

クライアント視点からみたクライアントとセラピストの関係性における被受容感と受容についての探索的検討

An exploratory study of “the Sence of being accepted” and “the Acceptance” in the relationships between a client and a therapist from client’s point of view

原 澤 奈 美

Nami HARASAWA

(日本女子大学大学院 人間社会研究科 心理学専攻 博士課程前期 2017 年度修了)

要 約

来談者中心療法で重要な局面の一つとされる自己受容に影響する要因には他者による受容があるとされている。本研究は Cl の語りから Cl と Th の関係性における被受容感と受容を探索的に検討することを目的とした。解決したい悩みを持つ健常な女性 4 名の Cl 役に臨床心理士の女性 3 名の Th 役がそれぞれ模擬カウンセリングを行い、その直後、筆者が Cl に対人プロセス想起法インタビューを行った。Th の受容反応を分類すると言語反応よりも非言語反応のほうが多かった。Th の「目を見ること」は Cl 全員に受けいれられている感じと体験され、「信頼感」や「安心感」があったと語られた。M-GTA の分析からは受けいれられていると感じる体験プロセスには【わかってくれる安心感をもつ】ことがあること、聞いてもらえている感じには【すべて聞いてもらえている】から【ちゃんと考えて聞いてくれる】まで層をもって体験されたことがわかった。

[Abstract]

The purpose of this study was to explore the relationship between therapist acceptance as perceived by the client and the client’s sense of acceptance in their own words. In simulated counseling sessions, four healthy female participants played the role of a client with a concern they wished to resolve and three female clinical psychologists with more than five years of experience played the therapist. Afterward, the authors conducted interpersonal process recall interviews with the “clients”. Categorization of the types of therapist behavior demonstrating acceptance in the interview data found more nonverbal than verbal behaviors. All the “clients” said that they felt accepted and had a sense of trust and a sense of reassurance from the way the therapist looked at them. Analysis using Modified Grounded Theory Approach showed that the process of the “client” coming to feel accepted by the therapist included “feeling reassured the therapist would understand her” .

I. 問題と目的

Rogers の来談者中心療法においてクライアント（以下、Cl と示す）はカウンセリングの最終段階で自分をありのままに受け入れる能力を発達させるとされ、重要な局面の一つに自己受容が挙げられる（Rogers, 1942）。自己受容に影響を与える要因として、他者による受容を挙げる研

究がいくつある（川崎・小玉，2010／原澤，2017）。他者による受容に関する知見としては、杉山（2001）が抑うつ傾向者の対人関係の特徴に、「自分は他者から一定の暖かさや承認を持って大切に扱われているという認識と情緒」いわば“被受容感”が適切に機能しない状態を示唆した。また、杉山（2002）は抑うつの自己—他者体系（自己と他者の関わり方の認識および様式）の一つと考えられる被受容感の低さが自己評価を低下させ、日常の気分を否定的に偏らせて抑うつを増強することを示し、“自己—他者体系”は治療場面という特殊な状況でも反映する（杉山，2001）としている。そのことから、CIとセラピスト（以下、Thと示す）間のCIの被受容感を検討することは来談者援助に有効であると考えられる。

CIとThの関係性に関する研究は、来談者中心療法の文脈でRogersをはじめとし、1980年代にかけて多くされてきた。しかし、様々な心理療法が生まれ、特にエビデンスに注目が集まるにつれてその勢いはいったん弱まる傾向が見受けられた。一方で、Lambert, Shapiro & Bergin (1986) はあらゆる心理療法に共通する有効な要因として、関係性を取り上げた。そこには受容や共感、無条件の肯定的態度なども含まれている。

CIとTh間の協力関係を示す治療同盟について葛西（2006）は、治療同盟が形成される初期段階のカウンセリング導入期に、治療同盟の形成に有効に働くThの反応に関する研究の必要性を主張している。また、訓練中のThはCIとThの関係性に目を向け、今ここで何が起きているのかを意識化する必要があるとも述べており、カウンセリング導入期におけるThの反応を検討することは初心Thの訓練に有効な手がかりになることも考えられる。高山（2013）は、治療関係が効果へとつながる一端として、初回面接の関係性の進展と、話の深まりとの相乗作用のプロセスがみられると明らかにした。

治療関係の研究でLorr（1965）は、受容（Acceptance）には関心や配慮、平等主義が含まれるとした。飯長・坂中・三國・本山（2015）は、一般的に「無条件の積極的関心」（Rogers, 1957）が“受容”として有名であるとし、「心の底から大切にしている態度」ともしている。また、非言語的な側面や雰囲気などによって伝わる部分が大きいだろうが、共感的な応答によって伝わることもあると述べている。Thによる“受容”や“積極的関心”、“共感”について、CIによる評定においてセラピーでの改善の結果と関連が見られる、と報告する論文は多い（Cooley & Lajoy, 1980 / Farber & Doolin, 2011 など）。CIから面接を振り返る語りを得てThの介入を検討した研究としては、佐藤・田名場（2013）が“共感”について、模擬カウンセリングでCI役がどのような被共感体験を得ていたか検討している。Th役の言語反応に加え、あいづちやうなずき、表情などの非言語反応がシンクロしていることが、今までの経緯を事実として正確に理解してもらえたという実感が生まれるために重要な役割を果たすことを明らかにしている。

日本ではこれまで、一般場面での被受容感を扱った研究（杉山，2002／石原，2013など）は多くみられるものの、CIの語りから探索的に受容を検討した研究は見受けられない。本研究では模擬カウンセリングを設定し、その直後、CIに面接場面を振り返って感じたことを語ってもらう方法として、対人プロセス想起法（Interpersonal Process Recall：以下、IPRと示す：Kagan & Schauble, 1969）を用いることとする。カウンセリングでの体験をより鮮明に思い出すことや、Th役とは異なる研究者と振り返ることでThに伝えにくいことを検討することも可能であると考えられる。

カウンセリングの成果という視点では、杉山（2001）が「（被受容感の低さは抑うつ的自己—他者体系の一つとし）治療者という他者との間でかつてない関係を実現すると修正感情体験が経験され、自己—他者体系が変化し、情緒や認識、行動様式が変化して、症状や不適応の改善が促される」としている。面接を経てCIとThの間で被受容感を感じる関係が実現し、被受容体験をすることで、面接前よりも後の方がCIの精神的健康が高まる可能性が考えられる。

以上のこと踏まえ、本研究はCIとThの関係性が形成される初期段階のカウンセリング導入期、特に初回面接に焦点をあて、CIの語りから探索的にThの受容反応やCIの被受容体験について検討することを目的とした。どのように関係性が築かれていくのか、ケースごとの独自性にも注目する。また、CIの被受容感と精神的健康の関連についても考える。

分析では、心理面接のその場で起こることの文脈をCIの視点から探索的に検討でき、実践的活用の可能性の高い結果を得られる分析が適していると考えた。木下（2014）によれば、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（Modified Grounded Theory Approach：以下、M-GTAと示す）は分析焦点者を行為者として位置づけることで、生成された概念とそれらで構成された理論は現場の人々に理解しやすく応用しやすいという。また、データの切片化を用いず連続的プロセスとして作業の意味を明確にする、という点からCIの被受容体験を、文脈を大切に検討できると考え、M-GTAを用いることにした。

