

令和 元年 6 月 17 日現在

機関番号：32683

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2018

課題番号：16K04387

研究課題名(和文) 心理療法の終結に関する横断的・縦断的研究

研究課題名(英文) Cross-sectional and longitudinal studies on psychotherapy termination

研究代表者

金沢 吉展 (KANAZAWA, Yoshinobu)

明治学院大学・心理学部・教授

研究者番号：10152779

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)：セラピスト・クライアント双方合意による終結の場合は、セラピスト側により多くの終結行動が見られている。セラピスト・クライアント両者を対象とした調査からは、クライアントの主訴の変化と、終結時のセラピストからの治療同盟に対する評価およびクライアントに対する対応についての効力感との間に関連があることが示唆された。事例研究からは、クライアントの中で、終結が、喪失感のみならずポジティブな感情も引き起こしていることが示されている。スーパービジョンに関しては、終結に関するスーパービジョンのみならず、それまでのスーパービジョン全体が終結スーパービジョンへの捉え方に影響を及ぼしてい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

今後の心理療法実践ならびにセラピスト教育・訓練について、以下の点が示唆される。まず、セラピスト・クライアント双方が合意した終結の場合は適切な終結行動が行われやすいことから、心理療法開始時点から、目標を明確に設定し、終結について両者の間で合意しやすいように心理療法を進めていくことが求められる。またセラピストは、面接において治療同盟を明確に確立していくことが必要と言える。スーパービジョンにおいては、心理療法プロセス全体を通じたスーパービジョンが、終結に関する指導に対しても影響を与えていることを踏まえ、心理療法プロセス全体を通して、セラピストによる治療同盟の確立の程度に対して留意する必要がある。

研究成果の概要(英文)：A questionnaire study indicated that more termination behaviors were observed in mutual terminations. Longitudinal studies suggested that change in clients' presenting problems was significantly correlated with therapists' therapeutic alliance and self-efficacy scores. Case studies of long-term therapy clients suggested that they had experienced positive emotions as well as loss and sadness. For supervisees, supervision process on the whole appeared to impact upon their experiences in supervision sessions on termination.

研究分野：臨床心理学

キーワード：心理療法 スーパービジョン 終結 質問紙調査 インタビュー調査

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

心理療法の実践においても、教育訓練においても、関心は主として心理療法プロセスの開始時、すなわち、クライアントとの関係構築や見立てに注意が向けられており、心理療法の終結について注意すべきことは何か、終結を効果的に行うにはどのようにすればよいのかについて、実証的な研究は国内ではほとんど行われていない。

海外において行われてきた実証的研究からは、終結について次の2点が明らかにされている(Knox, Adrians, et al, 2011; Marx & Gelso, 1987; Quintana & Holahan, 1992)。第一に、終結に当たっては、セラピスト・クライアント両者に“終結行動”と呼ばれる一定の行動が見られる。すなわち、両者が面接プロセスを振り返り、目標達成度について話し合い、クライアントが今後経験しうる問題やそれについての対応を話し合うことが行われる。そしてクライアントはセラピストに感謝の意を伝え、両者が握手を交わすなどのお別れの行為が行われる。一方感情面では、喪失感や悲しみではなく、むしろポジティブな感情が中心であることが示されている。セラピスト側からは誇りや安堵感が示され、クライアントからは、誇り、満足感、自立への自信が語られている。さらに、終結行動や感情については、治療効果が良好であれば終結行動も多く、両者の感情がポジティブであることが示唆されている。

しかし先行研究については、終結の定義の不明確さ、終結に関するスーパービジョンの役割についての研究不足、心理療法のプロセス全体を通じた縦断的研究の不足などの課題が指摘される。

2. 研究の目的

日本における新たな実証的研究として、本申請研究では、縦断的方法と横断的方法を用いて、まず、心理療法の終結について、横断的および縦断的な実証データを収集し、終結に関連する要因を探る。その結果を踏まえて、終結に関する教育訓練やスーパービジョンにおいて重視すべき点について示唆を得る。

