

心理臨床学における研究について

話題提供者：下山晴彦
(東京大学)

心理臨床家の研究と課題ということでお話をさせていただきます。第一番目の課題は、心理臨床家をどのように定義するかということです。それによって大きく研究の位置づけが変わってくると思います。これは、クリニカルサイコロジストとして見るのか、サイコセラピストとして見るのか、カウンセラーとして見るのかということによって変わってくると思います。つまり、心理臨床家の位置付けによって、臨床心理学あるいは心理臨床学のあり方が随分違ってくると思うんですね。クリニカルサイコロジストというのは、実証性が基本になります。データに基づいて議論するということが、大事です。これは、イギリスの概念なんですけれども、割と日本にあてはまっているのではないかなと思っています。臨床心理学というのは、いわゆる、イギリスに限らず世界的にクリニカルサイコロジストなりクリニカルサイコロジーと言った場合には、エビデンスに基づいたですね、あるデータに基づいて、アセスメントをして介入するという部分を強調するということです。そういう意味では、エビデンス、アセスメント、そして研究というということが1つの基本的態度として身につけてくるものだという風に思います。それに比較してですね、サイコセラピーいわゆるサイコセラピストというのは、ある学派の理論を非常に重視するんですね。それをいかに身につけて実践していくということが重視されているものだと思います。臨床心理学の発展過程においては、このサイコセラピーが非常に重要な役割を果たしたのは事実だと思います。その中では理論ということが重視されます。つまり、理論研究というものが重視されています。カウンセリングというのは、それに比べてですね、1人の人間性を大事にする、幅広い援助の学であるということになります。そういう違いを考える場合、カウンセリングというのは、心理学に限らず幅広く、様々な人に開かれることになっています。むしろ外国ではカウンセラーというのはサイコロジストというよりも、むしろ教育学なり社会福祉学なり看護学、ケースワーカー、それからボランティアの人々がカウンセリングをするとなっている。で、心理療法、サイコセラピストは、学派のインスティテュートに協力を受けることが特徴となる。それに対して、クリニカルサイコロジストというのは、心理学とも協力しながら教育訓練を受けて、さらにコミュニティーに関わっていくということになります。どうしてクリニカルサイコロジストがコミュニティーに関わるかということ、アセスメントが非常に重要な役割をしています。アセスメントができて方針が立てられますから、その結果としてコミュニティーの中でマネージャーとして活躍できるということになります。そこで、クリニカルサイコロジーがコミュニティー心理学ともかなり重なってきているというふうに思うわけです。

このような事を前提として、我々日本の臨床心理学はどういう方向でいくのか、クリニカルサイコロジーでいくのか、サイコセラピーでいくのか、それともカウンセリングでいくのかということ、これは大きな選択になるだろうと思われま。これは別に何を選んでもいいんですけども、日本では、伝統的にはどちらかというサイコセラピーの流れが強かったと言えると思います。しかし、あの、スクールカウンセリングという流れが出てきてカウンセリングの考え方が強くなってきている。いずれにしろクリニカルサイコロジーの流れは弱いと思うんですね。それが結果として日本において研究ということが非常に弱くなっている。ですから研究という事を考えるうえでは、クリニカルサイコロジー、いわゆる世界的な意味でいうところのクリニカルサイコロジーで考えていかざるを得ない。ここでは、一応その方向で考えていきたいです。ただ日本もこれに従うかどうかは別の話だと思います。やはり伝統というものがありますので、どうするかはまた別の話になってきます。

次はですね、教育訓練をどうするのかという話ですね。クリニカルサイコロジーというのを考えた時に、50年代60年代はクリニカルサイコロジー＝サイコセラピーであったりクリニカルサイコロジー＝カウンセリングと

