

基礎心理学と臨床心理学の架け橋

本邦では、臨床心理分野の実践・研究の科学的基盤の弱さが指摘されており、基礎的研究と臨床の乖離が憂慮されてきた。“サイエンティスト・プラクティショナー（科学者でもあり実践家でもある人）”のニーズが高まるなか、基礎心理学と臨床の架け橋となる研究を紹介する。（下津咲絵）

心理臨床家の聴き方・話し方

追手門学院大学経営学部 准教授
長岡千賀（ながおか ちか）

Profile—長岡千賀

2004年、大阪大学大学院人間科学研究科博士課程修了。博士（人間科学）。日本学術振興会特別研究員（PD）などを経て、2013年より現職。専門は認知心理学。



大阪電気通信大学情報通信工学部 教授
小森政嗣（こもり まさし）

Profile—小森政嗣

2001年、大阪大学大学院人間科学研究科博士課程修了。博士（人間科学）。広島国際大学人間環境学部助手などを経て、2003年より現職。専門は認知科学。



私たちは、カウンセリング対話を題材にして非言語コミュニケーションの研究を行ってきた。また、カウンセラーの熟達化についても研究を行なった。

最近では科研の「臨床心理学」のキーワードに「非言語コミュニケーション」があげられるようになったが、この研究を始めた頃はこのアプローチはとても珍しがられた。

融合研究のきっかけ

この研究は最初、認知心理学を専門とする吉川左紀子先生、臨床心理学の桑原知子先生、社会心理学の渡部幹先生と、長岡、小森によってスタートした。

メンバーのそれぞれが、それぞれの視点から問題意識を持っていた。しかし共通して知りたいと思っていたのは、なぜ人は、他者と対話することによって変わるのか、「他者の存在」の意味とは何か、ということであった。カウンセリングの対話は、情報伝達や感情共有の機能を超えて、新しい視点を獲得するという機能をも有している。臨床心理学の事例分析ではなく、カウンセリング対話に注目して実証科学のアプローチでこ

の問いに向かうのだ。認知心理学や社会心理学の理論構築に貢献すると考えた。

さまざまな分析指標と検討

まず私たちは、プロのカウンセラーとクライアント役との間で行われる模擬カウンセリングを録画し、対話中に生起する非言語行動を分析することにした。カウンセリング対話の中で、クライアントに直に影響するのは、カウンセラーが表出する非言語行動や言葉

だからだ。カウンセラーとクライアントがこれから長く関わっていく関係を作るべき回である初回面接を扱った。うまくいっているカウンセリング対話とそうでないカウンセリング対話、日常的な悩み相談を比較した。ユング学派の心理療法のカウンセリング対話を題材とした。

とは言え、面接中の非言語行動を幅広く詳細に調べた先行研究はほとんどなかった。確実に有効な

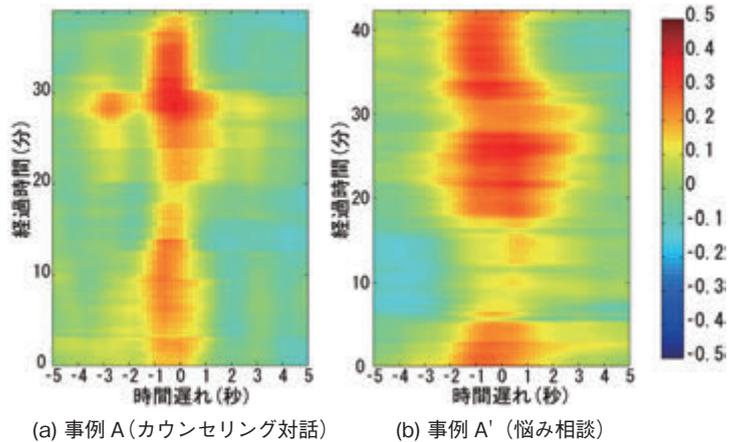


図1 身体動作の同調性(相互作用者の身体の動きが互いに同期する現象)同調性の強さ(色)、時間経過に伴う変化(縦方向の変化)、およびクライアントがカウンセラーに何秒遅れて動いたか(横方向の変化)。(a)臨床対話、(b)非臨床家による悩み相談の対話である。身体動作の同調性はどちらも高いが、臨床対話では一貫してカウンセラーはクライアントより0.5秒遅れて動いていることがわかる(小森・長岡, 2010)。

