

クライアントからみた 協働カウンセリング・プロセスに関する一考察

— 試行カウンセリングおよび対人プロセス想起法を用いた質的検討 —

京都大学医学部附属病院精神科神経科 二宮 遼

I. 問題と目的

1. 治療関係および作業同盟について

Lambert & Barley (2001) は、さまざまな理論的アプローチに共通する要因が心理療法やカウンセリングの効果において重要な位置を占めている点を指摘し、クライアント（以下、CI）の回復に繋がる主要な要素が治療関係の性質であることを明らかにしている。

治療関係を意味するセラピスト（以下、Th）とCIの関係は、これまで作業同盟の研究を中心に進められてきた（Bordin, 1979）。作業同盟の尺度として、Working Alliance Inventory (WAI) がある（Horvath & Greenberg, 1989）。これは、Th、CI、観察者の3者の視点から、多面的に作業同盟を測定することができる尺度である（Tichenor & Hill, 1989）。

一方で、心理療法の量的研究に対する批判や反省から、ThとCIの協働関係が重視されてきている。協働関係は個人対個人の関係であるため、質的で個性記述的な研究が適しているとする見解もある（青木, 2008）。わが国ではカウンセラーとCI双方の体験に迫る質的研究が行われているもの（金沢ら, 2020）、その協働関係を取り上げた質的研究はまだ見られない。

2. 協働について

心理臨床における協働は、臨床心理学的地域援助や多（他）職種連携の文脈で取り上げられることが多い。竹内（2011）は、他の専門職との協働について、「他職種の専門家と関わり、協力し合いながら行う心理臨床活動」と広範に定義している。CIとの協働に関して、Corrêa et

al. (2016) は、Thからは共感的な理解と傾聴が、CIからは治療における課題への関与がそれぞれ必要とされると述べている。

ThとCIの協働は、関係性の上に成り立ち、双方に内的に体験される可能性がある以上、量的尺度といった外的な指標ではその内実を十分に捉え切れるとは限らない。むしろ双方が体験しているプロセスを基に仮説生成を行う方が、その実感により即している可能性が考えられる。

3. 主訴との関連について

協働がどういう目標のもとで行われるべきかについて、先行研究の多くは「主訴」について話し合うという点を指摘している。下山（2006）は、初回面接では「クライアントとの間に信頼関係を結び、その後の協働作業の土台を築くこと」が不可欠とした上で、「主訴として最初に語られた内容が必ずしも真の来談理由ではない場合」があるため、「最初に語られた主訴を鵜呑みにして、それを問題であると決めつけてしまわないようにする」ことが重要だとしている。そして、CIの主訴を「問題を明確化するための出発点として位置づけ」、何が本当の主訴なのかを探っていくことが肝要だと述べている。伊藤（2010）もまた、主訴とは「クライアントが出してくれたものをもとに、カウンセラーとクライアントで定式化すべきもの」だと述べている。

以上をふまえると、初回面接などのカウンセリング初期では、ThとCIの関係形成に際し、主訴について話し合うことが重要になると考えられる。そして、その主訴を明確化するプロセスに、協働という体験が内包されている可能性を想定することができる。しかし、それが具体的

にどのような体験なのかは明らかになっていないと思われる。

4. 本研究の目的

そこで本研究では、ThとCIとの協働の目標を主訴の明確化という点に置き、そこに向かう中で体験されるプロセス（何を感じ、考えているのかというプロセス）を質的な側面から明らかにすることを目的とする。加えて今回は、後述するM-GTAの特徴をふまえ、CIが体験しているプロセスのみを対象とした。

II. 対象と研究方法

1. 研究協力者

京都府内のA大学に在籍する社会福祉学系学部生4名および同大学大学院修士課程臨床心理学系領域の大学院生4名の計8名に対し、研究協力を依頼した。研究協力者とその属性は、表1の通りである。非臨床群を対象とする場合、想定される倫理的問題が臨床群と比べて少なく、また臨床群に対して行うには負担の比較的大きな面接直後のインタビューも可能と考えられている（岩壁、2008）。一方で、実際の臨床状況とは乖離する限界もある（高山、2011）。これらの点を総合的に鑑みた結果、本研究では非臨床群の学生を対象とすることとした。

表1 研究協力者とその属性

CI			Th	
イニシャル	性別	属性	性別	属性
A	女性	学部4回生	女性	修士2年
B	男性	学部3回生	男性	修士2年
C	男性	学部3回生	男性	修士2年
D	女性	学部3回生	女性	修士2年

