

### パーソンセンタード/フォーカシング指向セラピーでは何が生起するのか? : 「セラピストTAE」による質的分析のパイロット研究

SUETAKE, Yasuhiro / 末武, 康弘 / Tokumaru, Satoko / 得丸, さと子(智子)

---

(出版者 / Publisher)

法政大学現代福祉学部現代福祉研究編集委員会

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

現代福祉研究 / The Bulletin of the Faculty of Social Policy and Administration : Reviewing research and practice for human and social well-being

(巻 / Volume)

12

(開始ページ / Start Page)

141

(終了ページ / End Page)

163

(発行年 / Year)

2012-03-01

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00008162>

# パーソンセンタード／フォーカシング指向セラピーでは 何が生起するのか？

— 「セラピストTAE」による質的分析のパイロット研究<sup>1</sup>

末 武 康 弘  
得 丸 さと子(智子)

**【抄録】** 本稿は、パーソンセンタード／フォーカシング指向セラピー（PC/FOT）の中で生起する現象について「セラピストTAE」——サイコセラピー実践を検討するためにTAEをアレンジした方法——を用いた質的分析のパイロット研究の成果を報告するものである。共同研究者の1人はTAEを用いた質的研究法（得丸, 2010a）を開発する中で、TAEがセラピストに重要な意味を与えることを見出してきた。そしてセラピストのためのTAEセッションが考案され、「セラピストTAE」と名づけられた。「セラピストTAE」では、ガイドの助けを借りながらセラピストが自身の臨床体験やクライアントとの相互作用を分析し、セラピーについての理論化を試みる。このパイロット研究においては、PC/FOTのセラピストであるもう1人の共同研究者の、6名のクライアントとのセラピー体験と面接記録が分析された。

**【キーワード】** パーソンセンタード／フォーカシング指向セラピー セラピストTAE  
質的研究法 律動的个体化

## 問 題

### サイコセラピー研究の動向

近年、サイコセラピーの研究には注目すべきいくつかの動向が生じている。ここでは、2008年に英国で出版されたミック・クーパー（Cooper, 2008）の著書、*Essential Research Findings in Counselling and Psychotherapy*（清水・末武監訳『エビデンスにもとづくカウンセリング効果の研究』）から、その主要なものをピックアップしてみる。

第1にあげられるのは、サイコセラピーの分野においていわゆるエビデンスベースト（evidence-based）の動向が浸透してきていることである（APA, 2006ほか）。どのようにエビデンスを見出すかという点でも、例えば、セラピーを受けた臨床群の効果を統制群や待機群と比較した無

作為統制試験 (randomized controlled trials) のデータについて、複数の研究を総合的に検証するメタ分析 (meta analysis) の手法が活用されるなど、その方法論も発展している。このような動向によって、サイコセラピーの効果に実証的な検証の光があてられ、そこから得られたエビデンスがインフォームドコンセントやセラピーの選択において活用されるようになってきている。

こうした動向に関連して第2にあげられるのは、例えば薬理的な治療と比較した場合における、サイコセラピー独自の効果を特定しようとする研究動向である。詳細はクーパーの著書 (特にその第2～3章) を参照してほしいが、例えば軽度から中程度の鬱、不安、強迫、パニックといった症状に対して、また、対人関係や社会的スキルの不全といった種々の問題に対して、(クライアントのニーズや動機づけにもよるが) 薬物療法に比べて相対的にサイコセラピーの方が効果的であることが明らかにされてきている。サイコセラピーに特有の効果やプロセスの特定は、その役割や存在意義にもかかわる問題であるので、今後さらに洗練された手法とともに追求されていくはずである。

さらに第3に、このような研究動向の中で大きな論争となってきたのが、サイコセラピーの立場や方法によってその効果に違いがあるのか、という問題である。これは、実効性格差 (differential effectiveness) 仮説——特定の心理的苦悩に対して、認知行動療法 (CBT) のような特定のセラピーが他のものよりも効力があるという見方——と、ドードー鳥判定 (dodo bird verdict)<sup>2</sup> 仮説——種々の真正 (bona fide) なサイコセラピーは、効果や効力においてほぼ同等であるという見方——の議論に象徴されるものである。今のところ、どちらの仮説が妥当であるかを示す決定的な証拠は見出されていないが、こうした論争は、従来からサイコセラピーの分野が抱える大きな問題の1つであった、流派間の対立やディスコミュニケーションといった課題を克服するためにも、生産的な方向で議論が進展していくことが望まれる。

実効性格差仮説とドードー鳥判定仮説のいずれの立場を支持するにしても、以上のような研究動向を受けとめるときに、サイコセラピー研究者や実践者に求められるのは、実際のセラピーがクライアントにどのような効果やプロセスをもたらしているのかを絶えず明らかにしていくことであろう。現在でもそれぞれ特色をもつ各種の流派や方法が並存して実践されている状況を考えると、効力があるとされる各セラピーの共通点と差異を明確にしていくことが、この分野のさらなる発展のために必要である。そしてその際に、セラピーの効果を測定しようとする量的な研究のみならず、各セラピーの臨床実践の中で、実際にどのようなことが具体的に生起しているのかを探求するための質的な研究の蓄積があわせて求められていると言えよう (McLeod, 2000ほか)。

本稿の目的は、サイコセラピーの領域においてCBTや精神力動的な立場と並んで、主要な実践形態の1つとして位置づけられているパーソンセンタード/フォーカシング指向セラピー (person-centered/focusing-oriented therapy: PC/FOT) に焦点をあて、その特質やプロセスを明らかにしよう

と試みるパイロット研究の成果を提示することにある。そうする中で、特に、新たな質的分析の方法論としてこのパイロット研究の中で活用されたTAE (thinking at the edge) (Gendlin, 2004; Gendlin & Hendricks, 2004; 得丸, 2010a)——特にセラピストの体験分析のために開発された「セラピストTAE」——について、その意義や適用可能性を検討することにしたい。

### パーソンセンタード／フォーカシング指向セラピーの特質と研究動向

そこでまず、PC/FOTとはどのような特色をもつサイコセラピーであり、これまでにどのようなエビデンスが明らかになっているのかを要約しておく。

PC/FOTは、1940年代前半にカール・ロジャーズ (Rogers, 1942) によって創始されたサイコセラピーであり、当初は非指示的な方法を重視するセラピーとして誕生した。その後、非指示という用語がセラピストの受身性を強調しているように受け取られたこともあって、ロジャーズはその名称をクライアント中心療法 (Rogers, 1951) に修正し、セラピストの自己一致した、受容的で、共感的な態度を重視するようになった (Rogers, 1957)。この間、ロジャーズはサイコセラピーの分野における実証研究のパイオニアの1人として研究成果を公表し、研究の方法論の開発にも取り組んだ (Rogers & Diamond, 1954ほか)。さらにロジャーズらの研究は、セラピーの効果研究にとどまらず、セラピーの中で何が生起しているのかを明らかにしようとするプロセス研究へと進展していった。その中で提案されたのが、クライアントの変化や成長へと向かう過程を概念化したプロセス概念 (process conceptions) (Rogers, 1961) だったが、ここでその理論の中核を担うようになったのがロジャーズの共同研究者ユージーン・ジェンドリンによる体験過程 (experiencing) (Gendlin, 1964) の概念である。この概念を用いた研究や実践によって、クライアントの変化は体験過程——感じられる体験の流れ——の推進・進展によって生起することが明らかになった。しかし同時に、1950～60年代に彼らが行ったウィスコンシン・プロジェクト——統合失調症患者へのサイコセラピー実践研究——等の研究結果 (Rogers, Gendlin, Kiesler & Truax, 1967) からは、体験過程の水準が深まらない個人にはセラピーの効果が生じにくい、といった課題も浮き彫りになった。こうした課題に応える形で、1970年代以降、ジェンドリンは体験過程の感じられる意味 (フェルトセンス) に焦点をあわせるフォーカシング (Gendlin, 1978/1981) を開発し、現在のフォーカシング指向セラピー (Gendlin, 1996) へと発展していく動向が生じた。また他の研究者や臨床家たちも、体験過程の推進・進展を援助するための種々の体験的な方法を提案するようになり (Greenberg, Rice & Elliott, 1996; Sanders, 2004ほか)、今日に至っている。こうして展開してきたPC/FOTは現在、世界各地の数多くのセラピストたちによって共有され実践されており、サイコセラピーの主要な1つの形態および方法としてその立場を確立している。

