

クライアントの視点による心理療法の体験

田 上 貢

1. 目的

1-1. 目的とその背景

本研究は、システムズアプローチを実践するセラピストが面接を行った終結事例のクライアントにインタビューを行うことで、面接時クライアントがどのような体験をしたのか明らかにすることを目的とする。また、クライアントの主観的な体験において、終結に至る変化の要因はどのようなことであったかを検討する。

これまで心理療法に関する研究は、事例研究、効果研究、アナログ研究などの形で実施されてきた。特に日本における心理療法研究の大半は事例研究である（岩壁、2008）。通常、事例研究は事例を担当したセラピストが、面接終了後にとった記録をもとに関心をもっている概念や現象について考察したものである。事例研究は、臨床訓練において非常に重要な役割を持っているが、科学的研究としては多くの問題が指摘されていた（Greenberg, L., 1984）。

Dawes, R.M. (1994) は、臨床訓練において事例を研究し発表することは不可欠であるが、心理療法がどれだけ成功したのか、またどのような点が向上されるべきなのかといった重要な問題はセラピストの主観に委ねられると述べている。また、Dumont, F. (1993) は、臨床家が自分の事例について判断を任されている場合、自分の仮説を証明するのに適した情報を選んで判断する傾向があると述べている。つまり、事例研究において面接の過程を解釈するのがセラピストである以上、セラピストの主観に偏っているということが事例研究の問題の1つであるということが示されている。

そこで、クライアント視点における心理療法の研究が必要であると考えられる。

1-2. 先行研究の概観と本研究の位置づけ

心理療法をクライアントの視点で捉える研究についての先行研究の概観を行い、本研究の位

置づけを示す。

クライアントの主観的体験についてクライアント自身に直接インタビューすることが敬遠されてきたのは、精神分析の無意識や抵抗という考え方の影響があった（岩壁、2008）。しかし、このような障害のなか、わずかではあるがクライアントにインタビューする研究が行われてきた。1940年代後半に Rogers, C.R. はクライアントに心理療法を受けている間に日記をつけさせている。1970年代では、面接に対する満足と不満足な点についてのインタビュー研究が行われた（Mayer, J., et.al., 1970）。このような研究は、クライアントが回顧的に面接のプロセスを振り返りというものである。1980年代に入ると Kagan, N. (1980) によって開発された対人プロセス想起法（Interpersonal Process Recall : IPR）という研究法が導入された。IPR は、面接を録画した後にセラピストとクライアントがその面接を見て、どんなことを体験したのかを話し合うことによって、対人プロセスに対する気づきを高める方法である。

1980年代後半に入り、論理実証主義的な偏向を省みて、より臨床実践的に役立つ研究方法を開発する試みがなされた。その試みは「発見志向型研究」と呼ばれ、初めて発表されたのが1984年の Rice, L., et.al. (1984) による「変化のパターンー心理療法のプロセスの集約的分析」である。それまで、クライアントとセラピストの言動に対して評定を行い、2つの尺度の相関などを統計的手法によって調査することが主流であったが、二者間のやり取りをその文脈無しに検討しても意義がみつからないとし、面接内で起こる事象を細かく描写することが大切だと考えた。

また、Elliott, R. (1984) は、「心理療法のプロセスを理解するには、そのプロセスに実際に参加したセラピストやクライアントに直接話を聞くことが大切である」と述べた。Mahrer, A.R. (1988) は面接においてセラピストが遭遇した興味深い出来事や、やり取りに着目しそれらを細かく調べていくことによって、心理療法の効果的な実践について学ぶべきであると論じた。このように、クライアントの視点から心理療法を捉える研究は、より臨床実践的に役立つ研究方法として確立していった。そして、1990年頃から質的研究が増えていき、クライアントとセラピストの体験を質的に明らかにすることを目的とする研究が現象学的アプローチや、グラウンデッドセオリーアプローチを使って行われた。

クライアントへのインタビュー研究の中でも IPR を用いた研究には Rennie, D. (1994) の「追従」研究や Levit, H.M. (2001) のクライアントの沈黙についての研究があげられる。また IPR を用いないインタビューによる研究としては、Bedi, R.P., et.al. (2005) が行った、作業同盟が作られる過程においてクライアントが大切だと思ったやり取りをクライアントに対してインタビューを行った研究が挙げられる。

一方、日本においてはクライアントの視点による心理療法の研究は少なく、クライアントに

インタビューを実施している研究としては、岩壁（2004）が折衷派による心理療法の初回面接でのクライアントの体験を面接直後にインタビューすることによって明らかにしている。それによって、クライアントが継続を決めるのに鍵となっている体験、ドロップアウトが起こる面接の特徴について検討した。また、セラピストの肯定的な介入に対するクライアントの主観的体験についてインタビューを行った（関口ら、2016）。さらに中村ら（2008）が心理的介入の対象となった不登校児と担任教師へ、自身の変化と関係性の変化についてのインタビューを実施し、その体験を扱っている。また、近年の研究では、心理的な専門機関への援助要請体験をクライアントにインタビューする研究が行われた（野口、2015）。

先行研究より、心理療法の研究では主に事例研究がなされてきたが、事例研究ではセラピストの主観によって解釈されたものであり、偏ったものであることが示されている。そこでクライアント視点で心理療法の過程を捉える研究が海外では多くなされるようになってきている。しかし、日本においてはクライアント視点による研究の数は少なく、その中でも扱われているのはクライアント中心療法や折衷派であり、家族療法、特にシステムズアプローチを扱った研究はほとんど見られない。

したがって、本研究ではシステムズアプローチによる心理療法を受けたクライアントにインタビューすることによって、面接時にクライアントがどのような体験をしたのか明らかにし、またクライアントの主観的な体験において、終結に至る変化の要因はどのようなことであったかを検討する。