3. 研究の方法

本研究は大きく分けて次の3つの研究から成る。まず、終結行動・終結に関わる感情に関する質問紙調査を用いて、日本の心理療法における終結の実際について横断的なデータを収集する。次に、心理療法の開始時および終結時において、セラピストとクライアントの両者からデータを収集する(治療同盟、主訴、面接への評価、セラピストの自己効力感等)。加えて、終結後にインタビュー調査を実施して質的なデータを得る。そして、終結に関するスーパービジョンについて、終結を経験したことのあるセラピストを対象として半構造的なインタビュー調査を行う。

4. 研究成果

(1) 終結行動・終結に関わる感情に関する質問紙調査

方法

臨床心理士養成指定大学院の教員、医療機関、学生相談機関に勤務するセラピスト65名から有効回答が得られた。

調査用紙については、セラピストを対象とした終結場面での行動・感情に関する「終結行動チェックリスト」(Quintana & Holahan, 1992)を用いた。著者の許諾を得て、バックトランスレーションにより日本語版(37項目)を作成した。

主な結果と考察

結果からは、実際の終結行動・感情には、セラピストの訓練期間・年齢、料金、機関の種別、面接頻度といった多様な要因が関係していることが示唆された。また、セラピスト・クライアント双方合意による終結の場合は、セラピスト側により多くの終結行動(これまでの面接についてのふりかえり、目標達成度の確認など)が見られ、クライアントはセラピストに対して謝意を表すことが多いことが示された。

本研究の結果と海外における先行研究の結果を基に日米比較を試みたところ、次のような結果が得られた。まず、カウンセリングプロセスと目標達成の程度についてのふりかえり、セラピスト-クライアント関係の終わり、クライアントの今後の計画についての話し合いなど、終結に関する話し合いについては、日本よりもアメリカのセラピストの方が行っていることが多いことが示された。カウンセリングを終えることについてのクライアントの感情表出については、ポジティブ・ネガティブ両方の感情を含めて、アメリカの方が幅広い感情表出が行われていることが示された。さらに、日本と比較してアメリカにおいては、終結に際してハグ・握手といった身体接触が行われることが多い一方、日本の場合はクライアントがセラピストに贈り物を行うことがあることが示されている。アメリカにおいては、面接期間の上限を予め設定したtime-limited therapyを行っているセラピストが多いのに比べて、日本の回答者には上限を設けている回答者がいないことも示されていた。

以上について、感情表出における日米間の文化的な違いと、両国間におけるセラピストに対する教育訓練の違い、面接期間の上限設定の有無が影響した可能性が考えられる。

(2) 心理療法のプロセスに関する研究

縦断的研究

協力者：実際にカウンセリングを行った成人クライアントと、そのクライアントを担当したセラピスト、計 12 組が研究参加に合意した。

方法：質問紙調査を行った。クライアントについては、面接初期(3 回目)・終結時に、セラピスト-クライアント関係(治療同盟尺度日本語版：葛西, 2006)、面接評価尺度(桂川ほか, 2013)、主訴(Outcome Questionnaire 45 日本語版：Takara et al, 2015) について回答を求めた。担当したセラピストについては、クライアントと同時期に、セラピスト-クライアント関係(治療同盟尺度日本語版：葛西, 2006)、面接評価尺度(桂川ほか, 2013)、カウンセリング自己効力感尺度(上野・金沢, 2011)への回答を求めた。

結果と考察：カウンセリング終結時のクライアントの OQ45 得点の平均値により高群・低群の 2 群に分け、治療同盟尺度日本語版および面接評価尺度について、2 群間に有意差があるか、マンホイットニーの U 検定を行った。その結果、クライアント側のデータでは、セッション中の OQ45 の得点において両群間に有意差が見られ、終結時高群は面接初期段階においても低群よりも得点が高かったことが示された。初期段階での面接評価尺度・治療同盟尺度においては両群間に有意差は見られなかった。同様に、終結時の面接評価尺度・治療同盟尺度においても有意差は見られなかった。終結時の OQ45 得点と有意な相関(スピアマンの順位相関)が見られたのは、初期段階における OQ45 得点であった。終結時の OQ45 得点と初期段階での面接評価尺度・治療同盟尺度ならびに終結時の面接評価尺度・治療同盟尺度との間に有意な相関は見られなかった。

