

令和 3 年 8 月 24 日現在

機関番号：11501

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2018～2020

課題番号：18K02141

研究課題名（和文）相談者ニーズに沿った包括的効果尺度を用いた効果的な心理療法のモデル化に関する研究

研究課題名（英文）Study on modeling effective psychotherapy using a comprehensive effect scale that meets the needs of the consultant

研究代表者

佐藤 宏平（SATO, KOHEI）

山形大学・地域教育文化学部・教授

研究者番号：60369139

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：心理療法において、面接場面でどのようなやりとりが行われているのか、各モデルの共通点や相違点はどのようなものなのか、といった問いを客観的に検証する手法にマイクロ分析がある。本研究では、心理療法におけるマイクロ分析の先行研究分析を参考に、本邦における解決志向アプローチ（SFBT）を含む家族療法（FT）、及び認知行動療法（CBT）におけるポジティブ・ネガティブ発話の発話比率を検討した。その結果、FTの中でもMRIアプローチにおいて、ポジティブ発話がネガティブ発話に比べ有意に多いことが示された一方、CBTとFTのポジティブ、ネガティブ発話比率に違いはみられなかった。本結果に関して、考察を加えた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

心理療法において、面接場面でどのような会話ややりとりが行われているのか、また各モデルの共通点や相違点はどのようなものなのかについて客観的に検証するためには、マイクロ分析を通じたアプローチ間の比較研究が求められる。セラピー場面のマイクロ分析は、欧米では行われているものの、国内では未着手である。本研究で得られた結果は、認知行動療法や家族療法の面接場面において、実際にどのようなやりとりが行われており、またそうしたやりとりが治療の成果にどのように結びつくのかを考える端緒となるものであり、本邦における心理療法の理解の一助となるものと思われる。

研究成果の概要（英文）：Micro-analysis is a method for objectively verifying questions such as, in psychotherapy, (1) what kind of interaction is taking place in the interview scene?, (2) what are the commonalities and differences between each model. In this study, referring to the previous research analysis method of micro analysis in psychotherapy, the utterance ratio of positive and negative utterances in family therapy (FT) including solution-oriented approach (SFBT) and cognitive behavioral therapy (CBT) in Japan investigated. As a result, it was shown that the MRI approach had significantly more positive utterances than negative utterances among FTs, but there was no difference in the ratio of positive and negative utterances between CBT and FT. Consideration was added to this result.

研究分野：臨床心理学

キーワード：マイクロ分析 認知行動療法 家族療法 セラピー場面 ポジティブ発話 ネガティブ発話

1. 研究開始当初の背景

心理療法の一つであるブリーフセラピーは、援助者側の持つ望ましい人間の在り方に近づくようクライアントを導くのではなく、クライアントの枠組みに沿って、クライアントが面接場面に持ち込む問題をダイレクトに扱い、その問題を短期間で解消、解決することを目的としている(参考として、若島・長谷川, 2006)。ブリーフセラピーは、開発当初より、心理療法の効率化を目指し、いかに効果的であるかを重視してきた。心理療法の発展、展開には、問題を抱えるクライアントを支援における有用性の観点から、問題解決に有効な要素を明確化するとともに、実効性の高い心理療法が共通して有する要素を抽出し、新たなモデルを提示していくことが重要であると考えられる。心理療法を効率化していく試みは、クライアントの問題を短期的に解決、もしくは解消するというクライアントの視点を重視するものである。

さらに、効率化された心理療法モデルは、実証に基づく(Evidence-Based)必要がある。つまり、実践を通して、クライアントの問題解決にとって効果が認められるモデルであることが重要であり、その効果を数量データで示していくことは、実践家の共通理解を得るために不可欠なものであると考えられる。

また近年、心理療法の効果に関するエビデンスに対するニーズの高まりから、さまざまな効果研究が行われるようになり、特に認知行動療法における効果研究は数多く行われている。

