

令和元年6月19日現在

機関番号：12611

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2016～2018

課題番号：16K04347

研究課題名（和文）修正感情体験のプロセスと効果

研究課題名（英文）Corrective Emotional Experience: Its process and therapeutic effect

研究代表者

岩壁 茂（Iwakabe, Shigeru）

お茶の水女子大学・基幹研究院・准教授

研究者番号：10326522

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、修正感情体験の類型の同定、介入プロセスの明確化、介入モデルの効果検証、という3つの柱からなる。の修正感情体験の類型化は、文献研究および、心理療法プロセス研究に基づく。の介入プロセスの検討では、課題分析を用いたプロセス研究と臨床家に対するインタビューをもとにした分析から、修正感情体験の介入原則および介入課題を明らかにした。では、開発した介入モデルの効果を、複数事例研究法を用いて検証し、介入と訓練の手引きを作成した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

カウンセリング・心理療法においてクライアントは、過去に受けた感情的傷つきにふれて、それを共感的であり受容的なカウンセラー・セラピストとの間で追体験することによって、その傷を扱うことが心理療法において変化を起こす仕組みの一つであることが指摘されてきた。それは修正感情体験と呼ばれており、臨床心理学において長年注目されてきた。本研究では、修正感情体験のプロセスについてクライアントの体験、質問紙尺度、面接プロセスの分析から検討した。そして、それが効果的に促進されるカウンセラーとクライアントの関係の質、カウンセラーの介入方法について明らかにした。

研究成果の概要（英文）：The goal of this research project was three-fold: (1) to classify types of corrective emotional experience; (2) to identify steps of an intervention module to facilitate corrective emotional experience; and (3) to examine the effectiveness of the intervention module in a series of systematic case studies. We conducted a series of process studies as well as an extensive review of the literature in order to classify different types of corrective emotional experience. In order to identify steps of the intervention, we conducted task analysis of successful corrective emotional experiences. Finally, the intervention strategy was tested in a 15-session psychotherapy with 5 clients.

研究分野：臨床心理学

キーワード：心理療法プロセス 修正感情体験 感情焦点化療法 系統的事例研究 感情 傷つき 治療関係 質的研究

1. 研究開始当初の背景

心理療法・カウンセリングの効果を統計的に検討するメタ分析は治療関係がもっとも重要な治療的要因であることを一貫して示してきた (Norcross, 2011)。共感や作業同盟の重要性が確立される中で、研究者および臨床家の関心は、治療関係がどのように変容を促進するのか、という変容メカニズムに集まっている。その中で注目される一つが Alexander と French(1946)によって着想された修正感情体験であり、クライアントが、過去にうまく対処できなかったために古傷となった未解決の情緒的葛藤を、過去の状況よりも好ましい治療関係の中で追体験し、解決することを指す。修正感情体験は、異なるアプローチの心理療法に共通する変容メカニズムと考えられ、これまで多くの臨床家が、修正感情体験に対して強い関心を向けてきた。(Castonguay & Hill, 2012)。しかし、その実証的研究は進んでいない。

本研究は、修正感情体験の効果とプロセスを検討する。これまで十把一絡げに修正感情体験とされてきたが、より具体的な類型を明らかにして、それぞれに特化したプロセスと共通するプロセスおよびセラピストの介入法を明らかにして、その効果を検討する。

2. 研究の目的

本研究は、修正感情体験を促進する介入モデルを開発することを目的とした。具体的には、修正感情体験の類型を同定する。修正感情体験を促進する治療関係の姿勢および介入プロセスを同定する。開発された介入の効果測定する、という3点を目的とした。

3. 研究の方法

の修正感情の類型化は、2つの研究を元に行った。一つは、クライアントの面接における変容体験に関する自由記述の分析である。これは、加速化体験力動療法 (Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy: AEDP, Fosha, 2000)のデータを元に行った。本データは、AEDP 研究所との共同研究として収集している AEDP の効果研究のデータの一部である。現在もデータを収集中であるが、16回の短期的 AEDP を受けたクライアント 44 のデータを対象としている。クライアントは、個人療法を求めてきた成人の男女であり、平均年齢は、39歳であった。問題は、うつ、対人的問題、など多岐にわたる。セラピストは、AEDP の認定資格をもつ臨床家であり、臨床経験は 10年から 30年である。AEDP を本研究の対象として選んだ理由は、AEDP は感情変容を中心的な治療課題としている、クライアントとセラピストのアタッチメント関係を重視する、修正感情体験の重要性を認め、介入早期から喚起するため、修正感情体験についてもっとも多く情報を得られると考えられたからである。クライアントが3回の面接終了後に「重要」「役だった」「印象に残った」ことについて回答した自由記述のうち、セラピストとの間に起こった感情体験についての記述を取り上げて、グラウンデッドセオリーアプローチに基づいて質的分析を行った。分析には、3名の分析者がかわり、合議によって共通理解を確立した。

