

機関番号：15101

研究種目：若手研究 (B)

研究期間：2009～2010

課題番号：21730551

研究課題名 (和文) ロールレタリングの内容評定チェックリストの作成と活用

研究課題名 (英文) Structure and Utilization of Role Lettering Descriptor Checklist

研究代表者

金子 周平 (KANEKO SHUHEI)

鳥取大学・大学院医学系研究科・講師

研究者番号：10529431

研究成果の概要 (和文)：ロールレタリングとは80年代の日本で生まれた書記的心理療法である。本研究ではロールレタリングの内容評定チェックリストを作成し、その活用について検討した。分類の結果、往信の記述は15コード、返信は14コードとなった。このチェックリストは実践使用段階であり a) 記述のパターンの発見、b) 記述の変数化、c) 技法の比較などに活用できる。またロールレタリングの理解の補助的ツールとしても適用できる可能性がある。

研究成果の概要 (英文)：A writing psychotherapy, "Role Lettering Therapy (RLT)" was developed in Japanese in 1980s. In this study, description checklist for RLT is structured, and the applications are discussed. As a result of classification, 15 codes for "letters to another" and 14 codes for "letter to self" were structured. The codes are in practical use stage, and have following utilizations. a) Discovering patterns in letters, b) convert a description into variables, c) comparison of technique. Furthermore, it can be applied to RLT as a supporting tool for understanding.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2009年度	1,100,000	330,000	1,430,000
2010年度	1,000,000	300,000	1,300,000
年度			
年度			
年度			
総計	2,100,000	630,000	2,730,000

研究分野：臨床心理学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：ロールレタリング、内容評定チェックリスト、繰り返し表現、プロセス理解

1. 研究開始当初の背景

(1) ロールレタリング実践研究の概要

ロールレタリングは「自己と他者という両者の視点に立ち、役割交換を行いながら、双方から交互に相手に手紙で訴える。これを重ねることで、相手の気持ちや立場を思いやるという形で、自らの内心の矛盾やジレンマに気づかせ、問題解決を促進する(春口, 1987)」技法である。技法の開発当初は、その発想が

生まれた矯正教育における実践や報告が中心であったが、近年(1993～2004年)は学校教育分野が最も多く(56%)、次いで矯正教育分野(33%)、医療分野(11%)である(松岡, 2006)。また個人心理療法や集団実施などの形態も多様になってきている。その対象も摂食障害、境界例人格障害、解離性同一性障害、アルコール依存症などと様々である。

ロールレタリングの実施条件 [1. 目標設

定、2. 導入時期、3. 手紙の相手の指定の有無、4. 内容の指定の有無、5. 往復回数指定の有無」も多くの変異を持つ。手紙の相手に関しては、経過が進むにつれ母親、父親、きょうだいなどと自然に変遷していく場合もあり、セラピストの見立てによって指定する場合もある。手紙の往復回数も一行ほどの往信から分量を制限せずに十数往復まで多岐に渡り、セラピストが手紙の内容やテーマ、メッセージを指定するか否かも様々である。それぞれの実施方法に異なる狙いと効果が予想され、1つの定義や臨床的仮説(春口, 1995)でまとめるには限界がみえつつある。ロールレタリングは1つの構造化された技法ではなく、その多くのバリエーションをもつ技法の総称として捉えた方が妥当であろう。

(2) ロールレタリングの目的設定

ロールレタリングの実施条件について、暫定的に大きく2つの方向性が浮かびあがる。①葛藤焦点型のロールレタリング：葛藤的な感情を抱いている相手(家族や迷惑をかけてきた人)に対してロールレタリングを行い、抑圧された感情の表出(カタルシス)と自己と他者についての「対決」のテーマが取り上げられることの多いものである。

②受容焦点型のロールレタリング：受容的・肯定的な内在他者に対して行うロールレタリングである。例えば春口(1995)は、最も面倒をみてくれた親和的な人物を手紙の相手に選ぶことで、防衛的な逃避や否認の軽減などを狙った事例を報告し、原野(2002)は、理想の相談相手を指定することで同一人物が役割を交代しながら自分の問題を考えていく方法を考案している。

