

大学生の進路相談場面における 解決志向的面接技法の有効性

栗田 智未

(2007年10月4日受理)

A Study on Solution-Focused Skills in Career Counseling with University Students

Tomomi Kurita

Abstract. The purpose of this study was to experimentally compare the solution-focused skills (SFA) with basic listening skills (BL) in career counseling with university students. In experiment 1, features of SFA and BL were compared and clarified. In experiment 2, in order to examine functions of SFA, differences in responses to questions based on future-focused (SFA1) and present-focused (SFA2) SFA were analyzed. Participants were randomly assigned to SFA (SFA1, SFA2) group or BL groups. Five counseling sessions were conducted for 30 minutes with each participant on a biweekly basis. Questionnaires were administered to evaluate the effects of SFA or BL after the 5th session. Main results indicated that the SFA group, in contrast to the BL group, had higher expectations, changed cognitions of problems, and increased problem solving behaviors. In addition, SFA2 increased self-efficacy more than SFA1. However, it was not clear, whether this was a function of original SFA. Finally, some methodological problems of this study were discussed.

Key words: solution-focused skills, basic listening skills, career counseling, university students

キーワード：解決志向的面接技法，基本的傾聴技法，進路相談，大学生

問題と目的

ブリーフセラピーのモデルの1つである解決志向アプローチ (Solution-Focused Approach；以下，SFA) は，クライアント (以下，CL) にとってどういう状況になったら問題は解決したと思えるかという解決に焦点を当てるアプローチである (DeJong & Berg, 1998)。

SFA は，わが国でも1990年代から積極的に導入さ

本論文は，課程博士候補論文を構成する論文の一部として，以下の審査委員により審査を受けた。

審査委員：兒玉憲一 (主任指導教員)，深田博己，

岡本祐子

れ，精神医学や心身医学領域だけでなく，学校教育，産業の分野等広範な臨床場面で活用され評価を得ている (宮田, 1997)。その理由の1つとして，自己効力感の向上や認知の変化を促すとされるSFAの効果が挙げられる。例えば，黒丸・内田・中井 (2000) は，SFAを心療内科の外来診療に取り入れ治療を行い，自己効力感を引き出し活性化させることにより症状を改善させた。栗原 (2002) は，SFAを活用した学校カウンセリングにおいて生徒の自己効力感が向上したと述べている。また，定金 (1996) は，進路カウンセリングを行い，認知と行動の相互作用を示しながらSFAによって問題に対する認知がポジティブに変化したと報告している。上記の様な臨床報告だけでなく，対照群 (統制群) を設けた臨床研究においてもSFA

の効果は確認されている。例えば、Zimmerman, Prest, & Wetzel (1997) や Nelson & Kelley (2001) は、夫婦の関係性強化を目的としたグループセラピーや心理教育プログラムに SFA を導入したところ、夫婦関係が改善され参加者の結婚満足度が対照群に比べ有意に増加したという。但し、このような臨床報告や臨床研究には様々な問題点が指摘されている。Gingerrich & Eisengart (2000) によると、調査対象者の年齢や社会的立場の統制が不十分、統制群の設け方が不適切、SFA による介入の対象は集団が多く、SFA 本来の効果によるものか不明確である等である。要するに、SFA が CL の自己効力感を向上させ認知を変化させるという臨床報告は多数あり、統制群を設けた臨床研究も Eakes, Walsh, Markowski, Cain, & Swanson (1997) や Zimmerman et al. (1997), Nelson & Kelley (2001) はあるが、いずれも研究方法上問題があり、その効果が十分実証されているとは言い難い。

そこで本研究では、主に臨床実践で示唆されてきた SFA の有効性を自己効力感の向上及び認知の変化という観点から検討するため、実験的手法を取り入れた研究を試みる。具体的には、大学生の進路相談場面を設定し、面接者の SFA 的面接技法が実験参加者にどのような影響を及ぼすか、SFA の特徴を基本的傾聴 (Basic Listening skills: 以下、BL) の面接技法との比較を通して明らかにする。SFA と BL を比較した先行研究は見当たらないが、BL は、後述するように様々なカウンセリングや心理療法に共通した技法を抽出して体系化されたマイクロカウンセリング (Ivey, 2003) の基本的なかわり技法である。本研究では、BL を一般的な基本的面接技法として SFA と比較検討することとした。SFA は後述するように独特な質問技法が開発され細分化されているが、BL も質問技法を含んでおり、主たる質問技法として開かれた質問や閉ざされた質問として定義されていることから、質問技法という観点で SFA と BL の比較は可能であると考えられた。

本研究では2つの実験が行われた。実験1では、SFA の面接技法が BL の面接技法と比較してどのような特徴をもつのかを明らかにすることを目的とした。実験2では、SFA のどのような特徴や性質が SFA 面接の効果に影響を与えているのかを探索的に検討するため、実験1と同じ尺度を用い、SFA の質問や応答の志向性 (未来、現在) による違いを比較検討することを目的とした。