2. 方法

2-1. 対象者

2-1-1. 対象者のサンプリング

本研究の目的はシステムズアプローチを実践するセラピストが面接を行った終結事例のクライアントに直接インタビューを行うことで、面接時クライアントがどのような体験をしたのか明らかにすることである。そのため理論的サンプリングとして、システムズアプローチによる面接を受け、終結したクライアントを対象とする。

A相談室において、システムズアプローチによる面接を受け、終結したクライアントを対象とする。担当セラピストが本研究への調査協力が可能だと判断した10名に封書による打診をおこなった。そして5名より返信があり、そのうち1名から研究への同意が得られた。研究協力者は30代後半の女性であり、心理面接終結から約1年以上経過している。

2-1-2. 研究協力者が受けた心理面接の概要と治療構造

研究協力者は小学4年生の娘の不登校を主訴としA相談室に来所した当時30代後半の母親である。家族構成は相談者、夫、娘の3人で暮らしている。この事例では、はじめに小学校の養護教諭が娘の不登校の事情を説明するため来談した。その後、初回面接で母親と娘の二人が来談し、面接前半を母子合同面接、後半は母子分離面接（娘は院生が担当）を行っていた。そして、週に1回の頻度で継続して母子並行面接を行うこととなった。その後、面接の進行とともに娘が登校できるようになり一度面接は終結した。終結までの間に一度、担任教師、養護教諭、両親、娘、の合同面接を行っていた。しかし、娘が5年生に進級後に再び登校しづらくなり再来談した。その際に一度だけ母親が来談し、その後終結までは娘のみ来談した。娘の面接担当者は引き続き院生である。

2-2. 研究協力依頼の手続き

- ① A心理相談室室長に、研究内容の説明をした上で、担当セラピストへの協力依頼、クライアントへの研究協力打診および研究協力依頼の許可を得る。
- ② セラピストに研究内容を説明した上で、研究協力打診および研究協力依頼をしても構わないと判断したクライアントの紹介を依頼、許可を得る。
- ③ クライアントに対して、研究内容に興味を持っていたかのかの打診書を郵送する。クライアントへの全ての郵送物は書留での郵送とする。
- ④ 興味を持ったと返信していただいた方に、正式な研究依頼書、研究の進め方についての書面、同意書の見本を郵送する。そこで研究に協力いただけるか、また日時の決め方の要望について返信をいただく。
- ⑤ クライアントの希望の方法で、日時と守秘義務の担保できる場所の決定を行う。
- ⑥ 調査当日、クライアントの希望の日時、守秘義務の担保できる場所においてインタビューを実施する

2-3. 研究場所・日時

対象者の意向に沿う日時と守秘義務の担保できる場所

2-4. データ収集法

インタビュー調査、インタビュー前に途中中断が可能であること、インタビューを中断してもいかなる不利益も被らないこと、調査データを目的以外には使用しないことを伝える。また、インタビューでは、半構造化面接により、当時の「面接」について話してもらう。

2-5. リサーチクエスチョン

- ① 来談までの経緯
- ② 初回面接の印象
- ③ 面接終結までの経過
- ④ 面接での体験（最も印象に残っていること）
- ⑤ 主訴解消の要因（どのような要因で終結に至る変化が起こったと考えているか）

2-6. 倫理的配慮

- ① A相談室の室長と所属セラピストに研究内容を説明し、研究への同意及びクライアントへの研究依頼を行う許可を得る。
- ② 研究協力者に対して、個人情報の保護、調査協力に同意後でも途中で辞められること、それによっていかなる不利益も被らないこと、調査データを研究目的以外に使用しないことを、文書及び口頭で説明し、同意を得る。
- ③ 万が一、研究によって協力者の身辺に不都合が生じた場合、研究責任者と担当セラピストによって相談の上、最善の方法で対処する。

2-7. 分析方法

インタビューにより得られたデータは、大谷（2008）が開発した質的分析手法である SCAT（Step for Cording and Theorization）を用いてクライアント（以下、相談者A）の体験の理論化を行った。SCAT を用いた研究は多様な領域で取り組まれており、その特徴として4つの明示的な手続きによって着手しやすい点、1ケースのデータやアンケートの自由記述などの比較的小さな質的データの分析にも有効である点が挙げられる。SCAT は、(1) データの中の着目すべき語句、(2) それを説明するための語句、(3) それを言い換えるためのデータ外の語句、(4) そこから浮き上がるテーマ・概念構成の順にコードを付していく4ステップコーディングと、(4) のテーマ・概念構成を用いてストーリーラインを記述し、そこから理論を記述する手続きからなる。ここでいうストーリーラインとは、「データの記述されている出来事に潜在する意味や意義を書き表したもの」と定義される。

3. 予備調査

3-1. 目的

本調査にむけてのリサーチクエスチョンの検討および、インタビュアーの訓練としてインタビューの改善点を検討することを目的とする。

3-2. 方法

「病気や怪我を乗り越えた経験がある人」2名を対象に半構造化面接を行った。倫理的配慮として、研究協力者には研究の目的を説明し、ICレコーダーでインタビュー内容の録音記録を取り、守秘義務を守ることを伝え許可を得た。

3-3. 結果

インタビューを逐語に起こしスーパーバイズを受けた。その中で明らかになった主な改善点を表1にまとめた。

表1. インタビューの仕方の改善点

オープンクエスションのあと協力者の話が終わるまで口を挟まない。
コメントで共感するというより態度で共感を示し影響を与えない。
リサーチクエスションは協力者にわかりやすい言葉で伝える。
面接終結から時間がたっているので協力者が思い出しやすいように質問していく。
専門用語は用いない。常に協力者が理解しやすいように聞いていく。

3-4. 本調査に向けての改善点

結果から、半構造化面接を行う上で基本的な態度として改善すべき点と倫理的配慮が明らかになった。インタビュアーのコメントは質的データとして扱う上では、不要になる場合がある。そのため、極力態度で共感を示し、どうしてもその時間かなければならないこと以外は口を挟まないことに留意する。