II. 方法

1. 調査協力者

CI役（以下、本研究におけるCI役をCIと表記する）は、大学生と大学院生の女性4名であった。CIの募集にあたり、CIの安全を確保するため精神的健康に関する質問を行い、スクリーニングを行った。加えて、精神科等受診歴のないことと、睡眠に問題のないことが確認できた方を対象とした。非臨床群を対象とすることは、実際の臨床の状況から離れるという限界があるが、安全性の確保や負担が大きいと考えられる面接直後のインタビューも可能であるという利点を考えた。また、Thの視点によるThへの注目や印象が報告されることを防ぐため、主専攻が心理学でないことをCIの条件とした。これはCIの視点から受容を検討するという目的を重視したためであった。

Th役（以下、本研究におけるTh役をThと表記する）は、臨床経験5年以上の臨床心理士資格保持者で、折衷派又はロジャーズ（来談者中心療法）派の理論アプローチを持つ20～30代の女性3名であった。経験年数や理論アプローチは結果に影響する要因と考え、このような基準を設けた。3名のうち1名のThがCI2名の模擬カウンセリングを担当した。模擬カウンセリングの設定として、傾聴を基本とし、意図的な介入などの指定はなく、カウンセリングの自然な流れを重視することをThにお願いした。

協力者の募集は筆者の知人やその知人を介して依頼をし、本研究に興味を示した方に参加していただいた。

2. 手続き

調査時期は2017年8月から11月であった。

(1) 模擬カウンセリング

ThとClによる模擬カウンセリング（個人面接）を守秘が保たれた個室で行い、その様子をビデオカメラを用いて録音・録画した。

実際のカウンセリングに近い設定とするために、話すテーマは「あなたが生活していて2～3番目に困っていること」とした。1回50分間で各Clにつき1回行われた。

また、模擬カウンセリングの前後には、Clに精神的健康に関連する質問紙へ回答していただいた。質問紙は自己受容尺度（櫻井, 2014）・自己肯定感尺度（田中, 2008）・セルフコンパッション尺度日本語版12項目短縮版（有光ら, 2016）・被受容感（対一般場面）尺度（杉山, 2002）の4つの尺度で構成された。さらに、困っていることを気にしている程度を、0～10（全く気にしていない状態を0、最も気にしている状態を10）の数字で回答していただいた。これは問題の改善について主観的判断を検討する指標を得るためであった。面接の概要を表1-1に示す。

表 1-1 面接の概要

| | Clの属性・主訴 | Thの属性 | 問題のイメージの変化 |
|------|--------------------|--------|------------|
| ケースA | 20代女性大学生・自分の性格について | 20代女性a | 7→5 |
| ケースB | 20代女性大学生・友人関係について | 30代女性b | 7→3 |
| ケースC | 20代女性大学院生・自分の癖について | 20代女性c | 6→6 |
| ケースD | 20代女性大学生・対人関係について | | 5→4 |

(2) 対人プロセス想起法（IPR）インタビュー調査

カウンセリングの直後に筆者がClに対して1回約90分のインタビューを、守秘が保たれた個室で行った。IPRを援用し、Clと筆者がカウンセリング場面の録画データを共に視聴しながら、Thに受けいれられていると感じた場面について、その時に考えていたことや感じていたことを尋ねた。Thの発言やちょっとした仕草、面接の雰囲気や進み具合など、どんな小さなことでも構わないと伝え、具体的にどのようなことから受けいれられたと感じたのかについても話していただいた。実際のインタビューは、Clが受けいれられていると感じた場面で一時停止して自発的に話し出すほか、筆者が気になった場面について尋ねることもあった。

3. 倫理的配慮

本研究は、日本女子大学のヒトを対象とした実験研究に関する倫理審査委員会の承認を得て調査を実施した。また、以下のことを調査の事前に協力者に伝え、書面で了解を得た。

① 情報の取り扱いについて

守秘を約束すること・研究目的でのみ用いること・論文での掲載に際し、個人が特定できない表記とすること・厳重に保管し研究終了後廃棄すること。

② 研究への参加について

やめたいと思ったら途中でも申し出ていただきたいこと・研究を辞退することになっても協力

者が不利益を被ることはないこと。

4. 分析の手順

本研究では、模擬カウンセリングとして実際に行われた各CIにつき一回の面接、すなわち初回面接のデータと、面接後に行われたCIに対するIPRインタビューのデータを分析の対象とした。分析は、臨床心理学の大学教授から定期的に指導を受けながら、大学院生2名と合議により行った。

(1) KJ法の援用によるThの受容反応の分類とCIの体験の整理

CIの視点からThの受容反応を抽出するべく、IPRインタビューでのCIの発言の逐語データをもとにKJ法を援用した手法（福島，2016）により分類し、Thの各受容反応に対応する各CIの体験を比較しやすくするため、表を用いて整理した。

(2) 修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（M-GTA）法による概念化とプロセスの生成

M-GTAによる分析の対象としたデータは、CI4名のIPRインタビューで得られた語りの逐語データである。研究テーマは『CIが受けいれられていると感じる体験にはどのようなプロセスがあるのか』とし、分析焦点者を「解決したい問題を抱えた健全な20代女性」とした。

分析のプロセスは以下の通りである。①分析焦点者の視点から、テーマを意識してデータに着目し、説明概念を生成。②概念ごとに概念名と定義、具体例、記載した分析ワークシートを作成。また理論的メモ欄に思考のプロセスや疑問を書き留めた。③新たな概念を作成すると同時に、他の具体例を探し、ワークシートに追加記入。④生成した概念と他の概念の関係を検討。⑤概念をまとめたカテゴリーを生成して、プロセスを構成し、結果図にし、その図をストーリーラインとして文章化した。

CIA～Dを順次分析し、4人目の分析時に生成された概念が一つのみであり、3人目の協力者の面接場面で同様の語りが見られたことから、分析を終了した。また、1人目の分析時に被受容体験と対極の例が集まった対極概念が生成され、4人全員の分析終了時には5つの対極概念が生成された。このことから、対極例の集まりが被受容体験を考える上で重要になる可能性があると考え、一つの概念の対極例としてではなく、プロセスに含めることにした。

Ⅲ. 結果と考察

1. Thの受容反応の分類とCIの体験

KJ法を援用した手法による分析の結果、Thの受容反応として、14のカテゴリーに分類され、さらに“非言語反応”と“言語反応”の2つのユニットにまとめられた。分析の際のラベリングでは、IPRインタビューで語られたCIの言葉をできる限りそのまま採用した。そのうちの主なラベルと、面接での被受容体験としてCIによる語りのあった数を表2に示す。

また、Thの受容反応の各カテゴリーに対するCIの体験を整理した。こちらも、IPRインタビューより、個人が特定されない範囲でなるべくCIの言葉を変えないままにCIの体験を表記した。非