では、このようなPC/FOTにおいては、これまでにどのようなエビデンスが見出されているのだろうか。ここでは、冒頭にあげたクーパー (Cooper, 2008) の著書より、近年明らかにされているそのエビデンスのいくつかをピックアップしてみる。まず、PC/FOTを含むヒューマニスティックなセラピーのメタ分析では、全体的にみて、セラピー前後の平均効果量はCohen's  $d^3$ で0.99であり、待機群および統制群との比較では0.89だった。このような結果は、CBTや精神力動的セラピーと同程度であり、鬱、トラウマ、統合失調症、心身の健康に関する問題などに有効であることを示唆するエビデンスが得られている (Elliott, Greenberg & Lietaer, 2004)。また、純正 (pure) なパーソンセンタードセラピーに関する52の研究データのメタ分析では、統制群との比較で0.78の平均効果量があり、フォローアップ時にも効果が維持されていることが見出されている (Elliott, 2007)。特定の心理的問題に焦点をあてると、パーソンセンタードセラピーは他のセラピーに比べて、成人および青少年の軽度あるいは中程度の鬱に最も効力をもつというエビデンスがある (King et al., 2000)。さらに、純正なパーソンセンタードセラピーと、フォーカシングの考えや教示を取り入れたセラピーの比較では、相対的にフォーカシングを活用したセラピーの方が効果が高いこともいくつかの研究から示唆されている (Hendricks, 2002ほか)。

こういった効果に関するエビデンスのほかに、PC/FOTでは、その独自のプロセスを実証的に明らかにしようとする研究も行われてきた。前述のプロセス概念およびそれを尺度化したプロセススケール (Walker, Rablen & Rogers, 1960) の研究が有名であるが、ロジャーズはすでに1942年に、セラピーのプロセスに特徴的な段階 (Rogers, 1942) を記述し、その後も、自己の再組織化 (reorganization of self) (Rogers, 1951)、十分に機能する人間 (fully functioning person) (Rogers, 1961) といった独自の概念を用いながらサイコセラピーにおいて生起するプロセスと方向性を描き出した。またジェンドリンはサイコセラピーにおいて生じる変化を、焦点づけの4つの位相 (four phases of focusing) として記述し (Gendlin, 1964)、この理論がベースとなってその後のフォーカシングや、体験過程の水準を測定する体験過程スケール (EXP Scale) (Klein, Mathieu, Gendlin & Kiesler, 1969) の開発に結びつくこととなった。

しかし、こうしたロジャーズやジェンドリンによる先駆的なプロセス研究以降、PC/FOTの実証研究は主に効果研究、およびフォーカシングやプロセス体験的セラピーなど特定の手法に関する研究が中心であり、PC/FOTに特徴的なプロセスについての研究はあまり行われていない (Cooper, Watson & Hölldampf, 2010等を参照)。ロジャーズとジェンドリンのプロセス研究やその概念化が十分なものであれば、それらに修正を加えることはしなくてもよいのかもしれないが、現在の時点から振り返ってみると、やはりいくつかの課題は指摘されなければならないだろう。1つには、ロジャーズのものもジェンドリンのものも、個々のクライアントがもつ様々な特徴や要因——心理的

苦悩のタイプ、ニーズ、社会的文化的背景、その他——にあまり関心が払われていない点である。現在、セラピーの成否を予測する最も大きな要因はクライアントの側の諸要因であることが明らかにされている (Asay & Lambert, 1999 ほか)<sup>4</sup> 中で、こうした側面をより考慮に入れた理論化が行われなくてはならないのではないかと。また、セラピーを受ける以前の状態像 (ロジャーズ：「自己不一致」、ジェンドリン：「構造拘束的」) からセラピーを受けた後の状態像 (ロジャーズ：「十分に機能する」、ジェンドリン：「過程進行中」) についての概念化において、その変化がいずれかと言うと1次元的に——つまり、ネガティブな状態からポジティブな状態への変化として——記述されており、はたしてすべてのあるいは多くのクライアントがセラピー終了後にそのような状態を獲得しているのかについては、当然のことながら疑問が残る<sup>5</sup>。さらに、ロジャーズやジェンドリンは主にセラピーの録音テープを聴き返すことを通して理論をつくり上げているが、その理論化は彼らのすぐれた知性や感性によるところが大きく、多くの人々が共有できるような具体的な方法論があったわけではなかった、という点にも注意が必要であろう。したがって、セラピーの中で生起する事象やプロセスを、より深く精密に分析することができる方法論の開発もまた、重要な課題として指摘されなければならない。

#### サイコセラピー研究の方法論の課題

PC/FOTに限らず、現在までのところサイコセラピーの研究は、その実効性のエビデンスを明らかにしようとする効果研究が主流であり、用いられるデータも標準化されたアセスメントツールや客観的な尺度による量的なものが圧倒的に多い。その背景には、純粋に科学的で実証的な真理追求の意図だけでなく、研究資金獲得や医療保険制度の中でより優位なポジションを得ようとする競争原理も働いていると考えられるが、このような量的データを扱う効果研究のみでは、サイコセラピーがもつさまざまな側面に十分な光をあてるのが難しいことも明らかである。

前述した実効性格差仮説とドードー鳥判定仮説の議論の中で明らかになった事実の1つは、サイコセラピーの流派間の平均的な差よりも、同じ流派に属するセラピストの腕の違いによる効果の差の方がかなり大きい (Wampold, 2001ほか) ということである。つまり、PC/FOTの立場からすると、その平均的な効果量を算出してCBTや精神力動的セラピー等と比較することも確かに重要であるが、それとともに、個々のセラピーの中で実際に生起している事象やプロセスを明らかにすることが不可欠であると言えよう。例えば、PC/FOTが成果をあげているときクライアントにはどのようなプロセスやインパクトが生じているのか？ PC/FOTが十分に機能しないのはどのようなときなのか？ さらに、こうしたPC/FOTのプロセスはCBTや精神力動的セラピー等と比較するとどのような共通点や差異をもっているのか？ といった問題についての探求である。

翻って日本におけるサイコセラピーの研究動向や方法論を考えてみると、欧米に比べて量的な効果研究の蓄積はそれほど多くはなく、むしろ1つのケースの開始から終結までを記述し、それに考察を加えた事例研究法が主流である。特に、(医療の分野よりも)心理臨床の領域でその傾向が顕著である。例えば、かつて河合(1986)は、「ひとつの症状について何例かをまとめ、……普遍的な法則を見出すような論文よりも、ひとつの事例の赤裸々な報告の方が、はるかに実際に“役立つ”」(p.291)と述べるなど、サイコセラピー研究における事例研究(特に1事例研究)の意義を主張し、こうした研究の進展を後押しした。確かに、事例研究は現象を抽象化することなくありのままに記述し考察する方法論であり、そのような「事例の赤裸々な報告」は、サイコセラピーが社会的に認められ定着していく時期には、ある意味で必要なものであったと言えるだろう。

