

題目

「自己志向・他者志向自我状態の治療的变化」

著者

西川和夫* *三重大学

掲載誌

交流分析研究（日本交流分析学会） 1999年、第4巻、第2号、pp.159-168

分類

臨床的応用研究

問題および目的

先行研究（西川 1997）において、カウンセリング来談者が訴える主観的苦痛の特徴が異なる症状類型間で、自己志向・他者志向エゴグラム（旧称 MIE、新称 IUE）尺度上に弁別的な差異の見られることが確かめられた。カウンセリングを必要としない健常群との比較においても、来談者群は IA（自己志向 A）を除く自己志向および他者志向機能的自我状態のすべてについて、適応的自我状態下位尺度において有意に低く、不適応的に機能する下位尺度において有意に高い値を示した。

治療的な介入による症状改善に伴い、自我状態の機能が適応促進的に変化することが報告されている（山本ら 1982 ほか）。本研究は、症状改善をもたらす治療的介入の効果について、自己志向自我状態と他者志向自我状態の両面にわたる適応機能促進効果を検証する。

方法

カウンセリング群：心理カウンセリングに来談し、カウンセリング開始時と終結時の両時点でエゴグラム MIE（新称 IUE）に回答した 20 名（男 17 名、女 3 名、平均年齢 31 歳、平均面接回数 12 回、平均測定間隔 4 か月）。症状タイプの構成は「対人緊張症状」を中心に、「不安・抑うつ症状」、「パニック・混乱症状」が混在している。

健常群：集団一斉方式で前後 2 回にわたり MIE に回答した大学生 166 名（男 60 名、女 106 名、平均年齢 19 歳、平均測定間隔 3 か月）を健常群とした。

カウンセリング技法：インテーク時に実施したエゴグラムの結果をクライアントに示し、症状とエゴグラム特徴の関連を説明した。症状改善に有効と思われる低い自我機能の活性化と高い自我機能の活用方法を両者で検討した。交流分析の他に解決志向アプローチや認知行動療法、ゲシュタルト療法の技法を適宜折衷して適用した。

結果および考察

症状の訴えの変化：カウンセリング前には、「人前で緊張」、「悪い評価を恐れる」などの対人緊張症状の訴えが 80%、70% と最も高く、次いで不安・抑うつ症状の出現率が高かった。カウンセリング後は、「人前で緊張」が 80% から 20% に低下し、他の症状出現率はすべて 5% 以下となった。

肯定的変化：インテーク時には語られなかった「緊張・不安の低減、リラックス感」80%、「積

極性・挑戦意欲」55%など、肯定的な反応が高い割合で出現した。一方で「積極的対人交流」(15%)、「他者への配慮」(10%)というように、他者との肯定的関係促進行動は低い出現率であった。

自我状態の変化：健常群はすべての下位尺度において、期間の前後に有意な差は見られなかった。症状群のカウンセリング前の尺度値は健常群に比較して、自己志向のICP (M=8.45、 $p<.05$)、INP (M=6.35、 $p<.001$)、他者志向のUNP (M=8.30、 $p<.001$)、UFC (M=7.25、 $P<.001$) が有意に低く、自己志向 IAC (M=11.65、 $p<.001$) が有意に高かった。カウンセリング後はカウンセリング前に比較して、自己志向 ICP (M=10.35、 $p<.05$)、INP (M=9.90、 $p<.001$)、他者志向 UNP (M=10.00、 $p<.001$)、UA (9.40、 $p<.01$)、UFC (8.75、 $p<.05$) が有意に上昇し、自己志向 IAC (M=7.35、 $p<.001$) が有意に低下した。UFCを除き、すべての下位尺度について、カウンセリング後は健常群との差が消失した。

典型事例：対人不安を主訴とする女子高校生。カウンセリング前は自己志向次元でICPとINPが低くIAとIFCが高く、特にIACが極端に高い値を示した。他者志向自我状態ではUACが極端に高い値であり次いでUNPがやや高く、UCPとUA、UFCは低い。カウンセリングに伴い自己志向自我状態はICP、INPが劇的に上昇し、IACは逆に劇的な低下を示した。他者志向自我状態では、UNP、UA、UFCが顕著に上昇し、UACは低下した。自己志向次元では中間の4回目ですでに顕著な変化が見られたが、他者志向次元では初回と中間のエゴグラムに差は見られず、9回目終結時に初めて大きな変化が現れた。

考察：1) 症状出現率と肯定的反応出現率の変化から、カウンセリング前の心理的苦痛の訴えは、カウンセリング終了時には大幅に減少し、対照的に、肯定的で健康な心理状態の報告が増加したことが分かる。2) カウンセリングによって自己志向自我状態の機能は、自己否定的で不安が強く防衛的な状態から安定感・安心感が高まる方向に変化した (IACの低下)。自己成長的な目標達成意識が高まり (ICPの上昇)、自己信頼、自己肯定的構えが強化された (INPの上昇)。他者志向自我状態は、他者に対して肯定的で温かい態度が機能するように変化した (UNPの上昇)。外界の現実に対して客観的合理的に対処する傾向が確実になり (UAの上昇)、自由な活動、感情表出が活性化した (UFCの上昇)。クライアントの自己概念が、自他肯定的で社会的に健康な関係性を促進する状態に変化したことが確かめられた。3) 典型事例においては、カウンセリングの早い段階から自己志向自我状態が適応的に変化し、他者志向自我状態は遅れて改善的变化を示した。クライアントの心理状態と適用される治療技法の相互作用により、自己志向自我状態あるいは他者志向自我状態のどちらかが、先に変化する可能性が示唆された。

(要約者：西川和夫)