

「カウンセリング自己効力感尺度 (Counselor Activity Self-Efficacy Scales)」日本語版作成の試み

葛 西 真記子

(キーワード: カウンセリング, カウンセラー, 自己効力感, 臨床心理士養成)

【はじめに】

今日、心の問題・心の病などへの人々の関心は高まり、臨床心理学やカウンセリングを学びたい、これを専門にした職場で働きたいという者は増加している。しかし実際に「心の専門家」としての国家資格はまだなく、様々な学術団体が資格を制定し認定している状況である。その中で現在最も活躍しているのは「臨床心理士」であろう。「臨床心理士」とは、「心の専門家」であり、医療・保健、福祉、教育、司法・矯正、産業等の国民生活全般に関係する領域に関わる資格である。1988年に心理臨床に関連のある16の学術団体の総意に基づいて、「日本臨床心理士資格認定協会」が設立され、「臨床心理士」の資格認定が開始された。同時に「臨床心理士」養成のための教育体制が確立した。そして、1996年に臨床心理士資格に関する大学院研究科専攻課程（修士）の指定運用内規が制定され、第1の大学院指定校が誕生した。2004年現在、「臨床心理士」養成の指定大学院は、全国で104校となった。

このような状況の中で「臨床心理士」が専門職としてさらに発展していくためには、「学問としての統一性と体系性を形成し、それにもとづいて社会的活動としてのアカウンタビリティ（説明責任）を社会に提示し、社会的に認められる専門職としての機能を確立しなければならない」（下山，2003）。そのためには「臨床心理士」の訓練方法について、各学派・各理論を超えて、ある程度統一したものが必要になってくる。現在、それぞれの大学院では、毎年数名から数十名の大学院生を対象に様々な講義、演習、実習が行われており、臨床心理士やカウンセラーを目指す大学院生の成長過程の理解と、その成長を促進する効果的な訓練方法を模索している。そのためには、彼らの成長過程を客観的に測定する方法が必要である。しかし日本においては、どのような養成課程やシステムが効果的かを論じるものがほとんどで（藤原，2002，2003；畠瀬・小林・白石，1999；高岡，1998）、実証的な研究はまだ見られない。北米では、一つの主要な流れとしてカウンセラーの成長や発達をカウンセラー自己効力感という側面から研究されてきた。カウンセ

ラー自己効力感とは、カウンセリングに関する行為を行うことができ、特定の臨床事例に対応することができる能力についての自信の程度を表すものである（Larson & Daniels, 1998）。このような自己効力感は、心理療法を行っているときのカウンセラーの認知、情動、反応に影響を及ぼし、また、心理療法家の職業選択にも関係してくる（Heppner, O'Brien, Hinkelman, & Flores, 1996）。カウンセラー自己効力感を測定する尺度を用いたこれまでの研究では、臨床家の成長段階との相関や、カウンセラー役割に対する満足感との関係が示されてきた。しかしこの尺度に対して、Lent, Hackett, and Brown (1998) は初心者に対して高度なカウンセリングの知識を想定しすぎている、自己効力感より個人の価値を問う内容になっている、より複雑なカウンセリング技術や状況を測定できないというような点で改善が必要であるとしている。また、カウンセラーの成長や援助技法等についての理論的な裏付けが必要であることも指摘している。そこでLent, Hill, and Hoffman (2003) は、カウンセラー自己効力感尺度の改訂版である「カウンセリング自己効力感尺度 (Counselor Activity Self-Efficacy Scales: CASES)」を作成した。この尺度は、Hill & O'Brien (1999) の援助技法モデル理論に基づいた基本的なカウンセリング技法を行うことに関する効力感や、理論に左右されない基本的なカウンセリング技法（クライアントの見立てやケースマネジメントなど）に関する効力感、より高度で複雑な臨床例への対応に関する効力感を測定するように構成されている。第一の援助技法モデル理論に基づいた基本的なカウンセリング技法に関する自己効力感は、「援助スキル自己効力感 (Helping Skill Self-Efficacy)」と呼ばれ、Hillら (1999) がカウンセリングの過程を①探索過程、②洞察過程、③行動過程にわたるものに基づいて、それぞれの段階で典型的に用いられるカウンセリングのスキルからなり、それをどの程度効果的に行う自信があるかを問うものである。この基となっている理論は、フロイト理論、ユング理論、行動療法理論、経験理論などの理論と、Carkhuff (1969) や Egan (1986) によって提唱されたカウンセリングの基本的な理論を統合したものである。第二の理論に左右されない基本的なカウンセリング

技法に関する自己効力感は、「セッションマネジメント自己効力感 (Session Management Self-Efficacy)」と呼ばれ、基本的なカウンセリング技法を用いて一般的なカウンセリング面接を運営できるかどうかを問うものである。第三のより高度で複雑な臨床例への対応に関する自己効力感は、「カウンセリング課題自己効力感 (Counseling Challenges Self-Efficacy)」と呼ばれ、訓練過程にある初心者のカウンセラーがたいていの場合、困難さを感じる臨床例にどの程度対応できると思うかを問うものである。そして Lent ら (2003) は、これらの尺度の信頼性と構成概念妥当性・併存的妥当性について実証し、カウンセリングの実習の前後でカウンセリング自己効力感が変化することや、臨床経験の少ない者と多い者を弁別することが可能であることを示した。

