

共感的関わりによる面接と音楽聴取が『過去の傷付き体験』にもたらす効果

—気分と記憶量の変化に注目して—

内 田 千 晶

問題と目的

昨今の心理臨床には社会やクライアントに対するaccountabilityが問われ、存在意義を積極的に説明する責任がある(下山, 2004)。そして現在では調査、実験の研究で提案された効果や論理を科学的にevidence-basedで検討する事が求められ(下山, 2009)、国を挙げた研究が取り組まれている(例えば、厚生労働省, 2009)。よって心理臨床の意義や効果を実証的に示す事は意味があると考えられる。

本研究では、聴き手の“共感的な関わり”が『過去の傷付き体験』にもたらす効果についての検討を行う事とする。その際、環境要因として“音楽聴取”が、共感的関わりと交互作用を持つ事を仮定し、併せて検討を行う事を目的とする。

共感・記憶・環境 多くの人にとって共感とは、援助に最も基本的なものと考えられている(Ivey, 1985; 岩壁, 2009)。そこで本研究では心理臨床的な関わりを共感的関わりとして、共感を重視するRogers(1985), Ivey(1985), 岩壁(2009), 糟谷(2009)の視点に則って構造化した。

心理臨床的な関わりとは、関わりの中で想起された記憶を修正し、新たな記憶を紡ぎ出す事で変化を導こうとするものである(森田, 2009; 野村, 2008)。つまり心理臨床的な関わりは語り手の記憶を再構築していると考えられ、記憶の変化は従属変数になり得ると考えられる。

心理臨床的な関わりにおいては様々な外的な要因も多大な影響を与えることが認められている(森田, 2010)。本研究では外的要因として“音楽”の影響を検討する。気分の効果は様々な研究があり、その中でも気分一致効果とは、気分に一致する記憶が再生され易くなる現象である(丹野, 1998)。だが気分の効果は先行研究において一貫していない(Eber & Eber, 1994; Isen, 1985)。そこで本研究では、心理臨床的な関わり場面での『音楽の効果』を検証する事とする。

仮説

ベースライン 共感的関わりと音楽聴取の前で

は感情の違いによる気分や記憶の想起に差が無い。

共感的関わりの効果 “共感的関わり”の前後(1要因3水準: プレ, ポスト①, ポスト②, 対応のある比較)を用い、共感的関わり後はポジティブな想起や気分が促進、ネガティブな気分や想起が抑制される。

音楽の効果 待合室における“音楽の有無”(1要因2水準, 対応のない比較)を用い、音楽聴取した群は方がポジティブな想起や気分が促進、ネガティブな気分や想起が抑制される。

方法

研究協力者 研究の呼び掛けに自発的に協力を申し出た本学女子大学生9名(面接は全員に実施。その内、音楽聴取は4名、非聴取は5名)。

場所 実験は、半構造化面接を指導教員の部屋(実験室)で、聴き手による面接を心理臨床相談センター(以下、センター)にて行った。

日時 2011年10月中旬～12月下旬。

内容 面接では予備面接同様、『恥や挫折を伴う過去の傷付き体験』について語って貰った。

記憶の変化は、野内(2007)の先行研究を基に『ポジティブ・ネガティブな形容詞を刺激とする記憶の想起以下、想起量』をして貰った。

気分の変化は、予備調査で作成した質問紙『多面的感情状態尺度』の『現在』と『過去の出来事』の気分についてそれぞれ18項目3段階評定(以下、気分評定値)に回答して貰った。

手続き 聴き手として予備面接同様の聴き手(本学心理臨床相談センター研修相談員)と筆者が面接を行った。個別にて2回実施した。流れとしては実験室にて半構造化面接を行い、センターに行った。センターの待合室で音楽聴取と音楽非聴取に分かれ、その後、聴き手による共感的関わりによる面接が行われた。最後に再び実験室に戻り、半構造化面接を行った。

結果と考察

1. 『共感的関わりによる効果』

共感的関わりの時間経過での想起の違い、感情の違いにおける差異を明らかにする為、想起量と

気分評定値(ネガティブ・ポジティブ)を従属変数として、時間経過(プレ、ポスト①、ポスト②)による対応のある 2×3 の分散分析を行った。

記憶の変化 “記憶の変化”においては、時間経過の主効果、交互作用ともになく、仮説は支持されなかった。

気分の変化 現在の気分では時間経過の主効果、交互作用ともに有意差が認められた(ネガティブな気分評定値： $F(2, 16)=6.67, p<.05$ ポジティブな気分評定値： $F(2, 16)=3.88, p<.05$ 、交互作用： $F(2, 16)=7.84, p<.05$)。過去の出来事ではネガティブな気分の気分評定値の主効果と交互作用において有意差が認められた(ネガティブな気分の気分評定値： $F(2, 16)=7.41, p<.05$ 、交互作用： $F(2, 16)=15.81, p<.01$)。