本研究では大学3年生を対象者とした。彼らにとって進路決定や職業選択は関心が高く身近な問題であると考えたためである。

実験1

1. 目的

実験1では、SFA 面接技法と BL 面接技法では、面接の効果や実験参加者の自己効力感及び問題の認知がどのように異なるかを明らかにする。

2. 方法

1) 実験計画 大学生に進路相談面接を SFA の面接技法で行う群 (以下、SFA 群)、同じく BL の面接技法で行う群 (以下、BL 群)、及び面接を行わない統制群の3群を設け、各々の効果を検討するため質問紙を用いてプリテスト・ポストテスト法で効果測定を実施した。

2) 実験参加者 A 大学3年生326名に質問紙による事前測定 (プリテスト) を行うと共に実験への協力を募った。実験の目的、内容、プライバシー保護に配慮したデータの扱い方、フィードバックの内容と方法について説明し、同意の得られた14名 (男性3名、女性11名) を各群に7名ずつ無作為に割り当てた。面接を行わない学生のうち、データに不備のあった者を除き156名から7名を無作為抽出し統制群とした。

3) 実験期間 2004年10月～2005年1月。

4) 質問紙の構成 プリテスト・ポストテスト法で施行した質問紙は、以下の尺度から構成されている。

①職業レディネス尺度: 実験参加者の進路相談面接の到達度を把握するため、下村 (1998) の職業レディネス尺度 (15項目5件法) を使用した。質問項目は「自分のつきたい職業の範囲はかなり絞れている」など。得点が高いほど職業レディネスの程度が高いことを示す。②進路選択に対する自己効力尺度 (以下、自己効力感尺度): 効力感の自己評価を把握するため、安達 (2001) の進路選択に対する自己効力尺度 (10項目5件法) を使用した。質問項目は「職業生活で何を重要視するかを明確にする」など。得点が高いほど自己効力の程度が高いことを示す。③職業選択課題認知尺度 (以下、認知尺度): 下村 (1998) の職業選択課題認知尺度 (20項目5件法) を使用した。質問項目は「職業の決定は、かなり複雑な決定だと思う」など。得点が高いほど職業選択に関する課題認知の程度が高いことを示す。④進路選択に対する結果期待尺度 (以下、結果期待尺度): 安達 (2001) の進路選択に対する結果期待尺度 (4項目5件法) を使用した。質問項目は「自分の興味や能力を理解すれば、よりよい職業選択ができるだろう」など。得点が高いほど結果期待の程度が高いことを示す。⑤進路探索行動尺度: 安達 (2001) の進路探索行動尺度 (12項目5件法) を使用した。質

問項目は「就職セミナーや企業説明会に参加する」など。得点が高いほど進路探索行動を行ったことを示す。

5) 手続き 実験群では、プリテストの約1週間後に実験参加者をSFA群とBL群の2群に分け、隔週1回、1回30分、計5回の面接を個別に実施し、5回目の面接直後にポストテストとして質問紙を実施した。統制群は、プリテストの後に面接を行わず、SFA群・BL群の終了時にポストテストを実施した。面接場所はA大学の心理教育相談室。実験参加者の理解を得てテープ録音された。面接は、実験参加者自身の進路を主題

とし、実験参加者が自発的に語る話題に沿って進められた。SFA群、BL群共に、面接者は筆者が担当した。面接者は、実験前にSFA及びBLについて各々の専門家に1年間以上トレーニングを受けた。SFAの面接技法はBerg(1994)に基づき、既に起きている解決やこれから起こる解決を明らかにすることに焦点を当て、特に行動に着目するものである。BLの面接技法は、Ivey(2003)に基づき、かかわり行動、開かれた質問、感情の反映、反復、明確化、要約等のマイクロ技法を用いるものである。これらは、カウンセリング技法の基礎をなす援助的コミュニケーションの技法

Table 1 面接者のBL面接技法

B L 面 接 技 法	【質問技法】 CoがCLを対話に誘う技法。自由な発言を引き出しやすい「開かれた質問」，“はい・いいえ”や事実で答えられる「閉ざされた質問」がある。
	【反復・言い換え技法】 CoがCLの用いた単語や文章をそのまま反復して返すことで、CLの話の内容を確認したり、明確にしたりする技法。CLが話したことの中で最も重要な語句を選び、話の本質を濃縮し、CLの発言をCoの言葉で言い直して伝える技法。
	【感情の反映技法】 CLの発言に込められている気持ちや感情を汲み取って、相手に返す技法。最も基本的な感情の反映技法は、CLの発言の中にある感情を表す言葉を反復技法を用いて返すこと。また、CoがCLの発言や非言語的なメッセージに込められている感情を適切な言葉を添えて返すことも、感情の反映技法に含める。
	【要約技法】 CLの発言の内容や感情の重要な部分をCLの言葉を用いて要約して伝え返す技法。CLの思考や感情を整理したり統合したりするのを助けると共に、Co側の理解に歪みがないかどうかをCLに吟味してもらう狙いがある。また、CLが話してきたことの重要な部分を短く具体的に繰り返してCLに伝える技法でもある。