そこで本研究は、この「カウンセリング自己効力感尺度」の日本語版を作成し、その信頼性と妥当性について検討することを目的に行った。そして、大学院での訓練・養成による大学院生の成長や発達を客観的に測定できる尺度を提示することによって、より効果的な訓練方法について考察することも目的とした。

【対象と方法】

1. 対象

本研究の対象は、A 本学大学院修士課程に在籍し臨床心理学を学びかつ併設の心理教育相談室にてケースを担当する者であった。A 大学大学院修士課程は 2000 年度より臨床心理士養成のための指定大学院に認定されており、これまでに数多くの臨床心理士や臨床心理士受験資格者を養成してきた。臨床心理学関係のカリキュラムの構成は、臨床心理学、臨床心理面接、教育臨床、精神医学、学校精神保健、カウンセリングなどに関する講義、臨床心理査定や臨床心理技法に関する演習、臨床心理実習、面接指導実習などからなっている。また、修士課程 1 年次後期頃より併設の心理教育相談室で臨床事例を 2～5 ケース程度を担当する。それらの担当ケースに関して個別やグループのスーパービジョンを受け、ケースカンファレンスで発表することも義務づけられている。また、学外の養護施設、学校、病院等で実習を行っている者も多い。大学院生は定期的な研究会や勉強会に積極的に参加したり、全国的な学会にも多数参加している。彼らの訓練・養成を担当している教員は、11 名で、うち臨床心理士が 10 名、精神科医が 3 名である (両資格保持者も有り)。教員の理論的オリエンテーションや専門分野は、多岐に渡り (精神分析、ユング心理学、人間性中心療法、認知行動療法、非行臨床、ゲシュタルト療法など)、大学院生は多くの理論・技法を学ぶことが可能な環境にある。

上記のような大学院にて臨床心理学を学んでいる者が本研究の対象となった。内訳は修士課程 1 年生が 50 名、2 年生が 46 名であった。修士課程在学学生には、学部を卒業後すぐあるいは 1, 2 年後に大学院に進学した者 (ストレートマスター) と、現職教員である者、学部卒業後他の領域等で就業経験のある者に大きく分類される。修士課程 1 年生のうち、ストレートマスターは 31 名、現職教員は 14 名、その他の就業経験者は 5 名であった。修士課程 2 年生のうち、ストレートマスターは 30 名、現職教員は 11 名、その他の就業経験者は 5 名であった。

修士課程 1 年生に対しては、修士課程入学後 4 月中のオリエンテーションにおいて質問紙を配布し、後日回収した。修士課程 2 年生に対しては、4 月中の「臨床心理学研究Ⅱ」の講義において配布し、回収した。

2. 方法

まず初めに、「カウンセリング自己効力感尺度」の日本語訳を行い、臨床心理学を専門としている第三者によってその内容が検討された。その結果、もとの意味が伝わりにくい項目や基の意味とずれがある項目を修正し、また、日本の環境に適するように「例」を加え「カウンセリング自己効力感尺度」の日本語版を作成した。

調査の質問紙は、「カウンセリング自己効力感尺度」の 3 下位尺度あわせて 41 項目と、他に本研究では分析に用いなかったが、「スーパーバイザーとの作業同盟尺度 (SWAI)」と「ハーディネス尺度」から構成されていた。「カウンセリング自己効力感尺度」の中の「援助スキル自己効力感 (Helping Skill Self-Efficacy)」下位尺度 (15 項目) の回答方法は、「次週のカウンセリングにおいてあなたの担当しているクライアントに以下の援助スキルを効果的に使うことができるかどうかについて、どの程度自信があるかこたえてください」との教示のもとに、「全く自信がない：1」から「とても自信がある：7」の 7 件法で答えてもらった。「セッションマネジメント自己効力感 (Session Management Self-Efficacy)」下位尺度 (10 項目) の回答方法は、「次週のカウンセリングにおいてあなたの担当しているクライアントに以下の技法を効果的に使うことができるかどうかについて、どの程度自信があるかこたえてください」との教示のもとに、同様に 7 件法で答えてもらった。「カウンセリング課題自己効力感 (Counseling Challenges Self-Efficacy)」下位尺度 (16 項目) の回答方法は、「次週のカウンセリングにおいてあなたの担当しているクライアントのタイプ・問題・状況について、効果的にカウンセリングを行うことができるかどうかについて、どの程度自信があるかこたえてください。」との教示のもとに、同様に 7 件法で答えてもらった。

修士課程 2 年生は、現在、大学併設の心理教育相談室において臨床事例を担当している者がほとんどであるの

で、そこでの事例を思い浮かべて答えるよう教示した。修士課程1年生は、入学したばかりでまた臨床事例を担当していないので、「仮に現在担当するとすれば」という状況を想定して回答してもらった。