2. 調査方法

調査期間は2019年12月から2020年2月であった。花園大学研究倫理委員会の承認を得た上で実施した。筆者が日程調整とペア分けをし、

両者の顔合わせを行った後、試行カウンセリングと対人プロセス想起法を援用したインタビューを実施した。

4. 試行カウンセリング

試行カウンセリングは、さしあたって切迫した問題を抱えていない人（学部生や大学院生など）にCIとして参加してもらい、回数限定で行うカウンセリングの実践の練習法（鏑、1977；伊藤、2007）である。本研究では、高山（2011）や田中ら（2019）を参考に、実施回数と時間を1回限りの約25分と定めた。試行カウンセリングは「初期面接的な性質を帯びるところが多い」（鏑、1977）ことや、「短期的に起こる変化や印象に関しては、実際の心理療法とそれほど異なることなく検討できる」（岩壁、2008）とされている。そのため、1回限りで短時間の面接でも、CIの主観的体験プロセスを捉えることは可能であると判断した。本研究における試行カウンセリングの枠組みは、表2の通りである。CI役には事前に、学生生活や日常生活で少し気になっている、そこまで程度の重くない悩み（例えば学業のこと、自身の性格、進路、ゼミ選択、サークル・アルバイト先での人間関係など）についてのみ、面接内で話すよう伝えた。さらにCI役に対し、自身の重くない程度の悩みを話すことに同意できない場合、また心療内科・精神科への相談歴・通院歴がある場合に協力者から除外する、という除外基準を設けた。面接直前に事前レクチャーを行い、その上で研究協力同意書を配布した。そして、本研究の目的と実施上の倫理的配慮について口頭で説明した。また、面接の様子をビデオカメラで録画する許可を得て研究を実施した。

表2 試行カウンセリングの枠組み

回数/時間	1回/約25分	
面接場所	大学内の小教室	
設定	Cl	話す内容はあまり重すぎない程度の、学生生活や日常生活で少し気になったり困っていることに限定した。
	Th	クライアント役との信頼関係を築くことを意識し、相手の感じ方や体験に興味・関心をもち、一生懸命聴く姿勢を基本とした。

5. 対人プロセス想起法を用いたインタビュー

試行カウンセリング実施後、対人プロセス想起法 (Interpersonal Process Recall: IPR) (Kagan & Shuable, 1969) を援用したインタビューを実施した。IPR とは、「録音、または録画した面接を Th と Cl が再生・一時停止して、体験について振り返り対人プロセスに対する気づきを高めることを目的としたカウンセラー訓練法」(岩壁, 2008) である。この方法を説明した後、インタビュー調査を実施する上での倫理的配慮について口頭で説明した。そして、同意が得られた協力者からインタビュー内容を integrated circuit recorder (IC レコーダー) で録音する許可を得た。インタビューでは、筆者と協力者がパソコン画面に映し出された試行カウンセリングの録画を共に視聴しながら、好きなタイミングで再生を停止し、協力者が面接中にどのような体験をしていたのか、その時の感情や思考などについて想起してもらうよう求めた。IPR インタビューでは、「ここではどうお感じになりましたか?」、「この表情のときは、どのようなお気持ちだったのでしょうか?」などの質問項目を想定して臨んだ。

6. 分析方法

本研究では、木下 (2003) が提唱する Modified

Grounded Theory Approach (M-GTA: 修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ) を採用した。そして、M-GTA が、複雑で説明範囲の広い結果よりも、コンパクトで緻密な分析内容を重視する点 (木下, 2003) を尊重し、今回は Cl 役が体験しているプロセスのみを分析対象にすることとした。手続きとして、まず、面接当時の体験の想起ではなく、インタビュー時の感想を述べていると思われる語りは分析から除外した。次いで、面接プロセスについて最も中立的に語っていると判断された A を分析焦点者として選び、分析テーマを「Cl の A は協働を意識したカウンセリングをどのように体験しているのか」に関するプロセスと決定した。そして、重要と思われた箇所を具体例として選択し、その意味や内容を理論的メモに記した上で、概念と定義を生成した。概念化に疑義がある場合は、臨床心理学の教員 1 名および臨床心理学領域の大学院生 2 名と協議し、内容を決定した。そして、概念同士の関係を繰り返し精査しつつ、サブカテゴリーとその定義、カテゴリーとその定義を生成した。最後に、結果図およびストーリーラインを作成した。

Ⅲ. 結果と考察

1. M-GTA による概念とカテゴリーの分析結果

M-GTA による分析の結果、6 カテゴリー、12 サブカテゴリー、28 概念が生成された。以下より、カテゴリーを **[]**、サブカテゴリーを **《 》**、概念を **〈 〉** で記す。カテゴリー、サブカテゴリー、概念に関する定義は「」で記す。逐語データの具体例は **『 』** にて記す。“” は、Cl が面接中に感じた内面的な感情や思考である。(〈 〉) は具体例に該当する概念名を指す。分析結果の動きを図示した結果図は、図 1 である。