注) Co: カウンセラー, CL: クライアント

Table 2 面接者のSFA面接技法分類マニュアル(概要)

S F A 面 接 技 法	【例外を探す技法】 問題が起きていない(例外の)状況について質問する。例外とは、問題が起こっていて当然なのに問題が起こっていないか、問題が軽減していたりする状況である。クライアントは問題という苦悩すべき状況下にいる場合、問題の起こっていることに注目するあまり、問題の起こっていない状況に対する注目・評価はほとんどなされていない。いわば、クライアントが気付いていない解決を見つけようとする質問技法。 「あなたが望む状態に少しでも近いことは、最近ではどんなことがありましたか」 「問題が起こる時とそうでない時では、どのような違いがあるのでしょうか」 「少しはましだったこと、何とかうまくやれたことはいつありましたか」
	【スケーリングで聞く技法】 CLの観察、印象、予測などを1(最低・最悪)～10(最高・最良)の尺度に置き換える技法。直感的なままで整理されていないCLの経験を数値で表現させる。また、クライアントの挙げた数値によって今後の見通しを得る。問題や困っていることの評価を具体的に数値化することでクライアントにとっての変化が明確に示されるようにするものである。 「現在の状態は、1から10のスケールでいうと、どれくらいでしょうか」 「1を最低・最悪、10を最高・理想的な状態として、今はどのくらいですか」 「スケールが1だけ上がったら、今とどんなことが違ってくるでしょうか」
	【解決の結果を聞く技法】 CLの希望に沿って問題が解決した未来を仮定して、問題の解決の結果について質問する技法。もう既に問題がなくなった将来のことを想像するように方向付け、CLの目標とする解決のイメージを作る技法。面接の目標設定にもなる。 「問題が解決したとしたら(思ったとおりの結果が得られたとしたら)、何によってそれが分かりますか」 「あなたが思った通りに変わったことに、誰が気付きますか」 「これからちょっと変わった質問をします。もし今夜あなたが眠っている間に奇跡が起きてあなたの問題が解決してしまつたします。でも、あなたは眠っていたので奇跡が起こったことを知りません。明日の朝、目が覚めた時、あなたはどんな違いから奇跡が起きて問題が解決したことに気付くでしょうか」
	【対処を聞く技法】 今までの対処法や例外の状況でどうやってそれが維持されたのか、今後どのように対処するかについて尋ねる技法。今までやってきた(これからやりたいと思う)具体的方策の有無・内容を探ねることも「対処を聞く技法」に含む。 「どうやって状況がさらに悪化しないようにしているのですか」 「どんな工夫をしたり、どんなことに気を付けたりしていましたか」 「何がよかったのでしょうか。どんなことがあったからそれができたのでしょうか」
	【賞賛】 CLがやっていることでうまくいっていることについて、CLの努力や意欲をポジティブに評価し確認する。クライアントの行動に敬意を表し、評価すること。クライアントがやっていることでうまくいっていることについて、クライアントの努力や意欲をポジティブに評価し確認する。賞賛には直接的と間接的の2種類がある。直接的とは、肯定的評価、世間一般の「褒める」と同義。相手に対して直接的によい評価を伝えること。肯定的反応、「ほー」「へー」といったいい意味での驚きや賞賛を示す反応。間接的とは、クライアントの何か肯定的なものを含んで賞賛すること。

注) Co: カウンセラー, CL: クライアント

であり、基本的かわり技法と呼ばれている。BLでは、特に感情に焦点を当てる。

6) 面接者の技法の妥当性 面接者の面接技法が各技法として妥当であったか否かを検討するため、全ての面接セッションにおいて、等間隔抽出法で抽出された3分間の面接者の応答（1事例につき計15分間）を全て逐語録に起こし、面接者の応答がどの技法に該当するか分類した。分類項目は、Ivey (2003) を基に作成したBL面接技法の4項目 (Table 1) と Berg (1994) を基に作成したSFA面接技法5項目 (Table 2)。分類者は、面接者及び臨床心理士2名の計3名であった。BLについては、面接者を含め分類者全員が兒玉 (1989) を基に長期間のトレーニングを受けていた。これに対し、SFAについては、面接者以外はまったくの初心者であった。そこで、SFAでは詳細な分類マニュアルを作成し、分類者に説明した。SFA面接において、抽出された面接者の全応答に占めるSFAの面接技法の出現率を求めたところ、平均出現率は50.9%であった。このことから、面接者がSFAの面接技法を多く使用していることが確認できた。技法分類の信頼性を確認するため、斎藤・武井・荻野・大浜・辰野 (1981) や中澤・大野木・南 (1997) に基づき、分類者間で一致率を算出する方法をとった。面接者の応答がTable 1のどの技法に該当するかについて、3名の分類者が独立に分類し、分類者間の一致率を算出した。すなわち、分類の対象になった面接者の全応答数で分類者間の分類が一致した応答数を除し100を掛けたものを一致率とした。実験参加者ごとに一致率を算出したところ、実験参加者によって56.3～80.4%であった。分類の一致しないものは協議を行い、

