SV が有意であった。経済的負担度でも単純主効果が認められ多重比較の結果、対面 SV > 電子メール SV、対面 SV > スカイプ SV が

有意であった。心理的負担度でも単純主効果が認められ、多重比較の結果、電子メール SV > 対面 SV が有意であった。一方、対面 SV における単純主効果も有意に認められ、多重比較の結果、地理的 > 経済的 > 心理的負担度が有意であった。また、電子メール SV とスカイプ SV でも単純主効果が認められ、多重比較の結果、心理的 > 地理的、心理的 > 経済的負担度が有意であった。

Table 2 負担度別CM別平均と標準偏差と分散分析結果

CM 負担度	対面		電子メール		スカイプ		CM F値	負担度 F値	CM×負 担度F値
	M	SD	M	SD	M	SD			
地理的	6.35	1.69	1.08	.39	1.54	.93			
経済的	5.15	1.49	1.00	.00	1.23	.64	64.9***	54.64***	50.59***
心理的	4.04	2.36	5.08	1.69	4.54	1.93			

*** $p < .001$

今回の結果は、地方に住む Svee にとって、対面 SV よりも電子メール SV とスカイプ SV のほうが地理的・経済的負担度が少ない点が確認されたが、一方で、電子メール SV に比べて対面 SV のほうが Svee の感情がより肯定的であった。また、スカイプ SV は対面 SV に比べて、Svee の SV に対する積極性のみで劣ったが、その他の SV 効果尺度では有意な差が確認されなかった。この点は、スカイプ SV が電子メール SV よりも対面 SV の代替 SV になる可能性が高いことを示唆する。

(3) 統制群に比べて情報多群でブログの内容の深さが統計的に有意に高く評価されたが、負担度等他の尺度では差がなかった。

新しい抑うつ性自己評価尺度では、コメント条件(3) × 測定時期(4)の分散分析の結果、測定時期の主効果が認められた。多重比較の結果、T1 と T2、T1 と T3 の間に有意な差が認められた。

STAI 日本語版 A-STATE 尺度では、コメント条件(3) × 測定時期(2)の分散分析の結果、有意な差は無かった。抑うつに関しては、測定時期の T1 と T3 における抑うつ度の低下は織田(2010)と同様の結果であり、良いことブログ筆記そのものの効果が認められたが、T2 と T3 の間には有意な低下は認められず、

しかも T1 と T2 の間に有意な低下が認められた点は、ブログ介入とは別の要因の影響を考えなければならない。また、今回の結果は織田 (2010) とは異なり不安に関して有意な低下が認められず、コメントの情報量の効果を確認できなかった。これは今回の実験参加者は織田 (2010) の参加者に比べてツイッターやラインの利用率が 9 割を超えるといったコンピューター経験が豊富な集団 (ネオデジタル世代) であったので、今回使用したコメントの操作では参加者のニーズに十分応えられなかったことが一因と思われる。今後、ネオデジタル世代のニーズに一層対応したツイッター等を利用した支援システムの開発が望まれる。

5 . 主な発表論文等

〔学会発表〕(計 4 件)

織田信男、良いことブログのプロガーの感情に及ぼす効果 コメンターの情報量の効果、日本心理臨床学会第 34 回大会、2015. 9.18-20、神戸国際展示場 (兵庫県)

織田信男・佐々木誠、対面，電子メール，スカイプ・スーパーヴィジョンの比較研究 (3) スーパーヴァイザーの評価より、日本ブリーフサイコセラピー学会第 24 回大会、2014. 8. 31、くまもと森都心プラザ (熊本県)

織田信男・佐々木誠、対面，電子メール，スカイプ・スーパーヴィジョンの比較研究 (2) スーパーヴァイザーの 1 年間の評価より、日本心理臨床学会第 33 回大会、2014. 8. 24、パシフィコ横浜 (神奈川県)

織田信男、対面，電子メール，スカイプ・スーパーヴィジョンの比較研究(1) 遠隔地在住若手スーパーヴァイザーの評価より、日本心理臨床学会第 32 回大会、2013. 8. 27、パシフィコ横浜 (神奈川県)

〔その他〕

ホームページ等

<http://jinsha.iwate-u.ac.jp/odan/>

6 . 研究組織

(1) 研究代表者

織田 信男 (Oda, Nobuo)

岩手大学・人文社会科学部・教授

研究者番号：80250645

(2) 研究分担・協力者

佐々木 誠 (Sasaki, Makoto)

岩手大学・三陸復興推進機構・特任准教授

研究者番号：50704227