しかし、従来の心理療法の効果測定には、「抑うつ」や「不安」といった症状に関する既存の客観的指標が多く用いられてきたものの、職場復帰や学校への再登校、夫婦関係の改善等、クライアントが訴える具体的な問題の改善の程度やクライアントの面接に対する評価の観点が含まれていないといった課題もみられる。したがって、心理療法の効果測定は、クライアントが訴える具体的な問題解決の程度や実生活の満足度といった側面も含む包括的な効果を測定しうる指標の開発が望まれる。

加えて、これまでの効果研究は、心理療法の実施による効果の検討にとどまり、心理療法のどのような要素が効果を生み出しているのかといった心理療法の要素に関する分析を行っているものはほとんど見られない。そこで、本研究では、心理療法場面のコミュニケーション分析を通じて、包括的な効果をより高める心理療法の要素を抽出し、それらに基づいた新たな心理療法のモデルを提示することを目的とする。

2. 研究の目的

本研究の目的は、心理療法の効果を包括的に捉える尺度の開発、心理療法場面のコミュニケーション分析による実効性の高い心理療法が有する共通要素の抽出を通じて、より効果的で効率的な心理療法のモデルを提示するとともに、モデル化した心理療法を実際の対人援助場面で適用することによりその効果を実証的に検討することである。ここでいう効果は、来談するクライアントの具体的な問題解決に関する評価や実生活における満足度評価、面接自体に対する評価を含むものとし、また効率化は効果と面接回数および面接期間を考慮した変数とする。本研究の効率化と実証性から心理療法を検討する試みは、現代社会で求められる重要な課題の一つであると考えられる。

そこで、心理療法の効率化と実証性、ならびに効果測定の問題点を踏まえ、クライアントの具体的な問題解決や実生活での満足度を含めた包括的な測定尺度を開発する。さらに、その尺度を用い、面接場面のコミュニケーション分析を通じて、心理療法を効率化、そして効果という観点から心理療法の精緻化を行い、必要不可欠な要素含んだ、汎用性の高い心理療法モデルを提示し、面接場面での適用を踏まえ、実証的に検討する。

3. 研究の方法

国内外における短期家族療法の主要論文、主要著書について文献レビューを行い、効果測定のための指標となる項目に関して予備的に検討するとともに、各研究において使用された技法の効果について適用された問題との関連を踏まえた上で検討する。なお、分析にあたっては、メタ分析や効果量検定といった手法を用いる。最終的に、技法の効果と問題についてマッピングすると共に、効果測定の指標を選定する。

心理療法のコミュニケーション分析を通じて、心理療法におけるコミュニケーションについて検討する。

4. 研究成果

心理療法の領域において、その有用性や治療効果のエビデンスが求められるようになって久しい。中でも、CBT と SFBT は双方ともに無作為比較試験によりその有用性は示されており、その効果が検討されている。例えば、SFBT のシステムティックレビューとしては、Corcoran & Pillai (2009) や Kim et al. に示されている。

一方で、さまざまなセラピーにおいて、実際に面接場面でどのような会話ややりとりが行われているのか、また各モデルの共通点や相違点はどのようなものなのかについて検証するためには、マイクロ分析を通じたアプローチ間の比較研究が求められる。

心理療法場面のコミュニケーションに関するマイクロ分析は、今なお目新しい手法ではあるものの、セラピストとクライアントの相互作用を客観的、かつ定量的に検討するためのアプローチとして急速に発展している。

そこで研究では、国内のセラピーも対象に加え、SFBTを含む家族療法（以下、FT）、及びCBTにおけるネガティブ・ポジティブ発話の割合を検討することを目的に、Jordan et al.(2013)による心理療法におけるマイクロ分析の先行研究分析手法を参考にしながら、本邦及び国外におけるFT及びCBTのビデオを分析対象とし、心理を専門的に学ぶ大学院生4名によりコーディングの実施、及び分析を行い、比較検討を行った。