【結 果】

本研究の目的は、「カウンセリング自己効力感尺度」の日本語版を作成し、その信頼性と妥当性について検討す

ることであった。そこでまず、対象全体の各項目の平均と標準偏差を算出した(表1)。その結果、「援助スキル自己効力感」では、「注意の集中」や「傾聴」など基本的なカウンセリングスキルに関する項目は平均点が高くなっていた。「ロールプレイ」や「宿題」といった具体的な行動スキルに関する項目では、平均点が低くなっていた。「セッションマネジメント自己効力感」では、平均が偏っていた項目は見られなかった。「カウンセリング課題自己効力感」においては、クライアントの「虐待経験」

表1 項目別平均・標準偏差

尺度名と項目番号	全体平均	標準偏差	1年生平均	標準偏差	2年生平均	標準偏差	t 値
援助スキル自己効力感							
1 注意の集中	5.26	1.08	5.16	1.04	5.37	1.12	-0.95
2 傾聴	4.40	1.10	4.30	1.13	4.50	1.05	-0.88
3 言い換え	3.68	1.25	3.68	1.20	3.67	1.32	0.02
4 開かれた質問	3.52	1.22	3.46	1.23	3.59	1.22	-0.51
5 感情の反射	3.83	1.22	3.72	1.23	3.96	1.21	-0.95
6 探索のための自己開示	3.78	1.38	4.14	1.34	3.39	1.33	2.75**
7 意図を持った沈黙	3.55	1.60	3.44	1.43	3.67	1.78	-0.71
8 挑戦	2.85	1.39	2.76	1.24	2.96	1.55	-0.69
9 解釈	2.85	1.35	2.72	1.21	3.00	1.49	-1.01
10 洞察のための自己開示	3.16	1.44	3.46	1.28	2.83	1.54	2.20*
11 即時性	3.54	1.30	3.54	1.25	3.54	1.36	-0.01
12 情報提供	3.60	1.37	3.42	1.23	3.80	1.50	-1.38
13 指示的ガイダンス	3.22	1.38	3.00	1.25	3.46	1.49	-1.64
14 ロールプレイやリハーサル	2.35	1.30	2.47	1.19	2.22	1.41	0.94
15 宿題	2.53	1.38	2.60	1.31	2.46	1.46	0.51
セッションマネジメント自己効力感							
1 焦点付け	2.93	1.09	2.64	1.05	3.24	1.06	-2.79**
2 ニーズに対応	2.76	1.25	2.42	1.14	3.13	1.26	-2.90**
3 探索の手助け	3.31	1.30	2.98	1.12	3.67	1.40	-2.67**
4 深いレベルでの探索	3.27	1.43	2.96	1.23	3.61	1.56	-2.25*
5 自分の言動	2.58	1.30	2.34	1.15	2.85	1.41	-1.92†
6 目標設定	3.15	1.40	2.86	1.23	3.46	1.52	-2.11*
7 理解の手助け	3.35	1.37	3.00	1.26	3.73	1.41	-2.68**
8 概念化	2.78	1.22	2.68	1.20	2.89	1.23	-0.85
9 介入の目的の明確さ	3.10	1.31	2.78	1.15	3.46	1.39	-2.58*
10 行動の手助け	3.02	1.22	2.66	1.26	3.41	1.07	-3.15**
カウンセリング課題自己効力感							
1 抑うつ	2.94	1.28	2.76	1.22	3.13	1.33	-1.42
2 性的な虐待	2.09	1.17	1.96	1.12	2.24	1.21	-1.17
3 自殺願望	2.33	1.23	2.18	1.17	2.49	1.29	-1.22
4 ト라우マ	2.53	1.21	2.38	1.26	2.70	1.15	-1.28
5 不安な状態	2.82	1.32	2.40	1.13	3.26	1.37	-3.33**
6 思考障害	2.00	1.07	1.86	1.09	2.15	1.03	-1.35
7 CIに対して性的な魅力	3.21	1.64	3.22	1.68	3.20	1.61	0.07
8 自身の問題	2.27	1.37	2.20	1.41	2.35	1.34	-0.53
9 価値観や信念の対立	3.47	1.43	3.14	1.53	3.83	1.24	-2.41*
10 異なる	3.75	1.38	3.52	1.46	4.00	1.25	-1.72†
11 内省的でない	3.21	1.26	3.00	1.31	3.43	1.19	-1.69†
12 CIから性的な魅力	3.06	1.51	3.02	1.52	3.11	1.51	-0.29
13 否定的な感情	2.99	1.36	2.86	1.23	3.13	1.49	-0.98
14 行き詰まり	2.61	1.20	2.40	1.11	2.85	1.26	-1.85†
15 要求	2.99	1.26	2.62	1.19	3.39	1.22	-3.13**
16 操作的行動	2.85	1.28	2.64	1.29	3.09	1.24	-1.73†