この結果より、現在の気分では『共感的関わり』により、研究協力者はネガティブな気分評定値が減少し、それと同時にポジティブな気分評定値が増加していた。つまり、現在の気分は『共感的関わり』によって、ネガティブな気分が抑制され、ポジティブな気分が促進されており、仮説『共感的関わりの効果』は支持されたと考えられる。

また過去の出来事では図1より、『共感的関わり』により、ネガティブな気分評定値が減少し、またネガティブな気分評定値が減少すると同時にポジティブな気分評定値が増加していた。つまり、『共感的関わり』によって過去の出来事においては、ネガティブな気分が抑制されており、ネガティブな気分において仮説『共感的関わり』は支持されたと考えられる。

2. 『音楽の効果』

時間経過ごとに音楽の有無と想起の違い、気分の違い(ポジティブ、ネガティブ)の差異を明らかにする為、想起量と気分評定値(ネガティブ・ポジティブ)を従属変数として、音楽の有無(音楽聴取・音楽非聴取)による対応のある 2×2 の分散分析を行った。

記憶の変化 ポスト②では交互作用のみ10%水準で有意差が認められた(交互作用： $F(1, 17)=4.07, .05<p<.10$)。

この結果は、音楽聴取した方がポジティブな記憶の想起量が多く、音楽非聴取の方がネガティブな記憶の想起量が多かった。つまり、音楽を聴取した方がポジティブな記憶の想起が促進され、音楽が非聴取の方がネガティブな記憶の想起が促進され、仮説『音楽の効果』は支持されたと考えられる。

気分の変化 現在の気分においては、ポスト②でのみ、過去の出来事においてはポスト①でのみ有意差が認められた(“現在”感情の違い： $F(1, 17)=14.82, p<.05$ 、交互作用： $F(1, 17)=4.58, p<.05$ 、“過去”感情の違い： $F(1, 17)=5.02, p<.05$)。

この結果から、現在の気分ではポスト②において、音楽聴取の方が音楽非聴取であるより、ポジティブな気分評定値の方がネガティブな気分評定より点数が高く、それらは相乗的であった。つまり、ポスト②において『共感的関わり』の前に音楽を聴取した事で、音楽を非聴取であるよりもポジティブな気分が促進され、ネガティブな気分が抑制されたと考えられる。

次に過去の出来事ではポスト①において、音楽聴取の方が音楽非聴取であるより、ネガティブな気分評定値がポジティブな気分評定より高かった。つまり、音楽を聴取した方がネガティブな気分がポジティブな気分より促進されたと考えられる。これは仮説『音楽の効果』で予期していた仮説とは全く逆の結果であった。

総合考察

結果と考察より、本研究では、『恥や挫折を伴う過去の傷付き体験』において、『共感的関わり』による面接は、気分評定値の変化において研究協力者に効果があったと考えられる。それは研究協力者のその場の気分(現在の気分)をネガティブな気分を抑制し、ポジティブな気分を促進したと考えられる。また面接内容においても『共感的関わり』によってネガティブな気分を抑制したと考えられる。

一方、『音楽の効果』に関しては、『共感的関わり』による面接の内容では阻害要因として働いた事が示唆される。

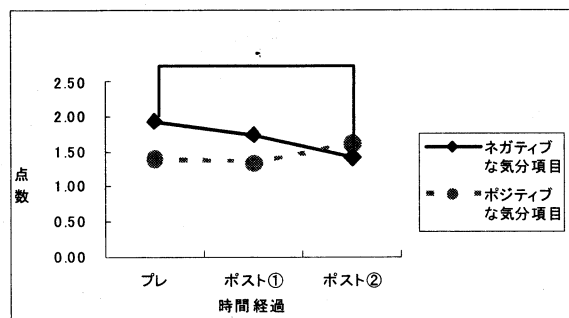


図1 ネガティブな気分項目とポジティブな気分項目
それぞれの時間経過ごとの点数の変化