

論 文 要 旨

認知行動療法を実施するセラピストを対象とした

アライアンスの質の向上・改善のための訓練方法の開発に関する研究

令和 2 年 度

北海道医療大学大学院心理科学研究科
臨床心理学専攻

河 村 麻 果

本論文の目的は、CBT を実施するセラピストを対象としたアライアンスの質の向上・改善を促すことのできる訓練プログラムを開発することであった。そのため、セラピストを対象としたアライアンスの質の向上・改善を促すための重要な訓練要素を抽出するとともに、アライアンスの質を測定することのできる尺度である WAI-SR の日本語版 (J-WAI-SR) を作成し、その信頼性と妥当性の検討を行った。そして、重要な訓練要素から構成される訓練プログラムを作成し、その効果検証を行うためのパイロットスタディを実施した。

第 1 章と第 2 章では、アライアンスの質の向上・改善と CBT による治療効果の関係について展望を行い、CBT の治療効果を高めたり、治療からのドロップアウトを防ぐ上でアライアンスの質が重要であることを示した。また、アライアンスを測定する尺度として海外で広く用いられている WAI-SR について、先行研究の展望を行い、わが国においてアライアンスを測定する上で有用な尺度が開発されていない問題点について指摘した。さらに、CBT においてアライアンスの質の向上を促す要因やコミュニケーションの仕方や、CBT セラピストを対象としたアライアンスの質の向上・改善を促す訓練方法についての展望を行い、訓練内容や訓練要素が一貫していないという問題的を指摘した。

第 3 章では訓練後にアライアンスの質が向上・改善したことが科学的に実証されている複数の先行研究を系統的に収集し、その共通要素を抽出することによってアライアンスの質の向上・改善に関わる訓練要素を抽出することを目的として研究 1 を実施した。その結果、アライアンスの質の向上・改善を促す上ための訓練内容としては、「セッション中のセラピストクライアントの相互作用（やりとり）の理解・気づきを促す」と「治療関係スキルについての知識提供や使用を促す」が共通して行われている内容であることが明らかとなった。また、訓練の形式としては、「ビデオ録画・録音を用いる」、「SV がセラピストのカウンセリングについて議論・フィードバックを与える」、「講義形式」、「ロールプレイを用いる」が共通して用いられている形式であることが明らかとなった。

第 4 章ではアライアンスの質を測定することができ、適切な心理測定ツールであることが確認されている WAI-SR の日本語版 (J-WAI-SR) を作成し、その信頼性と妥当性の検討を行うことを目的として研究 2 を実施した。その結果 J-WAI-SR の妥当性と信頼性が確認され、わが国においてもアライアンスを測定することが可能となった (論文掲載: 河村・入江・竹林・関口・岩野・本谷・坂野 (印刷中) . 認知行動療法研究)。

第 5 章では第 3 章で明らかとなった共通して用いられている訓練要素から構成されるアライアンスの質の向上・改善のための訓練プログラムを作成し、第 4 章で作成した J-WAI-SR を用いて、アライアンスに対する訓練プログラムの効果検証を行うことを目的として研究 3 を実施した。その結果、作成した訓練プログラムは困難事例への実践においてアライアンスの質を向上するための治療関係スキルをうまく用いられるようにするには不十分であったと考えられる。しかし、本プログラムによって、クライアントに対して生じるネガティブな感情や思考に気づき、それに対処した上で意図的に関わる自己効力感をつける効果は確認された。また、プログラムの改善案として (1) 第 1 回で実施したワークの内容を自分

の実施しているセッションのやりとりについて三項随伴性の枠組みから捉えるように変更する、(2) 第3回と第4回のアライアンスの質を向上するための治療関係スキルを習得する際には、基礎編と応用編に分けて実施する。第3回の基礎編ではセラピストがクライアントを理解できるまで「開かれた質問」を行えるようになるためのロールプレイと、価値や感情を含めた「言い換え」を用いて共感、理解を示すためのロールプレイを追加する。第4回の基礎編では、一般的な事例を対象にロールプレイを実施し、「協同作業のための3つのステップ」を用いられるようにする。そして、応用編では困難事例に対して3つのステップを用いられるようにする、(3) 自分の実施したカウンセリングセッションについて、セラピー中のやりとりを記録し、三項随伴性枠組みから捉えるというプログラム第1回のHWと、自分の「とらわれ」を記録し、振り返るというプログラム第2回のHWを最初から最終回まで継続することとする、(4) 第3回と第4回を2回に分けて実施するため、全7回から構成される訓練プログラムとすることが提案された。

以上を踏まえて第6章では、それぞれの研究の成果を概観し、CBTセラピストを対象としたアライアンスの質の向上・改善のためには「セッション中のセラピストクライアントの相互作用（やりとり）の理解・気づきを促す」と「治療関係スキルについての知識提供や使用を促す」ことが訓練要素として重要であることが示唆された。その訓練要素のアライアンスの質の向上・改善への有効性を検証するためには、第5章で明らかとなった問題点について訓練プログラムを改良した上で、訓練効果の測定を行う必要があることが指摘された。