† $\rho < .10$, * $\rho < .05$, ** $\rho < .01$

「自殺願望」「トラウマ経験」「思考障害」に関して平均がかなり低くなっており、効果的にカウンセリングをする自信がない院生が多かった。

次に「カウンセリング自己効力感尺度」の3つの下位尺度別に主因子法・バリマックス回転による因子分析を行った。その結果、「援助スキル自己効力感」(表2)からは、固有値が1.00以上の3つの因子を抽出した。Lentら(2003)の研究でも3つの因子が抽出されており、それぞれは、Hillら(1999)の援助スキルモデル理論の3つのカウンセリング過程である①探索過程、②洞察過程、③行動過程と一致していた。しかし本研究の結果では、第1因子は、「宿題」「ロールプレイ」「指示的ガイダンス」「情報の提供」など第3の行動過程の援助スキル4項目と、「解釈」「挑戦」などの第1段階の探索過程の援助スキル2項目から成っていた。これらの項目は、カウンセラーからの積極的な介入を意味するものであり、「探索・介入」因子と命名した。第2因子は、「注意の集中」「傾聴」「言い換え」「開かれた質問」「感情の反射」など第2の洞察過程の5項目と「意図を持った沈黙」「即時性」などの第1段階の探索過程の2項目から成っていた。これらの項目は、クライアントができるだけ自己開示や洞察ができるようなカウンセラーからの促進行為であり、一般に、カウンセラーはこのような態度をとると捉えられている内容であり、「洞察促進」因子と命名した。第3因子は、「洞察のための自己開示」「探索のための自己開示」の第1の探索過程の2項目から成っていた。Hillら(1999)によるとカウンセラーの適切な自己開示はクライアント自身による探索を促進するという理論や研究に基づいているのでこれらの項目は探索過程援助スキルに

含まれるのである。しかし、本研究では、これらの自己開示に関する項目のみが集まって1つの因子となっていたので、「自己開示」因子と命名した。それぞれの因子の内的整合性を調べるために、クロンバッハの α 係数を算出したところ、第1因子が0.88、第2因子が0.82、第3因子が0.75となり、ある程度の信頼性が示された。

「セッションマネジメント自己効力感」の因子分析(主因子法・バリマックス回転)の結果からは、固有値が1.00以上の因子は1つしか抽出されなかった(表3)。全ての項目の因子負荷量は高く、10項目の α 係数は、0.94であり高い信頼性が確認された。

「カウンセリング課題自己効力感」の因子分析(主因子法・バリマックス回転)の結果からは、Lentら(2003)の結果と同様に2つの因子が抽出された(表4)。第1因子は、困難なクライアントの課題に関する全6項目とカウンセラーとの葛藤関係の中でも特に難しいクライアントに関する2項目からなっていたので、「クライアントの問題」因子と命名した。第2因子は、すべて「カウンセラーとの関係葛藤」に関する項目から成り立っていたので、「カウンセラーとの関係葛藤」因子と命名した。それぞれの因子の内的整合性を調べるために、クロンバッハの α 係数を算出したところ、第1因子が0.92、第2因子が0.89となり、高い信頼性が確認された。

次に、1年間の臨床心理学の講義、演習、実習を経験し、実際の臨床事例も担当している修士課程2年生と臨床心理分野の大学院に入学したばかりで講義、演習、実習を未受講の修士課程1年生の「カウンセリング自己効力感」の違いを見るために3つの下位尺度の平均点ごとにも検定を行った(表5)。「援助スキル自己効力感」尺

表2 援助スキル自己効力感尺度の因子分析結果

項目	因子1	因子2	因子3	共通性
15. 宿題(次の面接までにCIができるような治療的な課題を考え、与える)	0.738	0.053	0.243	0.606
14. ロールプレイや行動リハーサル(面接中にCIができるように援助)	0.734	0.004	0.282	0.619
13. 指示的ガイダンス(提案、指示、助言などを与える)	0.708	0.277	0.069	0.583
9. 解釈(言語化した以上の内容やCIが行動、考え、感情を言語化)	0.659	0.412	0.204	0.645
8. 挑戦(CIが気づいていないずれ、矛盾、防衛などを指摘)	0.647	0.416	0.365	0.724
12. 情報提供(データ、意見、事実、諸資源、質問に対する教示や、提供)	0.502	0.385	0.083	0.407
2. 傾聴(CIが伝える内容をとらえ、理解する)	0.052	0.781	0.040	0.614
4. 開かれた質問(CIの探求の助けとなる質問)	0.302	0.664	-0.065	0.537
5. 感情の反射(CIの感情を強調して、繰り返したり言い換えたりする)	0.181	0.651	0.112	0.469
1. 注意の集中(身体的にCIの方へ向く)	0.010	0.577	0.158	0.358
3. 言い換え(簡潔で具体的で明確にCIの言ったことを言い換えたりする)	0.261	0.557	0.103	0.389
11. 即時性(CI、治療関係に関連した自分自身の即時の感情を伝える)	0.259	0.455	0.304	0.367
7. 意図を持った沈黙(CIの内省を促すための沈黙)	0.338	0.394	0.203	0.310
10. 洞察のための自己開示(自分が過去に経験した洞察を開示する)	0.396	0.184	0.744	0.744
6. 探索のための自己開示(自分の過去の経験、資格、感情を開示する)	0.169	0.084	0.691	0.513
固有値	6.123	1.938	1.156	
寄与率	40.82	12.92	7.71	
累積寄与率	40.82	53.74	61.45	
α 係数	0.88	0.82	0.75	