2. ストーリーライン

Cl からみた協働カウンセリング・プロセスに関するストーリーラインは、以下のようになる

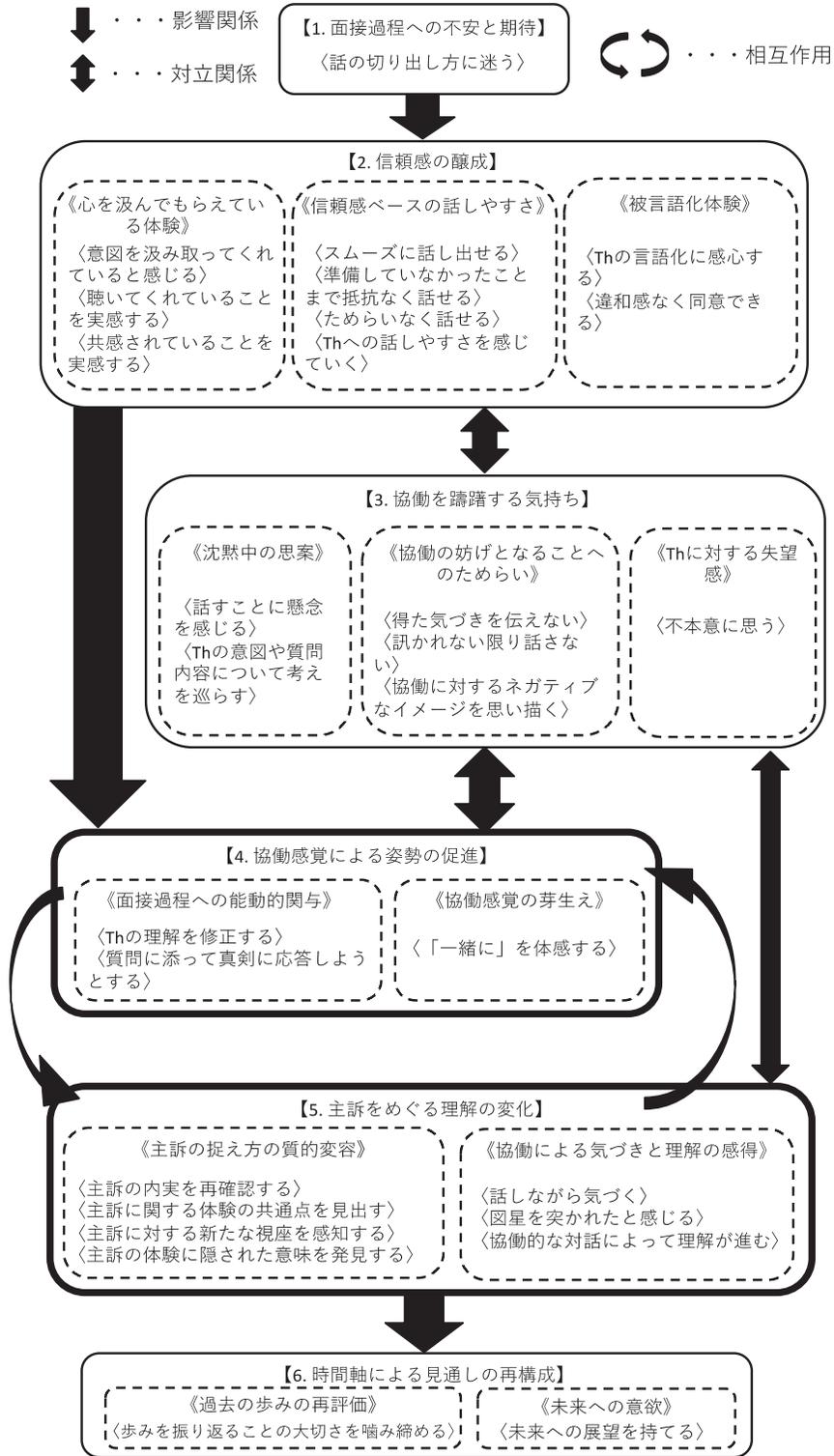


図1 CIからみた協働カウンセリング・プロセスの結果図

(図1参照)。まず、面接冒頭の【1. 面接過程への不安と期待】を起点として始まっていく。不安と期待が入り混じった状態から、Thから心を汲んでもらい、また言語化をしてもらうことで信頼感が高まり自然に話せる状態である【2. 信頼感の醸成】へと移行する。しかし、Thに対して失望感を抱いたり、協働には個人的な思いは関係ないと考えたりする【3. 協働を躊躇する気持ち】も対立的に体験される。一方で、【2. 信頼感の醸成】を経てCIの中にThとの協働感覚が芽生え、それによって面接過程に能動的に関われるようになるといった【4. 協働感覚による姿勢の促進】が生じる。また、これと同時に、主訴に対する見方が変わり、主訴だけでなく自分自身についての気づきや理解が深まる【5. 主訴をめぐる理解の変化】も体験され、【4. 協働感覚による姿勢の促進】との相互作用を成している。【3. 協働を躊躇する気持ち】は、【4. 協働感覚による姿勢の促進】や【5. 主訴をめぐる理解の変化】とも対立しているが、この場合はむしろ、協働する姿勢や気持ちの揺らぎとして理解される。そして、協働を通して理解が変化していく中で、CIが自らの過去を再評価したり、未来への展望を持てるようになったりする方向性を意味する【6. 時間軸による見通しの再構成】が示される。

