

## 科学研究費助成事業 研究成果報告書

令和 6 年 6 月 18 日現在

機関番号：34416

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2021～2023

課題番号：21K03098

研究課題名(和文) パーソン・センタード・セラピーによる心理的効果の安定に関する研究

研究課題名(英文) Study of the Stability of Psychological Effects of Person Centered Therapy

研究代表者

中田 行重 (Nakata, Yukishige)

関西大学・人間健康学部・教授

研究者番号：00243858

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,500,000円

研究成果の概要(和文)：まず、パーソン・センタード・セラピーの中核条件の具現度を測定するために、セラピストの態度条件に関連する質問項目を文献から収集し、全部で76項目の質問紙を作成した。構成概念妥当性を測定するための因子分析を行い、最終的に全64項目の質問紙(Scale of Therapists' Embodiment of Core conditions)を開発した。次に、この質問紙を用いてPCTの中核条件の具現度の高いThを10名抽出し、半構造化面接によるインタビュー調査を行い、彼・彼女らが担当したCIに生じた変化を調べた。逐語記録を作成し、修正型グラウンデッドセオリーを用いて質的に分析した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

我々が作成した質問紙はセラピストの中核条件の具現度を測定するものである。心理療法の効果研究が海外に比べて殆どなされていない我が国において、パーソン・センタード・セラピーの立場から効果研究を行うための重要なツールになると期待される。それは今後、公認心理師を保持する心理療法家が、自らの職能の意義を説明する上でも効果研究の成果を示すことにもつながる。また、インタビュー研究からは、クライアントの変化には、Rogersらによるプロセススケールの研究と異なる部分として、PCTの自己理論に現代のストレス理論の融合がみられた。これは現代のわが国のクライアント変化の特徴を研究する布石になることが期待される。

研究成果の概要(英文)：First, to measure the degree of embodiment of the core conditions of person-centered therapy, questions related to therapists' attitudinal conditions were collected from the literature to develop a questionnaire with a total of 76 items. A factor analysis was conducted to measure construct validity, and a final 64-item questionnaire (Scale of Therapists' Embodiment of Core conditions) was developed in total. Next, using this questionnaire, we selected 10 Th with a high degree of embodiment of PCT's core conditions and conducted semi-structured interviews to examine the changes that occurred in the CIs for which he/she was responsible. Verbatim transcripts were made and analyzed qualitatively using modified grounded theory.

研究分野：臨床心理学

キーワード：パーソン・センタード・セラピー 中核条件 具現度 質問紙 半構造化面接 クライアントの変化  
ストレス理論 自己理論

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、研究者個人に帰属します。

## 1. 研究開始当初の背景

### (1) Developing a scale on the therapists' embodiment of the core conditions (STEC)

本研究は科研費による「パーソン・センタード・セラピー (PCT) による心理的効果の安定性に関する研究」プロジェクトの一環としてなされている。そのプロジェクトの大きな問いは、PCT の特有の効果をもたらすことである。特に、クライアントの、問題や症状を抱える力の増加を含む変化のプロセスを明らかにすることである。

まず、我々は PCT を行っているセラピストおよびクライアントを特定し、インタビューを行うと企画した。しかし、その議論の中で明らかになったことは、誰がセラピストであれば PCT を受けていると言えるのか、という明確でないということであった。すなわち、研究をすすめるためには、PCT の特徴を持ったセラピストを定義する必要があった。真に PCT を行っているのは誰か？ 有名な PCT 研究者か、それとも、もし自認すれば PCT と言えるのか？ PCT のセラピストとして一定のトレーニングを受けていることを示すものは、何か？ PCT のセラピストであると決めるために、どうすればよいか、を考える必要があった。

### (2) パーソン・センタードの態度得点の高いセラピストから見たクライアントの変化

Person-Centered Therapy (PCT) におけるクライアント (CI) の変化は、質問紙を用いて他学派との効果を比較する効果研究や プロセススケール (Walker, Rablen & Rogers, 1960) や 体験過程 (Gendlin, 1964) などの概念が提示されてきた。

しかし、は、一般的な効果研究としては有用であるが、PCT 固有の CI の変化を見る研究とはなりにくく、その固有性を明らかにするには十分ではない。一方、は CI の変化を理論図式で捉える枠組みとして機能するが、その枠組みに入らない変化を捉え切れない。

## 2. 研究の目的

(1) 本研究の目的はセラピストが PCT の中核的条件をどの程度体現しているかを測定する客観的指標を作成することである。まず、PCT の中核条件を特徴づける要因を探索し、セラピストの中核条件の具現度を測定する質問紙を開発し、その構成概念妥当性を検討する。