表中の項目内容は、実際のものより省略してある。

表3 セッションマネジメント自己効力感尺度の因子分析結果

項 目 内 容	因子 1	共 通 性
7. CIが自分自身の思考、感情、行動について理解するのを助ける。	0.860	0.740
6. CIが現実的なカウンセリング目標をたてるのを助ける。	0.824	0.679
10. CIの問題に合わせて、どのような行動をとったらいいかを決定するのを助ける。	0.819	0.671
1. セッションを「軌道に乗った」状態に保ったり、焦点を合わせたりする。	0.816	0.665
2. ある時点で、CIのニーズに合わせて最もよい援助スキルで応答する。	0.807	0.651
3. CIが自分の思考、感情や行動を探索する手助けをする。	0.795	0.632
8. CI自身、あるいは、そのカウンセリングの問題について明確な概念化ができる。	0.740	0.548
5. CIが話した後に自分が何をすべきか、何を言うべきかわかっている。	0.723	0.523
4. CIが自分の悩みについて「深い」レベルで話すのを助ける。	0.687	0.473
9. 面接中、あなた自身の意図（介入の目的）がはっきりしている。	0.677	0.458
固有値	6.42	
寄与率	64.24	
α 係数	0.94	

表中の項目内容は、実際のものより省略してある。

表4 カウンセリング課題自己効力感尺度の因子分析結果

項 目 内 容	因子 1	因子 2	共 通 性
3. CIに自殺願望がある。	0.757	0.239	0.630
4. CIが最近トラウマを経験した。(身体的、もしくは心理的な損傷や虐待)	0.741	0.356	0.675
2. CIが性的に虐待された経験がある。	0.728	0.279	0.609
5. CIが非常に不安な状態である。	0.665	0.364	0.575
1. CIが抑うつ状態である。	0.635	0.367	0.538
6. CIに重篤な思考障害の兆候がある。	0.615	0.304	0.471
8. あなた自身が、対処するのは難しいと感じている問題をもっている。	0.552	0.485	0.539
16. 面接中に操作的な行動を示す。	0.542	0.535	0.580
15. 助言や面接の頻度など、あなたが与えるより多くのことを要求する。	0.537	0.505	0.544
9. あなた自身の基本的価値観、信念と対立するような価値観や信念を持っている。	0.261	0.835	0.766
10. あなたといろいろな面で異なる。(性、年齢、社会階級、民族)	0.343	0.797	0.753
12. あなたに性的な魅力を感じている。	0.366	0.635	0.538
11. 「心理学的思考」や「内省的」でない。	0.394	0.607	0.524
7. CIに対して、あなた自身が性的に魅力を感じている。	0.220	0.588	0.393
14. 治療に行き詰まりを感じている。	0.513	0.540	0.555
13. CIにあなたが否定的な反応をもっている。(退屈やいらいら)	0.377	0.535	0.428
固有値	8.69	1.24	
寄与率	54.32	7.73	
累積寄与率	54.32	62.05	
α 係数	0.92	0.89	

表中の項目内容は、実際のものより省略してある。

表5 尺度・因子別差の検定結果

尺度名・因子名	1 年 生		2 年 生		t 値
	平 均	標準偏差	平 均	標準偏差	
<u>援助スキル自己効力感尺度</u>					
探索・介入因子	2.85	0.96	2.98	1.19	-0.60
洞察促進因子	3.90	0.93	4.04	0.80	-0.81
自己開示因子	3.80	1.18	3.11	1.26	2.78**
<u>セッションマネジメント自己効力感尺度</u>	2.73	0.98	3.36	0.99	-3.09**
<u>カウンセリング課題自己効力感尺度</u>					
クライアントの問題	2.32	0.98	2.79	0.91	-2.37*
カウンセラーとの関係の葛藤	3.01	1.18	3.36	0.97	-1.58

* $\rho < 0.05$, ** $\rho < 0.01$

度の「探索・介入」因子、「洞察促進」因子では、有意な差が見られなかったが、「自己開示」因子では、修士課程1年生の方が1%水準で有意に高かった。項目ごとのt検定も行った(表1)が、「自己開示」以外の項目では、すべて有意な差は見られなかった。「探索・介入」「洞察促進」因子や項目では、有意ではないが修士課程2年生の方が得点が高くなっており、訓練や経験によって少しずつあがっていると考えられるが、「自己開示」は未受講・未経験の1年生の方が高く、一般的な援助者のイメージは、自分の経験を語り、人の悩みを癒したり解決したりするというものであることを表していると思われる。カウンセラーとしてではなく、友人や知人として悩みや問題を聞くときはほとんどの人がこのような姿勢で対応すると考えられる。それに対して、臨床心理分野の修士課程で講義をうけたり、実践を行い、その指導(スーパービジョン)を受ける中で、「自己開示」の難しさを痛感し始めたのが2年生だったと考えられる。Jourard(1971)やJacobs(1995)が示しているように、カウンセラーの「適切な自己開示」はクライアントにとって有効な探索促進要因と成りうるのであるが、それを自信を持って行うには、さらに経験や実践が必要になってくると考えられる。

