

ビデンス)に依拠する心理援助的実践(カウンセリング・心理療法など)を行うのが望ましいということです。解 釈学的説明では不十分とされ、事例 研究であつても実証的研究であること が求められます。カウンセラーは事例 報告、事例検討することに慣れていま すし、理論的にも実践的にも示唆を受 けることも多いので、皆さんこの方法が カウンセラーとしての力量アップに効果 的なことは理解されていると思います。

ところが研究としての事例報告(事 例研究)は、どんなに優れたカウンセ ラー、心理臨床家の報告であつても内 容の良し悪しと無関係にエビデンスレ ベルから言うレベル6という最も低いラ ンクになつてしまいます。そこで本文 では、よりエビデンスレベルの高いタイ プの研究として位置づけられている調 査研究や事例研究を例として以降の説 明を進めます。

②研究の進め方を理解する

研究とは何かを理解するために、ま ず一般的な「研究の進め方」を確認し ておきましょう。

① 日常的な問題意識の醸成・カウンセ リング面接の中で、それ以外のカウ ンセリング活動の中で、またより広範 囲な心理援助活動の中で問題意識をみ

がくことが大切です。自分が体験した ことによつたような意義があるのだから、 疑問に感じて明らかにしたいことは何 か、知りたい具体的な内容や関連性、 因果関係など、研究課題になりそうな テーマを確認することが全ての出発点 です。現場での観察に基づく自らの素 直な認識からスタートし、カウンセラー 仲間との情報交換やディスカッションを 行いながら問題意識を醸成していくこ とがまず一番大切なことです。

② 文献研究…次に、設定した研究 テーマと関連する研究情報を収集し、 関連文献を十分に読みこなし研究史で の位置づけを確認します。そもそもこ のテーマが研究する意義があるかどう かを確認することが大切になります。 なお意義に関しては研究史的意義の他 に、社会的意義、すなわちこの研究テ ーマで取り上げることが明らかになれば、 社会的にどのようなメリットがあるか なども確認します。

③ 研究タイプの確認…このステップで 量的研究か質的研究なのかを決めるこ とになります。量的研究の場合には、過 去の研究の追試、比較文化的な研究、 発達の研究なのか、また仮説設定型あ るいは仮説検証型の研究か、などを決 定します。また質的研究の場合には、

⑧引用文献

④事例研究論文から確認する
研究とは何かについて、さらに「事 例研究の進め方と論文構成」からも理 解しておきましょう。

④方法…この目的を達成するためには、 誰を対象にしてどのようなデータを取 る必要があるか、そのためにどういふ 方法を用いるのがふさわしいかなどを決 定します。

⑤倫理規定…相手を傷つけないこと、 プライバシー保護、インフォームドコン セントなどを中心にさまざまな工夫を します。

⑥結果…得られたデータから何をどの ように集計・分類し、さらにどのよう な分析を行うかを決定します。目的と 仮説が検証できるような結果整理の仕 方が重要になります。ここでさまざま な専門的な分析方法などを用いて、結 果の解釈、意味づけを行います。

⑦考察…分析結果の可能な解釈や意 味づけに基づいて、特に問題や目的、 仮説と関連づけながら、また先行研究 とも比較しながら、さまざまな個別の 考察や総合的な考察を行うことになり ます。ここが研究者の腕の見せどころ となります。

既存の学説への挑戦なのか、新しい見解 や理論の提示を目指すのか、モデルを提 示しようとするのか、新しい技法の提示 か、特異例を紹介するのか、治療困難 例の経過報告を行うのかなど、さまざま な研究タイプから選んで決定します。

④ 研究計画の策定、実施…このステ ップでは研究の目的や仮説を明確にし、 それにふさわしい方法、すなわちこの目 的を達成するためには誰を対象にしてど のような方法でどういうデータを収集す るのか、実施上の倫理的な問題点や解 決方法などを検討し決定・準備します。