系統的事例研究は、修正感情体験が顕著であった一事例を選択した。また、この事例では、クライアントの面接録画、面接後の質問紙尺度データ、面接後にクライアントがセラピストに送ったメールが入手できたため、クライアントの主観、面接のプロセス、客観的尺度データを比較することができた。したがって、客観的データに支えられた具体的臨床題材の検討が可能になると考えられた。

クライアントは、30代の女性のケースであり、幼少期のトラウマ、および対人関係の問題を呈していた。セラピストは、臨床経験 20年の臨床心理士であり、感情焦点化アプローチをとった。全 64回の面接が行われたが、対象としたのは、修正感情体験尺度 (岩壁, 2016) によってもっとも得点が高かった 15回の面接とその後クライアントがセラピストに送った 21通のメールである。

のセラピストの治療関係の姿勢と介入については、文献のレビュー、修正感情体験が顕著であった一事例プロセス研究、セラピストのインタビューなどをもとに検討した。修正感情体験とかかわる事例記述を抜き出し、セラピストの介入について検討した。修正感情体験というキーワードに限定せず、面接中の変容体験について記述を多く集めてモデルを作ることを目的とした。もう一方で、上記の一事例に関して課題分析 (Greenberg, 2007) を用いたプロセス研究も行った。ここでは、臨床技法についての理解を深めることが目的であり、レビューが中心となった。

の修正感情体験を促進する介入の効果は、15回の試行カウンセリングを実施することから検討した。過去の対人的傷つきおよび挫折から起こる未解決の葛藤をもった成人 5名がクライアントとして参加した。また、セラピストはエモーション・フォーカスト・セラピー (Emotion-Focused Therapy: Greenberg, 2002)のレベル 2 の国際資格をもつ臨床心理士 5名であった。彼らは、エモーション・フォーカスト・セラピーの介入に加えて、修正感情体験を促進するための介入を学んだ。

以上の研究は、すべてお茶の水女子大学人文社会科学倫理審査委員会の承認を得て

実施された。また、研究に参加したクライアントおよびセラピストから書面での同意書に署名を受けた。

4. 研究成果

(1) 修正感情体験の類型

AEDP の介入早期から得られた修正感情体験は、4つのカテゴリーにまとめられた。

表1 AEDP の介入早期(1~3セッション)の修正感情体験

上位カテゴリ	下位カテゴリ
関係性的体験	- 存在を認めてもらう・理解される - 相互性 - 愛され大切にされる - 体験を導かれる
自己の肯定	- 自信の回復 - 中核的自己 - 誇りと自己価値 - 自己否定を打ち消す
感情変容	- 感情的気づき - 感情を表す - 過去の傷つきを打ち消す - 感情的安堵
否定的な体験	- 圧倒される - 応える圧力

系統的事例研究の成果についてのデータは表2に提示した。クライアントは、ほとんどの指標において、信頼できる変容指標が有意に達した。

表2 一事例の介入成果

Measure	Cutoff / Mean (SD)	Score		
		#1	#31	#64
CES-D	Cutoff=16.00	14.00	6.00	0.00*
STAI				
State	Cutoff=42.00	45.00	42.0*	26.00*
Trait	Cutoff=45.00	54.00	47.0*	33.00*
IIP-64	Cutoff=83.00	127.0*	106.0*	58.00*
RSES	29.46 (7.11)	33.00*	42.0*	50.00*
ATQ	48.57 (10.89)	76.00*	38.0	40.00*
ESS	55.58 (13.95)	52.00	49.0	42.00
MES				
Neg	3.00 (0.88)	3.60*	2.79*	1.48*
Pos	3.93 (0.78)	2.43*	4.63*	6.00*
SCS	17.17 (3.29)	12.80*	19.15*	27.90*

Note. CES-D=Center for Epidemiologic Studies-Depression scale, STAI=State Trait Anxiety Inventory, IIP-64=Inventory Interpersonal problems-64, RSES=Rosenberg Self-Esteem Scale, ATQ=Automatic Thoughts Questionnaire, ESS=Experience of Shame Scale, MES=Meta-Emotion Scale, SCS=Self-Compassion Scale; RCI= Reliable Change Index, * Significant change

系統的事例研究のメールの分析から以下のカテゴリーが得られた。

表3 系統事例研究から得られた面接内修正感情体験と面接外修正感情体験のカテゴリー

面接内修正感情体験(定義)	
新たな他者としてのセラピストに出会う (注意深く耳を傾け、肯定的で、人間味のあるセラピストと出会い、喜びや感謝を感じる)	
言葉にできない気持ちが起こる(まだ上手く言葉に表現できず、扱いきれないが、同時に将来的な課題であると感じられる気持ちにふれる)	
ネガティブなピリーフがセラピストによって反駁される(病理を無くさないといけないと思われてきたが、Thに否定されることなくむしろ良いものとして受け止められ、喜びや幸せ、救いを感じる。)	
自己/他者に愛情・思いやりを感じる	