しかし、事例研究にも弱点がないわけではない。1つには、かねてより投げかけられてきた疑問であるが、1ケースの分析から明らかになった知見をどの程度一般化することができるか、という問題がある。“個性的なものの中にこそ普遍性がある”といった言い方がされることもあるが、先の河合の発言からは、事例研究によって一般化や普遍化を目指すよりも、実際的な有用性が重視されていたことがわかる。もちろんそうした方向は否定されるべきではないが、しかし、個別性と一般化の間のギャップをどう埋めていくのか、あるいは事例研究をエビデンスベーストの量的研究とどう結びつけていくのか、といった課題は現在も残されたままになっている、と言わざるを得ない。事例研究のもう1つの問題点としては、研究の遂行とプライバシーの尊重のバランスをどうとっていけばよいかという、こちらは時代の推移とともに無視することができなくなっている今日的な課題がある。事例研究は、現象のあるがままの記述という方法の特徴からして、対象者の個人情報やプライバシーに触れざるをえないという側面をもっている。しかし、サイコセラピーという対人援助の営みにおいては、クライアントやその関係者のプライバシーの保護と、事例研究による研究成果の公表のいずれかを選択しなければならない場合、優先されるべきはもちろん前者である。インフォームドコンセントによる信頼の形成や、個人情報の記載にあたって最大限の倫理的な配慮をすることで、人権と研究の両立が図られなくてはならないのは当然であるが、しかしクライアントや関係者の同意が得られない場合は、いかにそのケースの中で重要な出来事が生じたとしても、その事例研究(特にその成果の公表)は断念せざるを得ない。ここには事例研究が必然的に内包している弱点がある。

このように見てくると、サイコセラピー研究においては、これまで行われてきた量的な効果研究とも、ケースをありのままに記述する事例研究とも異なる、第3の研究方法論が求められていると言える。それは、PC/FOTをはじめとしたサイコセラピーの中で実際にどのようなことが生起しているのかを分析することのできる、しかも事例研究のような個人のプライバシーへの侵襲性を伴わ

ない、新たな研究方法論であり、それは近年発展してきているいわゆる質的研究の中に見出すことができるのではないかと筆者らは考えている。

## 質的研究の新しい方法論としてのTAEおよび「セラピストTAE」

### 質的研究の新しい方法論としてのTAE

質的研究は、数量的なデータを分析する量的研究と対比されるもので、その特徴は、「世界がどのように構成されているのかについての理解を深める」(McLeod, 2000邦訳 p.12)ことや、「人がどのように世界を理解し……出来事をどのように経験するのか」といった「意味に対する関心」(Willig, 2001邦訳p.11)の探求にあるとされる。その方法論も、これまでにさまざまなものが開発されてきており、心理学やその近接領域で用いられているものだけをあげてみても、グラウンデッドセオリー・アプローチ (GTA)、修正版グラウンデッドセオリー・アプローチ (M-GTA)、解釈学的現象学的分析 (IPA)、会話分析、ライフストーリー研究、K-J法など多岐にわたる (Willig, 2001; 神戸・末武, 2011ほか)。このようにさまざまな方法論が提案されている中で、本稿が注目するTAEには、これらと異なるどのような特徴があり、特にサイコセラピー研究にとってどのような貢献をなしうると言えるのだろうか。

TAEは、ジェンドリンがシカゴ大学での理論構築の授業で用いていた方法を、2004年にジェンドリンとメアリー・ヘンドリクスがステップ化した概念形成 (concept-formation) と理論構築 (theory-construction) のための思考法 (thinking method) である (Gendlin & Hendricks, 2004)。ジェンドリンは、TAEへの序文 (Gendlin, 2004) の中で、「TAEとは何か言葉にしようとするのが最初はぼんやりとした“からだの感覚 (bodily sense)”としてだけ浮かんでくるものを、新しい用語を用いてはっきりと表すための系統だった方法である」(p.1) と述べている。このからだの感覚は、フォーカシングでは“フェルトセンス (felt sense)”と言われているものであり、最近の論文 (Gendlin, 2009a) で彼が“暗在的理解 (Implicit Understanding : IU)”と呼ぶものの感覚である。つまり、TAEはIUを展開 (explicate) する系統だった方法だと言える。TAEは、さまざまなタイプのIUに適用することができる。たとえばインタビューデータを読んで形成されたIUのように自身以外の対象に接して形成されたIUにも、「セラピストTAE」のように自分自身の体験を通じて形成されたIUにも適用することが可能である。

TAEプロセスを図式的に説明すると、図1のように表現できる。

TAEプロセスでは、形式システムとIUシステムの2つの間を行き来しながら進んでいく。これをジェンドリンは、ジグザグ (Zig-Zag) と表現する。形式は論理、言語、記号などからなる。TAE

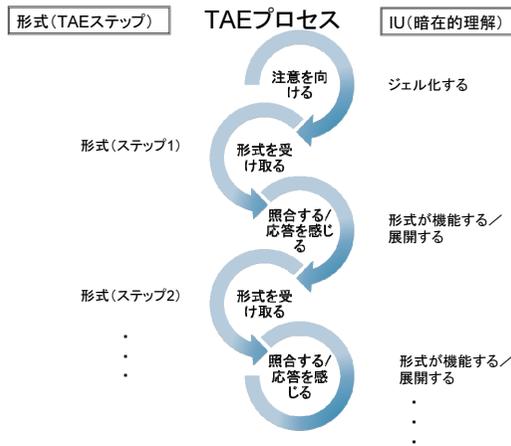


図1. TAEプロセス

プロセスが進行するのはIUと形式の境界領域、つまりIUのエッジである。形式システムは顕在的 (explicit) な概念システムで、論理を形成する推論力をもっている。IUシステムは、通常概念に分割できない新しい概念パターンを含んでいるが、しかしそれは最初は暗在しているのみである。最初にIUに注意を向け、「これ」と内的に感じられる対象 (直接照合体 Direct Referent : DR) として形成させる。このことをジェル化 (jelled) と呼ぶ。形成させたIUに形式を照合させる。すると、形式のもつ力が機能し、それにIUが応答し、IUが展開していく。これを繰り返すうちに、IUに暗在していた新しい概念パターンが、新しい概念の繋がりによって表現可能になる。

TAEは3つのパートからなり、全体で14のステップに分かれている (14ステップの詳細については、得丸, 2010aを参照)。TAEステップは、IUに照合する14の形式を効果的な順序で提供するものである。これらのステップは固定的なものではなく、部分的に使ったり順序をかえて使うこともできる。また、この14個以外にも、各自で効果的な形式を工夫してもよい。図2に、TAEの14ステップによって導かれる効果を示した。TAEの理論作りは、全体と中核の把握 (パート1)、側面とその関係性の把握 (パート2)、全体の構造的把握と駆動 (パート3) へと進んでいく。

TAEを質的研究の方法論として活用するとき、他の方法には見られない次のような利点を得られる。第1に、これまでは感受性や直観といった曖昧な言葉で語られてきた、質的研究の基盤をなす感性的で前概念的な認識が、フェルトセンス、IU、DRといった明確な概念によって示されている点である。これらはジェンドリンの哲学 (Gendlin, 1997; 諸富・村里・末武, 2009) の中核的な概念でもあり、哲学的に確固とした意義づけがなされているものである。つまり、TAEは哲学的な根拠によって支えられた方法であると言える。第2に、TAEは具体的なステップによって構成されて