⑤ 結果の分析・整理と考察…このステ ップでは結果の整理を工夫し、それに基 づいて考察を加えます。目的と仮説が 検証できるような量的データの集計・ 整理の方法の工夫、ふさわしい分析方 法、データの読み取りと結果の解釈を します。また仮説に対応した考察や目 的と関連させた総合的考察などを行い ます。この考察部分で研究者としての力 量が出てまいります。整理した結果 を文章化するだけでは考察には値しま せん。

⑥ 研究成果の発表…できあがった研 究成果はまず学会発表の形(口頭発 表、ポスター発表、シンポジウムなど)の 形式に応じて整理し、発表します。

援助開始日、年齢への配慮などです。

⑤アセスメントと援助方針…クライエン トの問題をカウンセリング心理学、臨 床心理学などの理論と照らし合わせて 理解した所見、人格の病理水準、タ イプなどを記述します。次に、問題 や症状に関わつて背後にある心理的葛 藤や家族力動、発達上の問題、その 他考えられる要因などについて記述し ます。また、一般的援助方針のみでな く、このクライエントに対して個別的 に策定された援助方針を記述すること が必要となります。

⑥心理検査の所見…実施した心理検 査の総合的な結果を簡潔に記述して示 すことが必要です。

⑦面接経過…面接構造や援助構造の 記述を要約的に行いますが、要約の記 述スタイルはさまざまです。いろいろ参 考に、自分で工夫すると良いでしょう。

⑧考察…今回の面接過程、援助過程 で得られた知見を、問題と目的で取 り上げて論じた先行研究や仮説などと 比較検討し、考察して結論を述べるこ とが必要でです。

⑨引用文献

⑥研究マインドの 重要性を確認する
以上、一般的な研究の進め方のプロ

その際と同僚(カウンセラー、研究者 仲間)からのフィードバックを受けて 再検討します。良い評価を受けて論文 化する価値があると思われたときは、 さらに論文を作成し、テーマや研究方 法などに関連する学会誌に投稿するこ とになります。

⑩調査研究論文の 構成から確認する

調査研究とは何をどうすることなの か、これまで述べてきたことと若干重 複しますが、「研究論文の構成」から も確認しておきましょう。論文として はおおよそ以下の要素を含んでいるこ とが必要です。

①タイトル、要約、キーワード…タイ トルによつて主題や対象、方法などが 解ることが大切です。また要約は論文 の顔ですから、ワンパラグラフで、目 的・方法・結果・考察の要点を各一行 程度で記述できることが大事です。キ ーワードは主題、対象、方法の中から 抜き出します。

②問題…研究活動全ての出发点で、 興味がありかつ研究的意義、社会的意 義のあることが採用する条件です。「取 り上げる意味のある研究テーマ」を設 定します。

③目的、仮説…研究意義のある課題を、

セスと特徴、代表的な研究の種類で ある実証的研究論文と事例研究論文 の構成から、研究活動とはどのよう なものかについて見てきました。膨大 な内容のことを、きちんときちんと丁寧 に実施しなくてはならないことに気 付かれたと思います。

大変な作業になりますし、事前に 学んでおかななくてはならないこともた くさんあり、気軽にできることでは ありません。そこで、いきなり「研 究活動のフルスペック」ではなく、で きるところから始めてみてはいかがで しょうか?部分的に条件を満たした、 すなわちパーシャルスペックの実践のす すめです。あるいはフルスペックをイ メージしながら、ゆる〜くゆる〜く、 期待水準、要求水準を落として実践 してみられてはいかがでしょうか?全 ての条件を満たした研究でなくても 研究マインドに基づく実践活動が日 常的にできることがとても重要です。

4 研究活動から得られる ハウと何ですか?