言語反応に対する体験を表3に、言語反応に対する体験を表4に示す。

表2 Thの受容反応の分類

| ユニット | カテゴリー | 各CIが体験した数 | | | | 主なラベル (「」: IPRでのCIの語りより抽出 <>: Thの発言) |
|-------|----------------|-----------|---|---|---|---|
| | | A | B | C | D | |
| 非言語反応 | あいづち・うなずき | 3 | 2 | 0 | 1 | 「あいづち」「くうんうん」という反応」「うなずき」 |
| | 目をみること | 1 | 1 | 1 | 1 | 「目を見ながらのあいづち」「目をみて話してくれたこと」 |
| | 身振り手振り | 0 | 1 | 2 | 1 | 「実際に手を見ていること」「手を動かすジェスチャーが入ること」 |
| | 座る位置 | 1 | 0 | 0 | 0 | 「斜めに座ったこと」 |
| | 表情 | 0 | 0 | 0 | 1 | 「〈ほー〉と口を開ける表情」 |
| | 間 | 1 | 0 | 2 | 2 | 「間があること」「最後の間」 |
| | 属性 | 0 | 0 | 0 | 2 | 「カウンセラーというカテゴリー」「同性」 |
| | 全体 | 1 | 2 | 1 | 0 | 「(細かな反応)全部」「全体的な感じ」 |
| | 質問 | 2 | 0 | 0 | 0 | 「賛同のあとの質問」「先のことの質問」 |
| | 賛同 | 4 | 0 | 0 | 0 | 「賛同」「〈そうだよね〉と言われたこと」 |
| 言語反応 | あてはまる返し | 0 | 2 | 3 | 2 | 「あてはまると思うことを言われたこと」「心情とあてはまる返し」 |
| | まとめ | 0 | 0 | 0 | 2 | 「うまく言えないことをまとめてくれたこと」「最後のまとめ」 |
| | Thの思ったことを伝えること | 0 | 1 | 1 | 1 | 「思ったことを話してくれたこと」「気持ちをわかってもらっているからこそそのアドバイスをくれたこと」 |
| | 覚えていたこと | 0 | 0 | 1 | 0 | 「前に話したことを覚えていてくれたこと」 |

表3 非言語による Th の受容反応に対する CI の体験

| Th の | CI の体験 | | | |
|-----------|---|--|--|---|
| 反応 | A さん | B さん | C さん | D さん |
| あいづち・うなずき | <p>・「全部聞いてあげるよみたいな」</p> <p>・「このままの自分でもわかってくれる人もいるかな、みたいいな。聞いてくれる人がいるなら別に困ったことじゃないかな」</p> <p>・「悩みと思っていたけど別に大丈夫なのかって。なんか楽に」</p> | <p>・「目を見てあいづちうってくれたりとか反応してくれると、聞いてくれるんだなっていう感じ。態度で共感してくれたりすると、興味持ってもらえてるんだなと感じやすい。手でジェスチャーするとか、うなずきが大きくなるとか、ちょっとした変化で伝わる重みが違う」</p> | | <p>・「うなずいてリアクションしてくれて、聞いてくれるんだなと」</p> |
| 目をみること | <p>・「関心を持って聞いてくれる感じ」</p> | | <p>・「もしも、話してるときに目が合わなかったら不安。なに考えているかわからないから。信頼感と関係するかも」</p> | <p>・「話を聞いてもらえている安心感があった。自分がそこにいることをわかってくれている感じ」</p> |
| 身振り手振り | | | <p>・「想像しよう、一生懸命考えよう、わかろうとしてくれている。信頼感が増えて話しやすくなった。話すつもりなかったことも」</p> | <p>・「自分の言ったことに対してちゃんとリアクションしてくれて、聞いてくれているんだなと」</p> |
| 座る位置 | <p>・「不思議。でも初対面ではこのほうが話しやすかった」</p> | | | |
| 表情 | | | | <p>・「聞いてくれているんだなって。ほー（口を開けた表情）って」</p> |
| 間 | <p>・「最初は気まずさがあったけど、次の言葉ちゃんと考えて選んでくれているのかなって。間のあとに質問してくれるから」</p> | | <p>・「間があって、整理してからしゃべる感じだったから、きちんと聞いてくれてきちんと悩みも受けいれてくれている感じ」</p> <p>・「2,3 秒以上の長い間があって、割と緊張した。このままどうしようか思った」</p> | <p>・「すごいどうしようって。自分の話が脱線してるから何も言えなくなったのかな？言ってることが伝わらなかったというか」</p> <p>・「話すことがなくなってどうしようかなと。言い切った感じ」</p> |
| 属性 | | | | <p>・「友達には話せないけど、カウンセラーというカテゴリの人だから話せた。あと、男性だったら言えない」</p> |
| 全体 | <p>・「(各受けいれられている場面) つながるところがあって。全部つながってそう」</p> | <p>・「全部受けいれてくれているからしゃべれたのかな。全体的な感じで」</p> <p>・「全部聞いてもらえたから、全体的な受けいれられてる感じに。細かい部分がつながっているかも」</p> | <p>・「近寄りうとしてくれていると思えたアドバイスや、手のジェスチャーが入って話しやすくなった。そういうことが全体として受けいれられてたっていう感じにつながるのかなって」</p> | <p>・「受けいれられている細かい点があって、全体で受けいれられているかなって。そこにいることが許容されているみたいいな」</p> |

注：下線部は Th の各受容反応に対して CI 間で共通する体験、波線は各 CI の特徴的な体験とした。全体として最も多かった「わかってくれる、理解してくれる」という体験を網掛けした。

表4 言語による Th の受容反応に対する CI の体験

| Th の反 応 | CI の体験 | | | |
|------------------|---|--|--|---|
| | A さん | B さん | C さん | D さん |
| 質問 | <ul style="list-style-type: none"> ・「引き出す質問もしてくれ る」 ・「ちゃんと考えて聞いてくれ てるんだな。本当に自分のこ とをちゃんと…って」 | | | |
| 賛同 | <ul style="list-style-type: none"> ・「わかってくれるだろうなっ て。友だちと話すときは絶対 賛同ということは無いけど。 否定がない」 ・「無条件に聞いてくれるから 話しても大丈夫って。わかっ てくれる感じから安心して」 ・「ダメだと思っていたところ を受けいられるというか。 別にいいのかなって」 | | | |
| あてはまる返し | | <ul style="list-style-type: none"> ・「その人なりに理解して答 えてくれる感じ」 ・「私は伝え方が下手だけ ど、ちゃんと聞いてるよ、 みたいな感じがして理解し てもらえたのかなって」 | <ul style="list-style-type: none"> ・「確かにそうかもって話しや すくなった」 ・「わかってもらえてちょっと 嬉しかった」 | <ul style="list-style-type: none"> ・「気持ちが整理しやすかつ た。解決はしないけど、わか ってくれてるのかなって」 ・「安心感につながってる」 |
| まとめ | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・「わかってもらえてる。考え の整理がつきやすかった」 ・「ちゃんと聞いてもらって るんだな」 |
| 「[]」の思ったことを伝えること | | <ul style="list-style-type: none"> ・「理解して、どうしてあげ るのが一番いいか考えて伝 えてくれて。私も違う見方 を知れた」 | <ul style="list-style-type: none"> ・「思いつかなかった解決案を 言われてわかってくれたって。 気持ちがわからなかったら出 せないアドバイス。近寄って くれた」 | <ul style="list-style-type: none"> ・「(印象的だったと伝わる) って。それが響いた。自分の 考えがこの人にも反映され た、考えに残ったのかなって」 |
| 覚えていたこと | | | <ul style="list-style-type: none"> ・「信頼度が上がった。聞いて くれてるって感じたから。話し やすくなった」 | |

注：下線部は Th の各受容反応に対して CI 間で共通する体験、波線は各 CI の特徴的な体験とした。
全体として最も多かった「わかってくれる、理解してくれる」という体験を網掛けした。

