様式Ｃ－１９

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成　24　年　6　月　21　日現在

機関番号：３２７０２
研究種目：若手研究(A)
研究期間：2008～2011
課題番号：２０６８３００７
研究課題名（和文）　慢性抑うつの来談者中心的認知行動療法の基礎研究

研究課題名（英文）　Basic research of client centered cognitive behavioral therapy for chornic depression

研究代表者
杉山　崇　(SUGIYAMA TAKASHI)
神奈川大学・人間科学部・准教授
研究者番号：40350821

研究成果の概要（和文）：来談者中心的認知行動療法とは抑うつの対人関係と認知過程の連続性を明らかにした研究代表者の基礎研究に基づいて，治療関係重視の心理療法と技法重視の認知行動療法を理論的・技法的に統合した心理療法である。この研究では治療関係の効果と効果要因,抑うつ過程の諸要因と抑うつのメカニズムを明らかにして,そこから治療モデルを構築し,臨床実践の中で当該心理療法の効果と使い方を明らかにして，当該心理療法のガイドラインの作成を目指す。

研究成果の概要（英文）：
The client centered cognitive behavioral therapy is based on the studies about continuity between human relationship and cognitive process in depression, and to integrate therapeutic relationship oriented psychotherapy and technique oriented psychotherapy. Present studies are to reveal some factors of depressive process and therapeutic process or relationship, to component therapeutic model of depressive disorder, to provide a guideline of client centered cognitive behavioral therapy for depression.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2008 年度	1,700,000	510,000	2,210,000
2009 年度	1,500,000	450,000	1,950,000
2010 年度	1,600,000	480,000	2,080,000
2011 年度	1,000,000	300,000	1,300,000
年度			
総　計	5,800,000	1,740,000	7,540,000

研究分野：心理学
科研費の分科・細目：臨床心理学，心理療法
キーワード：来談者中心療法，認知行動療法，抑うつ

１．研究開始当初の背景

慢性の抑うつでは,抑うつ認知に没入するあまり他者に配慮する余裕を失わせて人間関係を悪化させ,そのことが再び抑うつ認知を増強するという心理-社会過程を伴うことが多い。認知行動療法は認知と行動の最適化を目指すが,抑うつ認知への没頭を軽減する治療関係における安心感の効果を活用した来談者中心療法の方法および人間観との組み合わせが望ましいことが研究代表者が若手研究(B)の助成事業で行った研究で示唆された。そこで,この新しい心理療法的アプローチに関する基礎的な研究を行う。

２．研究の目的

慢性の抑うつでは,抑うつ認知に没入するあまり他者に配慮する余裕を失わせて周囲の人間関係を悪化させ,そのことが再び抑うつ認知を増強するという心理-社会過程を伴うことが多いことが研究代表者の研究で示唆されている。本課題は抑うつ的心理-社会過程の改善による症状の軽減を図る来談者中心的認知行動療法の基礎研究を積み重ねることを目的としている。

(1) 指導者レベルの臨床心理士の治療関係に関する認知構造の研究と相談者から見た「話しやすい被相談者」の大学生を被験者にしたアナログ研究
(2) 来談者中心的認知行動療法に基づいたグループワークの効果測定（大学生および中学生）
(3) 心理療法の多層的検討を目指した各心理学の研究者へのインタビュー
(4) パーソナリティスタイルの違いによる表情刺激への反応の違いの検討
(5) 評価懸念場面における社会的刺激への反応の検討
(6) 抑うつの対人関係・認知過程の研究
(7) 事例研究