パーソンセンタード／フォーカシング指向セラピーでは何が生起するのか？  
— 「セラピスト TAE」による質的分析のパイロット研究—

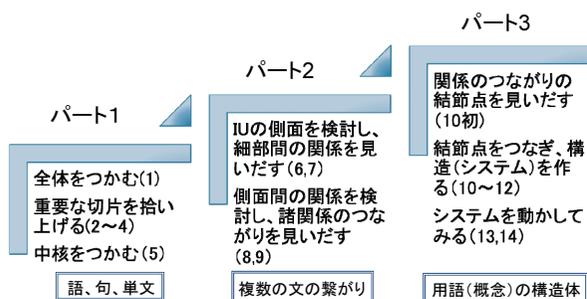


図2. TAE14ステップの効果

おり、このステップを段階的に進んでいくことで、多くの人がある方法を共有することができる。つまり、TAEは方法の公共化という利点をもっている。第3に、TAEのパート3には、他の質的研究法には見られない具体的な理論構築のストラテジーが提示されている。これまでの多くの質的研究法では、生成された概念のカテゴリー化や階層化等の手続きは示されているが、理論構築の手順が具体的に提示されたものはほとんどなかった。TAEは、多くの人がある新たな理論構築を行うことを可能にする方法論であると言えるのである。

TAEを質的研究に活用しようとする研究動向はごく最近になって現れてきたが、その研究例には次のようなものがある。高齢者の幸福感に関する研究 (Yamaguchi & Tokumaru, 2010)、大学生の作文活動参加感想の分析 (得丸, 2010a)、エンジニアの実践知の分析 (得丸, 2010b) 等である。

### 「セラピスト TAE」

本稿の共同研究者の1人 (得丸, 2010a) は、TAEを活用した質的研究に取り組む中で、TAEがサイコセラピストをはじめとした対人援助の専門家に対して重要な意味を与えることを見出してきた (高橋・得丸, 2011)。そしてセラピストのためのTAEセッションが考案され、「セラピストTAE」と名づけられた。

サイコセラピーの独自性やその意義を研究するためには、クライアントを対象とした研究とともに、セラピストの体験知を研究対象にすることが必要であると考えられる。ジェンドリン (Gendlin, 2009b) の表現を借りると、一人称プロセスを三人称的視点に開く研究が必要である、と言える。前述のように、これまでのサイコセラピー研究は、客観的な尺度によって測定される量的研究か、具体的なケースに即して研究する事例研究が主流だった。しかし、量的研究は客観的視点 (三人称的視点) から行われるもので、一人称プロセスを研究対象にすることができない。また事例研究では、プライバシーの保護という倫理上の制約が研究上の困難点となることも少なくない。

したがって、セラピストの体験知（一人称プロセス）を研究するという発想は、第3の方向性としてサイコセラピー研究の新たな領域を開く可能性をもっていると言える。

「セラピストTAE」とは、セラピストの臨床体験、すなわちその体験知を研究対象とし、TAEステップを適用しながらそれを検討する質的分析法である。ここで言う体験知とは、体験を通じて獲得されているが、本人にもまだ明確に言語化されていない何かに対する理解であり、体験した本人に暗在している理解（IU）である。「セラピストTAE」では、TAEステップによって、このセラピストの暗在的理解（IU）を展開（explicate）していく。

「セラピストTAE」を行うと、セラピストは、漠然と知っていたけれども明確に言葉にすることができず暗在的であった自身の体験知を、明確に言葉で把握することができるようになる。その結果、それを以前よりも自覚的に活用できるようになる。また、あるセラピストに暗在していた体験知が言語化されると、それが他のセラピストに伝えられ共有されるようになる。そしてそれについて議論することもできるようになる。「セラピストがTAE」は、セラピストの自己研鑽と、サイコセラピー研究の発展の両方に貢献できる方法であると言えよう。

「セラピストTAE」の手順は、基本的にはオリジナルのTAEと同様であるが、テーマやリサーチクエスチョンに応じてTAE実施者（セラピスト）の事前の準備が必要になる。すなわち、どのような体験に焦点をあてようとするのか、どのような現象を詳細に検討しようとするのか、といったことについての準備であり、必要に応じて面接記録や面接の録音データ等を入念に整理したり振り返ることが大切な事前作業となる。その際に、クライアントや関係者のプライバシーを保護するための倫理的な配慮を行うことも重要である。「セラピストTAE」のセッションで使用されるデータには、できる限り個人情報をカットした面接記録の抜粋や逐語記録が用いられるべきである。また、「セラピストTAE」セッションを実施する際に、セラピストとガイドの間で、個人情報についての守秘義務を確認しておくことも必要である。

「セラピストTAE」は、セラピスト自身がTAEのステップに習熟していれば一人で実施することも可能であるが、そうでない場合は、TAEを熟知したガイドとともに「セラピストTAE」セッションをもった方が有効に進めることができる。以下、ガイドの主要な役割について述べる。

ガイドはTAEステップを熟知している者がつとめ、「セラピストTAE」セッションの中で、適切なタイミングでTAEステップを提供する。また、セラピストのTAEプロセスに添いながら、それに応じたIU（ミラーIUと呼ぶ）をガイド自身の中に形成していく。ガイド自身にうまくミラーIUが形成されないときには、確認のための質問を発することもある。「セラピストTAE」セッションにおける「ガイドする - される関係」には次のような特徴がある。例えば、質的分析を共同研究としてグループでおこなう場合と比較すると、場の圧力の影響を受けにくく、TAE実施者（ここではセ

ラピスト)の主張性が保たれやすい。つまり、より多数に支持されるような妥当な結論に流されることなく、TAE実施者の独自性が維持されやすい。また、スーパービジョンと比較すると、一般にスーパーバイザーは熟達者としての優越性をもつが、ガイドはTAEのプロセスに寄り添う関係であるため、TAE実施者(セラピスト)の主体性が保たれやすい。TAE実施者が自身で新たな気づきを得ていくので、自律性や自己効力感が高まりやすい設定であると言える。さらに、TAEを一人で行う場合と比較すると、①TAE実施者がステップを覚えていなくても実施できる、②TAE実施者はIUに照合することだけに集中できる、③ガイドはミラーIUを形成しづらくなったときに確認の質問を発するので、TAE実施者は自分の中に生じるバイアスや妥協、ごまかし等に気づきやすい、などの利点がある。

なお、「セラピストTAE」におけるステップの進行にあたっては、オリジナルTAEを質的分析に適用するために得丸(2010a)が開発した各種のシート(マイセンテンスシート、パターンシート、交差シート等)が活用される。ガイドを立てた「セラピストTAE」セッションにおいては、これらのシートへの記入をガイドが行えば、TAE実施者(セラピスト)はTAEプロセスにより集中することができる。

以下に示すパイロット研究は、ガイドを立てた「セラピストTAE」セッションによる、PC/FOTで生起する現象についての、セラピストの体験知(IU)を中心とした質的分析の実例である。

## PC/FOTでは何が生起するのか——「セラピストTAE」による質的分析のパイロット研究

### 目 的

このパイロット研究の目的は、「セラピストTAE」を用いてPC/FOTの中で生起する現象を質的に分析し、その理論化を試みることである。具体的なりサーチクエスチョンとして設定されたのは、「成功したPC/FOTにおいてはクライアントにどのような変化が生じているのか？」であった。

### 方 法

**データの選択**：今回のパイロット研究の中でデータとして用いられたのは、PC/FOTのセラピストである共同研究者A(末武)による、6名のクライアントとのセラピーで書き記された面接記録とセラピー体験の振り返りである。共同研究者Aは20年を超えるPC/FOTの実践経験をもっているが、その経験の中から、次のような基準で6名のクライアントの臨床ケースが選択された。

①真正(bona fide)なPC/FOTのセラピーであること。つまり、研究のために募集したクライアントを対象とした実験的なセラピーや試行カウンセリングではなく、何らかの主訴や心理的苦悩の