(痛みの中にある過去の自分や自分を苦しめた重要な他者に愛情や思いやり、つながりを感じる)
面接外修正感情体験(定義)
カウンセリングからレジリエンスを得る (カウンセリングからポジティブな感覚を得て変化を実感する。)
感情的・対人的な気づきを深める (過去から続く葛藤状況で、困難な感情に気づき、自己や他者に対する理解を深める。)
他者と新しい関係を作る (重要な他者や新しく出会う人によりオープンに関り、新しい関係を作る。)

(2) 修正感情体験を促進する関係と介入

治療関係の特徴は以下の 5 点にまとめられた(表 4)。また介入については表 5 のようにまとめられた。

表 4 修正感情体験を促進する治療関係

1. 肯定的姿勢
2. 治療的プレゼンス
3. 共感的波長合わせ
4. 純粋性・authenticity(真正・実直性)
5. あたたかさ
6. 受容
7. 寛容さ
8. 言語・非言語でこれらを表すこと。

表 5 修正感情を促進する介入

感情体験の促進
- 感情への焦点化
- いまここでの体験への焦点化
- 感情への気づきの促進
- 感情体験を深める
- 否定的なビリーフ・自己感を見直す
治療関係の体験の促進
- セラピストの自己開示
- いまここでの体験について尋ねる
- ポジティブな感情を共有する

次に、これらの共通治療原則を活かす介入マニュアルを作成した。その介入として用いたのは面接中に感情体験を喚起し、その変容を促進するエモーションフォーカストセラピーおよび AEDP の介入も参考にして、研究 1 と 2 で得られた知見を統合した。介入マニュアルは全 40 ページからなり、研究において得られた面接データから関連する面接場面を抜き出し、具体例として加えた。

5 人からのデータが得られた。15 回終了後に臨床的に有意な変容が見られた。また、毎回の面接終了後にクライアントによって回答された修正感情体験尺度の得点から介入初期からセラピストとの肯定的感情体験が起こっていることが分かった。

考察

本研究では、系統的事例研究、質的研究、尺度研究などを組み合わせて、修正感情体験の効果とプロセスについて検討した。修正感情体験の類型は、修正感情体験が顕著であった一事例の分析および修正感情体験を重視する AEDP のクライアントの主観的体験から検討した。面接中の体験として、セラピストの「人」にふれること、特に、その優しさ、あたたかさ、などに心を動かされることが修正感情体験に必須であることが分かった。次に、ネガティブな自己感、ビリーフなどが正しくないことを示されることも、これまで修正感情体験の理論において指摘された点が追認された。加えて、「自己・他者に愛情や思いやりを感じる」というカテゴリに示されるようにセラピストから受けた感情が自己や他者に対して向けられるようになっている。これは、これまでの修正感情体験の理論では論じられてこなかった点である。

研究 1 で得た知見、および文献のレビューから、修正感情体験を促進する介入および治療関係の姿勢が同定された。肯定や共感といった姿勢がセラピストによって示されるだけでなく、それらが言葉で示され、それをクライアントが感じ取れること、さらにそれについて話し合うことが挙げられた。これらを元に、過去の挫折および対人的傷つきに悩むクライアントに対する感情焦点化アプローチに基づく介入を行った。修正感情体験を促進するための介入を取り入れることによって変容を効果的に促進することを目指した。その結果、初期の介入から「セラピストとのポジティブな感情体験」が起こっていたが、それは介入の後期になってより顕著になることが分かった。

本研究では、系統的事例研究を中心に扱った。量的データと質的データを組み合わせること

によって、妥当性および信頼性を確保しようと試みた。また修正感情体験は、個人の対人的葛藤のテーマにも関わっているため、臨床的に有用な知見を得るためには、事例の文脈の中での検討が望ましい。しかし、事例数は少ないため、今後は、特定の対人関係の葛藤テーマを絞り、仮説を立てた上で系統事例研究を積み上げていくことが期待される。また、系統事例研究によって収集した面接のプロセスについて検討することによって、さらに効果的介入についての理解を深めることができるだろう。

今回は修正感情体験を促進するためにエモーション・フォーカスト・セラピー研究所およびAEDPの枠組みを使った。今後は、認知行動療法など治療関係の捉え方などが異なり、修正感情体験の役割が比較的二次的である心理療法への応用も検討することが望まれる。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計5件)

Nakamura, K., & Iwakabe, S. (2018). Corrective emotional experience in an integrative affect-focused therapy: Building a preliminary model using task analysis. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 25, 322-337. 【査読有り】