(2) 本研究は、我々が開発した中核条件の具現化尺度 (STEC: Scale of Therapists' Embodiment of Core conditions) で高得点を示すセラピスト (Th) へのインタビュー調査を通じて、PCT における CI の変化を検討する。すなわち、本研究は Th の目に映った CI の変化であり、言い換えると主に面接場面での変化である。

## 3. 研究の方法

### (1)

まず、国内外の関連する文献を調査し、文献からそれに該当する質問項目を集め、Barrett-Lennard Relationship Inventory を参考にして質問項目を収集した。

3人の評定者によってその項目の重要性などをチェックした上で、最終的に全64項目の、「全くそう思わない」から「非常にそう思う」までの6件法の質問紙を作成した。

101名の心理士および心理臨床の訓練生 (女性55名、男性46名、平均年齢36歳 ± 10.7) にオンラインでその質問紙に答えてもらった。構成概念妥当性を確認するために、自己実現尺度 SEAS2000 (坂中, 2000) にも回答してもらった。

その上で因子分析を行った。

なお、本研究は関西大学大学院心理学研究科研究・教育倫理委員会にて承認を得ている（審査番号 #210）

## (2)

参加者：STEC の得点の高い回答者に協力を依頼し、10 名から参加の同意を得た。参加者の性別は男性が 6 名、女性が 4 名、平均年齢は  $40.3 \pm 15.6$  年、臨床経験の平均は  $12.9 \pm 15.6$  年、範囲は 1-52 年であった。

面接：オンラインによる半構造化面接を実施した。面接では CI 変化が認められた事例について「CI の内面で問題に対して、どんなふうに変化したと思いますか。その変化のプロセスを教えてください」等を尋ねた。

分析法：逐語記録を作成し、修正型グラウンデッド・セオリー（木下，2007）を参考に分析を行った。

倫理的配慮：本研究では、「インタビューの内容は逐語記録を作成する段階で、完全に匿名性し、個人やその他の情報が特定されない形で分析されること。録音した記録や逐語記録は研究者の管理の下適切に保管され、研究に使用した後は、廃棄されること」を研究協力者に説明し、同意を得た。なお、本研究は関西大学大学院心理学研究科研究・教育倫理委員会にて承認を得ている（審査番号 #232）

## 4．研究成果

(1) 質問紙に答えたセラピストのオリエンテーションは PCT が 40 名、体験派が 10 名、精神分析が 8 名、認知行動療法が 12 名、統合派が 18 名、その他が 13 名であった。最終的に 18 項目の 4 因子が見出された。共感（6 項目）、無条件の肯定的配慮（5 項目）、自己一致 1（5 項目）、自己一致 2（2 項目）、である。共感と無条件の肯定的配慮の因子は Barette-Lennard Relationship Inventory と同じであったが、自己一致が 2 つの因子に分かれたのは異なる点であった。このことはセラピーにおいては内なる自己一致の側面だけでなく、コミュニケーションとしての自己一致の側面を意識することの重要性を示唆するものであった。また、PCT の中核条件のそれぞれが、必ずしも PCT のオリエンテーションのセラピストだけで高い訳ではなく、他の療法のセラピストでも高いことがあったのも、興味深い結果であった。この研究は WAPCEPC の国際学会 PCE2022 で発表した。