「セッションマネジメント自己効力感」尺度では、1%水準で有意に2年生の方が高かった。基本的なカウンセリングの面接を効果的に運営・遂行する自信が1年間の経験によって身に付いたのであろう。項目別に見ても「クライアントの問題の明確な概念化」以外のすべての項目で有意に2年生の方が高かった。明確な概念化というのは、適切な見立てであり、理論的に臨床事例を理解できるということであるので、2年生も1年間の経験ではまだそこまで自信が持てないのであろう。

「カウンセリング課題自己効力感」尺度では、「クライアントの問題」因子では5%水準で有意に2年生の方が高かったが、「カウンセラーとの関係葛藤」因子には2年生の方が得点は高いものの、学年に差は見られなかった。これは1年間の経験によって様々な難しいクライアントのタイプ・問題・状況に対して効果的にカウンセリングを行うことができるという自信が身に付いていたことを示している。具体的に項目別にみると、不安な状態のクライアント、価値観の違うクライアント、異なるクライアント、内省的でないクライアント、治療に行き詰まりを感じるクライアント、要求的なクライアント、操作的なクライアントに対しては、1年生よりは、自信をもって対応できると思っている。しかし、点数の平均点は、2~4と自信がない方に偏っていた。また、抑うつ状態のクライアント、性的虐待経験のあるクライアント、自殺願望のあるクライアント、トラウマを経験したクライアント、思考障害のあるクライアント、性的な魅力を持っ

ていたり、自分に対して感じていたりするクライアントには、1年生も2年生も同様に自信をもって対応することはできないと感じていた。これらのクライアントは、病体水準や心理的な傷つきが重たいクライアントであったり、自らの逆転移反応が引き起こされ、うまく対応することが困難に感じるクライアントのようである。しかし、クライアントの問題というよりは、カウンセラー自身との関係性で難しいと感じる場合は、2年生でも自信を持って対応するほどには至っていなかった。例えば、自分が性的な魅力を感じたり、クライアントから性的な魅力を感じられたり、クライアントに否定的な感情を持ってしまったり、クライアントがカウンセラー自身と価値観や信念で異なる点が多かったり、内省的でない場合などはどう対応していいのかわからないと感じ、自分の対応にも自信がまだ持てていないようであった。

【考察と今後の課題】

1. 考 察

本研究の目的は、「カウンセリング自己効力感尺度」の日本語版を作成し、その信頼性と妥当性について検討することであった。その結果、この尺度の3つの下位尺度である「援助スキル自己効力感」と、「セッションマネジメント自己効力感」「カウンセリング課題自己効力感」では異なった信頼性や妥当性が示された。まず、「援助スキル自己効力感」に関しては、因子分析の結果、Lentら(2003)のものとは異なった構造となった。LentらはHillら(1999)の援助技法モデル理論に基づいて基本的なカウンセリングの過程(初期・中期・後期)にカウンセラーが行うであろうスキルからこの下位尺度を作成した。これは理論や学派を越えた基本的なカウンセリングのスキルであり、カウンセリングの目標は、「クライアントが自分自身の苦痛な状態を探索し、より理解できるように、そしてクライアントが自分自身や状態を改善できるよう具体的な方法がとれるように手助けすることである」としている。そして、カウンセリングは①クライアントが自分の問題を探索し(探索過程)、②何が問題なのかを洞察し(洞察過程)、③それにもとづいて新しい行動を起こす(行動過程)という過程を経て進んでいくと考えるのである。本研究で抽出された3因子は、「探索・介入」「洞察促進」「自己開示」であり、カウンセリングの過程で考えると、①洞察促進、②自己開示、③探索・介入となる。つまり、まず初めに、じっくりクライアントの話に集中傾聴し、クライアントの感情を反射したり、言い換えたり、沈黙することもある。カウンセラーからは開かれた質問を行い、クライアントの話に対して抱いた感情などを即座に返していくのである。そして、カウンセリングが進んでくると、クライアントの話に関係した自