本調査の協力者は面接終了から1年～数年経っていることが考えられ、面接での体験を思い出していただくことが大切になってくる。そのため、来談経緯から相談室に來られたきっかけを話してもらい、初回面接を聞いていくことで、インタビューの中で記憶をたどるように聞いていくことが必要である。

このようなクライアントにインタビューする研究において最も留意すべきは倫理的配慮である。研究協力者に対して、個人情報の保護、調査協力に同意後でも途中で辞められること、それによっていかなる不利益も被らないことを再度留意する必要があると考える。

4. 結果

逐語記録からSCAT分析（大谷、2007）を行い、理論記述についてカテゴリ分類を行った。その結果、理論記述をカテゴリ化することで「虫退治体験」、「合同面接の体験」、「不安の解

消」、「面接での学び」、「面接外の出来事」、の5つに分類した。

表2～6にはそれぞれのカテゴリにおける分析の結果を示した。本来、逐語記録をテキストとして左端に載せ、(1) テキスト中の注目すべき語句、(2) テキスト中の語句の言い換え、(3) 左を説明するようなテキスト外の概念、(4) テーマ・構成概念、(5) 疑問・課題、と記述していくが、ここでは紙面上、(1) と類似性が高い逐語記録と (5) 疑問・課題を省略し、(1)～(4)の結果のみで示した。また、カテゴリー毎にストーリーラインと理論記述を記載している。各ストーリーラインの<>は構成概念を示しており、本文でも同様の表記を用いる。また本文中の(ストーリーライン)や(理論記述)は引用した表の位置を示している。なお、以下インタビューを相談者A、娘をIP、相談者Aの担当カウンセラーをThと表記する。

表2. 「虫退治体験」のストーリーラインと理論記述

番号	<1> テキスト中の注目すべき語句	<2> テキスト中の 語句の言い換え	<3> 左を説明するような テキストの外概念	<4> テーマ・構成概念
1	虫がいてるねんって、「虫の退治を一緒にしよな」っていうのをいってばって、虫の退治の仕方がいろいろあってそれを教えたわ虫退治頑張ろうっていうのも本人もやりました。	課題の提案、虫退治の提案、教示、アドバイス、課題の受諾	印象に残っている話、実践された課題、虫退治の認識	虫退治の介入、虫退治課題の受諾
2	その虫っていうのが一体なんなのかっていうのは「虫は一体なんですか」っていうのは後でThと話するときに聞いたんですけど、子どもが精神的に病んでるんじゃないだろうかと、鬱っぽくなってるのか、もしかして子どもがちっさいときから私が気づかなかっただけで、発達障害とか自閉的なもんとか、それが原因でこういう風になってるかっていうのは心配してた	虫への疑問、不登校の原因についての心配、原因について様々な可能性を考慮	課題への疑問、不登校の原因思考、深刻な原因	「虫」に対する疑問、深刻な原因想定
3	虫っていうのはサボリ心じゃないけど、そういう気持ちででてるっていうのは誰でもありますけど、そういう風なを指してる。それ聞いてだいご安心はしました。	虫退治の虫への捉え方、誰にでもあるようなさぼり心という認識、	不登校の原因としての虫退治、クライアントの捉え方、目標設定	「誰にでもあるようなサボリ心」の認識、原因の再定義
4	忘れましたがノートに書いたような気がします。最後になんか呪文じゃないけど、言葉をゆって、やつつけよみたいな感じで終わってたと思う	家庭での課題実践、具体的な作業、呪文、ノートに記入	虫を退治、具体的作業、面接外の取り組み	虫退治の実践
【ストーリーライン①】 相談者Aは面接過程において<虫退治の介入>を提案され、<虫退治課題の受諾>から<虫退治の実践>に至っている。相談者Aは当初<「虫」に対する疑問>を抱きながらも、Thの説明により「虫」に対して<「誰にでもあるようなサボリ心」の認識>で受け入れている。同時に、娘の不登校に対する<深刻な原因想定>が、原因である虫をやっつけるという目標設定をすることで不登校に対する<原因の再定義>がなされている。				
【理論記述①】 ・相談者Aは「虫」を「誰にでもあるようなサボリ心」という認識で体験している。 ・虫退治を目標設定することで問題となる原因の再定義がなされている。				

