

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 5 月 29 日現在

機関番号：32683

研究種目：若手研究（B）

研究期間：2009～2011

課題番号：21730576

研究課題名（和文） 解決志向アプローチにおける質問の効果的な使い方・展開の仕方の検討とテキストの作成

研究課題名（英文） The way to use questions and to shift topics of conversation in solution-focused approach effectively and the development the text

研究代表者

伊藤 拓 (ITO TAKU)

明治学院大学・心理学部・准教授

研究者番号：20412306

研究成果の概要（和文）：

本研究では、解決志向アプローチにおけるミラクル・クエスチョン、例外探しの質問、コーピング・クエスチョン、スケーリング・クエスチョンを効果的に用いるためのポイント、および面接における効果的な話題の展開の仕方を明らかにすることを目的とした。これらの目的を達成するために、2つの研究が行われた。まず、日本人セラピストへの面接調査を通して得られたデータが KJ 法によって分析された。主な結果は以下の通りであった。(1) セラピストは、ミラクル・クエスチョンの前に準備を行わなければならない。それらには、クライアントの状態をミラクル・クエスチョンが受け入れやすくなるようにさせること、ミラクル・クエスチョンが特定のクライアントに使用可能かどうかをクライアントの状態をもとに判断することなどが含まれる。(2) 例外探しの質問の後に、クライアントが例外を成功体験として認識することを、セラピストは待たなければならない。もしクライアントが例外の重要性を否定したら、その例外を強調するのを避けなければならない。次に、SFA のマスターセラピストによる面接が談話分析によって検討された。主な結果は以下の通りであった。(1) 面接においてセラピストが、クライアントの問題に関する話題から解決に関する話題に転換しようとする時、クライアントはそれを受け入れず、問題に関する話題を開始するというパターンが繰り返し見られた。(2) そのような場合、セラピストは解決に関する話題にすぐには戻さず、問題に関する話題を聞いた上で、質問を用いて解決に関する話題に戻すことが示された。

研究成果の概要（英文）：

This study aimed to clarify how to use the miracle question, the exception question, the coping question, and the scaling question in solution-focused approach therapy (SFA) effectively, and how to develop topics of conversation in interviewing effectively. To achieve these aims, two studies were done. At first, data collected through interviews with Japanese therapists were analyzed using the KJ method. The main results indicated the following. (1) Therapists should perform specific preparation before the miracle question, including ensuring that the client's condition allows the acceptance of the miracle question and deciding whether the question can be used for a specific client based on the client's condition. (2) After the exception question, the therapists should wait for the client to recognize the exception as a successful experience and avoid emphasizing the exception if the client denies its importance. Second, the interviews by a master therapist of SFA were analyzed by discourse analysis. The main results indicated the following. (1) A pattern, when the therapist intended to shift topics of conversation from the client's problems to the client's solutions in the interview, the client did not accept the shift and started to talk about topics of the client's problems, was repeatedly found. (2) In such a case, the therapist did not return to topics of the client's solutions at once, and after the therapist listened to topics of the client's problems, the therapist return to topics of the client's solutions by using questions.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2009年度	600,000	180,000	780,000
2010年度	600,000	180,000	780,000
2011年度	600,000	180,000	780,000
年度			
年度			
総計	1,800,000	540,000	2,340,000

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：心理面接過程

1. 研究開始当初の背景

(1) 米国では、解決志向アプローチ（以下、SFA とする）の質問を形式的に使ったり展開の仕方を誤ったりして、「解決を強制する」ような効果が得られない実践が問題になっている（Nylund & Corsiglia, 1994）。SFA の開発者は、SFA の誤った使用への警鐘を鳴らしている。

(2) わが国でも SFA の誤用が進む前に、SFA の質問の効果的な使い方・展開の仕方を、詳細に明らかにする必要がある。

(3) SFA の質問の基本的な使い方は、テキストで説明されている（e.g., Berg, 1994; De Jong & Berg, 2008）。一方、質問の基本的な使い方は単純であるが、それらを習得するのは大変難しいことが指摘されている（Pichot & Dolan, 2003）。

(4) SFA の効果は個人によって大きく異なるが、SFA によって効果を上げているセラピストとそうでないセラピストの違いはどのような点なのだろうか。SFA を効果的に実践するセラピストは、どのように SFA の質問を用いているのだろうか。より多くの実践家が SFA を効果的に用いられるようにするためには、SFA によって効果を上げているセラピストを対象に、SFA の質問の効果的な使い方、展開の仕方を、詳細に明らかにする必要がある。