では以下に、各カテゴリーの内容と考察を合わせてみていく。

3. 各カテゴリーの記述と考察

【1. 面接過程への不安と期待】：Thと対面後、CIが感じる面接冒頭のカテゴリーである。Thと対面したCIは『“どう話したらいいんやろ”』と戸惑いを覚える(〈話の切り出し方に迷う〉)。この様子から、本現象には今後の面接の展開に対する不安と期待が内包されているものと考えた。そのためカテゴリーの定義を「面接冒頭、これからの面接がどういうものになるのかということに対して不安と期待を抱くこと」と定めた。これは、通常のカウンセリングや心理療法

においても体験され得るものであろう。カウンセリング初期にてCIが戸惑うことを考慮すれば、やはり協働カウンセリング・プロセスにおいても、この不安と期待が内混ぜになった状態から面接が始まるものと考えられる。

【2. 信頼感の醸成】：今後の面接の展開に関して不安や期待を感じていたCIが、Thとのやりとりを通じて徐々に信頼感の高まりを感じ、同時にThへの話しやすさを感じていく、というカテゴリーである。《信頼感ベースの話しやすさ》は、話の切り出しに迷っていたCIが、Thから切り出されてためらいなく話せる(〈スムーズに話し出せる〉)から始まる。そして、『ふと思っ、出てきた言葉ではありますね。別に用意してたわけでもなく』と、Thの話の広げ方によって準備していなかったことまで思わず話せるようになる(〈準備していなかったことまで抵抗なく話せる〉)。この体験を通してCIの語りが促進され、Thへの信頼感の高まりと話しやすさを同時に感じ、『“この人に聴いてもらったら、色々見つかるかもしれない”』と気遣いなく話せるようになる(〈ためらいなく話せる〉)。そして、面接の中でThが否定せずに聴いてくれることで、長年感じてきた思いを初めて人に話すことができたり、Thへの話しやすさをよりいっそう感じたりしていく(〈Thへの話しやすさを感じていく〉)。これをふまえて、定義を「Thの傾聴や協働を意識した姿勢によって語りが促進され、Thへの信頼感の高まりが話しやすさとして感覚されること。つまり話しやすさの根底にはThへの信頼感があること」とした。《心を汲んでもらえている体験》では、思いつくままに話した内容をThから整理して返されることで、理解してもらっていると安心感や嬉しさを抱いたりする(〈意図を汲み取ってくれていると感じる〉)。また、Thが傾聴し、共感してくれていることを実感する(〈聴いてくれていることを実感する〉)共感されていることを実感する)。これらをふまえて、定義を「Thが傾聴し、意図を汲み、共感してくれていること(総称して「心を

汲んでもらえていること」)を実感する体験」とした。《被言語化体験》では、Thが、CIのイメージや体験を言葉にするだけでなく、CIが言おうと思っていたことを先回りして言ったり、言葉にしづらいたころを簡潔にまとめたりすることで、CIが『“すごいな”』といった感慨を覚える(〈Thの言語化に感心する〉)。これと同様に、Thの言語化に対し、『“もう本当にそれ”』『違和感もないし、“拾ってくれた!”』という感じもない』というように、Thの言葉がCIの実感に即しているために、Thの言葉を自然と受け入れられる体験もする(〈違和感なく同意できる〉)。そこで、定義を「心情やイメージをThに言語化してもらって体験をすること」とした。以上をふまえ、本カテゴリーの定義を、「Thから心を汲んでもらったり心情を言語化してもらったりする体験を経て、自然にためらいなく話せる状態にまで信頼感が高まっていくこと」と定めた。

本カテゴリーは、CIの被共感体験を意味するものと考えられる。Bachelor (1988) や田中ら (2019) は、CIがThから受け取った共感について、認知的共感の知覚、感情的共感の知覚、共有された共感の知覚、養育的な共感の知覚、という4種に分類している。この中で、認知的共感の知覚は、CIにおいて進行中である最も内的な経験や状態、あるいは動機を、Thが正確に認識してくれたとCIが感じる時に知覚される体験である。本カテゴリーの《心を汲んでもらえている体験》は、Bachelor (1988) のいう、この認知的共感の知覚に近いものと考えられる。

【3. 協働を躊躇する気持ち】:Thの質問や反応から、CIがThに対して失望感を味わったり、協働に対してネガティブなイメージを抱いたりすることによって、協働をためらうカテゴリーである。《沈黙中の思案》では、沈黙の間、CIが『“なんか言わなあかんのかな”』と感じるなど、話すタイミングなどについて懸念を覚える(〈話すことに懸念を感じる〉)。さらに、Thの意図を推測したり、Thの質問内容について考えを巡らすことも同時に体験する(〈Thの意図や質問