Th のデータでは両群間に有意な差はみられなかった。

次に、クライアントの終結時と初期段階における OQ45 得点の差を求め、この OQ45 得点変化量に対して影響を与えている要因を探るため、クライアントの治療同盟尺度・面接評価尺度、セラピストの治療同盟尺度・面接評価尺度・カウンセリング自己効力感尺度、それぞれの尺度得点と OQ45 得点変化量との間の相関(スピアマンの順位相関)を求めた。その結果、クライアントの終結時セッション評価「滑らかさ」との間に有意な負の相関が見られた。一方セラピスト側のデータについては、セラピストの終結時治療同盟との間に有意な正の相関、および、セラピストの終結時「クライアントの状況・状態の考慮」因子との間に有意な正の相関が見られた。

以上から、カウンセリングにおけるクライアントの主訴の変化と、終結時におけるセラピストからの治療同盟に対する好意的な評価、多様なクライアントに対する対応についての効力感との間に関連があることが示唆される。また、主訴の変化とクライアントによる終結時セッション評価「滑らかさ」との間に負の相関が見られたことから、クライアントが終結時において面接を必ずしも気楽で居心地の良いものとは感じていなかったことも示唆されている。このことは、クライアントが、面接が効果的に進んだことに対して好意的に受け止めている一方で、終結しなければならないことに対して、多少なりとも不満を感じていることが背景となっているのではないかと想像される。

事例研究

協力者：長期個人カウンセリングの終結を迎えた 2 名の成人女性 (A さん、B さん) である。いずれのケースも一人のセラピストが担当した。

方法：終結面接後にそれぞれのクライアントと約 90 分の半構造化インタビューを実施した。インタビューでは、これまでのカウンセリング全体を振り返ってもらい、どのように終結まで至ったのかについて話していただいた後、特に終結のプロセスについて、それを迎える心境について、面接における終結に関するやりとりについて尋ねた。

分析法はグラウンデッドセオリーアプローチを用いた。データ分析は、逐語にラベルをつけるコード化と似たコードを集めてカテゴリーを生成する作業を繰り返し行っていった。

結果と考察：2 名の協力者の語りを分析した結果、4 つの上位カテゴリー【様子をうかがう】【関係が深まる】【一歩踏み出す】【巣立つ】が生成された。【一歩踏み出す】【巣立つ】の 2 つが終結に密接にかかわる。主なプロセスには、まず、クライアントがカウンセリングに対して半信半疑であり、セラピストに痛みを見せるか否か様子をうかがうところから始まる(【様子をうかがう】)。そして、セラピストの丁寧なかかわりから、セラピストの思いやりを感じたり、セラピストへのポジティブな気持ちを持つなど、深いつながりができる(【関係が深まる】)。そのつながりを拠り所にし、新たな挑戦へと【一歩踏み出す】。そして、終結を経て、クライアントはそれぞれ【巣立つ】。このプロセスより、セラピストとの深い関係性がクライアントの挑戦への意欲につながっていることが共通して示された。

しかし、終結のタイミングによって、【巣立つ】段階のクライアントの心境が異なることが示された。A さんは、セラピストに抱えてもらいながら【一歩踏み出す】プロセスを経て、終結を迎えている。一人でやっていける感覚を十分に得ていることがうかがえ(『落ち着いた関係性になる』)、終結後には『感謝の気持ちが湧く』というプロセスがみられた。一方、B さんは、終結のタイミングと【一歩踏み出す】プロセスとが重なっている。終結と同時にこれから新しい挑戦をする段階であり、終結そのものも、挑戦として体験されている。したがって、一人でやっていけるかという不安感が伴っている(『一人でできるか不安ではない』)。

以上の結果から、終結を迎える上でそれまでのプロセスを振り返る内的作業がクライアントの中で起こり、自身の変化や治療関係の発展と深まりを感じ取っていたことが示唆される。終結は、悲しみや別れる不安を喚起したが、感謝、旅立つ気持ちの張り、強さなどポジティブな感情も引き起こしていた。終結は単に別離という意味合いだけでなく、「卒業」「出発」などの肯定的意味合いももっていることがうかがわれる。不安の高さは、クライアントのライフイベ