研究活動の準備、実施プロセス、結 果のまとめ、共有化作業などを通じて 得られるものが多くあります。研究す ること、研究活動に参加することの効

用であり、研究自体が持つ機能でもあり、研究の意義でもあります。さて、どのようなものがあるのでしょうか？ 私たちカウンセラーは研究活動から何を学ぶことができるのでしょうか？

① 専門家（プロカウンセラー）としての条件を

満たすことができる！

この活動を通じて自分自身の狭義の専門性のみならず、自分の領域全体の専門性を高めることが可能となります。疑問や素朴な問題意識を、実証可能な研究テーマへと高めることが可能になります。目的にふさわしい方法論、データ収集や分析技法を選択できるようになります。目前の研究の意義、価値、質を理解することが可能となり、評価できるようになります。

また、他の専門家から認められ専門家コミュニティの一員となることができます。その中で、共通言語を用いて切磋琢磨しながら啓発しあい、援助しあうような相互に貢献できる関係を築くことが可能になり、これらの活動を通じて学問の発展や専門的活動に貢献することができます。結局、自分だけの実践経験を研究マインドで客観化することにより、根拠を持つ科学的知見として普遍化され、そ

れがデータベース化されることにより公共の財産となります。よって専門家仲間に対して、また学問に対して貢献できるようにする必要があります。

② プロとしての社会的責任を

果たすことができる！

心理臨床（カウンセリング）のプロとして認められ、社会から高度の専門家として信頼いただける可能性が高まります。また社会に対して研究を通じて社会の要請に応えることが可能になると、有用な心理学的知恵を社会に還元できることとなります。このような専門家集団や学問、社会に貢献できる体験を持つことにより、自己肯定的で自己効力感のある、社会性を身につけた専門家になることが可能となります。

③ 研究倫理や

対人援助専門職としての倫理をみることが出来る！

研究協力者（クライアント）に不必要な負担をかけない、不利益を回避する、傷つけないことなどに敏感になり、より援助的に関わることができるようになります。また、インフォームドコンセントやプライバシー保護、守秘義務などに関する感覚が敏感になります。知り得た情報を外部に漏洩しない、

データや情報の取り扱い、管理のしかた、事例の記述のしかた、研究結果のフィードバックなどのノウハウが身につき、倫理感覚が高まります。

④ 自分がカウンセラーとして

成長できる！

カウンセラー個人の臨床的スキルを高めることができます。研究活動に必要な客観的で厳しい目で、自らのカウンセリング実践をチェックしながら行うようになるため、臨床家として成長してゆきます。臨床訓練と同様に研究活動から、技法、人間観、臨床的センスを養うことができます。研究を通じて、客観的な第三者の目を養うことが可能になります。

⑤ 自分自身に変化が起きる！

カウンセラーとしての日常活動、カウンセリング実践が変わってきます！感受性が豊かになり、厳密に考える傾向が強くなり、さらに論理的思考がシャープになります。援助行動も問題解決的、ポジティブへと変わり始めます。もちろんこんないいことづくめのことがそう簡単に手に入るはずはありません。時間もエネルギーも努力も必要とします（確かに大変な作業となります）。そこで研究、研究とあまり構えずに、できるところから少しずつ

始めてみたらいかがでしょうか？ 日々の

一般業務やカウンセリング業務だけでも忙しくて余裕のないときは、研究活動に直接入れなくても、研究マインドだけでも持つて考え、活動してみたいかがでしょうか？

「パーシャルスベックの研究活動」と「研究マインド行動」をおすすめています。いつでもどこからでも、準備が整わずともやってみましょう。ただ、たとえ少しずつ始めても、この魅力にハマルと抜け出せなくなってしまう。友人や家族との団らんの間が減ってしまうかもしれません。ご用心、ご用心。

5 参考文献

1. 下山晴彦 『臨床心理学研究の技法』 福村出版 2000
 2. 津川律子・遠藤裕乃 『臨床心理学研究実践マニュアル』 第2版 金剛出版 2011
 3. 岩壁茂・杉浦義典編 『臨床心理学』 第13巻第3号 2013
- 本文は、2の文献を中心に参考にさせて頂いたのですが、ここには皆さんに読んでいただく参考になるもの3冊を挙げました。