岩壁茂 (2019). スーパーヴィジョンにおける恥 失敗・修復・成長. 臨床心理学, 19, 321-324. 【査読なし】

岩壁茂. (2019). 心理領域からみた公認心理師による精神科医療への貢献. 臨床精神医学, 48, 627-632. 【査読なし】

Iwakabe, S. (2018). Case studies in accelerated experiential dynamic psychotherapy (AEDP): Reflections on the case of "Rosa". *Pragmatic Case Studies in Psychotherapy*, 14, 58-68. 【査読有り】

岩壁茂. (2017). 質的研究と実践研究. LD 研究, 26, 30-38. 【査読なし】

〔学会発表〕(計12件)

Murray, S., Verba, M., Fosha, D., Edlin, J., Iwakabe, S., & Nakamura, K. (2018, May). *Client experiences in the early phase of AEDP*. A paper presented at the annual meeting of Society for the Exploration of Psychotherapy Integration, New York, US.

Nakamura, K., Iwakabe, S., Fosha, D., & Edlin, J. (2018, May). *Corrective Emotional Experience in Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy (AEDP): Development of the Interpersonal Corrective Emotional Experience Model*. A poster presented at the annual meeting of Society for the Exploration of Psychotherapy Integration, New York, US.

Noda, A., Iwakabe, S., Kimura, Y., & Mukai, E. (2018, June). *The Process of Transforming Shame in a Long-Term Emotion-Focused Therapy*. A poster presented at the annual meeting of The Society for Exploration of Psychotherapy Integration, New York City, New York.

Edlin, J., Fosha, D., Iwakabe, S., Nakamura, K., & Yamazaki, W. (2018, June). *A systematic case study in Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy: A client with a past medical trauma*. A paper presented at the annual meeting of the Society for Psychotherapy Research, Amsterdam, Netherlands.

Iwakabe, S., Fosha, D., Edlin, J., & Nakamura, K. (2018, June). *A study on the outcome of Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy: An interim report*. A paper presented at the annual meeting of the Society for Psychotherapy Research, Amsterdam, Netherlands.

Yamazaki, W., Fosha, D., Edlin, J., Nakamura, K., & Iwakabe, S. (2018, June). *A systematic case study in Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy (AEDP): A client with depression*. A paper presented at the annual meeting of the Society for Psychotherapy Research, Amsterdam, Netherlands.

Nakamura, K. & Iwakabe, S. (2017, June). *Corrective emotional experience over sessions: A systematic case study*. A paper presented at the annual meeting of the Society for Psychotherapy Research, Toronto, Canada.

Iwakabe, S., Nakamura, K., Fuchigami, M., Nakayama, R., Fosha, D., Edlin, J., Conceição, N. (2017, May). *The "Acceleration" in Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy: Patient and therapist experiences in the early phase of therapy*. A Panel presented at the annual meeting of The Society for Exploration of Psychotherapy Integration, Denver, Colorado.

Nakamura, K., Iwakabe, S., & Fukushima, T. (2016). *Essential components of corrective emotional experience: A theory building case study*. Paper presented at the annual meeting of the Society for Psychotherapy Research, Jerusalem, Israel.

Nakamura, K., Iwakabe, S., & Fukushima, T. (2016). *Characteristics of corrective emotional experience in early sessions: A systematic case study of integrative affect-focused therapy*. Poster presented at the annual meeting of Society for the Exploration of Psychotherapy Integration, Dublin, Ireland.

Noda, A., & Iwakabe, S. (2016, June). *The client experience of resolving unfinished business: A phenomenological case study*. A panel conducted at the annual meeting of the Society for Psychotherapy Research, Jerusalem, Israel.

Yamazaki, Y., Iwakabe, S., & Fukushima, T. (2016, June). *Client relational experience in and out of therapy: How a client implements therapeutic experience into everyday life*. A paper presented at the annual meeting of the Society for Psychotherapy Research, Jerusalem, Israel.

〔図書〕(計2件)

Timulak, L., Iwakabe, S., & Elliott, R. (2018). Clinical implications of research on emotion-focused therapy. In L. S. Greenberg & R. N. Goldman (Eds.), *The clinical handbook of emotion-focused therapy* (pp.93-109). Washington, DC: American Psychological Association.

Levitt, H., Whelton, W. J., & Iwakabe, S. (2018). Integrating feminist-multicultural perspectives into emotion-focused therapy. In L. S. Greenberg & R. N. Goldman (Eds.), *The clinical handbook of emotion-focused therapy* (pp.425-444). Washington, DC: American Psychological Association.

〔産業財産権〕

出願状況（計0件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年：
国内外の別：

取得状況（計0件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年：
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

6. 研究組織

(1)研究分担者
なし
(2)研究協力者
なし

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、研究者個人に帰属されます。