分自身のことを自己開示することによって、さらに、クライアントの探索や洞察を深めるよう努める。最後に、クライアントの問題解決に関連して、具体的に宿題を出したり、行動のリハーサルを行ったり、助言・指示・情報を与えたり、解釈したり、直面化を行ったりする。このような違いは、カウンセリング過程についての考え方の文化的な相違が影響しているのかもしれないが、日本におけるカウンセリングには、来談者中心療法の影響がかなり強く、傾聴、感情の反射、言い換えなどがカウンセリングの中心技法として一般にとらえられているところがあるからなのではないだろうか。西園 (1983) が「日本の臨床心理士は解釈らしい解釈をほとんどせず、受け入れるために、陽性の関係はできるが、一向に根本的な変化はしない」と指摘するように、解釈や直面化をすることがほとんどなく、クライアントを傾聴・受容していることが多くなっているであろう。つまり、構造的には、「援助スキル自己効力感」の日本語版に関しては、オリジナルとは異なっていたが、構成概念妥当があると考えられる。また内的整合性も高く、信頼性も示された。しかし、1年生と2年生の差は介入・探索と洞察促進では見られず、訓練・研修の成果を測定する尺度としては改良が必要であることが示唆された。また自己開示に関しても1年生の方が高くなっており、カウンセラー側からの自己開示を行わないという原則を2年生はきびしく受け止めていたのではないだろうか。カウンセラー側からの適切な自己開示は、クライアントの探索や洞察を促進することもあるということは、1年間の講義や演習、実習では実感することができず、さらに臨床家として経験を積む必要があるであろう。

次に、「セッションマネジメント自己効力感」であるが、本研究の結果から、Lentら (2003) の結果と同様に強い1因子構造が示された。また、入学したばかりの1年生より2年生の方が、得点が高くなっており、訓練・研修による大学院生の成長や発達をはかる尺度としての妥当性と信頼性が示された。この尺度は、「援助スキル自己効力感」の個別のカウンセリングスキルとは異なって、基本的な様々なカウンセリングスキルを総合して面接を運営できるかどうかという自信を測定するものであり、理論・学派に関係ない一般的なカウンセリングの側面の発達を測定することができる尺度となった。

最後の「カウンセリング課題自己効力感」は、Lentら (2003) の研究と一致して「カウンセラーとの関係葛藤」と「クライアントの問題」という2つの因子構造となっていた。クライアントが示す様々な困難な課題に対しては、1年生と2年生の差は実証され、2年生もまだ半年ほどしか臨床事例を担当していないが、1年生より自信をもって対応することができると感じていた。しかし、カウンセラー自身との葛藤から生じてくる困難な課題には

1年生と2年生の差はなく、2年生の時点ではまだ自信を持って対応することができないようであった。困難なクライアントの課題に関しては、大学院生の成長や発達をはかる尺度として妥当性と信頼性が実証された。

しかし、全体的には本研究での得点は低く、北米の実習を経験する前の学生の平均点が3.84で、15週間の実習後が4.58であったのに対して、本研究の1年生の平均点が2.95、2年生が3.12であった。これは日本人が謙遜的であり、自信の程度を低く捉える傾向があるということもあるが、訓練・研修の方法にも改善する課題があることを示唆していると思われる。

臨床心理士養成の指定大学院は、その大学院の修了生が臨床心理士の試験にどの程度合格するかどうかという合格率によって、その訓練・養成過程が効果的かどうかが決まるという考え方もあるだろう。しかし、合格率の低いことを受験者の資質や勉強の足りなさ起因すると考え、自らの養成過程を改善しようとしなくてもいいのではないだろうか。確かに、後者のような場合も存在するだろう。しかし、合格率も訓練・養成過程の評価の一つの指標であると捉え、本研究でその妥当性や信頼性が実証された客観的な尺度を用いて、大学院生の発達や成長の段階を明確に認知し、それにあわせて、訓練・研修の方法を改善していく必要もあると考える。

下山 (2003) が述べているように、「臨床心理士」の養成は修士課程の2年間であるが、高度な専門職業人を養成するには、2年間は短すぎ、修士課程修了後も継続して発達のための訓練が必要になってくる。そのため、臨床心理士資格の取得は、臨床家としてのスタートラインにたったのだと捉え、一人前の熟練した臨床家となるためには、資格取得後のさらなる研修を積んでいく必要がある。

2. 訓練の課題

本研究の結果から示唆される訓練の課題であるが、まず、理論や学派を越えた基本的な実践活動の技能が何であるかを明確にし、援助者としての基本的な技能を身につけられるよう講義、演習、実習を構成する必要がある。それによって、どんなクライアントの問題・状況に対しても基本的な臨床活動を行うことができるようになるだろう。その上で、クライアントの問題・状況別により効果的な対応方法を身につけ、それに伴って様々な理論や技法を習得していくことが必要であり、そのようなシステムの訓練過程を作る必要がある。この段階がないと、思考障害のあるクライアントや自殺願望のあるクライアントに対しても、傾聴と感情の反射だけを行い、取り返しのつかない事態を引き起こしかねない。また、自分が困難を感じるクライアントのタイプや問題を自覚し、それにうまく対応することができないのであれば、他の専

門家にリファアーすることが倫理的であることも教えなければならぬ。カウンセリングの訓練過程では困難や葛藤に直面することが多く（佐治, 1996; Lushington & Luscri, 2001; Truell, 2001), それを乗り越えられるようなサポートシステム（サポートグループや、スーパーバイザー、メンターなど）も訓練する側は考慮に入れておく必要がある。