３．研究の方法

(1) 指導者レベルの臨床心理士への PAC 分析を用いたインタビュー調査から治療者の治療関係への認知構造を探る。アナログ研究で相談者が相談しやすい要因を検討する。
(2) 研究代表者のデザインによるグループワークを研究協力者の臨床心理士が大学生および中学生を対象に実施し，効果指標を質問紙で測定した。来談者中心的認知行動療法に準拠したグループワークプログラムを作成し，実験者効果を防ぐために研究の目的をブラインドした研究代表者以外の臨床心理士（臨床経験 15 年超）をワークの実施者として実験的なグループワークを行った。
(3) 各心理学は「ヒト」を見る観点を変えることで領域を分けているが，諸観点を複合することで多層的に「ヒト」を理解できると思われる。心理療法もこの各観点を複合させて理解するべきであり，研究者へのインタビューを通して各観点を統合的に複合させるモデルを提案した。
(4) 対象者の個性に応じた関係づくりの基礎資料の一つとして，模式化した表情刺激を作成し，パーソナリティスタイルによる各刺激への情動反応の違いを検討した。方法は質問紙法で行い，質問紙に模式化した表情をプリントし，その表情を提示された時の情動状態を質問紙で回答させた。
(5) 被受容感・被拒絶感による自分の反応に何らかのフィードバックが行われる評価懸念状況（反応とフィードバック内容に関連はないことを教示）への情動反応の違いを質問紙および生理指標（前頭前野の反応）で測定した。
(6) 質問紙法を用いて被受容感，被拒絶感，自己本来感，自己開示，ポストフェストウム的時間性と抑うつの対人関係・認知過程の検討を行った。アナログ研究として、一般の大学生を被験者として実施し，多変量解析を用いた統計的な処理で抑うつ過程への各変数の関与を探った。
(7) 協力への同意を得た慢性抑うつの事例に来談者中心的認知行動療法を適用する。

４．研究成果

(1)PAC 分析で明らかになった治療関係に関する個々の認知行動から各臨床心理士に共通する認知次元として「クライエントによる関係性の評価」を抽出した。また，評価の指標は非言語的なクライエントの反応であることも示唆された。また相談者は懸命に自分に関わろうとしてくれる積極的で純粋性のある他者により相談したいということが明らかになった。ただし，抑うつ傾向のある大学生は自分が相談者になった時にこのような非相談者の積極性は逆に負担になる可能性が示唆された。

(2)グループワークが大学生および中学生の被受容感を高める効果が確認された。また，中学生の場合は攻撃性も低減できることが示唆され，大学生の場合は抑うつ傾向が改善される効果も見出された。

(3)各心理学の諸観点を統合するモデルを提案した。このモデルは心理臨床学会が編集する辞典でも紹介された。

(4)(5)パーソナリティスタイルおよび被受容感・被拒絶感の違いで社会的刺激への情動反応が異なることが示唆された。

(6)男性は自己開示をし過ぎると被拒絶感が増すこと，抑うつ的認知に没頭していると孤立感が増すこと，などが明らかになった。

(7)本方法を導入した事例はほぼすべて抑うつからの回復傾向が顕著であった。実際の事例では要因統制が困難なためこの方法の効果量を特定することは難しいが，事例の展開を検討したところ一定の効果があったものと思われる。

５．主な発表論文等

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計 4 件）

１．<u>杉山崇</u>・五味美奈子・杉山崇子: "心理療法の統合的な構造化に向けた力動的アプロ

ーチと認知行動療法における病因論の差異と補完性について" 心理相談研究(神奈川大学) 2. 24-37(2011)（査読あり）
２．杉山崇: ″心理臨床の社会的役割と心理学の関係性について″ 人文研究 170. 23-42 (2010), (査読なし)
３．杉山崇・伊藤美佳・宮澤正明: ″中学生の被受容感を育てる心理教育プログラムの作成と検討″ 神奈川大学人間科学部年報 4. 17-27 (2010)（査読あり）
４．杉山崇: ″心理療法の統合的な構造化に向けた力動的アプローチと認知行動療法における病因論の差異と補完性について:境界性パーソナリティ傾向を例として″ 神奈川大学心理相談センター紀要 1. 27-38 (2010)（査読あり）