表3. 「合同面接の体験」のストーリーラインと理論記述

番号	<1> テキストの中の注目すべき語句	<2> テキストの中の 語句の言い換え	<3> 左を説明するような テキストの外概念	<4> テーマ・構成概念
5	学校の担任の先生と養護教諭の先生とわたしと主人と子供と、5人一緒にひと部屋で集まりましたよ	学校の担任の先生と養護教諭の先生と母と主人と子供の合同面接	複数人合同での面接、面接室に家族以外が来談、夫の来談機会	合同面接の実施
6	本人は私の為にこんだけの大人が動いてるんやってよくわかって、頑張ろうってありがたいて思う気持ちと逆にプレッシャーもあった	IPは自分のために多くの大人が動いていることを自覚、モチベーションになる。プレッシャーになる。	周囲の行動がモチベーション向上に起因、	合同面接自体の意義、周囲の協力行為自体が動機付けに影響
7	お父さん、仕事、休んで家にいてもらえますかってゆわれたんです。たしかに本人、え、そんな、お父さん？って感じやったんですけど、それで主人もわかりましたってなったので、そのペナルティもすることになったんです。	合同面接にて父が仕事を休むことを提案、IPが驚きの課題、父の受諾	意外な展開、初来談の父親、大きな決断を迫られる	「父が仕事を休む」課題を受諾
8	とりあえずなんかもうびっくりしてしたね。休みますってなったんで、逆に私は見直してびっくりしました。(笑)え一つとはおもったんですけど、お金のことはどうでも、二の次かなとおもって、逆に決断してくれたのを見直したっていうのはありましたね	相談者Aの驚き、夫の決断に、夫を見直す。	認識の転換、良い変化、	夫への認識転換、肯定的評価
9	いつも私とだけで来させてもらってて、その内容を主人にも話してる状況だったんですけど、わたしも先生とか主人とか時間をとってきてもらってるといふのが有難いなっていうのがありましたし家族の結束が深まった	夫や教師の来談に感謝、夫の参加で家族の結束が深まる	参加の意義	合同面接自体の意義
10	学校に対しても信頼できましたね。それからこの人(夫)はこの人なりに考えてるんやっていうのがわかりましたね。	学校に対しての信頼、夫が協力的であることを再認識	学校への肯定的評価、認識転換、	学校への肯定的評価
11	養護教諭の先生もうちの主人が決断したときに泣いてはって、お父さんよう決断しはったって、本人はそれをみてたんで、はあ——ってかんじやったんじゃないかなと	養護教諭が父の決断に涙、その光景を見ていたIPに影響を与える	合同面接参加者の言動の影響、非言語が与える影響	課題内容以外の要素、非言語的反応
12	先生なりにThのほうに質問されたりして、一生懸命っていうのがあったんで、それもみて本人も思うとこがあったんやとおもいます。	担任の先生が、セラピストに一生懸命質問する姿を目の当たりにする	学校の教師、本人与える影響、態度、懸命さ、語用論	家族以外の言動が与える影響、語用論的側面の影響
13	主人も一緒に話を聞いて、主人が仕事休むわってなってから、それまで主人は蚊帳の外やったんですけど、結構団結、絆が深まったっていうのはありますね。蚊帳の外っていうよりはなんでも3人でやってくつてなってますね。それまでは、私と子供のなかで話して解決しようっていうのが多かったんですけど、それが決してベストでないってことがわかったので、	相談者AとIP二人で解決しようとせず、夫と一緒に解決法を考えるようになる	合同面接後の変化、家庭への波及、夫の役割や立場が変わる	日常生活面への波及、家族内の相互作用の変化
【ストーリーライン②】 面接過程において相談者A、IP、夫、担任教師、養護教諭による＜合同面接の実施＞がなされ、その後登校可能になっている。IPは＜合同面接自体に意義＞を感じており、＜周囲の協力行為自体が動機付けに影響＞している。合同面接では、初来談の夫がIPの登校できない時は＜仕事を休む課題を受諾＞している。その決断によって相談者Aの＜夫への認識転換＞が起こり＜肯定的評価＞に至っている。さらに＜課題内容以外の要素＞として、夫の決断時、養護教諭が涙するという＜非言語的な反応＞や、担任教師が一生懸命な態度で質問するという＜語用論的側面＞がIPの変化に影響している。またこれらを通して相談者Aは＜学校への肯定的評価＞に至っている。その後、＜日常生活場面への波及＞として、家庭では問題が起こると3人で解決しようとするといった＜家族内の相互作用の変化＞がみられる。 【理論記述②】 ・合同面接実施自体がIPに影響している。 ・課題に対する決断が周囲に肯定的な認識転換を引き起こす。 ・合同面接では会話内容以外に非言語的側面、語用論的側面が影響を与える。				

表 4. 「不安の解消」のストーリーラインと理論記述

番号	<1> テキストの中の注目すべき語句	<2> テキストの中の 語句の言い換え	<3> 左を説明するような テキストの外概念	<4> テーマ・構成概念
14	(初対面の)印象的はなんか面白くておおらかな感じ、なんかこう話をするのにもなんかわかってもらえるんじゃないかっていうので、すごく安心感があって、早くに信頼をしていたようなそんな感じ	面白い印象、早期の信頼、わかってもらえる、安心感	来談時の印象、初回面接での印象、気持ち、肯定的な印象	Thへの肯定的な印象形成、信頼感形成
15	特には心配するようなことないし、自分が見る限りはこの子は大丈夫なんで、すぐ元に戻るっていうのは仰ってたので、それでちょっととりあえず早い段階で安心はしましたね	Thからこの子は大丈夫と言ってもらうことで安心感を得る	アセスメント、枠、フィードバック	Thのアセスメントのフィードバック
16	学力のこととかお友達のこととかでずっと入れないとかが心配っていうのは話はしてんですけど、学力の方に関しては大丈夫、すぐに取り戻せるっていう風に仰ってたんですけど、次に(学校に)入っていくときに本人的に大丈夫なんかっていうことは、お母さんが心配せんでも我々に任せてくださいってゆっていたいたんで、そのために来ていただいているんでってゆっていたいて、その辺はお任せして大丈夫って思えて、安心しました。	学校への復帰に関してはThに任せて下さいという助言が相談者Aの不安を軽減させる	責任、覚悟、断言	責任を引き受ける
17	不安におもったこととかそのへんは毎回Thのほうに色々聞いて、不安を取り除いてもらってたのがすごい大きくなって思えますね。(娘が)とてつもなく怖い絵とかが描かれてたりするんですけど、Thは、なんか私からみたら出たな一つて感じなんです、吐き出してる一種なんで大丈夫ですよ〜って心配されるかもしれないですけど、吐き出してるだけなんですって、あ、そうなんですかって安心したりとかそういうのもありました。	相談者Aの不安を毎セッション取り除く、不安なことに対する納得のいく説明、安心できる	根拠、明確な理由、疑問をなくす	納得できる根拠づけ
18	最初は緊張していたんですけど、やっぱり色々話をきいてもらって、安心するような言葉をもらったりね、お母さんそんな悪くないねんって言ってもらえたので、それがだんだん信頼になってきてね、お母さんそんな大丈夫やって言われたらそっか一つて思うようになってましたね	面接が進むごとに、安心感を得て信頼していく、不安が軽減する	時間的経過、段階的	時間的信頼感形成、不安の軽減
19	うつ状態みたいに自分もしんどいとかになってことがあった、大丈夫やでっていうのをきいてもらっていくなかでそれも楽になっていくっていうのがありましたね、子どもの相談か自分の相談かわからないですね(笑)	子どもの相談から自身の相談へ	来談目的、主訴、問題設定、問題とされるものの	「問題とされるもの」の変化
【ストーリーライン③】 初回来談時、面白くておおらかという<Thへの肯定的な印象形成>がなされている。不安を抱えて来談した相談者Aは、ThによるIPの再登校に関しての<責任を引き受ける>発言や、不安な出来事に対して<納得のできる根拠づけ>がされた説明をしようとして、<不安の軽減>に至っている。このような、<不安の軽減>をセッション毎に重ねることによって<信頼感形成>を可能にしている。子どもの不登校を問題として来談されていたが、自分自身の相談へと<「問題とされるもの」の変化>が起こった。 【理論記述③】 ・安心感や信頼感はThへの肯定的な印象形成に起因する。 ・Thの責任を引き受けることを断言することが不安の軽減に寄与する。 ・納得できる根拠を示すことで不安の解消が促される。 ・相談者A自身の不安に焦点が当たること、問題意識が自分自身へと変化する。				