いう時代もあったと思いますけども、今は時代が変わってきたことをまず確認することが必要となります。それを前提として、なぜ我々が資格ということを議論してきているのかということを考えていきたいと思います。そのような歴史の見方が臨床心理学の発展の問題と関わっていると思います。私はですね、臨床心理学の大きな流れ、発展史というのは専門活動に向かっているという風に思います。臨床心理学というのは、実践活動とそれから研究活動とそれから専門活動から成り立つと思います。それは、プラクティスとリサーチとそれからプロフェッションの3つだと思うんです。今までは、ある意味でプラクティス、しかも各学派や流派に基づいたプラクティスでよかったわけですが、それが、社会的な活動になってきた。資格をえる、あるいは、これも大きいと思うんですけども、社会的な税金を使って社会的に認知された専門活動になったとき、果たして学派に基づくものでいいのかどうかということが議論になってくると思います。社会的に認められるためにはプロフェSSIONALとして、社会的な専門活動の要素を持たなければいけないということがあります。その結果として、こちらと平行してといいますか、研究活動が重要となってくると思います。なぜ、研究活動が必要になるかということ、世界的に専門活動として臨床心理学が位置づけられる為にアカウンタビリティが必要だということがあるからです。つまり、社会の中で本当にこの活動が役に立つのかということを社会に示さなければいけないということですね。それは、どうして効果があるのかということの研究で示していくことです。それから、それだけ税金を使うわけですから、コストがどれだけかかるのか、かかったコストと効果がどれだけあるか、そういうコストパフォーマンスをチェックしていかなければいけない。そういう意味で諸外国ではですね、日本ではそういうことないですけど、諸外国ではそういう意味で研究が非常に重要になってきている。効果研究ですね。私たちの実践活動は、問題をアセスメントして介入していくことが基本になっています。その時に様々な理論が参考にされます。たとえば、コミュニティに介入する時はコミュニティ心理学や家族療法などが参考にされるわけですが、ポイントはやはり構造としてはアセスメントと介入が基本となる。そして、実践活動そのものは、何回も仮説を修正しながら介入していく。その仮説は、見立てといたり、ケースフォーミュレーションといたりするわけですが、そういう仮説に基づいて介入して、その結果に基づいて仮説を修正し、再び介入することを繰り返す。したがって、それは、実践を通しての研究といえる。つまり、我々は実践を通して様々な研究をしていると思います。事例研究というのは正にそういうことだと思います。事例検討、事例研究というのは、実践を積みながら研究していくことです。まあできるならば、それは、新しい仮説、新しい理論を作っていく、新しいモデルを作っていくというクリエイティブなものであれば、ベターであると思うんです、それが「実践を通しての研究」ですね。さらにですね、それに加えて「実践に関する研究」というものがある。つまり、さらに実践に関する研究をして、いかに実践が役に立つのか、あるいは、実践で築かれた仮説がいかにそれが実証的に裏付けられるのかという実証的な研究をする必要があると思います。実践的な研究とか調査的研究というのは、世界的にはむしろ雑誌とか外国のジャーナルを見る限りではですね、これが大勢を占めています。一事例実験研究とかメタアナリシスとかの効果研究であるとか、アクションリサーチであるとか、アナログ研究などが非常に重要になってきています。それは何故かということ、実践の活動を評価して、そしてそれを社会に伝えていくという役割があるわけです。この辺を我々がどうしていくのか、日本の臨床心理学がどういう方向へ進むかによって、こういうものを必要とするかどうか大きく変わってくるだろうと思います。少なくとも現在の時点ではあまりこれを必要とされてないですし、注目してないという風に思うわけです。

臨床心理学は、プロフェッションの活動として社会に認められようとするならば、諸外国の事例を見るならば、こういう構造になっていかなければだろうという風に思います。つまり実践があってですね、実践を通しての研究があって実践に関する研究があって、それをしっかりと位置づけて、その研究の成果を公表する、それがアカウンタビリティになるわけです。それに加えて、専門活動として教育と訓練をしっかりと。今回のテーマがまさにそうだと思います。それから、専門組織を作っていく。それから、規約と法律をしっかりと作る。それから、

倫理の問題もそこに関わってくる。このような形で我々は社会に我々のアカウンタビリティを示していく。そういう意味では研究というのは非常に重要になってくるんだというように思います。