以下、Th の受容反応のカテゴリーを [], CI の IPR インタビューでの語りを「」で示す。

まず、表2からは Th の非言語反応として [あいづち・うなずき] [目をみること] [身振り手振り] [座る位置] [表情] [間] [属性] [全体] の8つのカテゴリー、言語反応として [質問] [賛同] [あてはまる返し] [まとめ] [Th の思ったことを伝えること] [覚えていたこと] の6つのカテゴリーが見出された。CI が体験した数をユニットごとで全 CI を合計すると、非言語反応に対する体験が27、言語反応に対する体験が19であった。CI の「受けいれられていると感じた場面」に対する体験の語りのなかで、Th の非言語反応のほうが言語反応よりも多く、受容反応として感じた対象であったことがわかる。特に、[あいづち・うなずき] についての体験が最も多かつ

た。2番目に「間」が多く、次いで「身振り手振り」「目を見ること」「全体」が多かった。「目を見ること」はCI全員が共通して、受容反応として体験していた。

言語反応で最も多かったのは「あてはまる返し」であった。次いで、「賛同」「Thの思ったことを伝えること」が多かったが、「賛同」を挙げたのはCIAのみであり、ケースAの独自性が表れていると考えられる。

表3と4からは、それらケース特有の反応へのCIの生の体験をみることができている。CIAにとっては斜めという「座る位置」が不思議に感じられるも、初対面では少し距離のある斜めの位置が話しやすく感じられていた。また、CIDは「カウンセラーというカテゴリーの人だから話せた。あと男性だったら話せない」と言い、カウンセラーや女性という「属性」が話せるという感覚に影響していたこともわかる。

また、各受容反応に対してCI間で共通して語られる体験があったことや各CIに特徴的な体験があったこと、さらに全体として「わかってくれる、理解してくれる」という語りが多かったことがわかった。共通したものは、「あいづち・うなずき」に対して「聞いてくれている」と感じる体験や「全体」としての受けいれられている感じに対して「細かい反応がつながって全体の受けいれられている感じがする」という体験があった。各CIに特徴的な体験としては、例えばCICは「わかろうとしてくれている」「近寄ろうとしてくれている」というThの歩み寄りを感じることも、受けいれられていると感じることにつながっているようであった(表3)。また、CIAは友だちと話すときはちがう「否定がない」ということから、わかってくれると感じ、受けいれられていると感じる体験をしていた(表4)。

また、表3の「目を見ること」へのCIの体験には、「共感」や「関心・興味」「信頼感」「安心感」という言葉がみられた。受容に関するこれまでの知見として、坂中(2015)によれば、一般的に「無条件の積極的関心」(Rogers, 1957)が“受容”として有名であり、非言語的な側面や雰囲気、共感的な応答によって伝わることもであるとされる。本研究で得られた結果は、この知見通りのものであったといえるが、CIは「わかってくれる、理解してくれている」という、いわば“共感的理解”といわれるようなことを感じ、さらに、「信頼感」や「安心感」をThの受容によって感じることもあることを示すものであった。そして、それは特に「目を見ること」で示される受容によることが多いことも考えられ、非言語的な側面をCIの視点から探ることができたともいえる。

2. CIの被受容体験のプロセス

(1) カテゴリーについて

M-GTAによる分析の結果、CIが受けいれられていると感じる体験のプロセスについて、25の概念と19のカテゴリーが見出された。CIのIPRインタビューにおける語りの文脈を概念に反映させ、プロセスを見出すことを重視したため生成された概念が少なく、1つの概念のみで構成されているカテゴリーも多くある。そのようなカテゴリーに関しては概念名をそのままカテゴリー名とした。表5に全概念の定義と具体例の一覧を示す。概念名に〈〉、カテゴリーに【】をつけた。また、各CIの体験の語りにおいて出現した概念に○をつけ、各CIにおける出現度を示した。

表5 CIの体験を示す全概念の定義と具体例の一覧およびCIの対応表

| カテゴリー および 概念 | 各CIにおける出現度 | | | |
|--|------------|---|---|---|
| | A | B | C | D |
| カテゴリー【カウンセリングの雰囲気不思議を感じる】 定義：カウンセリングという非日常的な空間に不思議さを感じること 具体例：斜めに座ったの、めっちゃ不思議でした。(A) | ○ | | | |
| カテゴリー【カウンセリングの慣れない雰囲気に緊張する】 定義：初めて会うThに話すということや独特の間のある慣れないカウンセリングの雰囲気に対して緊張を感じること 具体例：初めて会った人に自分のことを打ち明けるっていう機会は減多にないので、緊張しました。(D) | | | ○ | ○ |
| カテゴリー【初めて会うThとの間を気まぐく感じる】 定義：初めて会うThの考えていることがわからないよう間を気まぐく感じること 具体例：間が、このまま続けてしゃべっていいのかなって、最初思った。(A) | ○ | | ○ | ○ |
| カテゴリー【目を見てくれると聞いてもらえていると感じる】 定義：Thの視線をよく感じることで聞いてもらえていると感じること 具体例：カウンセラーさんずっと、ほぼ、目を見て話してくれてたので、話を聞いてもらえてる感じがして受けいれられてるなっていう気持ちになりました。(B) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| カテゴリー【すべてを聞いてくれると感じる】 定義：なんでもすべてを聞いてくれると感じること 具体例：私すごい、話すのが下手で長く話しちゃったり、同じこと繰り返したりもするんで、たまに飽きられちゃうこともあるんですけどそういうのもなく、なんか全部、それも踏まえて話を聞いてもらえた。(B) | ○ | ○ | | ○ |
| カテゴリー【歩み寄ってくれていると感じる】 概念〈関心をもってくれていると感じる〉 定義：Thの関心や興味が自分に向けられていると感じること 具体例：態度で共感してくれたりすると、ちゃんと話聞いてもらえてる、少しは興味持ってもらえてるんだとかっていうのは感じやすいなって思います。(B) | ○ | ○ | | ○ |
| 概念〈歩み寄ってくれていると感じる〉 定義：ThがCIのことをわかろうと近寄ってくれていると感じること 具体例：たぶんこういう癖がない人はわからないと思う。実際に見て一生懸命考えてくれようとしてくれるなっていうことを感じました。(C) | | | | ○ |
| カテゴリー【しっくりくる】 概念〈うまく伝えられなくても理解してくれたと感じる〉 定義：うまく言葉にして伝えられないことも理解してくれたと感じること 具体例：うまく伝えられてないけど、その人なりに理解してくれてこたえてくれる、こたえが返ってくる。(B) | | ○ | | ○ |
| 概念〈しっくりくる〉 定義：Thの言葉に納得して自分の気持ちが整理されている感じがあること 具体例：カウンセラーさんが自分の思ってることをまとめて言ってくれたりして、そこは自分の気持ちの整理がしやすかったかなって思います。(D) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| カテゴリー【どんな自分でもわかってくれると感じる】 概念〈こんな自分のこともわかってくれると感じる〉 定義：悩みや短所を含めて自分のことをわかってくれると感じること 具体例：(話下手な)こんな自分も受けいれられてもらえたのかなっていう感じ。(B) | ○ | ○ | ○ | ○ |