協議で一致したものも含めた3名の技法分類の一致率の平均は、95.5%であった。BL面接についても同様の方法で検討したところ、BL面接技法の平均出現率は100%、分類の一致率は、96.2%であった。

なお、SFA面接技法の平均出現率がBL面接技法の平均出現率に比べ低くなっているが、これは、SFA面接ではSFA面接技法がBL面接技法に含まれる質問技法や要約技法に加えて用いられるために、全応答に占めるSFA面接技法の出現率が低くなるからである。従って、必然的にBL技法の技法出現率は高くなり、SFA面接技法の出現率は低くなる。

3. 結果と考察

プリテスト・ポストテストの2時点における3群の尺度得点の平均値と標準偏差をTable 3に示した。

3群の実験参加者が均等に分かれているかを検討するため、3群の全5尺度のプリテスト得点について1要因3水準の分散分析を行った結果、いずれの尺度においても有意な効果は見られなかった。従って、3群はほぼ均等に分けられたといえる。

面接の効果を確かめるため、全ての尺度の群内の変化を検討した。各群内における尺度のプリテスト得点とポストテスト得点との間で、対応のあるt検定を行った。その結果、職業レディネス尺度においてSFA群とBL群の両群で有意差が見られた ($t(6) = -2.59, p < .05; t(6) = -2.83, p < .05$)。結果期待尺度、認知尺度、進路選択行動尺度においては、SFA群のみ有意差が見られた ($t(6) = -2.90, p < .05; t(6) = 2.19, p < .05; t(6) = -8.26, p < .01$)。一方、統制群では有意差は見られなかった。よって、面接を行ったことによる効果はあっ

Table 3 プリテスト・ポストテストの2時点における3群の尺度得点の平均値、標準偏差及び検定結果 (実験1)

	群	n	プリテスト	ポストテスト	t 値 注1)	F 値 注2)
職業レディネス尺度	SFA	7	57.57(4.61)	60.86(4.67)	-2.59*	.01
	B L	7	51.71(10.58)	56.29(9.43)	-2.83*	
	統制	7	55.29(5.59)	54.71(3.82)	.46	
進路選択に対する結果期待尺度	SFA	7	16.29(2.06)	18.29(1.50)	-2.90*	9.96**
	B L	7	15.43(2.30)	16.14(2.12)	-1.11	
	統制	7	16.71(2.50)	16.00(2.24)	1.70	
進路選択に対する自己効力尺度	SFA	7	30.43(3.41)	31.29(4.15)	-.60	.68
	B L	7	28.29(7.59)	30.57(7.41)	-1.34	
	統制	7	28.86(2.67)	28.14(2.12)	.88	
職業選択課題認知尺度	SFA	7	67.00(11.21)	60.14(8.17)	2.19*	3.74*
	B L	7	68.14(6.72)	66.29(4.35)	.76	
	統制	7	65.57(6.02)	65.42(2.51)	.10	
進路探索行動尺度	SFA	7	44.14(3.02)	52.29(2.36)	-8.26**	17.37**
	B L	7	44.00(6.22)	44.14(8.65)	-.09	
	統制	7	39.14(5.52)	40.00(4.83)	-1.44	

注1) 表内のt値は、各群内のプリテスト得点とポストテスト得点の比較の結果である。

注2) 表内のF値は、変化得点 (ポストテスト-プリテスト) に関するSFA群とBL群の2群間比較の結果である。

() 標準偏差. ** $p < .01$. * $p < .05$.

たとえられる。

次に、各尺度の得点変化にSFA群とBL群の群間で違いが見られるのかを検討した。面接技法の違いによる面接前後の変化を検討するには、面接実施前の得点の影響をコントロールする必要があるため、共分散分析を用いた。ポストテスト得点からプリテスト得点を引いた変化量（以下、変化量）を従属変数、プリテスト得点を共変量とした共分散分析を行った。結果、認知尺度、結果期待尺度、進路探索行動尺度において群間に有意な差が見られた ($F(1, 12) = 3.74, p < .05$; $F(1, 12) = 9.96, p < .01$; $F(1, 12) = 17.37, p < .01$)。よって、SFA群はBL群に比べ、職業選択課題の認知を変化させること、進路選択に対する結果期待を高めること、進路探索行動を促すことが示された。

認知の変化の背景には、SFAの質問技法の影響が考えられる。小関・中野(2000)や宮田(1997)はSFAの質問がもの見方に働きかけ変化を引き起こす重要な手段になっていると述べている。さらに小関(1996)は質問によってCLの従来の認知や問題の定義が一旦棚上げされ、新たな意味が構成されると述べている。従って、SFA面接の過程を通して、職業選択という課題の認知に何らかの変化が生じたと推察される。