次のテーマは、臨床心理学の中で研究をどのように位置づけるかですね。今申し上げたように、こういう機能を持っている、つまりアカウンタビリティっていうのを示していくのが1つの役割だと思いますし、もう1つは原点である我々の活動をリファームしていくといえますか、実践を通して研究をしていく。我々は別にフロイト、ユングあるいはロジャースの生まれた時代に生きているわけではありませんので我々の活動を通して、我々の立場の中で必要なモデルを作っていくというのが必要となる。そして、それをしっかり評価する研究法というのが、よい事例研究だと思います。次の課題の4というのは、実践研究の利用法と技法とは何かということです。研究というのは、単に人の真似をしてやればいいわけではなくて、そこはクリエイティブに研究の成果を創っていかねばいけません。それは、どういう理論をつくっていくかということです。こういうことは残念ながらあまり日本の心理学、臨床心理学ではいわれてないんですね。つまり、実践を通しての研究というのは質的研究法という風になるわけです。ただ事例を記述しているだけでは研究にならないわけで、そこからなにかの仮説なり理論、モデルを抽出していくという、ある種の一般化をしていかねばならない。そのときに今世界的に注目されているのが質的研究法です。会話分析であるとか、プロトコル分析であるとか、そういうものをまとめて、エスノグラフィーという。そういう概念や方法論を我々がどういう風に実践を通しての研究の中で、事例研究の中で位置づけていくかということが問われているわけです。それからもう一つは量的研究で、これは昔からある統計的研究ですけど、それがどんどん今変わってきて密接に非常に臨床心理学に近づいてきていると思います。で、一事例実験研究にみられるメタアナリシスというのは、実践を研究する方法ですが、それが今統計の1番最先端を行っている。そういう意味では統計的な流れと、それから実践に関する研究というのは同じ方向を向いているというのが世界の流れだと思います。それについて日本でほとんど議論されていないのが非常に残念なわけです。それをどういう風にしていくのか、それも日本の臨床心理学がどういう方向を選ぶかによると思うんですけども、可能性としては実践に関する研究と実践を通しての研究は、実践を通しての研究でモデルを構成して、それについて事例に関する研究で科学的に評価して、モデルを構成して、また、実践に戻っていくというこういう循環は可能だと思います。こういう発想を持っていけば、アカデミックな心理学と臨床心理学が馬鹿な対立をしている必要はない。必要はないというか暇はないという風に思うわけです。むしろ、大きな、最先端の流れは、どんどんどんどんお互いに近づいてきていると思います。これをどうするかだという風に思うんですけども、これはちょっと私の範囲内ではないのでやめます。それと結びつくのは研究実践の課題5ですね。実践研究を大学教育の中にどう位置づけるかという問題です。研究をこのように考えた時には、決して臨床の研究は大学教育の中で浮いていたりするものではなくて、むしろ心理学の研究の中で大きな位置づけを得るものだと思います。一つの流れは、先程言いましたような質的研究の流れです。それは、心理学全体の中でも大きくなっています。私は、心理学の学部の研究法の教育においても、量的な実験とか調査に加えてですね、質的研究、フィールドワーク、グランティックセオリーをしっかりと教えるべきだと思います。実際、一部の大学では教えるようになってきました。いくつかの大学ではそれを取り入れてきています。それと同時に、統計的な方法もしっかりと教育しておくことは言うまでもありません。そして、両者をどう統合するかが重要なテーマとなります。論理実証主義という量的研究法のバックグラウンドと、それから質的研究のバックグラウンドにいわゆる社会構成主義というのがあって、それをどういう風に統合していくかということをしつかりやっておかないといけません。これは今後も心理学全体がどういう風に生き残るかということにかかわってくると思います。その点では、単に臨床心理学だけの問題ではないと思います。むしろ、心理学全体が生き残る為に心理学が臨床心理学をプロフェッショナルサイコロジーとして取り入れてですね、社会の中で自分たちの心理学全体の位置づけを得ようというのが今の世界の流れだと思います。したがって、日本のように、臨床心理学とアカデミックな心理

学が喧嘩してる場合じゃないと思うんですね。こういうことも考えたうえで一体我々の研究と教育を臨床心理学だけではなくて、心理学全体の教育の中でどういう風に位置づけていくかということは考える余地は十分あるはずだと思います。少なくとも私の所では質的研究法を重視しようと思ひまして、若手研究者である能智先生に来ていただいて、学生たちも非常に関心を持ってやっています。また、論文でも質的研究法がかなり出てきています。それで、課題の6としては、これは最後に教師の意識変革、これが大事のような気がするんです。つまり、われわれは、ある意味で論理実証主義で育てられて、実験研究に慣れているわけですが、それももちろん重要ですけど、今もう次の時代に入っていて、質的研究法も含めてどういう風に新しい研究を取り入れていくのかということを知らないと学生に教えられないと思うわけです。多くの、日本の多くの論文を見ていると、論理実証主義があつてそれは臨床に役立たない、臨床は違うんだ、という話になる。そして、常にそこで闘いが起きているわけです。しかし、もうそういう時代ではないと思ひます。社会構成主義をどの様に研究として表現していくのかということ議論していった時に、我々の研究の方法論も、それから、大学教育の中の位置づけも出てくると思ひます。逆にそれをしないで古い形でやっていると、どっちが中心だどっちが基礎だとなってくる。そうになると日本の心理学、そして臨床心理学には、本当に将来はないということになる。そのような教師の意識が必要だということが1番大きな課題だと思う次第です。以上です。