(3) 内容評定チェックリストの必要性と利用可能性

ロールレタリング研究は、事例研究、質問紙による効果研究、交流分析を用いた解釈などが主流である。ゲシュタルト療法が論じる心のホメオスタシスの作用や、交流分析による自我状態(CP, NP, A, FC, AC)の移動とバランスなどのモデルを用いた理解はロールレタリングの理解に貢献してきた歴史があるが、矯正教育の分野で多く実践されてきた「葛藤焦点型」の理解に限定されやすい。換言すると特定の理論によらない客観的な分析がなされてこなかった(金子, 2007)と言えよう。

本研究で取り上げる「葛藤焦点型」「受容焦点型」の2種類の方向性について、それぞれの狙いや効果、プロセスにみられる特徴は明らかにされていない。ロールレタリングのプロセスを「内容評定チェックリスト」によって客観的に評価することによって、従来の効果やプロセスに関する知見の補完に貢献することができよう。同時にロールレタリン

グの「文字データ」を活用した客観的な分析方法であるため、利用する実践家・専門家らの立場を問わず、研究の知見の蓄積やデータの共有が容易であるため、利用可能性が高いことが予想される。

2. 研究の目的

(1) 「内容評定チェックリスト」の実践的なツールとしての信頼性・妥当性の確立

試作段階の「ロールレタリング内容評定チェックリスト(金子, 2007)」を用いて、3名の評定者が記述の動機単位で区切られたパートをコード化していく。往信は19種類のコード(「相手への不満・嫌悪・怒り」「相手への忠告・要求」「相手への感謝」など)、返信は18種類のコード(「『私』の短所・盲点の指摘」「『私』の接し方への注文」「『私』への非難・否定」など)から構成されている。評定の一致率を算出することによって信頼性を確認し、内容の理解がローデータ提供者と評定者らで共通しているかの照準を行うことによって内容的妥当性の確認を行う。

(2) ロールレタリングの記述が辿るプロセスをコード化によって抽出・分類

「葛藤焦点型」と「受容焦点型」の2種類について、内容評定チェックリストを使用してプロセスを明らかにする。2種類それぞれで実施されたロールレタリングについて、そのa)初発コード、b)コードの全体的な流れの特徴、c)繰り返しの特徴、d)実施方法などの変更直前に現れるコードの特定、e)終了・終結の直前に現れるコードの特定を行う。それぞれ抽出されたものを分類、記述し、クライアントへの影響として予想される点、セラピストの実施手順としての考察を導き出す。

(3) 臨床実践における方針決定のための「内容評定チェックリスト」の活用

数事例について、内容評定チェックリストによる分析を行いながら、ロールレタリング実施の方針や実施条件の選択を行い、その臨床実践上の活用について検討する。

3. 研究の方法

(1) 対象

ロールレタリング内容評定チェックリスト(試作段階)を対象とし、信頼性と妥当性を確認する。試作段階のチェックリストは、ロールレタリング研究12論文の記述と2専門書から記述動機単位で文章を抜き出し、298エピソード(往信)と176エピソード(返信)をそれぞれKJ法(臨床心理学を専門とする大学院生3名による)を用いてカテゴリーを生成したものである。5名のロールレタリングに理解が深い研究者もしくは実践家5名による妥当性の検討を経て、内容の追加、カテゴリー数の変更を行った。その結果、往

信 19 コード、返信 18 コードから構成されている。

(2) 信頼性と妥当性の検討

複数のロールレタリング実践者・研究者から省略や修正のないローデータを収集する。記述の記述動機単位で往信、返信それぞれをパートに分け、3名の評定者が重複で全パートを評定し、一致率を算出する（信頼性の確認）。一致率が低いカテゴリーは統合もしくは削除などの処理を、評定者らで判断する。その後、評定者とデータ提供者（セラピスト）で、ロールレタリング実施時の印象やクライアントの心的流れとの明らかな違いがないことを確認する（妥当性の確認）。

(3) 実践的な活用

臨床実践における方針決定のために「内容評定チェックリスト」の活用を試みる。コード化された記述について、全体的な流れの特徴（段階によるコードの頻度差、コードの順番の特徴など）、繰り返しの特徴（例：6→6→13→6→13→13→6→13など）を分析する。クライアントにとって重要なポイント、セラピストの実施手順、介入可能性を考察するため、臨床心理面接におけるロールレタリングをもちいた事例研究を行い、内容評定チェックリストによって分析・考察する