内容について考えを巡らす〉)。これらふまえ、定義を「沈黙の間、懸念を感じつつも、話すタイミングやその内容、Thの意図や質問内容などについて様々に考えを巡らす、つまり思案すること」とした。《協働の妨げとなることへのためらい》では、CIが話しながらふと気づきを得る瞬間があるものの、それをThに伝えない(〈得た気づきを伝えない〉)。その理由は『“Thもそれ分かってはるんかな”』と、Thも同じことに気づいているはずと考え、口に出してわざわざ共有する必要性に疑問を感じるからである。またCIは、Thから訊かれない限り自分の思っていることを話そうとしない思考もする(〈訊かれない限り話さない〉)。さらに、『二人で協働して、何が問題なんか明らかにするっていうことに関して、私のそんな個人的な愚痴は、二人のそれには関係ないんかな』と、協働には愚痴といった個人的な思いは関係ないと考え、協働に対するネガティブなイメージを思い描く(〈協働に対するネガティブなイメージを思い描く〉)。これら3つの概念を支えるものは、自分から気づきや愚痴を話すことが協働の妨げになるのではないか、という懸念だと思われる。以上をふまえ、定義を「協働の妨げになるのではないかという懸念から、主訴とは関係のない事柄(個人的な愚痴など)をThに伝達するのをためらうこと」とした。CIが、愚痴のような個人的な思いではなく、主訴にしっかりと関連するような有意義な事柄を話さない限り、協働にならないと考えている様子がうかがえる。《Thに対する失望感》では、Thの対応からCIが『“ここはどうでもいい話なんかな”』と感じ、Thに対して不本意な印象を抱く(〈不本意に思う〉)。こうした点をふまえ、定義を「不本意な印象や残念な気持ちを覚え、Thに対し失望感を抱くこと」とした。また、Thに対する失望感から、協働する意欲が削がれる可能性もうかがえたため、本カテゴリーの定義を「沈黙中に懸念を抱いたり思案したり、Thに対して失望感を抱いたりすることによって、信頼感や協働意欲を削がれ、協

働を躊躇する気持ちになること」と定めた。

本カテゴリーのような面接過程のネガティブな側面に関して、作業同盟の亀裂 (rupture) に関する研究が進められている。Eubanks-Carter et al. (2010) は、作業同盟の亀裂は同盟の悪化を意味し、課題や目標に関する CI と Th の協働の欠如、または漠然と感じられているような情緒的絆の緊張によって明らかになる、と述べている。本カテゴリーでは〈不本意に思う〉が、この作業同盟の亀裂に関連すると思われる。本概念においては、真剣に話を聴いてもらえていない印象を CI に抱かせることで、それが Th への期待を失うことに繋がる可能性があると考えられる。仮に面接を中長期的なスパンで実施すれば、このズレや不本意を感じる体験が、より明確に関係性の亀裂に繋がっていくことが推測される。また、草岡ら (2017) は、CI が、Th やセラピーに対して疑念や落胆を感じ、面接の先行きに懸念を抱くカテゴリーを生成している。本カテゴリーでは、《Th に対する失望感》がこれと重なると考えられる。CI からすれば、“本当にこの Th とやっていけるのだろうか”と、協働に対して懸念を抱かざるを得ない内的状態になることが推察される。

【4. 協働感覚による姿勢の促進】: Th とのやりとりを通じて、CI の中に Th が自分と一緒に取り組んでくれているという協働感覚が芽生え、そこから面接過程にも能動的・積極的に関わろうとするなど、CI の姿勢が前向きになっていくカテゴリーである。《協働感覚の芽生え》では、【2. 信頼感の醸成】の影響を受け、CI は、Th のことを『私のほうに立って言ってくれてる』『一緒に考えようと頑張ってくれてる』存在であると知覚する。「一緒に」という感覚は、『共感とはまた違う』もので、CI と Th の間に距離感がある分かり方ではなく、『自然と・分かって』という、自然と意図が伝わるような分かり方である。この体験には協働感覚の芽生えが含まれていると考え、定義を「面接を通して、Th が自分と対等の立場に立ってくれ、同じ方向に向かっ

て一緒に取り組んでくれているという感覚が生まれること」とした。《面接過程への能動的関与》では、主訴に関する Th の理解が自分と異なることに気づいた CI が『“それは違うから、ちゃんと言おう”』と思い、Th の理解を修正する。同時に、Th の理解が主訴のネガティブな側面に終始しがちであることに対し、『“悪いとこだけじゃないんですよ”』と、Th の理解を修正する動きにも出る（以上が〈Th の理解を修正する〉）。それだけでなく、CI は自分の心当たりをたぐり寄せながら、できるだけ Th の質問の内容に添うように真摯に答えようとする（〈質問に添って真剣に応答しようとする〉）。Th の理解を修正したり、質問に応答しようとしたりする姿勢の背後には、協働に対する意識や《協働感覚の芽生え》のような一緒に取り組んでいる感覚があると考えた。そこで、定義を「Th の理解を修正したり質問に答えようとするなど、協働を意識してこちらも面接プロセスに能動的・積極的に関わろうとすること」とした。以上の内容をふまえたとき、各サブカテゴリーを一貫して、協働感覚の芽生えによって、面接に対し前向きな方向へと CI の姿勢が促進される動きがあると考えた。そこで、本カテゴリーの定義を「一緒に取り組むという協働感覚が芽生えることによって Th の理解を修正できるようになるなど、面接過程における姿勢が前向きなものになっていくこと」と定めた。