| | | | |
|--|--|---------|-------|
| 概念〈ありのままを無条件に認めてくれると感じる〉 | | | |
| 定義：ありのままの自分を捉え、それがどんなものでもここにいることを認めて許してくれると感じること | | ○ | ○ |
| 具体例：自分は悩んでいうか、ダメだって思ってたけど、認められてるというか。(A) | | | |
| カテゴリー【わかってくれてうれしい】 | | | |
| 定義：Thにわかってもらえてるということをうれしく感じる | | | ○ ○ |
| 具体例：わかってもらえて、ちょっと嬉しかった。(D) | | | |
| カテゴリー【わかってくれる安心感をもつ】 | | | |
| 定義：この人ならわかってくれるという安心感をもつこと | | | |
| 具体例：この人もそういうところあるのかなって思って。聞くのうまいんですけど。話したらわかってくれるっていうか、っていう感じから、安心してっていうか。(A) | | ○ ○ | ○ |
| カテゴリー【この人なら大丈夫と感じる】 | | | |
| 定義：Thに対して信頼感が増すこと | | | |
| 具体例：この人なら大丈夫かなって。あまり話したくない話、思い出したくないことだったんですけど。(A) | | ○ | ○ |
| カテゴリー【ためらいながらも話そうと思える】 | | | |
| 定義：自分のことを話すことにためらいを感じながらもこのThになら話そうと思えること | | | |
| 具体例：昔のこととか話すのってけっこう恥ずかしかったり、初対面の人にするっていうのが、なかなかアレだと思うんですけど、話しやすくはなりましたね。(C) | | ○ | ○ |
| カテゴリー【ちゃんと考えて聞いてくれていると感じる】 | | | |
| 定義：ただ話を聞くだけでなく考えて聞いてくれていると感じること | | | |
| 具体例：目を見てあいづちをうってくれたり反応してくれると、聞いてくれるんだなっていう感じは伝わってきます。態度で共感してくれたりすると、ちゃんと話聞いてもらえてる、少しは興味持ってもらえるんだなって感じやすい。(B) | | ○ ○ ○ ○ | |
| カテゴリー【解決していないことにスッキリしない感じがする】 | | | |
| 定義：カウンセリングで話すことだけで問題は解決したわけではないとスッキリしない感じがすること | | | |
| 具体例：すごいスッキリしたっていう感じにはなんなかったんですけど、なんかもう言うことが浮かばないっていう感じになって。(D) | | | ○ |
| カテゴリー【話し切ってしまったような間を気まずく感じる】 | | | |
| 定義：セッション終盤の話し切ってしまったような間を気まずく感じる | | | |
| 具体例：間ができちゃうとすごいどうしようってなりました(笑)このあとも、1、2回何を言えればいいかわからなくなって間が起きてしまって、どうしようってなりました。(D) | | | ○ ○ |
| カテゴリー【新たな捉え方を受け入れる】 | | | |
| 概念〈問題に対する考え方が変わる〉 | | | |
| 定義：話していくうちに問題の考え方や捉え方が変わる | | | ○ ○ ○ |
| 具体例：他にも逃げ道があったことを、その話してるときに気づいて。無理に今すぐとかじゃなくてもいいのかなって。(B) | | | |
| 概念〈聞いてくれる人がいると冷静に考えられると感じる〉 | | | |
| 定義：話を聞いてくれる存在がいることで一人のときよりも冷静に考えられると感じること | | | |
| 具体例：今日お話しさせていただいたら、冷静に考える、振りかえることができたかなっていう。割と一人で考えていると、感情的に考えちゃうことが多かったかなっていう感じがしました。(C) | | | ○ |
| カテゴリー【ありのままの自分でいいと思える】 | | | |
| 概念〈思うほど悩むことではないかもしれないと感じる〉 | | | |
| 定義：悩んでいることはCI自身が思うほど悩むことではないかもしれないと感じること | | | |
| 具体例：こういう聞いてくれる人がいるんだったら、別に、言えなくてもそんなに困ったことじゃないかなってちょっと思ってきて(笑)(A) | | | ○ |

| | |
|--|---------|
| 概念〈自分の悩みの種もダメなところではないと思える〉 | |
| 定義：悩みにつながる自分の良くないと思っていたところもダメではないと思えること | |
| 具体例：言えなくても、自分がどう思われてるか気にしないで、言いたいと思えば言えればいいし。別にダメなところではないなっていう風に。(A) | ○ |
| 概念〈自分らしさを変えなくていいと思える〉 | |
| 定義：無理に自分を変えようとせず自分らしくいてもいいと思えること | |
| 具体例：変えよう変えようって思ってたけど、実際他にも、自分らしくいれるところはあるから、無理に今のその状況を変えようとしなくてもいいのかなって。(B) | ○ ○ |
| カテゴリー【全体として受けいれられていると感じる】 | |
| 定義：Thの細かな反応が積み重なって全体として受けいれられていると感じること | |
| 具体例：私の話を聞いて、最後に、こういうこともあるよって教えてくれたっていうことは、話を聞いて理解して、どうしてあげるのが一番いいのかわかっているのを考えてくれて、それを伝えてくれて。私も違う見方を知れたので、そういう意味じゃ全部つながってきてるのかなって。(B) | ○ ○ ○ ○ |
| カテゴリー【大切にされている感じにつながるだろうと感じる】 | |
| 定義：受けいれられている感じが積み重なってゆくゆくは大切にされている感じにつながるだろうと感じること | |
| 具体例：:ゆくゆくはつながる気がします。近づかないと大切にできないと思うので。(C) | ○ ○ ○ ○ |

注：括弧のない概念はカテゴリー名に採用したもの。概念が1つのみの場合は概念名をそのままカテゴリー名とし、概念名の記載は省略した。

表5より、CI全員に共通して【目を見てくれていると聞いてもらえていると感じる】【じっくりくる】【どんな自分でもわかってくれると感じる】【ちゃんと考えて聞いてくれていると感じる】【全体として受けいれられていると感じる】【大切にされている感じにつながるだろうと感じる】の6つのカテゴリーがみられた。

CI一人のみから語られたカテゴリーは【カウンセリングの雰囲気不思議を感じる】と【解決していないことにスッキリしない感じがする】の2つであった。これらはどちらも被受容体験とは対極の例をまとめた対極カテゴリーである。