ためにセラピーを求めて来談したクライアントとの臨床ケースであること<sup>6</sup>。

②いわゆる成功したケースであること。客観的な検査や心理尺度等の数量的なデータは取られていないが、セラピーの中でクライアントから主訴や心理的苦悩に改善があったとの具体的な言及がなされた（かつ、その言及がその後否定あるいは訂正されていない）こと、クライアントおよびセラピストの両者にとって満足のいく終結を迎えたこと、クライアントが終結後に同じ機関へ再来談していないこと、をここでの成功の目安とした。

③比較的最近行われたものであり、いずれかと言えば短期間で終結したケースであること。今回は主に、過去5年以内にセラピーが開始され、かつ終結しているケースの中から選択された<sup>7</sup>。また、短期間で終結したケースを選んだ理由は、本研究は1つのパイロットスタディとして計画されたので、面接記録等の資料があまりに膨大になるのを避けつつ、同時にPC/FOTのプロセスの特徴が明確に現れていたケースに絞って分析を行うことがベターであると考えられたからである。

以上の基準により、まず中心的なデータとして、共同研究者Aがかつて事例報告を行った（末武, 2003）1ケースが選択された。このケースは10数年前に行われたものなので、③の「比較的最近行われたもの」ではないが、それ以外の基準をすべて満たしており、事例報告を行ったことで詳細な記録と記憶が残っていたことが選択の理由である。次に、比較的最近行われた中から、上記①～③の基準に明らかに合致する5ケースが追加された。

**データの内容：**以上6つのケースが今回のパイロット研究のデータとして選択された。クライアントの内訳は、男性2名、女性4名で、初回来談時の年齢は20歳代3名、40歳代、50歳代、60歳代各1名であった（平均約39歳）。セラピーセッション数は3回～12回（平均約6回）であり、セラピー期間は1ヵ月弱～11ヵ月（平均約4ヵ月）だった。主訴あるいは心理的苦悩は、不安、アイデンティティ関連問題、ストレス関連問題、家族問題、親子間の問題、夫婦間の問題等であった。分析の対象とされたデータ内容は、6名のクライアントとのセラピーセッションにおいてセラピスト（共同研究者A）が書き記した面接記録と、その記録をもとにセラピストに想起されたセラピー体験の振り返り（セラピストTAEのセッションの中で言語化もしくは文章化されたもの）である。特に、各ケースにおいて注目すべき動きや変化が生じた前後のプロセスに焦点があてられた。

**実施時期と場所：**2011年2月～3月に、共同研究者B（得丸）がガイドをつとめ、共同研究者A（末武）が自身のセラピスト体験と面接記録を振り返る「セラピストTAE」セッションを4回、計20数時間実施した。実施場所は両者（おもに共同研究者B）の研究室である。概念化・理論化は「セラピストTAE」セッションの中で2人の共同作業で行い、その後共同研究者A（末武）が個人で継続的に発展させた。

**手続き：**「セラピストTAE」セッションの開始前、およびセッションとセッションの間に、共同

研究者A（末武）は6ケースの全面接記録を読み返し、中でも特に、各ケースにおいて注目すべき動きや変化が生じた前後のプロセスに焦点をあてて、その部分の面接記録から個人情報に極力カットした抜粋を作成した。「セラピストTAE」セッションの中では、共同研究者AはIUの形成と推進においては6ケースの全体的な体験を振り返りつつ、パターンシート等の作成にあたっての実例としては面接記録の抜粋を活用した。共同研究者B（得丸）は、共同研究者Aの語りを聞きながらミラーIUを形成し、必要に応じて質問を行い、パターンシート等への記載はセッション中は共同研究者Bが行い、セッション終了後にその記載を共同研究者Aが加筆修正した。<sup>8</sup>

### 分析過程と結果

以下、「セラピストTAE」による分析過程の概要をパートⅠ～Ⅲに分けて示す。

パートⅠ：ここでの作業の中心は、データの全体からIUのフェルトセンスを形成し、そのIUをその後の分析の中核として活用できるように直接照合体（DR）としてジェル化させることである。具体的には、今回のリサーチクエスチョン「成功したPC/FOTにおいてはクライアントにどのような変化が生じているのか？」を最初のテーマとして設定し、TAEのステップ1～5の手順に従って、マイセンテンスへと文章化していった。最終的に得られたマイセンテンスは、「まだらぎこちなく生起し始める、その人そのものの動き」であった（付表1参照）。TAEを質的研究に用いるときにマイセンテンスとして活用される文章は、研究そのものを力強く推進していく揺るぎなさや、現象の細部の豊かさをすくい取ることができるしなやかさをもつことが望ましいと考えられるが、このマイセンテンスはそうした条件を満たしていると考えられた。

パートⅡ：次に、再度データの全体を見直し、マイセンテンスを手がかりとしてリサーチクエスチョン（テーマ）の実例を選び出しながら、TAEのステップ6～7に従って、その実例の中に暗在しているパターンを文章化していった（例えば、パターン1（P1）はケース1の実例を中心に抽出されたものである。そのパターンシートを付表2に示した）。同様にして、ケースの2～6についても、その実例からパターンが抽出され、全体で6つのパターンが抽出された。（パターン2～6についても、付表2に示したようなパターンシートを作成したが、紙数の関係からここでは省略した）。

#### <実例から抽出された6パターン>

- P1：型を動くことを通して、自分が感じられる
- P2：自分が生きている状況全体を受け止める
- P3：あてがわれている形式をはみ出て、身体言語が出現する
- P4：納得させようとしても納得できなさと感じられるところに、手がかりがある
- P5：済んでいたと思っていたことが、実はまだ、感情的に、身体的に、関係的に済んでいなかった

P6 : 切り分けて置いてみると、感じられるcalm (じゃまされず静か) な感覚が生じる

さらに、TAEのステップ8～9に従って以上の6つのパターンをそれぞれ交差させ<sup>9</sup> (P1×P2、P1×P3、P1×P4、P1×P5、P1×P6、P2×P1、P2×P3、……P6×P5)、計30の交差によるパターンが生成された。上記の6パターンとあわせて、計36のパターンが得られた (以下はその抜粋である)。

<交差によって生成された30パターン (抜粋)>

P1×P2 : 状況を全体的に既に捉えている体が型を活用する

P1×P3 : 型に従いつつ生きる身体的違和感を通じて、その人の表現形式が作り出される

P1×P4 : 型に守られて生きられる自分が感じられる

P1×P5 : 身体感覚にフィットしない型を生き続けることに、済まされないものが残っている

P1×P6 : 絡み合っていて内在している型が異なって切り分けられたとき、そこにcalmな感覚が生じる

P2×P1 : 状況全体を受け止めると型が生きる

P2×P3 : 自分が生きている状況全体がはみだした身体言語を含んで現れ出てくる

.....

P6×P5 : 切り分けて置いた後のcalmな感覚の中で、実はまだ済んでいなかったことに気づく

パートⅢ : ここまでの作業を踏まえて、TAEの10以降のステップによる作業を行うために、まず理論構築のための暫定的なタームが (上記の36パターンの中に含まれている100近い語句の中から) 選定された (A : 「片鱗的な出現」、B : 「個人文法的型」、C : 「未構成な身体的インプライング」)。そして、各ターム間の相互関係を、A=B、B=C、C=A、B=A、C=B、A=C、さらには、Aは本来B、Bは本来C、……Aは本来C、と相互関係を見ていくステップによって、新しいタームが生み出されていった。以下に、Aは本来Bの相互関係を見る作業から「律動的個体化」という新用語が生成された際のプロセスを示す。

<ターム間の相互関係を見る作業 (抜粋)>

Aは本来B : 「片鱗的な出現」は本来「個人文法的型」である

(メモ) 「片鱗的な出現」のあり様は、そもそもその個人本来のものである。個人本来というのは、個人が自分の心身の機能を十分に活用して作り上げてきたもの。そういう意味での個人本来のもの。十分に機能する個、機能する本来的個、本来的個の律動、律動的機能、機能的律動、律動的個、個過程、個律動、個機能、個発働、律動的個性化、律動的個体化、、、 → 新用語 : 「**律動的個体化**」