SFA群ではBL群に比べ進路選択に対する結果期待が有意に高くなった。市川(2005)や若島・佐藤(1999)によれば、SFAは質問の前提が一貫して肯定であることから、原因追求から解決構築へとCLの発想の転換を生じさせ易く将来像や目標達成後をポジティブにイメージさせる、と述べているが、この点と結果期待の上昇が関連していると考えられる。

SFA群ではBL群に比べ進路探索行動が有意に増加した。これは、村上(2003)のSFAによる解決像の形成によって自己投入といった行動を容易にするという指摘に関連していると考えられる。宮田(1992)や中西(2000)によれば、目標設定が目標達成という期待を作り上げると述べていることから、この点が進路探索行動の増加と関連があるのではないかと推測される。

しかし、面接者の面接技法による相違は明確にはならなかったものもある。Sundstrom(1993)やLittrell, Malia, & Vanderwood(1995)はSFAと問題志向アプローチを比較し、面接の効果そのもの、つまり問題の改善具合については、アプローチの違いが認められなかったと指摘しているが、本実験においては、自己効力感については面接技法による相違は明確にはならなかった。従って、本実験からは、自己効力感を高める効果はSFAのみの特質であるとは言い難いとする

のが妥当であると考えられる。

実験1では、SFAの面接技法による実験参加者の変化を捉える変数として、職業選択課題の認知、進路選択に対する結果期待、進路探索行動が示唆された。しかし、SFAのどのような特徴によってこれらの変数に影響が及ぼされるのかは明らかではない。そこで、実験1で用いた尺度で面接技法の違いが一応確認できたことから、これらの尺度を用いてSFAのどのような性質や特徴が作用するのか、実験2で検討する。

実験2

1. 目的

SFAの質問技法には、将来・未来と過去・現在という2つの方向性があることが指摘されている。千葉(1999)によると、SFAの面接技法は過去のポジティブな行動への焦点付けと未来のポジティブな行動の連鎖を想起させる。遠山(1998)は、SFA面接では将来・未来のことについてイメージ形成をする仮説的側面と現実に行き起していることに目を向ける達成的側面とが同時並行していくという。さらに小関(1998)は、既にある解決を尋ねる質問と未来の解決を尋ねる質問と2つの領域に分けられるという。このように、SFAは解決に焦点を当てて、将来・未来と過去・現在の2つの方向性で問うているが、どちらの方向性を扱う方がSFA面接においてより効果的なのか、実験2で検討することとした。

実験2では、実験1と同じ尺度を用い、SFAの質問や応答の志向性(未来、現在)による違いを比較検討する。

2. 方法

1) 実験計画 大学生にSFAの未来志向の面接技法で進路相談面接を行う群(以下、SFA1群)、同じくSFAの現在志向の面接技法で進路相談面接を行う群(以下、SFA2群)、実験1と同様BL群、統制群の4群を設け、質問紙を用いてプリテスト・ポストテスト法で効果測定を実施した。

2) 実験参加者 実験1と同様、実験協力を募り、同意の得られた25名(男性4名、女性21名)をSFA1群・SFA2群に8名ずつ、BL群に9名を無作為に割り当てた。面接を行わない学生のうちデータに不備のあった者を除いた116名から9名を無作為抽出し統制群とした。

3) 実験期間 2005年5月～8月。

4) 質問紙の構成 実験1と同様。

5) 手続き 実験1とほぼ同様であった。面接者の面

接技法について。SFA1、SFA2の面接技法は、遠山(1998)、小関(1998)、千葉(1999)に基づいた。SFA1の面接技法は、これから起こる解決や行うであろう行動を明らかにすることに焦点を当てる。SFA2の面接技法は、既に起きている解決や行った行動を明らかにすることに焦点を当てる。

6) 面接者の技法の妥当性 実験1と同様の方法で行った。SFA1面接におけるSFA面接技法の平均出現率は39.8%、分類者間の分類の一致率は94.4%、SFA2面接におけるSFA面接技法の平均出現率は39.5%、分類者間の分類の一致率は93.1%であった。このことから、面接者がSFA面接技法を多く使用していることが確認できた。BL面接におけるBL面接技法の平均出現率は100%、分類者間の分類の一致率は95.4%であった。なお、実験2においても実験1と同様、分類者間の分類の一致率は実験参加者によって57.1~84.3%であり、分類の不一致については協議を行い、協議後一致したものを含めた技法分類の一致率の平均である。