2. 研究の目的

(1) SFA の質問の効果的な使い方、面接の展開の仕方を明らかにする。

(2) 調査の結果をもとに専門家が用いることができる SFA の質問の使い方に関するテキストを作成する。

3. 研究の方法

以下の2つの方法によって、SFA の質問の効果的な使い方、面接の展開の仕方を検討した。

(1) 日本人セラピストへの面接調査

SFA を行う日本人セラピストを対象に、SFA で用いられる質問（ミラクル・クエスション、例外探しの質問、スケーリング・クエスション、コーピング・クエスション）が効果を発揮するために、各質問の導入前、導入時、導入後に、どのようなことが重要であるとセラピストが考え、どのようなことにセラピストが気をつけているかを尋ねた。また、各質問が効果を発揮するために、質問を用いるとき、セラピストがどのような発話を行っているか、およびどのように各質問を組み合わせ、面接を展開しているかなどを尋ねた。

回答は文字化した上で、KJ 法（川喜田, 1967, 1970）によって分析が行われた。分析は、臨床心理学が専門の研究者と日本語学が専門の研究協力者の2名で行った。日本語学の専門家を研究協力者とした理由は、KJ 法では、文章を適切に要約したり、同じような意味を持つ文章をまとめたりする作業を行うため、日本語学の専門知識が有効と考えたからである。まず、KJ 法の各分析を研究者が行い、続いて研究協力者が修正の必要性を検討した。修正の必要があるとされた点については、両者で協議の上、修正するかどうか検討した。

## (2) マスターセラピストの面接の談話分析

SFA の効果的な面接の展開の仕方を検討するために、SFA のマスターセラピストである Berg, I.K.による面接ビデオ (I'm Glad to be Alive など:前日に自殺未遂をした高校生男子への心理療法) を分析した。

全逐語録を文字化し、ザトラウスキー

(1993) を参考に分析を行った。分析に際しては、セラピストとクライアントの発話 (話者のひとまとまりの音声言語連続で、他の話者の音声言語連続や空白時間によって区切られるもの:ザトラウスキー, 1991) を分類し、発話、話談 (2人以上の話者の発話が組み合わさってできる会話のまとまり:ザトラウスキー, 1991) を認定し、面接における談話構造を検討した。話段をもとに、面接の話題の展開を明らかにすることで、マスターセラピストによる話題の展開のパターンを検討した。

## 4. 研究成果

### (1) 日本人セラピストへの面接調査

得られた結果のうち、主な点を以下に示した。

まず、セラピストは、ミラクル・クエスチョンを導入する前に、導入のための準備や見極めを行っていることが示された。それらには、「受け入れやすい状態を作る」、「クライアントの状態をもとに使用可能かどうかを判断する」、「導入のタイミングを見定める」、「答えやすくするための前置きの言葉かけをする」などが含まれる。先行研究 (例えば、De Jong & Berg, 2008) では、ミラクル・クエスチョンの前に準備が行われているとの記述はあるが、その具体的な内容は記述されていない。

「受け入れやすい状態を作る」には、「奇跡を考えやすいようなポジティブな状態にクライアントがなるように働きかけること」と「ラポールを形成すること」が含まれていた。クライアントは基本的にネガティブな感情状態にあることから、奇跡のようなポジティブな事柄を想像することが困難なであると考えられる。そこで、クライアントが奇跡を想像しやすいようなポジティブな心理状態を作ることをセラピストが意図しているのだと考えられる。そして、そのためには、ラポールを形成することが重要になるのだと考えられる。

さらに、「受け入れやすい状態を作る」中で、使用可能でないと判断された場合には、この質問を用いないことも重要であろう。SFA のテキストでは (e.g., De Jong & Berg, 2008), どのようなクライアントにはこの質問を行わない方が良いかという記述がないが、当然のことながら、使用可能かどうかの判断を行った上で、この質問を用いるべきなのである。

また、「導入のタイミングを見定める」、「答えやすくするための前置きの言葉かけをする」などによって、セラピストはミラクル・クエスチョンへの導入を慎重に行っていることがわかる。ミラクル・クエスチョンを効果的に行うためには、慎重な準備が求められることが示唆される。