本カテゴリーで見出された「一緒に」という感覚は、妙木 (2010) が「一緒に物事を考えられるような協同、コラボレーション関係が、心理療法全体の土台になる」という指摘と重なるものであろう。一緒に取り組む、一緒に物事を考えられるような関係が、カウンセリングや心理療法においては重要であり、その後の面接の進展にも大きく寄与するといえる。加えて、Colli & Lingardi (2009) は、CI からみた協働プロセスを次の3項目に同定している。1つ目は、CI が新たな重要な事実について話し、話題や話題の中にある要素について紹介することである。2

つ目は、CIが自分の感情や考えについて話したり、自分の感情や態度について、その強さや質を明らかにしたりすることである。3つ目は、CIが出来事の意味について話したり、話題を別の話題やスキーマに結びつけたりすることである。本カテゴリーでは《面接過程への能動的関与》が、この記述に重なると考えられる。CIがThの理解を修正する背景には、単に自分と相手の理解にズレを感じるだけでなく、主訴を含めた自分の感情や考えについて、それが全体としてどういうものかを知ってもらおうとしている意図が働いていると推察される。その意味で、《面接過程への能動的関与》は、Colli & Lingardi (2009)における協働プロセスの2つ目に近くなると考えられよう。さらに、Colli & Lingardi (2009)は、Thの肯定介入とCIの協働との間に、正の相関があることを報告している。それはCIとThが協働的な雰囲気の中で一緒に取り組む瞬間であり、そこでは、ThがCIに対して協働的に反応し、それがその後のCIの反応にポジティブな影響を与える、という相互作用が起きている可能性を指摘している。とすれば、本カテゴリーの《協働感覚の芽生え》においても、CIとThとの協働的な相互作用が起きている可能性がうかがわれる。つまり、Thは、CIとの関係をよりよいものにしようとしており、そのためCIと「一緒に」考えようという姿勢が出てくる。CIも、Thのそうした姿勢を感じ取り、Thが自分と「一緒に」考えてくれる相手だと認識することで、自分も相手と「一緒に」取り組みようという姿勢に開かれてくる。要するに、Thの協働を感じることで、CIも協働しようと感じ始める、という動きが考えられる。

【5. 主訴をめぐる理解の変化】：協働を背景とした面接過程において、主訴やそれにまつわるさまざまな理解・気づきが変わるカテゴリーである。《協働による気づきと理解の感得》では、CIが話しながら『“自分そう思ってるんや”』という気づきを得る(〈話しながら気づく〉)。これは、CIが、話しながら自ら内省を行い、他の選

択肢や新たな側面について気づきを得る体験である。次いで、Thからの問いかけにぐっと詰まってしまう体験もする(〈凶星を突かれたと感じる〉)。Thの問いかけがCIにとって的を射たものであるだけに、『“どう・何て言おう”』とぐっと詰まっしまい、自分の感覚が一番合った表現で言語化できずに苦しみ、『“痛いところを訊かれた!”』と感じる体験である。こうした体験をする中で、CIは『“たぶん自分で考えてもこれは出えへんやろうな”』と、2人で話してきたからこそ気づきを得られたのだと実感する(〈協働的な対話によって理解が進む〉)。『自分が言って、相手が理解して、(相手が)それを返して、自分の気づきになるみたいな。(中略)』その部分は、やっぱり、その「協働」っていうプロセスがないと無理なんじゃないかなと思いますね』というように、協働を背景としたThとの対話を重ねたからこそ、さまざまな気づきや自分自身に対する理解が進んだのだ、とCIが考える体験である。以上をふまえ、定義を「Thとの協働的な関わり合いの上に対話が進み、その中で自分の感情などについて気づきや理解が感得されること」とした。《主訴の捉え方の質的変容》では、CIが、Thの言葉を通して自らの主訴の内実を再確認する(〈主訴の内実を再確認する〉)。『“やっぱそれで悩んでるんだなあ”』と、主訴にまつわる自分の感情や感覚を再確認し、腑に落ちる体験である。そして、Thと一緒に考えることを通して、驚きをもって主訴に関する体験の共通点を見出す(〈主訴に関する体験の共通点を見出す〉)。『まさかこの話が共通してるとは思わなかったんですね。(中略)共通点を、見出せたっていうか』というように、自分が悩んできた事柄が、実は全て共通する問題だったのだと気づく体験である。加えて、主訴に対する新たな視座をも感知する(〈主訴に対する新たな視座を感知する〉)。これは、Thから主訴に対する新たな見方や視座を提示され、『“確かにそういう見方もあるんか”』とハッと気づき、『納得しつつも意外』な感触を覚える体験である。