表 5. 「面接での学び」のストーリーラインと理論記述

番号	<1> テキストの中の注目すべき語句	<2> テキストの中の 語句の言い換え	<3> 左を説明するような テキストの外概念	<4> テーマ・構成概念
20	私自身はどういう風に接していいかわからなかった ので、強く言った方が良かったのかと、無理にでも やらせた方が良かったのかと、余計逆効果になる のかとかっていうのもわからなかったの、最初は とりあえず、学校を休むっていうのはいけない っていうので無理にでも引っ張ってでも連れて 行ったりとかしたんですけど、それでかえっていけ なくなったりとか教室に入れなくなったりした	娘のように接していい かわからず、学校を休 んではいけないという考 えの元無理に行かそう するが逆効果	不登校への対応がわ からない、固定観念、 学校に行かないことは いけない、強制登校	対応困難感、 「不登校＝悪」観念
21	Th的には無理にいかさんでもいいんやでって、 おっしゃってて、そんな可哀想なことせんでもすぐ 元に戻るから、ええよって言うておられたりしたの で、それですごく私自身が気が楽になりました ね。こうなってしまったのは自分の責任じゃないで すけど、そういう風に考えてるところがずっとあった ので、それが楽になりましたね。	Thから無理に行かさな くていいとの助言、自分 の責任ではないと思え 楽になる	自責的思考、Thが回 復を保障	自責思考からの解放、 Thからの助言、 IPの回復を断言
22	学力云々よりも体調だろうって私の中で折り合い がついたので、無理にすすめて学校行かなくても も問題はないだろうって、自分の中で思えました ね。	体調を優先し無理に学 校に行かなくても問題 はないと思えた	体調優先	体調優先思考、 「不登校＝悪」観念の 消失
23	Thに聞いてもらったり間違っていないよとか、大丈 夫やでっていうのを理由もちゃんと、それは違っ て今こういう風やからのなんよ、だからお母さんの せいじゃないよっていうのを諭して頂いて、私自 身納得してなるほどっておもって、これでいいん だって思えた	Thに現状についての納 得のいく説明をもらい	根拠、「学校にいかなく てもいい」枠、現状の 強化	納得のいく根拠、 現状の肯定
24	何も学校に固執する必要もないって思いましたん で、フリースクールでもいいやんとか、大学行って 欲しかったら大検受けてもええやんとか、あんた はもしかしたらそういう中学とか高校とかよりボ ンって大学行ったほうが合うかもしれないとか(笑)	学校に固執せず、フ リースクールや大学検 定などでもいいと思える	多様な選択肢、将来、	多様な可能性に着目
25	最初、罪悪感とか、悪いイメージがものすごい あったんで、学校に行かないこと悪いこと、学校に 行かない子供育てた私悪いとか世間体とかそう いうものに囚われてた	学校に行かないこと、学 校に行っていない子を育 てたことは悪	当初の固定観念、枠	「不登校＝悪」観念
26	社会的な変化もあって、昔は行けなかったら ちょっとそれはって見られてたところもあったと思 うんですけど、いまはフリースクールもいっぱいある し、色んな道があるって、自分自身調べて色々わ かったこともあったし、色んな学校があるんやなと か、こんな道があるんやなとかわかって	社会的な変化により、 進路に対する多数の選 択肢が容認される	新しい枠、面接での学 び、自主性	自主的な行動へ波及
【ストーリーライン④】 IPの不登校以来、相談者Aは<「不登校＝悪」観念>に従いIPに接するが、<対応困難感>を抱えていた。その後、面接で「無 理に学校に行かなくてもよい」というThからの助言や、IPの状態がすぐに元に戻ると回復を断言したこと、<自 責思考からの解放>を感じている。相談者AはIPの<体調優先思考>となり<「不登校＝悪」観念の消失>が生じた。Thから 現状に対する<納得のいく根拠>のある説明を受け<現状を肯定>できるようになっている。以前の<「不登校＝悪」観念> ではなく、将来に対して「多様な可能性に着目」できるようになり、自ら他の選択肢を調べるといった「自主的な行動へ波及」し ている。				
【理論記述④】 ・Thからの助言やIPの状態の回復の断言から自責思考が消失している。 ・Thからの助言により「不登校は悪い」という固定観念の消失が生じている。 ・現状に対する納得のいく根拠を持った説明により、現状に対する認知の変容が起こっている。 ・「不登校悪い」という考えから、「不登校でもよい」ではなく、「IPの体調を優先する」という考えへ転換されている。				