4. 研究成果

(1) 繰り返し表現の分類

ロールレタリングにおける 25 通の往信（自分から相手への手紙）と 25 通の返信（相手から自分への手紙）を対象としてコード化を行った。特徴的に繰り返される記述がみられ、それを仮説的に分類した。「明確化」、「安定感・安心感」、「相反する感情の葛藤」、「緩やかな直面化」、「カタルシスと直面化」の 5 種類である。まず「明確化」の繰り返し表現の例を 3 つ挙げたが、いずれも往信（自分から相手への手紙）であり、自分自身の自立や成長、相手に抱いている感情について明確にしていく作業として記述されている。春口（1987）はロールレタリングの効果の一つに「文章による感情の明確化」を指摘しているが、表現の繰り返しの中で明確化が行われることが分かる。特定の 2 つのコードが繰り返される場合もあるが、それらは対立するコードではなく、自分の考えの確認や感情の明確化のための相補的な位置づけである。次に挙げた「安定感・安心感」の繰り返し表現は、相手から自分への心配、尊重、好意、関係の継続の保証などが繰り返し記述されるものであり、挙げられた例は全て返信（相手から自分への手紙）であったこのような繰り返しは次の展開を生むための土壌となっており、試行錯誤ができる安心感を自分自身の中に作り出しているようにも思われる。津守（1971）は、絵本にしばしばみられる繰り返

しの意味を、無理なく一つのことを成し遂げさせることとして理解している。また内田

（2008）も物語の中の繰り返しは、形式的な安定感を与えることを指摘している。これらはいくまでも絵本に限定された指摘だが、繰り返しのもたらす効果として「無理のなさ」や「安定感」は共通したものとして捉えうるかもしれない。先に述べた「明確化」の繰り返し表現と「安定感・安心感」の繰り返し表現は、繰り返されているコードや、それに該当する記述をみる限りでは、それ自体には変化のためのきっかけや目的が含まれてはいないため、暫定的に「確証的な繰り返し」という上位概念で捉えることとする。ここでの繰り返しは、自分の感情や思考をより確実にしていくために行われているようである。

「相反する感情の葛藤」の繰り返し表現は、往信と返信についてそれぞれの例を示している。このように相反する視点や立場、感情などに焦点を当てることは、ロールレタリングやエンプティチェア・テクニクにおいて古くから指摘されてきた心的作業である。春口（1987）が臨床的仮説として挙げた「自己と他者、双方からの視点の獲得」もこれにあたり、また Fagan et al（1974）が両極性（polarities）や分裂（splits）にエンプティチェアを適用できるとしたことも同様である。しかしここでみられた「相反する感情の葛藤」の繰り返し表現は、役割交換の中で行われているのではないところが注目すべき点であろう。つまり自分の中にある二律背反的な思考や感情に交互に焦点を当てることで自己内対話を行っているのである。相反する感情の葛藤は、弁証法的な解決や解消、統合に向かうエネルギーを内包しており、機能面でみると「弁証法的な繰り返し」とも言えよう。

「緩やかな直面化」の繰り返し表現は 3 つの例を挙げたが、いずれも返信の中で、普段は直面化していない問題、気づいてはいてもできないことや認められないことなどをテーマとして選んでいる。ここでみられる繰り返しは、防衛的な構えを強めたり緩めたりすることであるが、ゲシュタルト形成と崩壊のサイクルにおける「接触（contact）」と「引きこもり（withdrawal）」のサイクルとも言えよう。同様に「カタルシスと直面化」も、普段は直面化していない問題などをテーマとして選び、カタルシスの一方で徐々に直面化していく、徐々に気づきを深めていくプロセスを辿っている。これは竹下（2007）が指摘した「攻撃と振り返り」とほぼ同義であると考えてよいだろう。相反するコードが繰り返し出現し、繰り返し自体がその統合や解消を目的に内包していることから「弁証法的な繰り返し」の一形態であるが、ズレを含んだ繰り返しになっていることから「漸進的な繰