〔学会発表〕(計 15 件)
１．杉山崇・伊藤絵美・中釜洋子・高橋雅延, 大会シンポジウム「基礎心理学の臨床的ふだん使い」を議論する, 日本心理学会７５回大会(20110916)日本大学文理学部ｷｬﾝﾊﾟｽ
２．杉山崇・伊藤美佳「大学生の慢性抑うつへの来談者中心的認知行動療法について」, 日本学生相談学会２３回大会, (20110523), 立教大学池袋ｷｬﾝﾊﾟｽ
３．Takashi SUGIYAMA・Kenichi MIKAMI・Yuko YAMADA・Humiyo Ooshima, Clinical Round Table Discussion “ Therapeutic consideration for personality in CBT” in 3rd Asian Cognitive Behavioral Therapy Conference, (20110715), クリスチャン大学（韓国、ソウル）
４．杉山崇・巣黒眞一郎・佐々木淳・大島郁葉, シンポジウム「認知行動療法の治療関係」, 日本認知療法学会１１回大会, (20110930), 大阪国際会議場
５．杉山崇, 事例研究「情動調整が困難な成人への来談者中心的認知行動療法」, 日本心理臨床学会３０回大会, (20110903), 福岡国際会議場
６．杉山崇・伊藤絵美・坂本真士: ″成人男性の抑うつ感と来談者中心的認知行動療法について″ 日本心理臨床学会第 29 回大会. (20100903). 仙台・東北大学河内南キャンパス
７．坂本真士・勝谷紀子・杉山崇・黒田裕二・内田加奈子, ほか: ″抑うつの対人的アプローチの最前線″ 日本心理学会第 74 回大会. (20100922). 大阪・大阪大学豊中キャンパス
８．東斉彰・杉山崇・三上謙一・前田泰宏: ″認知療法の治癒要因″ 日本認知療法学会第 10 回大会. (20100925). 名古屋・愛知県産業労働センター
９．杉山崇・福島哲夫・山本哲也・内田紋佳・田上恭子： ワークショップ「臨床心理学と記憶心理学のｺﾗﾎﾞﾚｰｼｮﾝ３：抑うつをめぐって」, 日本心理学会７５回大会, (20110915) 日本大学文理学部ｷｬﾝﾊﾟｽ
１０．杉山崇・松村健太・加藤敬・前田泰宏・箱田裕司　ワークショップ「臨床心理学と記憶心理学のコラボレーション」, 日本心理学会第７４回大会(20100921)大阪大学豊中キャンパス
１２．勝谷紀子・杉山崇・亀山晶子, 長谷川孝治, ほか　ワークショップ「抑うつの対人的アプローチの最前線」, 日本心理学会第７４回大会(20100922), 大阪大学豊中キャンパス
１３．杉山崇・伊藤美佳　「来談者中心的認知行動療法に基づいたグループワークの大学生の被受容感の醸成効果について」, 日本認知療法学会１１回大会, (20110931), 大阪国際会議場
１４．杉山崇・丹藤克也・越智啓太・厳島行雄・西井克泰「記憶心理学と臨床心理学のコラボレーション」, 日本心理学会第７３回大会, (20090926), 立命館大学
１５．東斉彰・杉山崇・加藤敬・橋本優「認知療法における治療関係－共感を中心にして」, 日本認知療法学会第９回大会, (20091012), 幕張メッセ国際会議場

〔図書〕(計８件)
１．山蔦圭輔・杉山崇（編）北樹出版,『カウンセリングの理論と実際問題』(印刷中)
２．杉山崇「強迫症状から重度の抑うつ, 抑制のきかない憤懣に症状が変遷した男性が「自分」を回復した過程」, 伊藤絵美・杉山崇・坂本真士（編）金剛出版『事例でわかる心理学のうまい活かし方』(2011), 71-95.
３．高橋雅延・伊藤絵美・杉山崇ほか「認知心理学を活かす」坂本真士・杉山崇・伊藤絵美（編）東京大学出版会『臨床に活かす基礎心理学』(2010) 103-124
４．杉山崇・坂本真士・伊藤絵美「これからの心理臨床－研究と臨床のコラボレーション－」, 坂本真士・杉山崇・伊藤絵美（編）東京大学出版会『臨床に活かす基礎心理学』(2010) 3-16
５．杉山崇「基礎から臨床へ, 臨床から基礎へ－双方向の関係性を目指して－」坂本真士・杉山崇・伊藤絵美（編）東京大学出版会『臨床に活かす基礎心理学』(2010) 19-29
６．杉山崇「周辺領域とのインターフェイス」日本心理臨床学会（編）丸善出版『心理臨床学事典』(2011) 381-382
７．遠藤利彦・杉山崇・加藤敬ほか「発達心理学を活かす」坂本真士・杉山崇・伊藤絵美（編）東京大学出版会『臨床に活かす基礎心理学』(2010) 127-154
８．木島伸彦・伊藤絵美・杉山崇ほか「パー

ソナリティ心理学を活かす」坂本真士・杉山崇・伊藤絵美（編）東京大学出版会『臨床に活かす基礎心理学』(2010) 159-185

〔産業財産権〕
○出願状況（計 0 件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

○取得状況（計 0 件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年月日：
国内外の別：

〔その他〕
なし

６．研究組織
(1)研究代表者
杉山 崇（Takashi SUGIYAMA）
神奈川大学・人間科学部・准教授
研究者番号：40350821

(2)研究分担者
なし　（　　）

研究者番号：

(3)連携研究者
なし　（　　）

研究者番号：