

心理臨床における共感はクライアントにどのように体験されるのか

— 過去の傷つき体験に対する共感的関わりをめぐる —

沖園 怜 美

問題・目的

心理臨床において、クライアントの主観的体験を明らかにすることは、重要である。ほとんどの心理療法アプローチに共通することとして、クライアント理解の重視があげられ、心理臨床の中で起こっていることやクライアントが感じていることを知ることは、心理療法のプロセスの理解を深めることにつながる(岩壁, 2008)。しかし、我が国においては、ほとんどクライアントの視点に立った研究はされていない。

そこで本研究では、心理臨床プロセスが、話し手にどのように体験されているのかを、構造化された共感的関わりを用い、聴き手が行う"共感"が話し手においてどのようなプロセスを経て体験されるのか検討する。

方法

研究協力者 臨床心理学を1年弱専門的に学んでいる大学院生5名である。うち3名分をデータとして扱った(以下、話し手と記載)。

2名を除外した理由として、約1年前に調査したものであり、内容のずれが顕著であったこと、研究協力者への倫理的配慮からである。

調査期間 2012年8月～9月。

場所 面接、聞き取り調査ともに心理臨床相談センター(以下、センター)にておこなった。

研究内容 本研究は、1日目に共感的関わりによる面接、2日目にIPRによる聞き取り調査を、1日から3日の間に行った。これを1セットとし、約1週間の間隔をあげ、2セット実施した。面接の前後、聞き取り調査の前後で質問紙調査を行っている。共感を構造化した、内田(2012)作成の『共感的関わりマニュアル』を用いることから、内田(2012)の面接における手続きを本研究の面接において採用した。

データ分析方法 分析は、聞き取り調査で得られたデータを分析対象とし、グラウンデッド・セオリー・アプローチを用いた。本研究では、Strauss&Corbinに依拠している戈木(2006, 2008)の分析手続きを用いた。

次に、上位カテゴリーに則り、下位カテゴリーとカテゴリーを用い、話し手の主観的体験について考察する。

結果と考察

データ集約の流れ データを逐語化し、270の内容に切片化された。しかし、教示とは関係ない内容が含まれていたため、これを除いた265の切片化したデータを分析の対象とした。次に、265に切片化したデータの概念化、コード化を行い、コードを基にラベル化を行った。次に2つ以上のラベルのまとまりを1つのカテゴリーとして54個、2つ以上のカテゴリーのまとまりを1つとし下位カテゴリーを17個、類似する下位カテゴリーを1つのまとまりとして上位カテゴリーを6つ、上位カテゴリーを表すカテゴリーとして、3つの包括カテゴリーを抽出した。下位カテゴリー以降を、表1に示す。

以下、包括カテゴリーを【 】、上位カテゴリーを<< >>、下位カテゴリーを<< >>、カテゴリーを[]として、示す。

面接における話し手の意識 包括カテゴリーの結果、話し手が面接において、聴き手との関係性、自己に関して、面接に対して、の3つに意識を向けながら面接を進めていることが明らかになった。

面接における話し手の主観的体験 話し手は、面接を進める中で、上位カテゴリーに抽出されたように、大きく6つに分けられる体験をしていた。

《聴き手との関係を肯定的に捉える》体験では、聴き手と関係を築いていく中で、〈聴き手との関係に深まりを感じる〉、〈聴き手に対して好感を抱く〉、〈聴き手に理解してもらえたと感じる〉ことを体験していた。また面接を進める上で、《聴き手との関係を肯定的に捉える》ということは、聴き手と信頼関係を築いていくためにとても重要なことであり、なくてはならない体験と考えられる。

《聴き手との関係を否定的に感じる》体験は、聴き手の応答に対して[分かってもらえないと感じる]ことや、[聴き手との不一致を感じる]ことを体験し、〈聴き手に理解してもらえないと感じる〉