3. 結果と考察

プリテスト・ポストテストの2時点における3群の尺度得点の平均値と標準偏差をTable 4に示した。

4群の実験参加者が均等にわかれているのか検討するため、4群の全5尺度のプリテスト得点について1要因4水準の分散分析を行ったが、いずれの尺度でも

有意な効果は見られなかった。従って、4群はほぼ均等に分けられたといえる。

面接の効果を確かめるため、全ての尺度の群内の変化を検討した。各群内における尺度のプリテスト得点とポストテスト得点との間で、対応のあるt検定を行った結果、SFA1群、SFA2群、BL群において有意差が見られた(職業レディネス尺度:SFA1群 $t(7) = -7.88, p < .01$; SFA2群 $t(7) = -11.80, p < .01$; BL群 $t(8) = -6.18, p < .01$ 。結果期待尺度:SFA1群 $t(7) = 9.74, p < .01$; SFA2群 $t(7) = -9.74, p < .01$; BL群 $t(8) = 6.11, p < .01$ 。進路探索行動尺度:SFA1群 $t(7) = -6.75, p < .01$; SFA2群 $t(7) = -9.62, p < .01$; BL群 $t(8) = -5.22, p < .01$)。自己効力感尺度では、SFA1群とSFA2群において有意差が見られた(SFA1群 $t(7) = -3.63, p < .01$; SFA2群 $t(7) = -5.55, p < .01$)。統制群では有意差は見られなかった。よって、面接を行ったことによる効果はあったと考えられる。

実験1を踏まえ、従属変数がSFAとBLの面接技法の違いを確認するのに妥当かどうかを検討するため、共分散分析を用いてSFA1群とSFA2群を合わせたものを仮にSFA群としてBL群と比較した。結果は、ほぼ実験1と同様であった(自己効力感尺度: $F(1, 23) = 7.28, p < .05$; 結果期待尺度: $F(1, 23) = 7.27, p < .05$; 進路探索行動尺度: $F(1, 23) = 7.21, p < .05$)。よって、従属変数はSFAとBLの面接技法の違いを捉えるのに妥当であったといえる。

Table 4 プリテスト・ポストテストの2時点における4群の尺度得点の平均値、標準偏差及び検定結果(実験2)

	群	n	プリテスト	ポストテスト	t 値 注1)	F 値 注2)
職業レディネス尺度	SFA1	8	50.50(4.69)	63.13(1.96)	- 7.88**	.88
	SFA2	8	52.50(1.93)	64.25(1.83)	- 11.80**	
	B L	9	51.44(4.03)	59.67(1.94)	- 6.18**	
	統制	9	50.89(9.61)	51.44(9.23)	- .54	
進路選択に対する結果期待尺度	SFA1	8	13.50(1.51)	16.38(1.06)	- 9.74**	1.39
	SFA2	8	14.50(1.07)	17.38(.92)	- 9.74**	
	B L	9	14.33(.71)	16.22(1.09)	- 6.11**	
	統制	9	15.89(2.08)	17.22(2.90)	- 1.41	
進路選択に対する自己効力尺度	SFA1	8	26.13(4.26)	29.74(1.83)	- 3.63**	10.16**
	SFA2	8	29.50(3.34)	33.13(2.10)	- 5.55**	
	B L	9	29.11(3.89)	30.11(2.47)	- .92	
	統制	9	27.89(4.51)	28.44(4.86)	- 1.00	
職業選択課題認知尺度	SFA1	8	65.38(7.89)	66.00(5.26)	- .28	1.05
	SFA2	8	64.13(4.91)	62.88(5.84)	.56	
	B L	9	64.56(7.86)	65.89(8.28)	- .47	
	統制	9	64.33(5.98)	64.11(4.53)	.13	
進路探索行動尺度	SFA1	8	37.75(5.04)	51.00(2.33)	- 6.75**	.06
	SFA2	8	39.75(2.38)	50.88(3.60)	- 9.62**	
	B L	9	40.89(4.51)	48.22(1.72)	- 5.22**	
	統制	9	36.44(7.85)	37.89(7.49)	- 1.46	

注1) 表内のt値は、各群内のプリテスト得点とポストテスト得点の比較の結果である。

注2) 表内のF値は、変化得点(ポストテスト-プリテスト)に関するSFA群とBL群の2群間比較の結果である。

() 標準偏差. ** $p < .01$.

次に、各尺度の得点変化にSFA1群、SFA2群の群間で違いが見られるのかを検討した。実験1と同様、変化量を従属変数、プリテスト得点を共変量とした共分散分析を行った結果、自己効力感尺度について、群間に有意な差が見られた ($F(1, 14) = 10.16, p < .01$)。よって、SFA2群はSFA1群に比べ自己効力感が高まったといえる。この結果は、小関(1998)の指摘を示唆するものといえるであろう。小関によれば、SFA2のような現在志向の質問で例外を探し出し、例外が起こっていた時の様子を尋ね情報収集を行うことは、変化を起こす能力と責任が自身にあるという前提を伝えることになり、自尊心や解決への意欲を高めるといえる。しかし、この指摘は未来志向の質問との比較で言及されておらず、実験2の結果を積極的に支持できるとはいえない。

自己効力感以外の他の側面では、SFA1群とSFA2群の違いは見られなかった。実験2では、面接技法をSFA質問や応答の志向性からSFA1とSFA2に分け、各々独立に機能するという仮説のもと行った。しかし、質問の志向性の違いという働きかける手段は違っても、働きかけている目的や本質的な部分に違いがなかったと考えることもできる。その場合、SFA1もSFA2も同様の効果があったといえる可能性がある。実験2の結果からは、質問の志向性だけでは、SFAの何がどう作用しているのかを明らかにすることは難しい。今後は、質問の志向性とは違った観点、例えば質問の目的や内容などの観点からの検討が必要である。