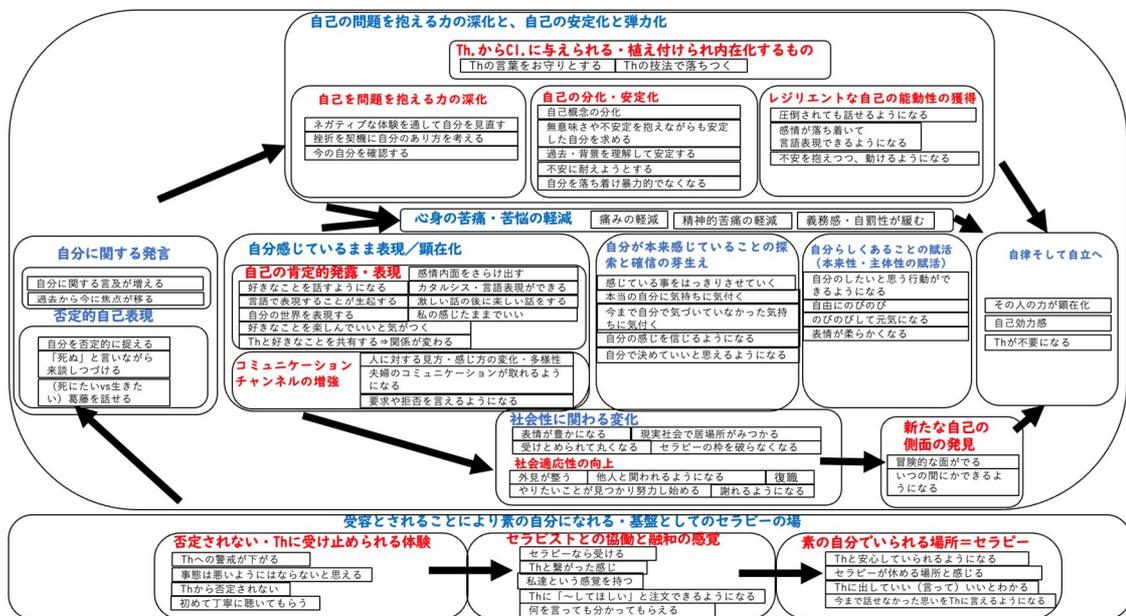
(2) 分析によって得られたストーリーラインは次の通りである。CI はセラピーにおいて【自己に関する発言】がみられ、時に【否定的自己表現】がなされることがある。しかし、Th が進むに連れて、《否定されない・Th に受け止められる体験》を経て、《Th と協働と融和の感覚》が生じる。さらに、「Th と安心していられる」「今まで話せなかった思いを Th に言えるようになる」など《素でいられる場所としてのセラピー》の場が作られる。このように Th 全体を支える基盤として、【受容されることにより素の自分になれる・基盤としてのセラピー】が醸成される。

そのようなセラピーの基盤の上で、CI は大きく 3 つの領域において変化が見られる。1 つ目は【自分の問題を抱える力の深化と、自己の安定化、弾力化】が出現してくる。すなわち、《自己の問題を抱える力の深化》、《自己の分化・安定化》、《レジリエントな自己の能動性の獲得》が生じる。次の領域は【自己に関する発言】である。これは上記の受容の基盤の上において《自己の肯定的発露・表現》がなされ、それとともに「人に対する見方、感じ方が変化し多様になる」「要求や拒否を言えるようになる」などコミュニケーションチャンネルの増強が生じてくるに連れ、【自分が感じていることの本来的な表現の顕在化】につながる。

また、その過程が進むと、「本当の自分の気持ちに気づく」「感じていることをはっきりさせてい

く」など【自分の感じていることの探索と確信の芽生え】が生じる。そして、「自分のしたいと思う行動ができるようになる」「自由でのびのび」などの【自分らしくあること（本来性・主体性）の賦活】が生じてくる。このようなプロセスに並走する形で、「表情が豊か」になったり、「現実生活で居場所が見つ」かったりなどの《社会適応性の向上》が生じてきて、【社会性に関わる変化】も顕在化し、【心身の苦痛・苦悩が軽減する】。これらのプロセスを経て、「その人の力が顕在化」し、「自己効力感」が増し、【自律し自立へ】と収束するプロセスが考えられた。

本研究の知見は Walker, Rablen & Rogers(1960)のプロセススケールと共通するものと異なるものがある。異なる点としては、PCTの自己理論とストレスの理論の融合がみられ、ストレス理論の発展した現代のセラピストによって描き出されている点である。また、社会性に関わる変化として最終的には「自律し自立する」ことを示している点も異なる点である。このようになプロセススケールとは異なる知見が得られたのは、プロセススケールが面接場面内外を通しての変化であるのに対し、本研究は主に面接場面での変化であるためかもしれない。あるいは米国との違いや時代の違いを反映しているかもしれない。この研究は2023年9月、日本人間性心理学会第42回大会で発表した。



5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計2件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 1件）

1. 発表者名 Uenishi, H., Onohara, A., & Nakata, Y.
2. 発表標題 Developing a scale on the therapists' embodiment of the core conditions (STEC)
3. 学会等名 World Association of Person-centered and Experiential psychotherapy and counselling (国際学会)
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 上西裕之, 斧原藍, 中田行重
2. 発表標題 パーソン・センタードの態度得点の高いセラピストから見たクライアントの変化
3. 学会等名 、日本人間性心理学会第42回大会
4. 発表年 2023年

〔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	石田 陽彦  (Ishida Haruhiko)  (20527113)	関西大学・人間健康学部・教授    (34416)	
研究分担者	阿津川 令子  (Atsukawa Reiko)  (70231941)	関西大学・人間健康学部・教授    (34416)	

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	上西 裕之  (Uenishi Hiroyuki)  (40847571)	大阪大谷大学・人間社会学部・准教授     (34414)	

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