ントとも関連していた。就職に関して不安を抱いていたままであったクライアントは、終結において恐怖を訴えていた。終結のタイミングについて十分にクライアントと検討する必要があることが示唆される。

(3) スーパービジョンに関する研究

方法:心理療法の終結を経験したことのあるセラピスト 11 名を対象に半構造化面接調査を実施した。

結果と考察:合議制質的研究法(Hill, 2012)により質的分析を行った結果、以下の6つのドメインが抽出された。

1. ケースの概要、
2. これまで受けてきたスーパービジョンの概要、
3. インタビューの基本情報、
4. 終結に関するスーパービジョンについて、
5. スーパービジョンが及ぼした影響、
6. インタビューの振り返り

スーパービジョンを受けるに当たって、協力者の中には、これまでのスーパービジョンの経緯に即してスーパービジョンを受けた場合と、終結のみをピックアップしてスーパービジョンを受けたという場合があることが示された。終結に関するスーパービジョンのみならず、それまでのスーパービジョン全体がスーパービジョンに対する受け止め方に影響を及ぼしていること、スーパービジョンによる影響に関しては、自分自身への影響やケース自体への影響が含まれていること、また、スーパービジョンによって新たな知識や気づきが得られていることが示唆されている。

<引用文献>

- Hill, C. E. (Ed.) (2012). *Consensual qualitative research: A practical resource for investigating social science phenomena*. Washington, DC: American Psychological Association.
- 葛西真記子(2006)セラピスト訓練における治療同盟、面接評価、応答意図に関する実証的研究 *心理臨床学研究* 24, 87-98.
- 桂川泰典・国里愛彦・菅野純・佐々木和義(2013). 日本語版セッション評価尺度(The Japanese Session Evaluation Questionnaire: J-SEQ)作成の試み: カウンセラー評定による検討 *パーソナリティ研究*, 22, 73-76.
- Knox, S., Adrians, N., et al. (2011). Clients' perspectives on therapy termination. *Psychotherapy Research*, 21, 154-167.
- Marx J. A., & Gelso, C. J. (1987). Termination of Individual Counseling in a University Counseling Center. *Journal of Counseling Psychology*, 34, 1-9.
- 三宅朝子 (1998)治療者交代についての一考察 ある境界例女性の事例を通して *心理臨床学研究*, 16, 255-265 .
- Quintana, S. M., & Holahan, W. (1992). Termination in Short-Term Counseling: Comparison of Successful and Unsuccessful Cases. *Journal of Counseling Psychology*, 39, 299-305.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Takara, R., Beecher, M. E. et al, (2015). Translation of the Outcome Questionnaire-45 (OQ) into Japanese: A cultural adaptation. *Psychotherapy Research*, DOI:10.1080/10503307.2015.1080876.
- 上野まどか・金沢吉展(2011). 日本版カウンセリング自己効力感尺度作成の試み *応用心理学研究*, 36(2)、79-87 .

5 . 主な発表論文等

[雑誌論文](計 1件)

1. 金沢吉展(2017)クライアントにとって望ましい面接の終え方とは何か? *臨床心理学*、査読なし、17(1)、83-86 .

[学会発表](計 3件)

1. Yoshinobu Kanazawa, Madoka Ueno, Sawako Sakakibara, Wataru Ishida, Naofumi Yokozawa, Akie Shindo, and Miki Azuma (2018). Termination of psychotherapy: A questionnaire study of Japanese therapists. Society for Psychotherapy Research 49th Annual International Meeting.
2. 金沢吉展(2018)カウンセリングの終結に関する調査 . 日本カウンセリング学会第 51 回大会
3. Yoshinobu Kanazawa & Naama Shafraan (2016) Termination Behaviors and Emotional Reactions in Transfers and Full Terminations. Society for Psychotherapy Research 47th International Annual Meeting.

6 . 研究組織

(1)研究分担者

研究分担者氏名：岩壁 茂

ローマ字氏名：(IWAKABE, Shigeru)

所属研究機関名：お茶の水女子大学

部局名：基幹研究院

職名：准教授

研究者番号(8桁): 10326522

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。