総合考察

1. 進路相談面接におけるSFAの意義

本研究では、進路相談場面を実験的手法を用いて設定し、SFA面接の有効性をBL面接と比較検討した。

SFA群はBL群に比べ、進路選択に対する結果期待を高め、職業選択課題の認知を変化させ、進路探索行動を促した。また、SFAの面接技法(質問技法や応答技法)の中でも現在志向技法の方が未来志向技法に比べより自己効力感を高めた。このように、本研究では大学生の進路相談におけるSFAの有効性を実証的に示すことができた。これらは、従来臨床報告等で示唆されたSFAの有効性を裏付ける試みの1つといえるであろう。

2. 本研究の限界と今後の課題

本研究では、既に各実験の考察でも述べたように、研究方法上いくつかの問題点と課題が残された。

第1に、面接技法要因の設定に関する問題である。

実験1では、SFAとBLを比較した。BLを本研究で最初の比較対象としたことは理論的には妥当であったと考えられるが、BLとの比較のみではSFAの特徴や独自の効果を十分明らかにされたとは言えない。従って、今後はBLよりもさらに焦点を絞った面接態度や技法、例えば、認知行動論的アプローチ、問題志向アプローチ、システムズアプローチ等を用いて比較する必要がある。また、実験2では、SFA1とSFA2の比較を試みたが、比較の妥当性も検討が必要である。SFAのどのような性質や特徴が作用するのかを検討するため、本研究とは異なる観点、例えば、面接技法の志向性を未来、現在、過去と3つに分ける、あるいは、質問の目的内容別に分ける等の工夫も考えられる。

第2に、面接技法の効果を測定する尺度の妥当性の問題である。例えば、自己効力感尺度と認知尺度は、実験1、2で共通して使用したが結果は異なった。従って、用いる尺度の妥当性と尺度の違いに関わらず示される結果であるか否かを検討する必要がある。さらに、本研究ではSFAによって実験参加者がどのように変化するかを捉える変数として、主に進路選択に対する結果期待、職業選択課題認知、進路探索行動を取り上げたが、今後はこれらの変数以外に、実験参加者のSFAによる変化を示す変数の存在や変数間の関連も検討する必要がある。

第3に、本研究では職業や将来のことを相談する進路相談場面に限定してSFAの特徴や効果について検討を行った。今後は、夫婦の問題(Zimmerman, Prest, & Wetzel, 1997)、子育て相談(Sharry, 1999)、教育相談(定金, 1996)等、その他の問題の相談場面を取上げ、SFAを用いることで本研究と同様の結果が相談内容の違いに関わらず示されるか否かを検討する必要がある。

第4に、本研究ではSFAの特徴と効果を量的な側面から検討した。しかし、質的な側面からの検討は報告していない。面接技法が実験参加者にどのように受止められ体験されたか、面接技法の違いで体験内容に差があるか、面接経過にどのような影響を及ぼしていたか、実験参加者の内省報告を検討し報告する必要がある。

第5に、本研究ではプリテスト-ポストテスト法によって面接直後の効果を検討したが、面接の効果の持続性は確かめていない。今後は、ポストテストから一定期間後の効果の持続性、すなわち遅延効果を測定し、検討する必要がある。また、5回の面接回数設定は、DeJong & Berg(1998)のSFAの治療成績の報告に基づいた。しかし、本研究で5回の面接で適切であっ

たかも含め、妥当な面接回数の検討も必要であると思われる。

最後に、本研究では、面接者と研究者が同一であったため、客観性を維持する観点から、面接者の技法の妥当性を第三者と一致率を算出して確認するという措置をした。しかし、それだけでは、面接者効果の統制は十分とは言えず、今後の研究においては、研究者とは異なる面接者が面接を実施する、さらには複数の面接者によるデータを収集することが必要と思われる。また、分類者間の分類一致率がBLとSFAで異なったのは、分類者の両技法の熟知度が大きく異なったためと考えられる。SFA 質問技法の独立分類の一致率が低さは、分類者への説明やトレーニングが十分ではなかったこともあるが、SFA を熟知していない分類者に、独特の質問技法を理解してもらうことが容易ではなかったのではないかと考えられる。今後は、独立分類の一致率を高めるため、より具体的かつ実践的な詳細なマニュアルを作成し、事前の分類トレーニングを十分に行う必要がある。

