

AEDP（加速化体験力動心理療法）におけるセラピストの共感が クライアントの被共感体験につながるまでの過程

The process until therapist's empathy in AEDP (Accelerated Experience Dynamic Psychotherapy)
leads to the client's empathy experience

中澤 珠緒

Tamao Nakazawa

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード：共感，AEDP，プロセス研究

Key words：Empathy, AEDP, Process research

1. 研究目的

心理療法のほぼすべてのアプローチにおいて、「共感」の重要性が認められている（岩壁・福島・伊藤，2013）．安村（2016）によると，近年の共感研究では，共感による理解や体験や反応を治療者と患者の双方向的な関わりとしてみる視点が加えられている．共感を，上記のような双方向的な関わりとしてみているものとして Lennard（1981）の提唱した共感の5段階サイクルがある．本サイクルを忠実に実行しようとしている心理療法アプローチとして，Fosha, D.（2000）により創始された加速化体験力動心理療法（Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy：以下 AEDP と略記）がある．AEDP におけるセラピスト（以下 Th と略記）の介入として安心安全の介入があり，花川（2020）は，クライアント（以下 Cl と略記）の防衛や不安が軽減されると主張している．また，花川（2020）によると，安心安全の介入の1つである肯定とは，Cl の自己感や体験や努力，価値観などで Th がポジティブな意味を見出し，伝える介入である．

AEDP では，Th が Cl へ共感し Cl が共感を体験することが重要である．しかし，Fosha, D.（2000）や岩壁（2010）の主張から，Th の共感が Cl の防衛や不安により Cl の被共感体験につながらない場合があると考えられる．Th の共感が，Cl の被共感体験につながらなかった場合，そこから Th と Cl がどのような過程を経て，Th の共感が最終的に Cl の被共感体験につながるのか，その過程を明らかにしようとする研究は行われてきていない．

そこで本研究は，AEDP における Th の共感が Cl の被共感体験につながらなかった場合，Th の共感が最終的に Cl の被共感体験につながるまでの過程を明らかにすることを目的とする．

2. 研究実施内容

2-1. 方法

研究対象者

Cl：本研究の指導教員の研究に同意書付きで賛同した Cl（男性1名，女性1名：平均年齢 25.0 歳（SD = 3.0））であった．

Th：臨床経験 35 年以上の男性臨床心理士．年齢は 60 代で，統合・折衷的心理療法に AEDP を組み込んでいた．

研究手順

1) 指導教員の研究に同意書付きで賛同した Cl の心理療法場面（10～20 回目のセッション）の逐語・録画データから，本研究で設定した指標に沿って Th の共感が Cl の被共感体験につながった場面・つながらなかった場면을収集した．

2) 研究対象者として，心理療法場面に 1) で収集した 2 種類の場面であると客観的に見ても分かりやすい場面が複数見られた Cl（2 名）を選定した．

3) 分析対象場面として，1) で収集した 2 種類の場面以外に，2 種類の場面間に見られた，本研究で明らかにしたい過程において筆者と指導教員が重要と判断した場面も収集した．

4) 1), 3) で収集した場면을 M-GTA によって，質的に分析した．

2-2. 結果と考察

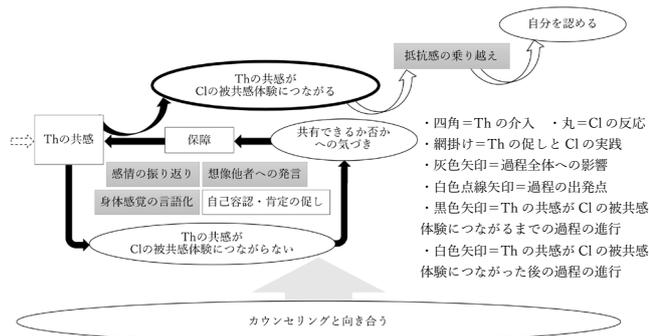


図 1. 概念関係図

M-GTA による分析の結果、33 個の概念が生成され、それらが 15 個の中カテゴリーと、6 個の大カテゴリーに統合された。これを踏まえ概念関係図 (図 1) を作成し、以下のストーリーラインを記述した。なお【 】は大カテゴリーを、[] は中カテゴリーを、《 》は概念を示す。