そして、Thの問いかけから現在の主訴に繋がる過去の体験を連想し、そこから現在の体験に隠された意味を発見する(〈主訴の体験に隠された意味を発見する〉)。Thの質問を受けて『パッて出てきたんですよ。(中略)あれが一番しんどかったかなと思って』と過去の体験を連想し、そして『“あの経験があったからこそ、今回まだマシだった部分はあるのかな”』など、過去の経験があったからこそ現在の辛い体験(主訴にまつわる体験)を耐えられているのだと気づく体験である。こうした4つの概念をふまえ、定義を「Thと一緒に考える体験(協働する体験)を経て主訴に対する新たな見方や意味などを発見することによって、その捉え方がこれまでとは質的に変化し、主訴に対する了解も変わる」とした。以上の内容にもとづき、本カテゴリーの定義を「Thと協働する体験を経て自らの主訴に対する見方がこれまでと比べて変化し、主訴およびそれに付随する事柄(自分の性格など)についての新鮮な理解を手にする」と定めた。

主訴の捉え直しに関して、関口・岩壁(2016)は、CIが、ネガティブに捉えていた体験・行動・自己の側面を、Thの肯定介入によってポジティブなものへと意味づけていく体験を見出している。これに関連するものとして、本カテゴリーでは、《主訴の捉え方の質的変容》における〈主訴の体験に隠された意味を発見する〉が最も近いと考えられる。本概念では、Thの問いかけを受けて、過去から現在に至るCIの体験の捉え方が変化している。このように、本概念でも、Thの応答を契機として、CIが過去から現在に至る体験を、ネガティブなものからポジティブなものへと捉え直していることがうかがえる。

【6.時間軸による見通しの再構成】:Thとの対話を通じて、CIが自らの過去を再評価し、今後(未来)についても展望を持てるようになるカテゴリーである。《過去の歩みの再評価》では、CIが、自分の成長やストレス対処法の意義について再確認したり、言葉の意味を深く感じ取った

りするなど、自分の歩みを振り返ることの大切さを噛み締める(〈歩みを振り返ることの大切さを噛み締める〉)。CIが、Thとの対話を通じて、『自分って、一応成長してるんだな』と感じ、『自分で“こういう対処法で乗り切ってきたんだ”って自覚することが大事だと思うんですね。(中略)1つ引き出しが増えた』と感じるなど、自らのストレス対処法の意義や効果を再認識する体験である。これをふまえ、定義を「協働を背景とした対話を経て、自分の成長を実感するとともにこれまでの歩みの再評価が起こること(苦労や対処法、出会い、経験などが全て意味のあることだったのだと見直すこと)」とした。《未来への意欲》では、CIが自分に合った対処法を探り当てながら、未来への展望を持てるようになる(〈未来への展望を持てる〉)。『問題はそれをいかに早く回復するか、みたいなどこなんじゃないかなと思うんで。そういうところが見えてきましたね』と語るように、CIが、未来や今後に向かって、今度同じようなことが起きたらどうするかという、対処の方向へと目を向けられるようになる体験である。これをふまえ、定義を「協働を背景とした対話を経て過去-現在から現在-未来へと展望が移り変わり、未来へ向かって意欲的に歩み出そうとすること」とした。以上の2つのサブカテゴリーには、時間軸による再構成が起きていると考えた。《過去の歩みの再評価》では、現在から見た過去への眼差しが刷新され、《未来への意欲》では、現在から未来に向かって意欲的な眼差しが差し向けられている。現在から過去を見通し、現在から未来を見通すという意味で、過去-現在-未来を貫く1本の線をイメージした。それにより、本カテゴリーの定義を「過去の再評価や未来への意欲が生じるなど、人生の見通しが時間軸に沿って再構成されること」と定めた。

草岡ら(2017)は、CIが面接の成功を信じるサブカテゴリーを生成し、その根底にThへの信頼が想定されたと述べている。本研究では、〈未来への展望を持てる〉がこれと重なるであら

う。本概念は【2. 信頼感の醸成】の影響を受けており、それゆえ、体験の根底にThへの信頼感があることが想定される。その信頼感があるからこそ、対処のあり方を含めた未来への肯定的な予測が成り立つと考えられる。ただし、草岡ら(2017)は、肯定的な展望や確信は、多くのCIにとって、数回の来談を経て徐々に実感されていくものと考えべきだと注意を促している。本研究においても、この指摘は十分に当たるものといえる。とはいえ、カウンセリング初期の時点で、すでに時間的な展望の萌芽が含まれている可能性も否定できない。長期的な経過においてその点を確かめていく作業が不可欠となろう。また、関口・岩壁(2016)は、ThがCIの過去の努力をねぎらうことによって、CIが自身の努力に気づくという概念を生成している。この概念に重なるのが、本カテゴリーの〈歩みを振り返ることの大切さを噛み締める〉である。本概念では、CIが、Thの指摘を受けて『本当にガラッと変わったなあ』と自身の成長を実感する体験が示されている。Thの肯定によって、CIは、成長の糧となってきた自身の努力を自覚し、再評価していることが理解できる。