(2) 結果図とストーリーライン

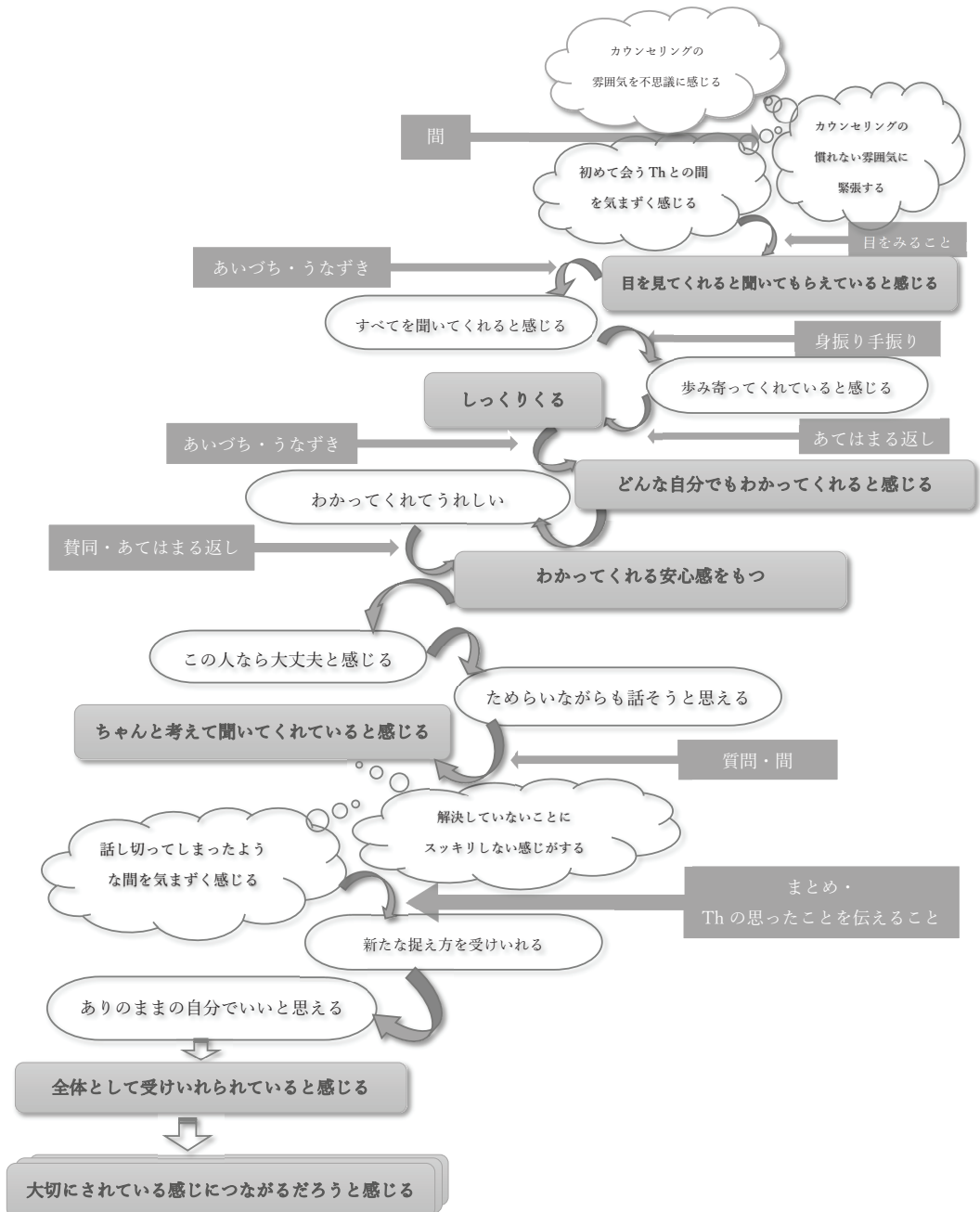
次に、プロセスの結果図を図1に示す。カテゴリーを丸形、そのうちコアカテゴリーを四角形、被受容体験の対極例をまとめたカテゴリーを雲形で示す。プロセスのなかでCIの被受容体験プロセスを生むきっかけとして多く見られたThの受容反応を矢印付きの四角で示した。

以下は、図1の結果図を概念名やカテゴリー名、定義を用いて文章化したストーリーラインで、CIの被受容体験のプロセスを説明する。概念を〈〉、カテゴリーを【】、Thの受容反応のカテゴリーを〔〕とした。

まずCIは非日常的な【カウンセリングの雰囲気不思議を感じる】。そして、初めて会うThに自分のことを話す、ということや【慣れない雰囲気に緊張する】。【初めて会うThとの〔間〕を気まずくも感じる】。

緊張しながらも話し始めると、Thがよく〔目を見て〕くれていることに気づき、【目を見てくれていると聞いてもらえている感じ】を覚える。さらには、どんなことであっても【すべてを聞

図1 CIの被受容体験のプロセスとThの受容反応（矢印付きの四角形）



注：被受容体験のプロセスを表すカテゴリーを丸形、そのうちのコアカテゴリーを四角形、対極カテゴリーは雲形で示した。

いてくれる感じ】を体験する。

聞いてくれる感じのある Th はきっと〈関心を持ってくれていて〉、Cl のことをわかろうと【歩み寄ってくれていると感じる】。

さらに、〈うまく伝えられなくても理解してくれた〉と感じられるような自分の心情と〔あてはまる返し〕が Th から返ってくると、【しっくり】きて、気持ちが整理されるような感覚になる。悩みや短所のある〈こんな自分のことをわかってくれて〉、〈ありのまま無条件に認め〉【どんな自分でもわかってくれると感じる】。そして、その【わかってくれることがうれしい】。この人なら【わかってくれるという安心感をもつ】ようになる。

すると、普段友だちにも話しにくいと思っていたことも、【この人なら大丈夫と感じ】、【ためらいながらも話そうと思える】。ただ聞くだけではなく、〔質問〕をしたり、〔間〕をおいてから話し出す Th に【ちゃんと考えて聞いてくれていていると感じる】。

話を聞いてもらえて、自分の気持ちが整理されていく感じがあるものの、実際に悩みが【解決していないことにスッキリしない感じがする】という体験をすることもある。そして、カウンセリングの終盤にさしかかり、【話し切ってしまったような〔間〕を気まずく感じる】場合もある。

終わりに、Cl の話の振り返りとしての〔まとめ〕や、〔Th の思ったことを伝え〕られると、〈問題に対する考え方が変わった〉り、〈聞いてくれる人がいると冷静に考えられると感じ〕られたりして、問題に対するその【新たな捉え方を受け入れる】ことが多い。すると、悩んでいることは〈思うほど悩むことではないかもしれない〉、〈自分の悩みの種もダメなところではない〉と感じられる。そして、無理に〈自分らしさを変えなくても〉【ありのままの自分でいいと思える】ようになる。

Cl は、このような被受容体験のプロセスがあったことを振り返ると、受けいれてくれていると感じる Th の細かな反応が積み重なって【全体として受けいれられていると感じる】ことに気づく。そしてこの先、時間をかけて受けいれられている感じが積み重なると、ゆくゆくは【大切にされている感じにつながるだろうと感じ】ていた。

(3) Cl の被受容体験のプロセスと Th の反応

図1に示した Th の受容反応については、プロセスの序盤には非言語反応が多く、中盤から〔あてはまる返し〕のような言語反応が挙げられた。

表6には全体で多くみられた受容反応で、特徴的と思われる面接場面を示した。内容は、個人が特定されない範囲で、なるべく言葉を変えないまま表記した。

〔あてはまる返し〕の具体的な面接場面をみると、Thc は、自分を誘ってくれることはありがたいが、なぜ誘ってくれるのか、という CID に対して〈不思議な気持ちになる〉と言って、実際に“Cl の気持ちを返す”という反応をしていた。

表6 多くみられた受容反応の具体的な面接場面

| | |
|-----------|---|
| あいづち・うなずき | <p>CI A:一回お願いしたときに、前日の夜中にどうしたらいいですか?とやってきて。結局私が全部やり直して。だったら最初から自分の空いてる時間にやったほうが早いなと思って、頼らなくなって。</p> <p>Th a: (頷きながら) うんうんうん [あいづち・うなずき]。返って大変になっちゃったんですね。</p> <p>CI A:はい。できるときはいいんですけど、このまま自分ばかりやってるのも嫌だなんて思っちゃうときもある。</p> <p>Th a: うんうんうん [あいづち・うなずき]。</p> |
| 身振り手振り | <p>CI C:前はもっと痛かったですね。なんでやめなかったんだろうって不思議になるくらい痛かったですね。</p> <p>Th c:痛いんだけどやめられなかったですね。じゃあ、(指先を見る [身振り手振り]) 小さい頃のほうが傷も深かったし、痛みが出るくらいだったので、もっとこう日常的にというか、普段から。</p> |
| あてはまる返し | <p>CI D:向こうが誘ってきてくれてでかける。なんかありがたいなって感じになっちゃうんですよ。なんでそんなにこう、誘ってもらえるんだろうっていうか。</p> <p>Th c: なんか、不思議な気持ちになる [あてはまる返し]。</p> <p>CI D: 不思議、たまになります。たぶん私より仲良い子がたくさんいるなかで。</p> |