分析指標がはっきりしていないため、分析指標を見つけることから取り組む必要があった。

私たちは、発話と沈黙の長さ、表情、身体動作の同調性、瞬目、カウンセラーが話し始めるときの形式（「うーん、……それでも行かなきゃという感じになるの?」のように、相槌のような表現をした後話し始める、など）など、さまざまなものを指標として分析した。身体動作の同調性の分析のため画像処理技術を用いた解析手法も開発した（図1）。これらの検討の結果、うまくいっているカウンセリング対話固有の特徴を示すことができた。

このとき、これらの指標が示す時系列的变化について考察することを大切にされた。対話内容の臨床心理学的解釈や、カウンセラーとクライアントの内観報告を収集し、時系列に沿って非言語行動と対応づけた。この検討には、臨床心理学を専門とする大山泰宏先生や畑中千紘さんも加わった。結果、クライアントの「こころの動き」と非言語行動の変化の対応関係が示された。非言語行動の役割について考察することもできた。

また、学派間の比較も試みた。認知行動療法のカウンセリング対話も分析対象に加えた。発話と沈黙の長さや、クライアントへの注視時間の長さなどの点で、学派間に明確な違いがあることを示す結果を得た。しかしこれに対して認知行動療法のある先生から、話の意味内容で比較すべきだという指摘をいただいた。この指摘から、言語内容と非言語コミュニケーションのそれぞれにどの程度重きを置くかが学派によって違うのだと推測している。

ただ、話の意味内容を分析したところ、話の進展の仕方に両学派

間の共通性が認められることを示す結果が得られた。カウンセラーが熟達するほど治療関係における学派による違いはなくなると言われていることを踏まえても、本研究の成果は、学派にこだわることなく、広く受け入れてもらえるはずだと思っている。これらの結果は、心理学会や心理臨床学会の大会のワークショップ等で報告してきた。

非言語コミュニケーションの検討が一段落着いた頃、対話中のカウンセラー自身の内的プロセスに関する検討をスタートした。カウンセラーが、これから長く付き合うためのクライアントと関係をつくるときに、クライアントの話のどのような点に意識を向けて聞いているかを探った。非臨床家、経験の浅い臨床家、経験のある臨床家を比較し、社会的認知の研究としても興味深い結果を得た（Nagaoka et al., 2013）。この成果は雑誌 *Psychologia* における松見淳子先生と吉川先生の共同企画の特集号"Evidence and Narratives in Psychotherapy Research and Practice"で発表することが叶った。

悩みは論文の投稿先

このような検討結果のそれぞれをどのジャーナルに投稿するかについて、いつも悩んだ。臨床心理学系の投稿先では、このアプローチはなかなか受け入れられないようだった。逆に、認知心理学系の投稿先からは、「適切に査読できない、臨床系に投稿したほうがいい」といった内容のコメントをもらったこともあった。

査読してもらえたとしても、逃れられない厄介な点があいくつもあった。第1に模擬カウンセリングを扱っていること、第2にサンプルサイズが小さいことだ。

身体動作の分析を始めた頃、スイスで同じようなことをしている研究者と知り合った。彼の所属先のカウンセリング室では、クライアントの同意を得て、すべてのカウンセリングを撮影し分析対象にしているようだ。一方、日本では、さまざまな理由でケースの撮影は海外ほど容易ではないのが現状だ。本研究では少ない事例しか扱えない分、クライアントとカウンセラーの内観報告と、非言語行動を丁寧に対応づけることを心がけた。

第3の厄介な点は、日本のカウンセリングは学派オリジナルの形が変容して独特なものになっているということだ。海外のジャーナルに非言語行動について書いたときにはこの点から説明しなければならなかった。

おわりに

基礎心理学と臨床心理学が交わるころのあちらこちらに、さまざまな研究の種が潜んでいる。本研究はこのことも示してきたように思う。論文投稿を受け入れてくれる場が増えれば、基礎と臨床の融合研究はさらに進展するだろうと想像している。

文 献

- 小森政嗣・長岡千賀（2010）心理臨床対話におけるクライアントとカウンセラーの身体動作の関係：映像解析による予備的検討。『認知心理学研究』8, 1-9.
- Nagaoka, C. et al. (2013) A comparison of experienced counsellors, novice counsellors, and non-counsellors in memory of client-presented information during therapeutic interviews. *Psychologia*, 56, 154-165.