このような作業を通して、暫定的なタームから新しいタームが生成され (O : 「姿を為す」、P : 「律動的個体化」、Q : 「シンボルの発光」)、さらにこれらのターム間の相互連結 (OをPとQから定

義する、PをOとQから定義する、……)を行う中で不足しているタームがおぎなわれ (R:「ノイズによる混乱」、S:「個人文法的型」、T:「未構成な身体的インプライミング」)、理論を構築するための基本的なターム (概念) が選定された (最終的に「シンボルの発光」は「シンボルの閃光」と「隠喩的調律」という2つのタームに分けられた)。

#### <選定されたターム>

「律動的個体化」「シンボルの閃光」「隠喩的な調律」「ノイズによる混乱」「個人文法的型」「未構成な身体的インプライミング」「姿を為す」

そして、これらのタームの連関により、リサーチクエスチョンである「成功したPC/FOTにおいてはクライアントにどのような変化が生じているのか？」についての意味の構造が次のように理論化された。

#### <律動的個体化の理論>

\*\*\*\*\*

成功したPC/FOTにおいてはクライアントに次のような変化が生じる。すなわち、その「律動的個体化 (rhythmic individualizing)」は、「ノイズによる混乱 (dissonant confusions)」が鎮まったときに、「シンボルの閃光 (symbolic flashing)」が繰り返されて「隠喩的な調律 (metaphoric rhyming)」として響き合い、「個人文法的型 (personal grammatical form)」に沿って「未構成な身体的インプライミング (pre-constituted bodily implying)」の中へ「姿を為す (emerge itself)」。

\*\*\*\*\*

この理論が意味するところを、実際のセラピーにおけるクライアントの動きと重ね合わせて見てみる。クライアントは、初めは何らかの主訴や心理的苦悩を抱えており、セラピーの中でそれらを表現する。苦悩の体験やその表現の仕方は、往々にして不安定で、混乱や不全感を伴った非律動的なものである。しかし、それらは無意味なものではなく、症状や身体言語的な苦悩として表出されるところの、ある種の「未構成な身体的インプライミング」(生命体を推進する力)の現れである。ただ、ここでの「未構成な身体的インプライミング」は、ストレスや焦り、周囲との関係の不全等から引き起こされる「ノイズによる混乱」によってその律動性を失っている。セラピストとの相互作用は——それがノイズを消すことに役立つ、クライアントの「未構成な身体的インプライミング」と十分な律動的な調律を果たすならば——、こうした「ノイズによる混乱」を少しずつ鎮めることになる。「ノイズによる混乱」が鎮まったとき、クライアントには(場合によってはかすかに、ある場合にはかなり強い形で)「シンボルの閃光」と呼べるような気づきが生じる。これは、クライアントにとって独特の象徴的な意味合いをもつ気づきであり、(驚きや意外さといった)細部の新鮮さを伴う体験である。しかし「シンボルの閃光」は、クライアントにとっては一瞬のしかも部分的

な（まだ全体的なものではない）気づきであり、それは同じ形かあるいは別の事柄との関連において繰り返されることが必要である。セラピストとの相互作用によって「シンボリック閃光」が繰り返されるとき、クライアントの中には「隠喩的な調律」と呼べるような、さまざまな体験や出来事のもつ意味の響き合いや連関が生起するようになる。以前のクライアントに見られた非律動的な表現や動きは、こうした「隠喩的な調律」によって次第に律動的で秩序的なものになり、「律動的個体化」と言えるような、その人そのものの心身の機能をよりスムーズに発現する動きへと変化していく。そして、ここでクライアントに獲得され形成されるのは、「個人文法的型」と呼べるようなその人独特の心身の機能的な型であり、その型はある種の汎用性をもつために、クライアントにはさまざまな問題にその型を適用していく効力感が得られる。初めは症状や身体言語を非律動的に生み出していた「未構成の身体的インプライング」は、セラピーの終結時には、「律動的個体化」を生起させる源泉として機能するようになる。つまり、クライアント「律動的個体化」の動きは、その「個人文法的型」に沿って「未構成な身体的インプライング」の中へと発現し、明確に「姿を為す」ようになるのである。

付表 1. マイセンテンスシート（網かけの部分が必要な作業によって出てきた文章である）

①テーマ*テーマを1つ選び、「この感じ」としてもつ。下に事柄をメモする 成功した PC/FOT においてはクライアントにどのような変化が生じているのか？		
②浮かんでくる語句*「この感じ」のフェルトセンスに浸りながら書く 中核的なところと例外的なところが連続してある、中核的なところは濁らない、澄んでいる、クライアントその人そのものから生起する、生まれる動き、例外的なところとは、他人からの影響やセラピストからの影響、他者関係のウエイトが大きくなっていく、*大切な語、数個に下線を引く		
③仮マイセンテンス*フェルトセンスを短い1つの文または句にする。語も文型も自由に作る 断続的に生起するその人そのものの動き *最も大切な語句に二重線を引く		
④空所のある文*仮マイセンテンスの二重線の部分を空欄にした文を書く ( ) 生起するその人そのものの動き *空欄に入る言葉をフェルトセンスから呼び出す		
キーワードの通常の意味と、フェルトセンス独自の意味を書く		
⑤キーワード1 断続的に	⑦キーワード2 細動的に	⑨キーワード3 荒削りでも洗練されていく
⑥通常の意味 時々とぎれながら続く、	⑧通常の意味 心室や心房が不規則に収縮する、	⑩通常の意味 物事の質や内面などが、
⑪フェルトセンス独自の意味 現象としてはまれにしかおこらないもの、具体的な動きとしては間隔の <span style="border: 1px dashed black;">スパンがバラバラだったり、強弱がバラバラだったり、</span>	⑫FS 独自の意味 中核と例外の連続では例外の方、あまりに不規則で病理的なもの、重要なのはそうではなくて、 <span style="border: 1px dashed black;">はじめは不規則なものであっても、生起するその人そのものの動き、</span>	⑬FS 独自の意味 例外を除いた中核の部分 <span style="border: 1px dashed black;">を言っている、繊細かつ細部の微妙で新鮮な感覚が感じられる、まだらにぎこちなく、</span> *大切な語、数個に波線を引く
⑭拡張文を書く *空欄に、すべてのキーワードと波線の語を並べた文を書く はじめは、まだらにぎこちなく生起する、その人そのものの動き		
⑮マイセンテンス*フェルトセンスを短い1つの文にする。語も文型も自由に作る まだらにぎこちなく生起し始める、その人そのものの動き		
⑯メモ（マイセンテンスの補足） 動きは、その中に命が躍動しているという意味での動きのこと、		

付表 2. パターンシート (No. 1)

パターン	PI: <u>型 (ここには文化や伝統が入る) を動くことを通して、自分が感じられる</u>
実例	ケース 1 の第 7 回面接より: 「自分でもびっくりしているんですが、いま習っている〇〇の稽古の途中で、ずっと自分の中にある重苦しい気分のことを忘れていたことが何度かあったんです。これまでは〇〇していても忘れることはなかったのに。」 CLがいうには、〇〇の稽古を続けるうちに、はじめは退屈に思えた型どおりの体の動きが、じつは奥深いもので、自然に動けるようになるには相当の習熟を要することがわかり、動きに集中していると重苦しい気分を忘れることがあった、...
類似例	ケース 3 の第 2 回面接より: 「〇〇先の〇で私の言葉が出てこない。私は物申す人間ではない。」 ケース 5 の第 7 回面接より: 「幼い頃に〇を亡くした。〇になりそこねた自分。なりたかった自分。心は準備していたと思う。もっと〇をかわいがってあげたかった。」
メモ	型の中で自分そのものの動きが実現される。型と自分自身の動きの融合。交差。自分が感じられる。 <u>型 (ここには文化、伝統が入る) を動くことを通して、自分が感じられる。</u> 類似例では、型の中で動けなくなっている自分 (ケース 3) や、ある型の中で生き続けることができなかった自分 (ケース 5) が語られているが、いずれの発言も、その型と自分との関係への気づきがその後の変化の重要な前触れになっている点では共通している、...