表1 話し手の主観的体験

包括カテゴリー	上位カテゴリー	下位カテゴリー
聴き手との関係性	聴き手との関係を肯定的に捉える	聴き手との関係に深まりを感じる
		聴き手に対して好感を抱く
		聴き手に理解してもらえたと感じる
	聴き手との関係を否定的に感じる	聴き手に理解してもらえないと感じる
		聴き手に否定的な思いを抱く
		面接の様々な要因により聴き手との関係性を不快に感じる
自己に関する様々な体験をする	自分についての新たな気づきを得る	出来事を新たに捉えなおす
		感情が明確になる
		新たな感情を体験する
	自分の否定的な面に直面する	自分を批判的に捉える
		自己卑下的になる
		自分の感情を抑制する
面接に対する思い	面接を肯定的に捉える	感情の不明瞭さを感じる
		面接を肯定的に位置づける
		圧力を受けながら面接を進める
	面接を否定的に感じる	話すことを難しく感じる
		面接に対する意欲を失う

ことで、聴き手に対して否定的な感情が芽生えたと考えられる。さらに、聴き手の応答が一致しないと感じるにより、聴き手の応答に不信感を抱き、[聴き手の応答を否定する]ようになる。また、聴き手が理解してくれないことや、分かってくれないことに対して[聴き手に怒りの感情を抱く]ことがあり、聴き手との関係を否定的に感じていると考えられる。

《自分についての新たな気づきを得る》体験では、面接を通して話し手自身が、〈出来事を新たに捉えなおす〉ことをしたことによって、〈感情が明確になる〉という体験や、〈新たな感情を体験する〉ことができたためだと考えられる。また、岩壁(2009)より、〈出来事を新たに捉えなおす〉、〈感情が明確になる〉、〈新たな感情を体験する〉という体験が、相互に効果を与えながら、《自己に関する新たな気づきを得る》をいう現象を生んでいるとも考えられる。また、聴き手との相互的な感情交流を体験することができたからこそ、体験することができたと思われる。

《自分の否定的な面に直面する》体験は、面接を通して話し手が、〈自分を批判的に捉える〉ことや〈自己卑下的になる〉ことが面接中に起こり、更には〈自分の感情を抑制する〉、〈感情の不明瞭さを感じる〉というような中で面接を進めたことにより、体験したと考えられる。

《面接を肯定的に捉える》体験では、話し手は、聴き手との相互的なやりとりを通して、[面接をして良かったと感じる]ことができ、面接を終え、面接を肯定的に捉えたことにより、[自分を肯定

的に捉える]ということにつながる体験をしている。このようなことから、話し手が《面接を肯定的に捉える》という体験をしていると考えられる。

また、話し手は、【聴き手の関係性】、【自分について様々な体験をする】中で、陽性感情も陰性感情も体験していた。岩壁(2011)が述べているように、本研究においても、話し手が、面接を通して体験していた陽性感情が、陰性感情の悪影響を緩和したと考えられる。そのため、話し手は、聴き手との関係性を否定的に感じていたにも関わらず、《面接を肯定的に捉える》ことができたのだと推察される。

《面接を否定的に感じる》体験において話し手は、面接を進めて行く中で、〈圧力を受けながら面接を進める〉ことを余儀なくされていた。また、〈話すことを難しく感じる〉場面に遭遇したり、〈面接に対する意欲を失う〉というようなことが起こったことから、《面接を否定的に感じる》体験をしたと考えられる。

面接中の話し手の主観的体験のプロセス 本研究において、面接を進める中での話し手の主観的体験のプロセスが2つ見出された(図1, 図2)。

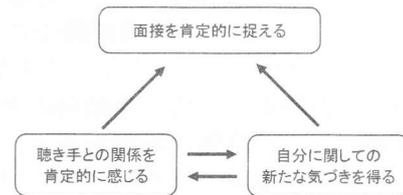


図1 共感的関わりを体験した際の話し手の主観的体験プロセス

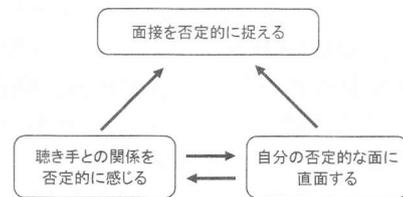


図2 共感されたと感じなかった際の話し手の主観的体験

臨床心理学的意義

本研究では、面接において、話し手が向けている意識と、話し手の主観的体験のプロセスが明らかになった。これらは、心理臨床において、ほとんどの面接に共通することと考えられ、クライアントの理解を深めるための知見となり、心理臨床の質の向上に寄与できると考えられる。