引用文献

- 安達智子 (2001). 大学生の進路発達過程—社会・認知的進路理論からの検討— 教育心理学研究, **49**, 326-336.
- Berg, I. K. (1994). *Family based services: A solution-focused approach*. New York: W. W. Norton. & Company, Inc. (磯貝希久子 (監訳) (1997). 家族支援ハンドブック—ソリューション・フォーカスト・アプローチ 金剛出版)
- 千葉浩彦 (1999). 解決志向行動療法—相談のエッセンスとその展開可能性— 川島書店
- DeJong, P., & Berg, I. K. (1998). *Interviewing for solutions*. US: Brooks/Cole, Pacific Grove. (玉真慎子・住谷祐子 (監訳) (1998). 解決のための面接技法：ソリューション・フォーカスト・アプローチの手引き 金剛出版)
- Eakes, G., Walsh, S., Markowski, M., Cain, H., & Swanson, M. (1997). Family centered brief solution-focused therapy with chronic schizophrenia: A pilot study. *Journal of Family Therapy*, **19**, 145-158.
- Gingerrich, W., & Eisengart, S. (2000). Solution-focused brief therapy: A review of the outcome research. *Family Process*, **39**, 477-498.
- 市川千秋 (2005). 学校臨床におけるソリューション・フォーカスト・アプローチ 現代のエスプリ, **451**, 78-86.
- Ivey, A. E., & Ivey, M. B. (2003). *Intentional interviewing and counseling: Facilitating client development in a multicultural society*. Australia Thomson Brooks/Cole.
- 栗原慎二 (2002). 学校における短期カウンセリングモデルの研究 カウンセリング研究, **35**, 30-39.
- 黒丸尊治・内田郁・中井吉英 (2000). 「心の治癒力」を引き出すという視点に立った短期療法について 心身医学, **40**, 128-133.
- 兒玉憲一 (1989). 大学生・教師・看護婦・栄養士に対するマイクロカウンセリングトレーニングの検討 総合保健科学 広島大学保健管理センター研究論文集, **5**, 69-82.
- Littrell, J. M., Malia, J. A., & Vanderwood, M. (1995). Single-session brief counseling in a high school. *Journal of Counseling and Development*, **73**, 451-458.
- 宮田敬一 (1992). 催眠療法から家族療法へ—現代のエスプリ, **297**, 160-167.
- 宮田敬一 (1997). 解決志向ブリーフセラピーの実際 金剛出版 pp14-17.
- 村上香奈 (2003). 大学生がモラトリアムを通して進路決定するためには— 聖マリアンナ医学研究誌, **78**, 101-105.
- 中西公一郎 (2000). ソリューション・フォーカスト・アプローチについて：異なる視点からの考察 ブリーフサイコセラピー研究, **9**, 75-93.
- 中澤潤・大野木裕明・南博文 (編) (1997). 心理学マニュアル 観察法 北大路書房
- Nelson, T., & Kelley, L. (2001). Solution-focused couples group. *Journal of Systemic Therapies*, **20**, 47-66.
- 小関哲郎 (1996). 解決モード—語る雰囲気の変化に注目する, 解決志向の学び方— ブリーフサイコセラピー研究, **5**, 17-27.
- 小関哲郎 (1998). 「既にある解決」と「未来の解決」—ソリューション・フォーカスト・アプローチをもっとシンプルに理解する— ブリーフサイコセラピー研究, **7**, 75-86.
- 小関哲郎・中野重行 (2000). 心療内科における Solution-Focused Approach の実践—その現状と課題— 心身医学, **40**, 106-111.
- 定金浩一 (1996). 進路カウンセリングとしてのブリーフ・カウンセリング 進路指導研究, **17**, 1-8.
- 斉藤こずゑ・武井澄江・荻野美佐子・大浜幾久子・辰野俊子 (1981). 生後2年間の伝達行動の発達—母子相互作用における発声行動の分析— 教育心理学研究, **29**, 20-29.

- Sharry, J. (1999). Toward solution groupwork: Brief solution-focused ideas in group parent training. *Journal of Systemic Therapies*, 18, 77-91.
- 下村英雄 (1998). 大学生の職業選択における決定方略学習の効果. *教育心理学研究*, 46, 193-202.
- 下山晴彦 (1986). 大学生の職業未決定の研究. *教育心理学研究*, 34, 20-30.
- Sundstrom, S. M. (1993). *Single-session psycho-therapy for depression: Is it better to focus on problems or solutions?* Unpublished doctoral dissertation, Iowa State University, Ames IA.
- 遠山宣哉 (1998). 問うことの援助的意義 —ソリューション・フォーカスト・アプローチにおける質問— *家族心理学年報*, 16, 176-188.
- 浦上昌則 (1995). 学生の進路選択に対する自己効力に関する研究. *名古屋大学教育学部紀要*, 42, 115-126.
- 若島孔文・佐藤宏平(1999). ソリューション・フォーカスト・アプローチではコミュニケーション上, 何が行われているのか? *ブリーフサイコセラピー研究*, 8, 80-60.
- Zimmerman, T., Jacobsen, R., & Watson, C. (1996). Solution-focused Parenting Groups: An Empirical Study. *Journal of Systemic Therapies*, 15, 12-25.
- Zimmerman, T., Prest, L., & Wetzel, B. (1997). Solution-focused couples therapy groups: An empirical study. *Journal of Family Therapy*, 19, 125-144.