り返し」として仮説的にまとめる。

今回まとめられた以外にも、「現実とイメージ」の繰り返し、「内省と表現」の繰り返し、「感覚的表現と事実説明」の繰り返しなどが考えられる。また、繰り返し構造自体に「強調や補足説明」という意味が備わっていることも本研究では取り扱わなかった側面である。記述されている内容が如何に重要なことか、強い感情を伴っているか、大きな努力が払われているかなどを、繰り返し構造自体が示すのである。

(2) 受容的な人物とのロールレタリングのコードを用いた理解

受容的な人物とのロールレタリングの記述上の特徴として、往信では2通目で自立や成長、決意の記述が増えること、相手への理解や謝罪等は減少すること、返信では変化がみられないことが示された。ロールレタリングのテーマ「自己の報告」と「関係性」では逆の記述上の特徴がみられ、前者は自己内性的、現在・未来志向、また受容性の高い人物をイメージできている可能性が示唆された一方、後者は関係性の期待と保証が記述の中心となった。またコード [7、10、12、vi、xi] の増加、コード [5、13、xii] の減少内省を示す指標となる可能性があることも示唆された。チェックリストの指標と尺度得点の差の相関関係から、自尊心得点の RL 前後の差と RL 全体のコードの幅 ($r=.21, p<.10$)、罪悪感得点の RL 後の差と往信1通目のみにみられたコードの幅 ($r=-.26, p<.05$)、自己愛得点の RL 後の変化量と返信1通目のみにみられたコードの幅 ($r=-.28, p<.05$)、往信2通目のみにみられたコードの幅 ($r=-.22, p<.10$) と、それぞれ微弱な相関がみられた。ここから全体的に多様な記述ができていることが自尊心の向上と関係すること、一通目から豊かでスムーズなメッセージの往復ができることと罪悪感・自己愛の低下などがやや関係する可能性が示唆された。

(3) コードを用いた介入や理解の可能性

情報量の多いロールレタリングの記述から、比較的容易かつ迅速にプロセスの理解ができ、クライアントとその共有に役立てることができる。また評定を見ることで具体的な記述内容にセラピストの意識を奪われずに、クライアントの感情表現や思考パターンなどを寄り添い、セラピストの反応をより精緻に捉え、フィードバックすることができる。他にも繰り返しパターンの理解をフィードバックする、親友に宛てた手紙と夫に宛てた手紙のパターンの類似性を指摘するなど効果的であっただろう。

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3件)

①金子周平、受容的な人物とのロールレタリングを用いた大学生の予防的援助の一事例、ロールレタリング研究、印刷中、査読有

②金子周平、ロールレタリングにおける繰り返し表現の概念化の試み、鳥取臨床心理研究、巻3、p15-22、2010、査読無

③金子周平、臨床心理面接へのロールレタリングの導入における諸問題とプロセス理解、ロールレタリング研究、巻9、p1-12、2009、査読有

[学会発表] (計6件)

①金子周平、ロールレタリング研究データベースによる近年の研究の特徴や動向、日本ロールレタリング学会第11回大会、2010年8月28日、名古屋市中小企業振興会館(名古屋)

②Shuhei Kaneko、"Role Lettering Therapy" and the Description Codes、11th International Congress of Behavioral Medicine、2010年8月5日、Grand Hyatt Washington、Washington、DC USA

③金子周平、受容的な人物とのロールレタリングの記述コード表を用いた理解、中国四国心理学会第65回大会、2009年10月25日、香川大学(高松市)

④金子周平、ロールレタリングにおける繰り返し表現の理解、日本心理臨床学会第28回大会、2009年9月20日、東京国際フォーラム

⑤金子周平、受容的な人物とのロールレタリングにおける緩やかな直面化、日本ロールレタリング学会第10回大会、2009年8月22日、徳島大学(徳島市)

⑥金子周平、ロールレタリングにおける受容的な人物の選択と扱われるテーマ、日本カウンセリング学会第42回大会、2009年8月20日、活水女子大学(長崎市)

[その他]

ホームページ等

<http://www.shuhei-kaneko.com/>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

金子 周平 (KANEKO SHUHEI)

鳥取大学・大学院医学系研究科・講師

研究者番号：10529431