## 考察と展望

以上、PC/FOTにおいて生起する現象に関する、「セラピストTAE」を用いた質的分析の過程と結果を示してきた。この研究は1つのパイロットスタディ——先行研究がほとんどなく、新たな領域を開いていくための試験的で先導的な研究——であるため、データとして用いたケース数は6つと比較的少なく、抽出したパターンも1ケースから1パターンとした(作業の継続によってより多くのパターンが抽出される可能性があった)こと等から、導き出されたタームや理論も、ある程度限定されたものであると考える必要があるだろう。しかし、それにもかかわらず、このパイロット研究から出てきた結果については、2人の共同研究者ともかなりの手ごたえを感じる事ができた。

「律動的個体化」をはじめとした新しいタームについては、入念な理論的かつ臨床的な検討によって明確な定義づけを行っていく必要があるが、この理論には、次のようなPC/FOTの特質の一端が表現されていると言える。第1に、この理論においてはクライアントの変化が、ある静止した状態から別の状態への移動としてではなく、非律動的な動きが(セラピストとの相互作用およびクライアント自身による)調律によって次第に律動的な動きへと変容していくプロセスとして描き出された。このことは、クライアントの変化(そして人間の基本的なあり様)を動的なプロセスとして把握してきたPC/FOTの臨床哲学(Rogers, 1961; Gendlin, 1997)を、より明確に表現するものであると言える。第2に、クライアントの「律動的個体化」がその「個人文法的型」に沿って生起するという発見は、定型化されたセラピーのパッケージをクライアントに提供することよりも、1人ひ

とりのクライアントのステップに沿ってセラピーを展開していこうとするPC/FOTの特質を的確に指し示すものであると言える。(例えば自転車に乗れるようになった瞬間の子どものように) 新たな心身の機能を発現する際の人間の動きやそこで獲得される型は、とても個性的なものである。PC/FOTにおける“パーソン (person)”とは、このような1人ひとり微妙に異なる心身の機能と構造をもった (しかも同時にプロセスとして変化しつつある) 存在であり、そのより豊かな機能の発現を援助しようとするのがPC/FOTの臨床上の特質であると言えよう。第3に、「未構成な身体的インプライング」(Suetake, 2010) はクライアントの中で常に何らかの形で働いており、症状や心理的苦悩の発生においても、「律動的个体化」の発現においても、基本的な何かとして動き続けているということが見出されたのは、PC/FOTの理論や人間観にとって重要な手がかりを提供するものと言える。ロジャーズの「実現傾向」(Rogers, 1961) の概念に対しては、かねてより楽観主義的な人間観であるかのような批判や誤解が生じてきたが、生命体を推進する力としての「未構成な身体的インプライング」は、ポジティブな方向だけに働く実現傾向と言うよりも、症状や苦悩をも生み出す根源的な何かである。しかし、それは基本的に破壊的で病理的なものではなく、非律動的な混乱として動く場合もあれば、律動的で秩序的な推進として動くこともあるものである。人間の健康やセラピーの方向として、どちらが大切であるかは言うまでもないだろう。PC/FOTは、クライアントの「未構成な身体的インプライング」がより律動的で秩序的、調和的な動きによって推進されていくプロセスを援助しようとする働きかけである、とすることができる。

また、このパイロット研究から導かれた理論はPC/FOTの特質を描き出すものであるとともに、他のサイコセラピーとの共通点や差異についてもいくつかの興味深い論点を提供していると考えられる。今後の議論ためには他のセラピーからのデータも必要になるが、例えば、CBTにおける多くの技法 (例えば脱感作、思考修正、等) は「ノイズによる混乱」を鎮めるためにとても有効なものであろうし、精神力動的な観点から行われる解釈は「隠喩的調律」をもたらすための洗練された手法であると言えるのではないだろうか。しかし、そうした他のセラピーとの共通点とともに、今回得られた理論においては、「個人文法的型」に沿って動いていく「律動的个体化」という、おそらくはPC/FOT固有のプロセスを概念化することができたと考えられる。

いずれにしても、今回のパイロット研究から得られた結果を起点として、今後さまざまな研究が積み重ねられる必要があることは言うまでもない。共同研究者A (末武) においては、今回データとして取り上げられなかった数多くのケースについても分析を加えることが必要である。長期間のセラピーを要したケースや、十分な成功に至らなかったケース、中断 (ドロップアウト) ケース、明らかな失敗のケース等をデータに加えることで、PC/FOTが十分に機能することができない場合の諸要因——クライアント要因、関係や相互作用の要因、PC/FOTの方法上の要因等——を特定し

ていくことも求められる。そうすることによって、これまで1次元的に描かれがちであったサイコセラピーのプロセスを、より複雑で多様なものとしてとらえ直すことが可能になるだろう。また、1人でも多くのクライアントによりよい援助を提供するための手がかりにもなるだろう。さらには、共同研究者A以外のPC/FOTのセラピスト、および他の立場のセラピストのデータおよびその質的分析を蓄積していくことで、サイコセラピーの分野においてこれまで以上に理論的そして臨床的な議論が展開されていくことが期待される。そのためにも、「セラピストTAE」による質的分析をサイコセラピーの分野に広め、定着させていくことが必要となるだろう。

また共同研究者B(得丸)においては、「セラピストTAE」をはじめとしたTAEによる質的研究の方法論をさらに洗練させ、さまざまな研究領域の中でこの方法論が豊かに活用されるようにしていくことが今後の重要な課題である。そのためには、TAEをこれまでに使用されてきた種々の質的研究法と比較検討しつつ、TAEがもつ利点をより明確に示していくことや、この方法から得られる研究知見がさまざまな研究分野や社会にどのような有益な意味を提供することができるのかを明らかにしていくことが必要であろう。

#### <注>

- 1 本稿は、Philosophy of Psychotherapy Conference (8-11, July 2011, University of East Anglia, Norwich, UK)での研究発表 What occurs in person-centered and focusing-oriented therapy?: A qualitative analysis by using 'therapist TAE' に修正を加えたものである。研究発表の機会をつくっていただいたUniversity of East AngliaのCampbell Purton氏とJudy Moore氏に感謝したい。
- 2 ルイス・キャロルの『不思議の国のアリス』の中で、ドードー鳥が、湖の周りを走るレースを判定して「みんな優勝、全員にごほうびを」と宣言した場面から、各サイコセラピーの効力や実効性はほぼ同程度であるという主張の代名詞として使用されている (Cooper, 2008 清水・末武監訳, 66頁参照)。
- 3 効果量 (effect size) を示すために広く用いられている指標で、背景となっている変量と比較した際の2群間の差の総和を示す数値。約0.2で小の効果量、約0.5で中の効果量、約0.8で大の効果量を示す。
- 4 ランバートら (Asay & Lambert, 1999) は、セラピーの成否にかかわる要因の約40%が「クライアント変数とセラピー外の出来事」によるという推定値を報告している。
- 5 クーパー (Cooper, 2008) によれば、5～10パーセントのクライアントがサイコセラピーを通して状態の悪化を経験しており、また約2割のクライアントが、受けたセラピーの中に有害なものもしくは問題だった要素が含まれていたと感じていることが研究から示されている。