(4) 考察

まず、CIの被受容体験のプロセスについて、M-GTAを援用して分析した結果より、CI全員に共通して【目を見てくれていると聞いてもらえていると感じる】【じっくりくる】【どんな自分でもわかってくれると感じる】【ちゃんと考えて聞いてくれていると感じる】【全体として受けいれられていると感じる】【大切にされている感じにつながるだろうと感じる】の6つのカテゴリーがみられた。また、先のThの受容反応の分類とCIの体験を考察するなかで述べた、Thの受容によって「わかってくれる、理解してくれている」という、いわば“共感的理解”といわれるようなことと、さらに「信頼感」や「安心感」が感じられる可能性があるという、本研究で得られた受容に関する知見の一つともいえるであろう事柄をよく表しているカテゴリーとして、【わかってくれる安心感をもつ】をコアカテゴリーとして考える。よって、本研究においてはこれら7つのカテゴリーが『CIが受けいれられていると感じる体験のプロセス』において、特に中核になると考える。

また、Thの受容反応を示した図1からは、プロセスの序盤には非言語反応が多く、中盤から[あてはまる返し]のような言語反応が挙げられることがわかった。表6の具体的な面接場面をみると、Th cは、友だちを自分から誘うことのない自分を誘ってくれることはありがたいが、なぜ誘ってくれるのか、というCI Dに対して<不思議な気持ちになる>と言って、CIの気持ちを返している。CI Dはこの場面についてIPRインタビューで、「自分の考えてることをわかってもらえてる気がした。安心感にはつながっていると思います。自分の心情と当てはまっていたなって」と語った。Thから心情にあてはまる返しをされること、コアカテゴリーと考えられる【わかってくれる安心感をもつ】に影響を与えていることがわかる語りである。

CIの被受容体験プロセスとThの受容反応の関わりを流れに沿ってまとめると、序盤に[目を

みること] や [あいづち・うなずき], [身振り手振り] などの非言語の反応があって【すべて聞いてくれる感じ】が生まれる。そして,【しっくりくる】感じや【どんな自分でもわかってくれる】感じ, そして【わかってくれる安心感】を生むような心情に【あてはまる返し】があり,【ちゃんと考えて聞いてくれている】と感じられるような【質問】を経て, 終盤にさしかかり面接でCIが話したことをThなりにまとめて[Thの思ったことを伝える]という反応がみられる。この流れからは, Thの反応が非言語反応から, 徐々に自己開示的になっていくことがわかる。CIは【すべて聞いてもらえている感じ】から【ちゃんと考えて聞いてくれている感じ】まで体験することができる, というセラピーのプロセスも読み取ることができる。ここに, “聞いてもらえている感じ”にも層があることも示されている。

CIのポジティブな体験に影響を与えていた反応として非言語反応がみられるという結果については, 佐藤ら(2013)が被共感を高める重要な役割として非言語反応を挙げていることと重なり, さらには, あいづちやうなずき, 表情に加えて[目を見ること]や[身振り手振り]という非言語反応がポジティブな体験を生む要因となる可能性のあることが新たに示されたともいえる。[身振り手振り]についてCIは, Thが実際に自分の癖と同じような身振りをしたことで, 「一生懸命わかろうとしてくれてる」と語った。Thが実際に動きをもってCIの困りを想像していることを表現すると, CIは歩み寄りを感じるということがよく示されている語りであった。

[問]については, 出会って間もないときは気まずく感じるというネガティブな体験につながる場合があるものの, 面接が進み終盤にさしかかる頃に生まれる[問]は, Thがちゃんと考えて聞いてくれていると感じる, とポジティブな体験につながる可能性のあることがわかった。時間が経過し, 面接が進むことで安心感や信頼感が増し, 関係性が築かれていくことで同じ[問]も受容的なものと感じるのかもしれない。

そして, 面接の終わりにはここまでThに受けいれられていると感じる細かなプロセスが積み重なり, 全体として受けいれられている感じにつながっていることにCIは気づく。そしてCIは, この全体としての受けいれられている感じが積み重なれば, 大切にされている感じにつながるのかもしれないと感じる。この“大切にされている感じ”は杉山(2001)のいう被受容感としての「自分は他者に大切にされているという認識と情緒」や, 坂中(2015)のいう受容としての「心の底から大切にされる態度」を表していると考えれば, これまで考えられてきた受容は本研究で扱った初回面接のみでは感じられることが難しいと言える。一方で, 初回面接においてもThの細やかな受容反応によって, わかってくれている感じや安心感, 信頼感などを感じて受容を感じることで, それらが積み重なって全体としての受容を感じることもわかった。

また, 表5より, CI一人のみから語られたカテゴリーは【カウンセリングの雰囲気を楽しめる】と【解決していないことにスッキリしない感じがする】の2つであり, CIは, カウンセリングで受けいれられている感じを体験しながらも, ネガティブな体験をする場合もあることがわかった。高山(2017)は, 初回面接でCIが「伝わらなかった」というようなネガティブな体験をしつつ, 「日常から隔離されるがゆえの話しやすさがある」とCIが治療構造を肯定的に捉えることは, ドロップアウトを防ぎ, さらにThとの関係をつなぎとめることにつながる要因になると示唆している。さらに, 初回面接と2回目の面接の間に, 面接で話した内容を意識するような, いわばThの存在が内在化されるような関係が築かれることで次回面接につながる可能

性があるとしている。本研究においてもCIDは、解決しないスッキリしない感じを語ったあと、「ここまで自分のことを言わないので新鮮だったし、良い経験だなんて。友だちには話さないと思うけど、カウンセラーだから話せた」とも語り、高山（2017）が示唆したことにつながると考える。「解決しなかった」というネガティブととれる体験をしつつ、治療構造をポジティブに捉えることで、カウンセリングとThの存在がCIのなかに残り、ドロップアウトを防ぐことにもつながる可能性があり、問題が「解決しない」という体験もCIのドロップアウトを防ぐ要因の一つになる可能性が考えられた。

3. CIの被受容体験と精神的健康との関連

模擬カウンセリングの前後でCIに回答していただいた精神的健康に関する尺度（自己受容・自己肯定感・セルフコンパッション・被受容感（対一般））の結果は、4名のうち3名の被受容感とセルフコンパッションの得点は上昇した。一方で、4名のうち2名の自己肯定感は低下した。低下したことについて、「話しているうちにこれまで意識していなかった自分の前向きではない一面に気づいたから」など、カウンセリングで話をする中で内省が進んだことが理由として多く語られた。本研究の結果から述べられることは、一般場面での被受容感：「自分は他者から一定の暖かさや承認を持って大切に扱われているという認識と情緒」（杉山，2001）とセルフコンパッション：「傷ついた他者をいたわるように自分に対して慈しみの気持ちを向けること」（有光ら，2016）は、カウンセリングでの被受容体験が影響する可能性が考えられるということである。ただし、対象者が4名と少なく、一般化することは難しい。対象者を増やしても同じ結果が得られれば、杉山（2001）のいう抑うつ的自己—他者体系をもつ者と治療者という他者との間で被受容感を感じるような関係が実現すると、症状や不適應の改善が促されるという知見をさらに強めることにもなるだろう。

