

修正感情体験に関する心理療法プロセス研究

—理論的・方法論的な基盤の構築—

氏名 中村 香理

本研究は、修正感情体験の理論について理解を深め、研究の方法論的な基盤を作ることを目的とした心理療法プロセス研究である。修正感情体験とは、心理療法において、クライアントが過去に対処できなかった感情状況を、より好ましい治療関係の中で追体験することによって、過去の体験の外傷的な影響を修復することである (Alexander & French, 1946)。また、面接内で起こった修正感情体験は、クライアントの日常生活にも広がり、対人関係の変化をもたらすことが指摘されている (Sharpless & Barber, 2012)。修正感情体験は、心理療法の中核的な変容メカニズムの一つとして、長らく臨床家の注目を集めてきた (Castonguay & Hill, 2012; Goldfried, 1980)。しかし、そのプロセスと効果に関する実証研究はまだ始まったばかりである。心理療法プロセス研究は、面接中のセラピストとクライアントの行動ややりとり、それぞれの主観的体験などに基づいて、心理療法における変容のメカニズムを調べるものである (Elliott, 2010; Greenberg, 1986; 岩壁, 2008)。本研究では、修正感情体験の全体像をよりよく理解するために、その中からいくつかの方法を組み合わせさせた。

第1章では、研究の背景およびそこから導かれる研究課題を示した。はじめに、さまざまな心理療法アプローチにおける修正感情体験の定義や理論を概観した。その上で、本研究では、クライアントの感情体験とセラピストとの治療関係を重視するヒューマニスティック・アプローチの視点に立つことを示した。次に、修正感情体験および類似概念に関連する先行研究を概観し、修正感情体験を構成する要素となる、(a) クライアントの感情体験とその変容、(b) セラピストとクライアントの関係、(c) そこから起こるクライアントの日常生活の体験や変化は、それぞれ異なる方法や観点から研究されてきたことを示した。そして、修正感情体験を全体として捉えるためには、いくつかの方法や観点を組み合わせることが必要であると指摘した。

第2章では、本研究の目的、方法論、意義、本論文の構成を述べた。第一の目的は、課題分析を用いて、クライアントの感情変容プロセスに、セラピストとクライアントの関係と関わる要素を加えた修正感情体験モデルを生成することであった。第二の目的は、そのモデルに基づき、修正感情体験の要素が面接ごとにどのように現れるかを、クライアントの視点から系統的に捉えるための質問紙尺度を開発することであった。第三の目的は、その質問紙尺度を系統的事例研究に取り入れ、クライアントの視点からセラピー内外の体験を調べることによって、(a) 修正感情体験モデルを検証すること、そして (b) 面接内で起こった修正感情体験がクライアントの日常生活にどのような変化をもたらすかを検討することであった。

続いて本研究の方法論を述べ、課題分析および系統的事例研究法の概要および本研究で採用した根拠を示した。さらに本研究の意義は、(a) 心理療法における変容メカニズムの理解の促進、(b) 事例研究の方法論の発展、(c) 心理療法の効果とプロセスを説明する知見の提供につながる点にあることを述べた。

第3章から第5章では、上記の各目的に関連した3つの研究知見を示した。第3章では、第一の目的を検討するために、修正感情体験課題の解決3場面と未解決3場面を質的に分析した。その結果、クラ

クライアントの個人内の変容プロセスとセラピストとの対人的な変容プロセスが並行して進む修正感情体験の実証モデルが生成された。合わせて、それらの変容を促進するセラピストの介入原則として、体験的介入と関係的介入も同定された。

第4章では、第二の目的を検討するために、8名の協力者から収集された182の回答データを分析した。マルチレベル因子分析の結果、修正感情体験尺度は面接レベル4因子、クライアントレベル1因子からなった。面接レベルにおける各下位尺度の内的一貫性、および既存の尺度との相関分析から基準関連妥当性が確認された。

第5章では、第三の目的を検討するために、クライアントの面接内外の主観的体験を知ることができる貴重な事例データを活用した。面接内外の体験についてクライアントが記述した文書の内容を質的に分析した結果から、面接内の体験として6つのカテゴリーが生成され、修正感情体験モデルとの関連が確認された。また、面接外の体験として対人関係の変化を含む3つのカテゴリーが生成され、ポジティブ感情が面接内外の変化をつなぐ重要な要素であることが示唆された。これらの結果は、面接の効果や体験に関する質問紙尺度の量的分析の結果からも支持された。

第6章では、本研究全体の知見を総合的に考察した。はじめに、修正感情体験についてどのように理解が深められたか、(a) クライアントの感情変容とセラピストとの関係の深まりとの相互作用、(b) 二つの潜在的な体験を明示的にすること、(c) ポジティブ感情への注目、(d) 対人関係の変化をもたらすクライアントの強さやエネルギーの4点から論じた。次に、本研究で用いた修正感情体験研究の方法について、その特徴や意義、課題を整理した。続いて、臨床実践への示唆を述べ、最後に本研究全体の限界と今後の展望を述べた。