- 6 今回選択された6名のクライアントとのセラピーはいずれも、有料の民間のセラピー機関において実施されたものである。
- 7 臨床心理士の倫理綱領ではケース記録の保管はセラピー終結後5年間であり、それ以前の記録については特段の事情がない限り破棄しなくてはならないので、必然的に5年以内のケースの中からデータが選択された。
- 8 以上の本研究の手続きについては、法政大学大学院人間社会研究科研究倫理審査委員会へ審査免除を申請し、承認されている。ここで言う審査免除の申請とは、研究協力者への侵襲性が低く個人情報の開示も伴わないために、インフォームドコンセント等の手続きを踏む必要がないことの確認の申請である。
- 9 TAEではIUがもつ複雑性について、その細部を見落とさずに全体を構造化するために、パターンとパターンを交差させるという（他の方法論には見られない）特有の手続きを用いる。

#### <文献>

- APA (2006) Evidence-based practice in psychology. *American Psychologist*, **61**(4), 271-285.
- Asay, T. P. & Lambert, M. J. (1999) The empirical case for the common factors in therapy: Quantitative findings. In M. Hubble, B. L. Duncan, & S. D. Miller (eds.) *The Heart & Soul of Change: What Works in Therapy*. Washington, D.C.: American Psychological Association, 33-55.
- Cooper, M. (2008) *Essential Research Findings in Counselling and Psychotherapy: The Facts Are Friendly*. London: Sage. (清水幹夫・末武康弘監訳 2012 エビデンスにもとづくカウンセリング効果の研究——クライアントにとって何が最も役に立つのか—— 岩崎学術出版社)
- Cooper, M., Watson, J. C., & Hölldampf, D. (eds.) (2010) *Person-Centered and Experiential Therapies Work*. Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Elliott, R. (2007) Person-centred approaches to research. In M. Cooper, P. Schmid, M. O'Hara, & G. Wyatt (eds.) *The Handbook of Person-Centred Psychotherapy and Counselling*. Basingstoke: Palgrave Macmillan, 327-340.
- Elliott, R., Greenberg, L. S., & Lietaer, G. (2004) Research on experiential therapies. In M. J. Lambert (ed.) *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (Fifth Edition). New York: John Wiley & Sons, 439-539.
- Gendlin, E. T. (1964) A theory of personality change. In P. Worchel & D. Byrne (eds.), *Personality Change*. New York: John Wiley and Sons, 100-148. (村瀬孝雄・池見陽訳 1999 セラピープロセスの小さな一歩 金剛出版 所収)

- Gendlin, E. T. (1979/1981) *Focusing*. New York: Bantam Books. (村山正治・都留春夫・村瀬孝雄訳 1982 フォーカシング 福村出版)
- Gendlin, E. T. (1996) *Focusing-Oriented Psychotherapy*. New York: Guilford Press. (村瀬孝雄・池見陽・日笠摩子監訳 1998~1999 フォーカシング指向心理療法 (上) (下) 金剛出版)
- Gendlin, E. T. (1997) *A Process Model*. New York: The Focusing Institute.
- Gendlin, E. T. (2004) Introduction to 'Thinking At the Edge'. *The Folio*, **19**(1), 1-8.
- Gendlin, E. T. (2009a) A changed ground for precise cognition. Unpublished manuscript.
- Gendlin, E. T. (2009b) What first and third person processes really are. *Journal of Consciousness Studies*, **16**(10-12), 332-362.
- Gendlin, E. T. & Hendricks, M. N. (2004) Thinking At the Edge (TAE) steps. *The Folio*, **19**(1), 12-24.
- Greenberg, L. S., Rice, L. N., & Elliott, E. (1993) *Facilitating Emotional Change*. New York: Guilford Press. (岩壁茂訳 2006 感情に働きかける面接技法 誠信書房)
- Hendricks, M. N. (2002) Focusing-oriented/experiential psychotherapy. In D. J. Cain, & J. Seeman (eds.) *Humanistic Psychotherapies: Handbook of Research and Practice*. Washington, DC: American Psychological Association, 221-252.
- 河合隼雄 (1986) 心理療法論考 新曜社
- 神戸早紀・末武康弘 (2011) 質的研究法としての解釈学的現象学的分析 (IPA) の具体的な手続きについて 神奈川大学心理相談センター紀要 心理相談研究 **2**, 119-132.
- King, M. et al. (2000) Randomised controlled trial of non-directive counselling, cognitive-behaviour therapy and usual general practitioner care in the management of depression as well as mixed anxiety and depression in primary care. *Health Technology Assessment*, **4**(19), 1-83.
- Klein, M. H., Mathieu, P. L., Gendlin, E. T., & Kiesler, D. J. (1969) The experiencing scale: A research and training manual volume1. Wisconsin Psychiatric Institute, 56-63.
- McLeod, J. (2000) 谷口明子・原田杏子訳 2007 臨床実践のための質的研究法入門 金剛出版
- 諸富祥彦・村里忠之・末武康弘 (2009) ジェンドリン哲学入門 コスモス・ライブラリー
- Rogers, C. R. (1942) *Counseling and Psychotherapy*. Boston: Houghton-Mifflin. (末武康弘・保坂亨・諸富祥彦訳 2005 カウンセリングと心理療法 岩崎学術出版社)
- Rogers, C. R. (1951) *Client-Centered Therapy*. Boston: Houghton-Mifflin. (保坂亨・諸富祥彦・末武康弘訳 2005 クライアント中心療法 岩崎学術出版社)
- Rogers C. R. (1957) The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **21**(2), 95-103. (伊東博・村山正治監訳 2001 ロジャーズ選集

(上) 誠信書房 所収)

- Rogers, C. R. (1961) *On Becoming a Person*. Boston: Houghton-Mifflin. (諸富祥彦・末武康弘・保坂亨 訳 2005 ロジャーズが語る自己実現の道 岩崎学術出版社)
- Rogers, C. R., & Diamond, R. F. (1954) *Psychotherapy and Personality Change*. Chicago: University of Chicago Press. (友田不二男編訳 1967 パースナリティの変化 岩崎学術出版社)
- Rogers, C. R., Gendlin, E. T., Kiesler, D. J., & Truax, C. B. (eds.) (1967) *The Therapeutic Relationship and its Impact*. Madison: University of Wisconsin Press.
- Sanders, P. (ed.) (2004) *The Tribes of the Person-Centred Nation*. Ross-on-Wye: PCCS Books. (近田輝行・三國牧子監訳 2007 パーソンセンタード・アプローチの最前線 コスモス・ライブラリー)
- 末武康弘 (2003) 舞踏家をこころざす青年とのカウンセリング 東山紘久編著 来談者中心療法 ミネルヴァ書房 113-129.
- Suetake, Y. (2010) The clinical significance of Gendlin's process model. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, **9**(2), 118-127.
- 高橋寛子・得丸さと子 (智子) (2011) セラピストの「実践知」を言葉に開く 日本人間性心理学会 第30回大会発表論文集 186-187.
- 得丸さと子 (2010a) ステップ式質的研究法——TAEの理論と適用—— 海鳴社
- 得丸さと子 (智子) (2010b) 「感性」を扱う質的研究 感性工学 **10**(2), 99-102.
- Walker, A. M., Rablen, R. A., & Rogers, C. R. (1960) Development of a scale to measure process changes in psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, **16**(1), 79-85.
- Wampold, B. E. (2001) *The Great Psychotherapy Debate: Models, Methods and Findings*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Willig, C. (2001) 上淵寿・大家まゆみ・小松孝至訳 2003 心理学のための質的研究法入門 培風館
- Yamaguchi, Y., & Tokumaru, S. (2010) A TAE-based qualitative study of subjective well-being for aged Japanese men. *The Folio*, **22**(1), 165-180.