3. 今後の課題

本研究の結果から、明らかとなった今後の課題について以下にまとめた。

- ① 本研究では「カウンセリング自己効力感尺度」の日本語版を作成し、その内容を検討したのであるが、カウンセリング過程に基づいた基本的な援助スキルに関する尺度はさらに検討が必要である。
- ② 本研究は横断的な研究であったので、縦断的に成長・発達過程を見ていくことによって、尺度の妥当性が増すと考える。また、大学院2年間の修了時や、修了後年数のたった臨床心理士との比較も必要である。
- ③ カウンセリング自己効力感の高い人は、実際に効果的なカウンセリングを行っているのかどうかを、カウンセリングの成果との関連や、クライアントの満足度などの観点から研究する必要がある。
- ④ 大学院生の成長や発達の過程には、何が影響するのか、どのような実習や訓練が効果的なのか、どのような困難を経験するのか、また、その困難な状況をどのように乗り越えることができるのか、どのようなサポートが必要かなどについての研究も必要である。

【引用文献】

- Carkhuff, R. R. *Human and helping relations (Vols.1 & 2)*. New York: Holt, Rinehart & Winston, 1969.
- Egan, G. *The skilled helper (3rd ed.)*. Monterey, CA: Brooks / Cole, 1986.
- 藤原勝紀 臨床心理士養成に関する実践研究課題の焦点, 京都大学大学院教育学研究科附属臨床教育実践研究センター紀要, 6, 2002, 29-40.
- 藤原勝紀 臨床心理士養成大学院の教育研究体制と臨床実践指導研究分野の新しい展開, 京都大学大学院教育学研究科附属臨床教育実践研究センター紀要, 7, 2003, 27-36.
- 畠瀬 稔・小林 剛・白石大介 武庫川女子大学大学院臨床教育学研究科におけるカウンセラー養成・研修システムの構築, 臨床教育学研究, 5, 65-85, 1999.
- Hepner, M. J., O'Brien, K. M., Hinkelman, J. M. & Flores, L. Y. Training counseling psychologists in career development: Are we our own worst enemies? *The Counseling Psychologist*, 24, 1996, 105-125.
- Hill, C. E. & O'Brien, K. M. *Helping Skills: Facilitating exploration, insight, and action*. Washington, DC: American Psychological Association, 1999.
- Jacobs, T. Discussion of Jay Greenberg's paper. *Contemporary Psychoanalysis*, 31, 1995, 237-245.
- Jourard, S. M. *The Transparent Self*. New York: Van Nostrand Reinhold, 1971.
- Larson, L. M. & Daniels, J. A. Review of the counseling self-efficacy literature. *The Counseling Psychologist*, 26, 1998, 179-218.
- Lent, R. W., Hackett, G., & Brown, S. D. Extending social cognitive theory to counselor training: Problems and prospects. *The Counseling Psychologist*, 26, 1998, 295-306.
- Lent, R. W., Hill, C. E., & Hoffman, M. A. Development and validation of the Counselor Activity Self-Efficacy Scales. *Journal of Counseling Psychology*, 50, 2003, 97-108.
- Lushington, K. & Luscri, G. Are Counseling Students Stressed? A cross-cultural comparison of burnout in Australian, Singaporean, and Hong Kong counseling students, *Asian Journal of Counseling*, 8, 2001, 209-232.
- 西園昌久 精神分析治療の展開, 金剛出版, 1983.
- 佐治守夫 カウンセラーの〈こころ〉 みすず書房, 1996.
- 下山晴彦 臨床心理実習の理念と方法 下山晴彦(編) 臨床心理実習論, 誠信書房, 1-36, 2003.
- 高岡文子 日本におけるスクールカウンセラーの養成に関する一考察: 米国大学院におけるスクールカウンセラー養成プログラム経験をもとに, 東京大学大学院教育学研究科紀要, 38, 327-336, 1998.
- Truell, R. The stresses of learning counselling: six recent graduates comment on their personal experience of learning counselling and what can be done to reduce associated harm, *Counseling Psychology Quarterly*, 14, 2001, 67-89.

A Study of Japanese Version of Counselor Activity Self-Efficacy Scales

Makiko KASAI

The purpose of this study was to develop a Japanese version of the Counselor Activity Self-Efficacy Scales through an analysis of their reliability and validity across a Japanese sample. The data for this study were collected from a sample comprising 50 first-year and 46 second-year graduate students pursuing their Master's degrees. The results indicated that a marginal difference existed between the Japanese and the original samples in the factor construction of the "Helping Self-Efficacy Scale." The "Session Management Self-Efficacy Scale" and the "Counseling Challenges Self-Efficacy Scale" exhibited identical factor constructions in these two samples, and the reliability and validity of these scales were also indicated. The scores of the latter two scales could be utilized to differentiate between students with differing levels of counseling experience. Implications for future research and training applications were considered.