IV. まとめと今後の展望

本研究では、①「わかってくれる、理解してくれている」という、いわば“共感的理解”といわれるようなことに加え、「信頼感」や「安心感」がThの受容によって感じられること②Thの「あいづち・うなずき」や「目をみること」，「身振り手振り」，「間」のような非言語反応がCIの被受容体験に影響することが多く、特に「目をみること」によって「信頼感」や「安心感」が生まれていたこと③聞いてもらえている感じには層がある可能性があること④細かな受容反応が積み重なって全体としての受容感につながる可能性があること⑤初回面接でも受け入れられていると感じられるが、「大切にされている感じ」は回数を重ねて感じられるものである可能性があること⑥問題が「解決しない」という体験もCIのドロップアウトを防ぐ要因の一つになる可能性があること、の6つのことが示された。

本研究はセラピーの過程で重視される受容をCIの視点からCIの言葉を使って表現し、探索的に検討することに重きをおいた。そのような側面で、来談者の理解の一端となるとすれば、本研究が臨床の実践場面において意味を成すことになるかもしれない。また、Thのどのような反応がCIの被受容体験のプロセスに影響を与えていたのかを具体的な面接場面を示し、明らかにし

た。初学者 Th が治療関係に目を向け、受容について考える際の一助となることが望まれる。しかしながら、本研究は対象者が少なく、得られた結果は個別性の高いものであり、統計的な分析は馴染まなかった。特に、CI の被受容体験と精神的健康との関連を明示できなかった点に表れている。また、M-GTA によるデータ分析では4人目の分析時に新たな概念が一つ生成された。今後の展望としては、対象者を増やすなどしてデータ数を増やし、検討する必要がある。これまで受容の研究でいわれてきた“大切にすること”や、カウンセリングでの被受容体験による自己受容の変容を論じるには至らなかった。CI のドロップアウトを防ぐ要因を深く検討するためにも、長期的な面接を設定し、さらに研究する必要があるだろう。

V. 文献

- 有光興記・青木康彦・古北みゆき・多田綾乃・富樫莉子 (2016) 「セルフ・コンパッション尺度日本語版の12項目短縮版作成の試み」 駒澤大学心理学論集, 18, 1-9.
- Farber, Barry A. & Doolin Erin, M. (2011). *Positive Regard and Affirmation: Psychotherapy Relationships That Work: Evidence-Based Responsiveness (2nd Ed)*. In John C. Norcross (Eds). Oxford University Press, USA, 168-186.
- Cooley, E. J., & Lajoy, R. (1980). *Therapeutic relationship and improvement as perceived by clients and therapists*. Journal of Clinical Psychology, 36, 562-570.
- 福島哲夫 (2016). 『臨床現場で役立つ質的研究法 臨床心理学の卒論・修論から投稿論文まで』 株式会社新曜社
- 原澤奈美 (2017). 「女子大生の自己受容および本来感と周囲の他者からの被受容感の関連」 日本女子大学人間社会研究科紀要, 23, 117-138.
- 飯長喜一郎・坂中正義・三國牧子・本山智敬 (2015). 『ロジャーズの中核三条件〈受容：無条件の積極的関心〉カウンセリングの本質を考える2』 太洋社
- 石原由美 (2013). 「思春期・青年期における周囲の他者からの被受容感と自己の「本来感」の関連」 九州大学心理学研究, 14, 117-124.
- Kagan, N., & Schauble, P.G. (1969). *Affect simulation in interpersonal process recall*. Journal of Counseling Psychology, 18, 309-313.
- 葛西真記子 (2006). 「Th 訓練における治療同盟、面接評価、応答意図に関する実証的研究」 心理臨床学研究, 24(1), 87-98.
- 川崎直樹・小玉正博 (2010). 「自己に対する受容的認知の在り方から見た自己愛と自尊心の相違性」 心理学研究, 80(6)
- 木下康仁 (2014). 『グラウンデッド・セオリー論 現代社会学ライブラリー 17』 株式会社弘文堂
- Lambert, M., Shapiro, D. A. & Bergin, A. E. (1986). *The effectiveness of psychotherapy*. In S. L. Garfield & A. E. Bergin (Eds). Handbook of Psychotherapy and Behavior Change, (3rd Ed.). NY: Wiley. 157-212.
- Lorr, M. (1965). *Client perceptions of therapists: A study of the therapeutic relation*. Journal of Consulting Psychology, 29, 146-149.
- Rogers, C.R. (1942). *Counseling and Psychotherapy: Newer Concepts in Practice*. (ロジャーズ, 末武康弘・保坂亨・諸富祥彦 (訳) (2005). ロジャーズ主要著作集1 カウンセリングと心理療法—実践のための新しい概念— 岩崎学術出版社)
- Rogers, C. R. (1957). *The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change*. Journal of Consulting Psychology, 21, 95-103.
- 櫻井英未 (2014). 「自尊感情の高さおよび変動性に関する研究—自己受容、被受容感、被拒絶感との関係から—」 日本女子大学人間社会学研究科紀要, 20, 129-142.

- 佐藤記透・田名場忍 (2013). 「模擬カウンセリングのTh 役応答から探る共感と被共感体験—イヌネコ法による模擬カウンセリングの振り返りをもとに—」 弘前大学大学院教育学研究科心理臨床相談室紀要, 10, 24-33.
- 杉山崇 (2001). 「抑うつ者の自己—他者体系—精神分析的, 精神医学的見解から実証に基づいた臨床心理学研究へ—」 学習院大学人文科学論集, 10, 127-140.
- 杉山崇 (2002). 「抑うつにおける「被受容感」の効果とそのモデル化の研究」 心理臨床学研究, 19(6), 589-597.
- 高山由貴 (2013). 「CIの主観的体験から見たカウンセリング初期のプロセス—試行面接における話の深まりに注目して—」 臨床心理学, 13(5), 689-699.
- 高山由貴 (2017). 「短期試行面接に関する体験・ナラティブ試行事例研究」 心理臨床学研究, 35(2), 136-145.
- 田中道弘 (2008). 『自尊感情における社会性, 自尊感情形成に際しての基準: 自己肯定感尺度の新たな可能性 シリーズ自己心理学第6巻 社会心理学へのアプローチ』 下斗米淳 (編) 金子書房, pp.27-45.

VI. 謝辞

本論文の執筆にあたり, 多くの方々にご協力いただきました。支えてくださった皆さまに感謝申し上げます。

調査協力者の皆さまには, お忙しいなか, 貴重なお時間とデータを提供していただきました。調査実施にあたり, 至らない点が多く, ご迷惑をおかけしたことと思います。最後までお付き合いいただいたこと, 大変ありがたく思います。

そして, 計画から執筆まで, ひとつひとつ丁寧に指導してくださった日本女子大学大学院の青木みのり先生に深く感謝しております。本当にありがとうございました。

見守ってくれたすべての人に感謝します。