その結果、FT、CBTにおける、ポジティブ・ネガティブ発話の発話比率を検討したところ、FTの中でもMRIアプローチを実践したビデオにおいて、ポジティブ発話がネガティブ発話に比べ有意に多いことが示された一方、CBTとFTのポジティブ、ネガティブ発話比率に違いはみられなかった。本結果に関して、考察を加えた。

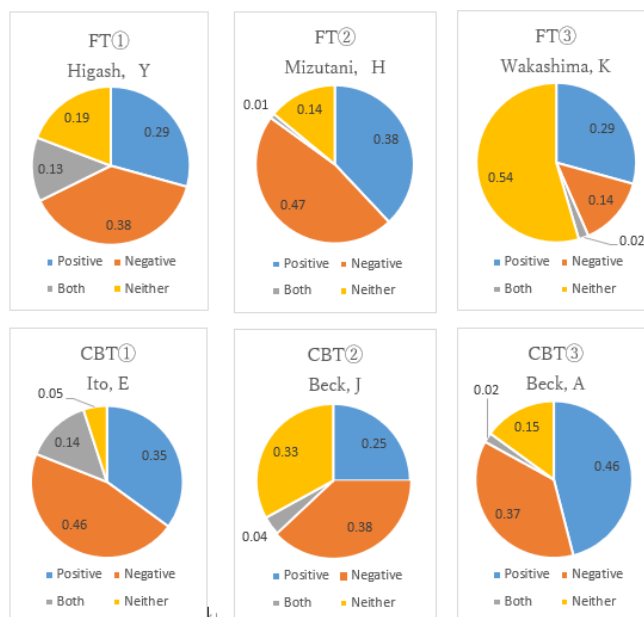


Figure 1 Proportions of each rating for the individual therapists.
Each utterance could be positive, negative, both positive and negative, neither positive nor negative, or not analyzable.

<引用文献>

- Corcoran, J., & Pillai, V. (2009). A review of the research on Solution Focused Therapy. *British Journal of Social Work*, 39, 234-242.
- Jordan, S. S., Froerer, A. S., & Bavelas, J. B.(2013). Microanalysis of positive and negative content in solution-focused brief therapy and cognitive behavioral therapy expert sessions. *Journal of Systemic Therapies*, 32(3), 46-59.
- Kim, J. S., Franklin, C., Zhang, Y., Liu, X., Qu, Y., & Chen, H. (2015). Solution focused brief therapy in China: A meta-analysis. *Journal of Ethnic & Cultural Diversity in Social Work*, 24, 187-201.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 1件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 Yokotani, K., Takagi, G., & Wakashima, K.	4. 巻 44
2. 論文標題 Nonverbal synchrony of facial movements and expressions predict therapeutic alliance during a structured psychotherapeutic interview.	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 Journal of Nonverbal Behavior	6. 最初と最後の頁 85-116
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1007/s10919-019-00319-w	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 佐藤宏平	4. 巻 17
2. 論文標題 解決志向ブリーフセラピーの効果に関する研究の概観 - 効果測定指標とシステムティック・レビューに焦点を当てて -	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 山形大学心理教育相談室紀要	6. 最初と最後の頁 17-24
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計0件

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	長谷川 啓三 (HASEGAWA KEIZO) (70149467)	東北大学・教育学研究科・名誉教授 (11301)	
研究分担者	若島 孔文 (WAKASGIMA KOBUN) (60350352)	東北大学・教育学研究科・教授 (11301)	

6. 研究組織（つづき）

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	生田 倫子 (IKUTA MICHIKO) (10386386)	神奈川県立保健福祉大学・保健福祉学部・准教授 (22702)	
研究分担者	花田 里欧子 (HANADA RYOKO) (10418585)	東京女子大学・現代教養学部・准教授 (32652)	
研究分担者	横谷 謙次 (YOKOTANI KENJI) (40611611)	徳島大学・大学院社会産業理工学研究部・准教授 (33109)	
研究分担者	狐塚 貴博 (KOZUKA TAKAHIRO) (00739526)	名古屋大学・教育発達科学研究科・准教授 (13901)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関