まず、カウンセリングにおいて CI は、【カウンセリングと向き合う】ことを継続して行っており、これは【Th の共感が CI の被共感体験につながらない】という特徴を持つ CI が、自分自身の問題と向き合うための基盤となっていた。

また、本過程の出発点は【Th の共感】であった。しかし、CI には【Th の共感が CI の被共感体験につながらない】という特徴が見られた。

その後、CI と Th は、[感情の振り返り][想像他者への発言][身体感覚の言語化]を行いながら、カウンセリングを継続していった。また、Th は CI に対し、《自己容認・肯定の促し》を繰り返すを行い、CI へ自分の認めたくない部分を認め、肯定するよう促していた。また CI は自ら《共有できるか否かへの気づき》を得て、Th と共有できると考えるものと共有できないと考えるものを区別した。さらに、Th は CI に対して、泣くことや、自由に発言すること、自分を責めずに許すことといった、CI がカウンセリングや日常生活において抵抗感を抱いていることを、カウンセリングの場でやって良いと【保障】していた。

その後、改めて【Th の共感】を行うと【Th の共感が CI の被共感体験につながる】に至った。

本研究における【保障】は、AEDP における安心安全の介入の 1 つである肯定に相当すると考えられる。花川 (2020) によると、AEDP における安心安全の介入の 1 つである肯定とは、CI の自己感や体験や努力、価値観などで Th がポジティブな意味を見出し、それを伝える介入である。

Th は CI に対して、泣くことや、自由に発言すること、自分を責めずに許すことといった、CI が、カウンセリングや日常生活において、抵抗感を抱いているものにポジティブな意味を見出して、カウンセリングの場でやって良いと伝えていた。また、花川 (2020) は、安心安全の介入により CI の防衛や不安が軽減されると主張している。CI の防衛や不安は、Fosha.D. (2000) や岩壁 (2010) の主張から Th の共感が CI の被共感体験につながらない要因であると考えられる。これらのことを踏まえると、Th と CI が Th の共感が CI の被共感体験につながらない場面を乗り越え、Th の共感が最終的に CI の被共感体験につながるに至った最大の要因は、Th が【保障】することで、Th の共感が CI の被共感体験につながらない要因となる CI の防衛や不安を解消したことであると考えられる。

【Th の共感が CI の被共感体験につながる】に至った後、CI は、カウンセリングや日常生活において抵抗感を抱いていたことを克服し、【抵抗感の乗り越え】をしていた。そして CI は最終的に、Th から促されなくても、自分で《自分を認める》ことができるようになっていた。

3. まとめと今後の課題

本研究では、AEDP における Th の共感が CI の被共感体験につながらなかった場合、Th の共感が最終的に CI の被共感体験につながるまでの過程が明らかとなった。

今後は、研究対象者 (CI) をさらに増やすことで、より妥当性の高いモデルの生成が可能になると考えられる。また、研究対象者 (CI) に分析対象場面での体験が生成されたモデルで十分に説明されているか、感想を伺うインタビュー調査を実施することで、研究対象者 (CI) の体験に根ざしたモデルの生成が可能になると考えられる。

付記 本研究は、令和 3 年度の大妻女子大学生命科学研究の倫理審査委員会の承認を得て行った

(承認番号: 03-008)。また、大妻女子大学人間生活文化研究所令和 3 年度大学院生研究助成 (B) (課題番号 DB2117) より研究助成を受け行った。

主要引用・参考文献

- [1] 岩壁茂・花川ゆう子・福島哲夫・沢宮容子・妙木浩之(監訳)Fosha.D.(2017).人を育む愛着と感情の力—AEDP による感情変容の理論と実践— 福村出版。