表 6. 「面接外の出来事」のストーリーラインと理論記述

番号	<1> テキストの中の注目すべき語句	<2> テキストの中の 語句の言い換え	<3> 左を説明するような テキストの外概念	<4> テーマ・構成概念
27	最終的には本人からゆったら祖父になるんですけど、祖父が亡くなった。すごい祖父も心配はしてたんですけど、頑張っていけるようになったらいいなっていうのはずっとずっと言ってたんですけど、亡くなってしまって、本人それで、あのおじいちゃん心配してくれてたし、おじいちゃんと約束したから、頑張っていくようにしようと思ったみたいで、	IPを心配していた祖父の死、亡き祖父との約束がIPの登校の要因となっている	面接外の要因、動機づけ、契機、後悔	面接外要因がIPに影響、治療効果の要因、
28	直接はそのときは聞いてなかったんですけど、おじいちゃんに見守ってくるるし、力借りて行くわって感じて祖父の形見じゃないですけど、帽子をもらったみたいで、その帽子を被って、おじいちゃんと頑張っていくわって頑張っていけるようになったんです	祖父の形見の帽子を身に着けることで、祖父を意識して登校可能となる	過去の思い出、決意の表明、物、IPにとって特別な意味	内発的動機、自発的な決意、決意の行動化
29	おじいちゃんの一件以来朝の1時間目から、ちゃんと登校できるように変わりましたんで、六年生では遅刻することなく登校できましたんで、休むことなくいけるってなったんで、やっぱりその辺が本人にとって転機だったみたいで、	祖父の死をきっかけに全日登校が可能になった。IPにとって祖父の死が転機	変化途中での出来事	面接外要因の前提
30	(学校に行かせなければならぬ)執着とかも、Thとお話してだいぶ取れたっていうのもありますし、自分自身もいらん執着が必要ないってよくわかったっていうのもありますし、自分でも心理の勉強をしたりして、執着をとるっていうのを自分自身でやってるので、それでだいぶ楽になった	執着をなくすために自ら勉強をする、執着をとることで楽になる	能動的学習、自主的、面接外の学び	面接での気づきの汎用、自主的学習、
31	勉強までいかないですけど、私はいま仕事も入ってるんですけど、そこでちょっとしたワークをできる人がいるんですけど、その執着とワークとかも時間あるときに同じスタッフなので、やったリコッスを教えてもらったりして、いらん執着はとうとうしてします	職場の同僚の提供する心理的ワークを実践	面接外の資源、リソース	面接外の資源活用
32	職場のスタッフでそういうワークをできる人がいて、執着をとったらもっと楽になるって気がして、子どもに対してまだまだいらない執着はいっぱいあるってわかったので、それをもっととったほうがいいやろなっておもって、それで自分自身楽になりました	外部での心理的ワークを実践することでさらに楽になる	面接内の気づきがきっかけ、変化の増幅	変化の促進
【ストーリーライン⑤】 <治療効果の要因>の一つとして面接期間中に、再登校の約束をしていた祖父が亡くなるという<面接外要因>が挙げられた。祖父の死がIPの<内発的動機>を高め、その後全日登校が可能となった。IPは祖父の死をきっかけに登校を<自発的に決意>し、形見の帽子をかぶることで<決意の行動化>を行った。<面接外要因の前提>は、面接期間中で、保健室登校が可能になっている段階であった。 また、相談者Aは面接内での気づきを面接外で<自主的学習>することで<面接外での気づきの汎用性>を高めている。<面接外の資源>を用いて、さらに自らの執着を解放とうという<変化の促進>が行われている。 【理論記述⑤】 ・面接外要因がIPの内発的動機に影響を与え治療効果の要因となる。 ・面接外の出来事はIPに自発的な変化を促す。 ・面接外要因は、その前提によって効果が異なる可能性がある。 ・面接内での気づきが面接外での自主的学習に波及する。				

5. 考察

5-1. 主訴改善に至る変化の要因について

5-1-1. 「虫退治体験」からの要因

表2より、虫退治体験による効果の要因は「娘の不登校に対する＜深刻な原因想定＞が、原因である虫をやっつけるという目標設定することで不登校に対する＜原因の再定義＞がなされている」（表2.ストーリーライン①）ことだと考えられる。

東（2004）は「虫がついた」というリフレーミングの第一義的な意味として、患者や家族が思い込んだ原因から家族を引き離すための新たな原因の提供することであると述べている。相談者Aの語りからは、まさに「虫退治」によって新しい原因が提供されたことで不登校の原因に対する認識が転換し、安心を感じたことが述べられている。

システムズアプローチではシステムの変化、言い換えれば、ある一定パターンを持っているコミュニケーションの連鎖の在り方を変えるために、行動が変わることが期待しうると認知的介入を行う。その結果、新しいシステムが形成、安定化される（東、1993）。＜原因の再定義＞は認知的介入に値すると考えられ、認知の変容は新たなシステム構築の一助となったと考えられる。このことから、本事例における相談者Aの体験からは「虫退治」による原因の再定義が治療効果の一因である可能性が考えられる。

5-1-2. 「合同面接の体験」からの要因

「相談者A、IP、夫、担任教師、養護教諭による＜合同面接の実施＞がなされ、その後登校可能になっている」（表3.ストーリーライン②）ことから、相談者Aの体験において合同面接は、重要な治療効果の一因であったと考えられる。

相談者Aは合同面接でIPのために大勢の大人が集まり熱心に解決に向けて話し合うこと自体が、IPへの心配や真剣さを伝えるのに十分機能すると述べている。このことから理論記述の「合同面接実施自体がIPに影響している」（表3.理論記述②）が考えられる。IPにとって合同面接の為に両親や学校教諭が来談することは、自分の為に大人が動いてくれることであり、IPの登校に対する動機付けに影響を与えていたと考えられる。また、相談者Aの語りからは合同面接を実施することで学校教諭や夫を肯定的に捉え、家族のまとまりを感じていることが示唆されている。これらのことから、合同面接においては、面接内でどのような会話が為されたかだけでなく、合同面接を実施すること自体に肯定的な影響力があり、変化の要因となる可能性が考えられる。