次に、セラピストは、例外探しを効果的に用いるために、例外探しの質問において「発見された例外がクライアントに成功体験として認識されるのを待つこと」、「発見された例外の重要性をクライアントに否定されたら、セラピストはその例外を強調しないこと」を行っていることが示された。問題に向いているクライアントの注意を「問題がない時」に向けるのが、例外探しの質問であるが、問題に注意が向いている時には、クライアントの感情状態はネガティブなものである可能性が高い。そのため、その例外に対する捉え方、つまり認知もまたネガティブである傾向があるので、発見された例外をクライアントが「成功体験」として肯定的に認識しない可能性が十分にある。そこで、セラピストは、その例外の重要性を認識させようとクライアントを説得したりせず、クライアントがその例外を成功体験として認識するのを待つ必要がある。その際には、例外が生じる上でクライアント自身が行ったことを尋ねたり、例外が偶然に起こったか、それとも意図的に起こったかなどを検討したりして、クライアントが例外を成功体験として認識する可能性を高めることが必要になる。

しかし、そのような取り組みを行ったとしても、クライアントが例外を成功体験として認識しないこともある。その場合に、セラピストが成功体験としてクライアントに認識させようとし続けると、クライアントは認識の転換を無理強いされたと感じるだろう。そこで、「発見された例外の重要性をクライアントに否定されたら、セラピストはその例外

を強調しない」ことが例外探しの質問を行う上でのポイントとなると考えられる。

## (2) マスターセラピストの面接の談話分析

得られた結果のうち、主な点を以下に示した。

まず、セラピストは、面接の当初から、「問題の内容」などの問題の話に関する話段に加え、「クライアントの好きなこと」「クライアントの肯定的な行動」などの解決の話に関する話段を開始していることが示された。このように、面接の当初に、クライアントに関する問題の話だけをせず、クライアントの長所などに関する解決の話をするすることで、クライアントとの間のラポールの形成が促進できたり、クライアントの感情状態をよりポジティブなものにできたりする可能性が示唆される。

次に、「問題の再発を防ぐためにクライアントが次にする必要があること」などの解決の話に関する話段をセラピストが開始すると、クライアントはそれに乗らず、「問題が生じる過程」などの問題の話に関する話段を開始するというパターンが何度か見られることが示された。SFAでは、解決を構築していくためには、問題を詳細に明らかにする必要はなく、解決の話をするのが重要だと考える。そのため、問題の話をクライアントとセラピストの間で話し続けることをせず、セラピストは、問題の話から解決の話への転換を図る。そのとき、以上の分析結果に見られたように、問題の話から解決の話への転換に、クライアントが乗らないことがしばしば起こる。このときに、セラピストが諦めずに、何度も解決の話を開始することに取り組むことが重要だと考えられる。

さらに、解決の話にクライアントが乗らずに、問題の話の話段を開始した場合、セラピストは解決の話にすぐには戻さず、クライアントが話し始めた問題の話を傾聴し、肯定していることが示された。そして、傾聴、肯定を行った後に、主に質問を用いて、解決の話に戻していることが示された。これから、クライアントが問題の話へと戻ったときに、セラピストが、それを遮ったり、解決の話をすることを強要したりせず、クライアントが開始した話題を傾聴することが重要だということがわかる。

以上のことから、クライアントに「解決を

強制する」ような面接に陥らないためには、問題の話から解決の話へと転換をしたときに、クライアントが問題の話へと戻ることをセラピストが認識した上で、クライアントが開始した問題の話を傾聴し、肯定しつつ、再び、問題の話を開始するという作業を行うことが重要だと考えられる。

なお、現在は研究成果をもとに、SFAの質問の効果的な使い方・展開の仕方についてのテキストの作成に向けて準備を進めている。

## 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2件)

- ① 伊藤拓 印刷中 ソリューション・フォーカスト・アプローチの質問を用いる際の注意点——セラピストへの面接調査による検討—— 心理臨床学研究.
- ② 伊藤拓 2011 ミラクル・クエスションの効果的な使い方 ブリーフサイコセラピー研究, 第20巻1号, 15-26.

[学会発表] (計1件)

- ① 伊藤拓 2011 「問題の話」から「解決の話」への転換：談話分析による Berg I. K. の面接の「話段」の検討 日本ブリーフサイコセラピー学会第20回大会プログラム・抄録集, 30.

## 6. 研究組織

### (1) 研究代表者

伊藤 拓 (ITO TAKU)  
明治学院大学・心理学部・准教授  
研究者番号：20412306

### (2) 研究分担者

該当なし

### (3) 連携研究者

該当なし