IV. おわりに

本研究の課題として、研究協力者の属性や試行カウンセリングの枠組みが臨床場面と乖離している点、分析が主訴の明確化に焦点化しきれていない点、分析結果が今回の研究協力者においてのみ説明し得るプロセスとなっている点、Th側も含めた協働プロセスが描かれていない点などが挙げられる。今後は、量的尺度と質的分析とを組み合わせる研究を進め、Th側の主観的体験も含めた協働プロセスを描出することが望まれる。

付記

本論文は、花園大学大学院社会福祉学研究所臨床心理学領域の2020年度修士論文としてま

とめたものから一部分を抽出し、再構成したものである。なお、修士論文の執筆にあたり、ご指導くださいました小海宏之教授および、本研究にご協力くださいました方々に、この場を借り、深甚の謝意を表します。

文献

- 青木みのり(2008). 心理療法の成果についての質的研究の可能性. 日本女子大学大学院人間社会研究科紀要, 14号, 91-105.
- Bachelor, A. (1988). How clients perceive therapist empathy: A content analysis of "received" empathy. *Psychotherapy*, 25 (2), 227-240.
- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: theory, research and practice*, 16 (3), 252-260.
- Colli, A., & Lingardi, V. (2009). The collaborative interactions scale: A new transcript-based method for the assessment of therapeutic alliance ruptures and resolutions in psychotherapy. *Psychotherapy research*, 19 (6), 718-734.
- Corrêa, A., Ribeiro, E., Pinto, D., & Teixeira, A. S. (2016). Therapeutic collaboration and significant events to the client's change: A systematic review. *International journal of psychology and psychological therapy*, 16 (1), 49-60.
- Eubanks-Carter, C., Muran, J. C., & Safran, J. D. (2010). Alliance ruptures and resolution. In J.C. Muran, & J.P. Barber (Eds.). *The therapeutic alliance: An evidence-based guide to practice*. New York: Guilford Press, pp. 74-94.
- Horvath, A. O., & Greenberg, L. S. (1989). Development and validation of the working alliance inventory. *Journal of counseling psychology*, 36 (2), 223-233.
- 伊藤絵美(2010). 認知行動療法の導入 その1 インテーク面接. 伊藤絵美(編). 認知行動療法実践ワークショップI ケースフォーミュ

- レーション編 (1) - インテーク面接・初回セッション・応急処置 - . 星和書店, pp. 11-111.
- 伊藤研一 (2007). 試行カウンセリングのケースに適用したセラピスト・フォーカシング. 学習院大学文学部研究年報, 53 号, 209-228.
- 岩壁茂 (2008). 臨床心理学研究法第 2 巻 プロセス研究の方法. 新曜社.
- Kagan, N., & Shauble, P. G. (1969). Affect simulation in interpersonal process recall. *Journal of Counseling Psychology*, 16 (4), 309-313.
- 金沢吉展・上野まどか・横澤直文・中山愛美 (2020). 臨床心理面接におけるカウンセラー・クライアント関係に関する研究 - カウンセラー・クライアント両者の体験の質的分析 -. 明治学院大学心理学紀要, 30 号, 13-26.
- 木下康仁 (2003). グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践 - 質的研究への誘い. 弘文堂.
- 草岡章大・岩壁茂・橋本忠行 (2017). 初回面接におけるクライアントの主観的体験の質的研究. *臨床心理学*, 17 (6), 840-849.
- Lambert, M. J., & Barley, D. E. (2001). Research summary on the therapeutic relationship and psychotherapy outcome. *Psychotherapy*, 38 (4), 357-361.
- 妙木浩之 (2010). 初回面接入門 - 心理力動フォーミュレーション -. 岩崎学術出版社.
- 関口祥子・岩壁茂 (2016). セラピストの肯定介入に対するクライアントの主観的体験の検討. *臨床心理学*, 16 (1), 79-89.
- 下山晴彦 (2006). 初回面接では何をするのか(1) - 協働関係の形成を中心に. *臨床心理学*, 6 (4), 518-523.
- 高山由貴 (2011). クライアントの主観的体験に関するプロセス研究 - 試行カウンセリングにおける話の深まりに注目して -. *臨床心理学*, 11 (2), 225-235.
- 竹内健児 (2011). 協働の心理臨床. 竹内健児 (編). 事例でわかる子ども思春期への協働心理臨床. 遠見書房, pp. 11-17.
- 田中寿夫・神信人・須藤駿太郎 (2019). 試行カウンセリング場面におけるクライアントの主観的被共感体験: 対人プロセス想起法を用いた質的分析. *臨床心理学*, 19 (1), 89-102.
- 鎌幹八郎 (1977). 試行カウンセリング. 誠信書房.
- Tichenor, V., & Hill, C.E. (1989). A comparison of six measures of working alliance. *Psychotherapy*, 26 (2), 195-199.