また、「合同面接では、初来談の夫がIPの登校できない時は＜仕事を休む課題を受諾＞して

いる。その決断によって相談者の〈夫への認識転換〉が起こり〈肯定的評価〉に至っている」(表3.ストーリーライン②)からは、相談者Aは夫のペナルティ課題への決断に対して「とりあえずなんかもうびっくりでしたね。休みますってなったんで、逆に私は見直してびっくりしました」と語っている。相談者Aは合同面接における夫のその場の決断に対する驚きと、それに伴った夫への認識の変化について述べている。つまり、治療の要因としては家族療法による技法やセラピストによる課題そのものだけでなく、家族メンバーの課題の受け止め方がお互いに影響し合っていた可能性があると考えられる。

5-1-3. 「不安の解消」からの要因

「初回来談時、面白くておおかという〈Th への肯定的な印象形成〉がなされている」(表4.ストーリーライン③)からは、相談者AのThへの印象が示されている。また、「不安を抱えて来談した相談者Aは、ThによるIPの再登校に関しての〈責任を引き受ける〉という発言や、不安な出来事に対して〈納得のできる根拠づけ〉をされた説明をもらうことで、〈不安の軽減〉が起こっている」(表4.ストーリーライン③)ことから、Thの言葉かけの特徴としては、相談者Aが〈納得のいく根拠づけ〉がされた説明や、「我々に任せてほしい」という〈責任を引き受ける〉ような発言であった。

Frank, J. D. (1991) は心理療法の共通の治療的要因の一つとして心理療法とレトリック(雄弁術)との関連性について論じている。つまり、心理療法の効果の要因には治療者の説得力が関わっていると述べている。したがって、相談者Aの「不安の解消」が面接の1つの効果であるとするれば、その要因はThの〈納得できる根拠づけ〉がされた説明にあると考えられる。

したがって、セラピストによるクライアントの不安に対する納得のいく根拠づけされた説明や、さらにそれを強化するセラピストに対する肯定的な印象、クライアントの問題の責任を引き受けるような発言はクライアント自身の不安を軽減させ、変化の一因になる可能性があると考えられる。

5-1-4. 「面接での学び」からの要因

「面接で『無理に学校に生かさなくてもよい』という〈Thからの助言〉や、IPの状態がすぐに元に戻ると〈回復を断言〉したことから、〈自責思考からの解放〉を感じている。相談者AはIPの〈体調優先思考〉となり〈「不登校=悪」観念の消失〉が生じた」(表5.ストーリーライン④)からは、相談者Aが面接を通して、不登校が悪であるという観念からIPの体調を優先する考えへの転換が示されている。Jones, E., et.al. (1988) は、明確な助言や指導を与えることは、強い心理的渦中にあるクライアントに対する肯定的な成果に関係する最善の指標の1

つであると論じている。したがって、「Th からの助言や IP の状態の回復の断言から自責思考が消失している」（表5.理論記述④）や「Th からの助言により『不登校は悪い』という固定観念の消失が生じている」（表6.理論記述④）は概ね支持されるものであると考える。Th からの助言によって自責思考がなくなり、固定観念がなくなるなど、様々な肯定的な成果に関係している。

また、Frank, J. D. (1991) 20は心理療法の共通の治療的要因の一つとしてレトリック（雄弁術）と共に解釈学との関連性を挙げている。ここでの解釈学とは意味を理解し解釈しようとするものである。解釈を用いてストーリーを捉えなおすという意味で、心理療法はなるべくより良い自己イメージを維持するような、新しい筋書きを構築するべく患者と協同作業すると述べられている。「現状に対する納得のいく根拠を持った説明により、現状に対する認知の変容が起こっている」（表5.理論記述④）や「『不登校は悪い』という考えから、『不登校でもよい』のではなく、『IP の体調を優先する』という考えへ転換されている」（表5.理論記述④）はそれぞれ新しいストーリーに捉え直されていることを示している。Th からの＜現状の肯定＞によって、相談者 A 自身の現状の捉え方が変化していると考えられる。また、「IP の体調を優先する」という考えは、良い自己のイメージを維持するような新たな筋書きを構築しているように思われる。そのため、セラピストからの明確な助言や現状に対する根拠を持った説明によってクライアントの考えに大きく影響を及ぼすことが示唆される。

5-1-5. 「面接外の出来事」からの要因

表 6. より「＜治療効果の要因＞の一つとして面接期間中に再登校の約束をしていた祖父が亡くなるという＜面接外要因＞」（表6. ストーリーライン⑤）が IP の登校を促したと語られている。Asay, T., et.al. (1999) は効果研究にみられるクライアントの改善を示す約40%は、クライアントと関わる「治療外要因」に帰された。ここでの「治療外要因」に入るのは、クライアントの問題または障害の重篤度や慢性度、楽観主義的傾向、心理療法に対する動機付けの高さ、家族、友人をはじめ、自助グループ参加などのソーシャル・ネットワークの有無など、クライアントと関係する幅広い変数である。IP の改善もこのように「治療外要因」の可能性であることが大いに考えられるのである。

5-2. 相談者 A の体験について

5-2-1. 「虫退治」体験

相談者 A は、虫退治の体験において、「当初＜「虫」に対する疑問＞を抱きながらも、Th の説明により「虫」に対して＜「誰にでもあるようなサボリ心」の認識＞で受け入れている」（表

2.ストーリーライン①)。さらに、相談者Aは「虫」に対する疑問を持ったものの「それ（誰にでもあるようなサボり心）聞いてだいたい安心はしました」と述べている。実際の課題の実践については、詳細には記憶になく、相談者Aにとっては虫退治を＜「誰にでもあるようなサボり心」の認識＞で捉え＜深刻な原因想定＞を否定されたことの方が印象的であったと考えられる。つまり、相談者Aにとって「虫退治」は自身が想定していた様々な不安を払拭することであり、安心感をもたらすものとして体験されたと考えられる。

5-2-2. 「合同面接」体験

合同面接では「初来談の夫がIPの登校できない時は＜仕事を休む課題を受諾＞している。その決断によって相談者Aの＜夫への認識転換＞が起こり＜肯定的評価＞に至っている」（表3.ストーリーライン②）。相談者Aにとって印象的であったのは、面接中に夫が家族や学校教諭の目の前で「仕事を休む」ことを受け入れたことだと考えられる。その決断に対して養護教諭は涙をみせ、夫の決断を讃えている。それに対して相談者Aは感心と驚きを感じている。これらには心理面接の非日常性が表れており、IPと相談者Aがともに日常とは違った夫の一面を体験していることが示されている。成瀬（2009）は治療で得られたクライアントの日常生活をより良い方向に変化させる体験を治療的体験と呼び、「治療セッションでいかに効果的な治療体験を得られるように援助できるかに腐心している」と述べる。

相談者Aは面接での治療的会話とその周囲の反応を体験することによって、日常生活をより良い方向に変化させていたと考えられる。相談者AやIPにとって合同面接は、日常と異なった夫の一面を見ることができた非日常的な体験であり、それ以降の夫への見方を変えるようなインパクトの強い治療体験だったと考えられる。

5-2-3. 相談者Aにとっての心理療法の体験

当初IPの不登校で来談されていたが、いつしか自身の不安を語ることで自分自身が楽になる場として体験されていると考えられる。「相談者A自身の不安に焦点が当たることで、問題意識が自分自身へと変化する」（表4.理論記述③）という可能性が示されているように、相談者Aの問題意識は自分自身へと変化していった。前述のように「虫退治の体験」も、不登校の原因への不安を払拭するものとして体験された。

したがって、相談者Aにとって心理療法は、自ら抱いた不安に対して、Thからの「大丈夫」という＜現状の肯定＞や、＜納得いく根拠＞がある説明をしてもらうことで、随時不安を解消することができ、楽に日常を過ごせるようにするための場として体験されている可能性があると考えられる。成瀬（2014）は心理療法の基本的役割を「クライアントのこれまでの体験

を治療的に変化することである」と述べる。相談者Aのこれまでの体験とは日常場面で様々なことに不安を感じていたことであろう。相談者Aにとっての心理療法とは日常生活で感じる様々な不安を面接内で吐き出し、Thとの関わりによって安心感を得るという治療的な体験であったと考えられる。

6. 引用文献

- Asay, T. P., Lambert, M. J. (1999) The empirical case for the common factors in therapy: and soul of change: What works in therapy, Washington, DC: American, pp.23-55
- Bedi, R.P., Davis, M.D., Williams, M. (2005) Critical incidents in the formation of the therapeutic alliance from the client's perspective, *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 42, pp.311-323
- Dawes, R.M. (1994) *House of cards : Psychology and psychotherapy built on myth*, New York : Free Press
- Dumont, F. (1993) Inferential heuristics in clinical problem formulation : Selective review of their strengths and weaknesses, *Professional Psychology : Research & Practice*, 24, pp.196-205
- Elliott, R. (1984) A discovery-oriented approach to significant events in psychotherapy: Interpersonal process recall and comprehensive process analysis, Rice, L.N., Frank, J. D., Frank, J. B. (1991) *Persuasion and healing: A comparative study of psychotherapy*, Baltimore: Johns Hopkins University Press、杉原保史訳 (2007) 説得と治療—心理療法の共通要因、金剛出版
- Greenberg, L. (eds.) *The Patterns of change: Intensive analysis of psychotherapy process*, New York: Guilford, pp.249-286
- Greenberg, L. (1984) Task analysis : The general approach, Rice, L., Greenberg, L. (ed.) *Patterns of change : Intensive analysis of psychotherapeutic process*, New York Guilford Press, pp. 124-148
- 東豊 (1993) セラピスト入門—システムズアプローチへの招待、日本評論社
- 東豊 (2004) 「虫退治」の枠組みで行う不登校の家族療法、日本ブリーフサイコセラピー学会 (編) より効果的な心理療法を目指して ブリーフサイコセラピーの発展Ⅱ、金剛出版、pp.146-167
- 岩壁茂 (2004) クライエントの初回面接の体験—札幌学院大学心理臨床センターにおける実践的研究の取り組み、札幌学院大学心理臨床センター紀要、4、pp.1-16
- 岩壁茂 (2008) プロセス研究の方法、新曜社
- Kagan, N. (1980) *Influence on human interaction : 18 years with IPR*, Hess, A. K. (ed.) *Psychotherapy supervision : Theory, research, and practice*, Chichester: Wiley
- Levit, H.M. (2001) Client's experiences of obstructive silence: Integrating conscious reports and analytic theories, *Journal of Contemporary Psychology*, 31, pp.221-244
- Mahrer, A.R. (1988) Discovery-oriented psychotherapy research: Rationale, aims, and methods, *American Psychologist*, 43, pp.694-702
- Mayer, J., Timms, N. (1970) *The client speaks : Working-class impressions of casework*, London : Routledge and Kegan Paul
- 中村恵子、田上不二夫 (2008) 相談室登校の中学生の相談室での充実感と教室登校との関係、カウンセリング研究、41、pp.254-265

- 成瀬悟策（2009）動作療法—まったく新しい心理療法の理論と方法、誠信書房
- 成瀬悟策（2014）動作法の展開—こことからだの調和と活かし方、誠信書房
- 野口朋子（2015）心理的な専門機関への援助要請体験：クライアントへのインタビュー調査より、お茶の水女子大学心理臨床相談センター紀要、17、pp.51-63
- 大谷尚（2008）ステップコーディングによる質的データ分析手法 SCAT の提案—着手しやすく小規模データにも適応可能な理論家の手続き—名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要、教育科学、54、2、pp.27-44
- Rennie, D.L. (1994) Client's difference in psychotherapy, Journal of Counseling Psychology, 41, pp.427-437
- Rice, L.N., Greenberg, L. (1986) The Patterns of change: Intensive analysis of psychotherapy process, New York: Guilford
- 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、pp.79-89.