

# 質的研究法による事例研究の試み

## －クライアントにとっての自律訓練法の意義と その心理的受容についての予備的検討－

宮 崎 隆 穂

An attempt of case study by the qualitative method

Takao Miyazaki

### はじめに

#### 質的研究法と量的研究法

量的にはとらえられない人間の生の現実を調査・研究するための方法論として、近年<質的研究法>が注目を浴びている。質的研究法に対置される概念が量的研究法であるが、量的研究法は自然科学一般の方法論の主流を占めるものであった。フッサールは、ガリレイが自然科学を体系化していく中で、本来不均質で多様な感性的性質を持っている自然現象を、数学的な測定の対象として加工した、と述べている。こうして<科学的な>研究の対象として数量化して測定できるものが優先的に取り上げられることとなり、自然科学の量的・継続的發展のスピードが飛躍的にあがったのは周知のとおりであるが、小田<sup>(2)</sup>はこの点に関して、事物にさまざまな意味を与えることによって構築された「生活世界」に関する研究は数量化された世界の下位に置かれ、正統な研究の対象とされてこなかった、と考察している。質的研究法は、正統な科学研究からはずされ、隠蔽された「生活世界」、言い換えれば、量的にはとらえられない人間の生の現実を、研究の俎上に乗せるための方法論であると位置付けられる。

#### 質的研究法の発展

質的研究法は、多様な理論的立場や研究手法の総称であり、必ずしも一枚岩の堅固な論理構成を持った手法でもない。フリックによると、データ収集法として半構造化インタビュー、ナラティブ・インタビュー、参与観察などがあり、それらのデータを扱い分析するための手法やコンセプトとして、グラウンデッド・セオリー・アプローチ、会話分析、ナラティブ分析、エスノグラフィーなど多様なものがある。しかし、質的研究の一つの共通前提として、世界は人間によって多様に意味づけられているという認識があるとされている<sup>(2)</sup>。つまり質的研究法によって研究を行う場合、われわれの認識している世界とそこに包含される現象は、一義的に（あるいは客観的に）数値化し、還元したり、交換することは原則的に難しいことになる。こうした認識を踏まえて研究の焦点は、事象そのものを理解し操作しようというよりも、人間が事象に与えている意味を理解し解釈することに当てられる<sup>(2)</sup>のである。

人文・社会科学だけではなく、医学・看護学にまたがって展開するこの分野は、さまざまなテーマ

についての(量的な数量化になじまない)研究に着手し始めている。小田によれば、1990年代以降、日本において質的研究法は、もともとの馴染みであった文化人類学、社会学、看護学といった領域をこえて教育学領域(教育社会学、教育心理学を含む)や、現場心理学の名のもとに質的研究を統合しようとする動き<sup>(4)</sup>が見られた、とされている。研究の対象に人間や人間に対する実践がかかわる領域ならば、量的な研究手法の効用と限界にはいずれ関心が向けられ、それに代わる研究手法への待望論が沸き起こることはむしろ必然であろう。たとえば、ソーシャルワークの領域においても、社会福祉サービスの利用が契約に基づく時代になり、サービス内容について情報開示とともに説明責任が求められ、こうした時代における実践記録のあり方が質的研究手法の紹介とともに論じられ、20年以上前からすでに質的研究法への意識があったことが言及されている<sup>(5),(6)</sup>。また、2004年には「質的心理学会」も立ち上がり、査読付の質的研究手法による心理学専門雑誌が刊行されている現状である。今後、心理学の領域でもますます研究手法としての質的研究法はその重要性を増してくるものと推測される。

### 臨床心理学と質的研究法

では心理学の領域の中でも、本来研究の対象として人間を取り上げ、人間に対する実践を行う第一番手と思われる臨床心理学における状況はどうだろうか？ 臨床心理学や精神医学に限らず、症例の呈示やそれに対応する心理療法的試みの提示の方法として、「事例報告」が行われてきており、現在に至るまでその伝統は続いている。「事例報告」は優れた質的研究法であるべきであるし、またそうした優れた過去の試みも数多いことは枚挙に暇がない。ストラウスとコービンによるグラウンデッドセオリーの解説書の中でも、事例分析と質的研究法の異同を問うている個所があるが、この問いに対する答えが、事例そしてその分析とは何を意味するのかという問題に左右されると断った上で、分析のプロセスがはっきりと定義されていることが質的研究法が質的研究法たる所以であると解説している<sup>(7)</sup>。すなわち事例報告では、扱う問題や方法は質的研究法と重なるが、分析のプロセスに関して未整備な状況であることが示唆される。この問題に関しては臨床心理学の領域の中でも30年程前から議論されてきたようである。1977年に刊行された臨床心理ケース研究<sup>(8)</sup>の巻末に「臨床心理学におけるケース研究」というタイトルで編者の鼎談が掲載されている。編者は、河合隼雄、佐治守男、成瀬悟策という当時でもおそらく学会をリードする立場であったろう3者である。以下は引用である。

河合 今度「臨床心理ケース研究」という雑誌を出そうかという話が自然発生的に出てきたといってもいいんですけども、そのときになんとなくそういう感じを持っていたわれわれが3人集まってきたわけです。そのときにケース研究ということを中心にやってゆこうというふうに提案したのが私なんですけど、ここで特にケース研究ということを中心にやってゆこうと考えたことの意味からだんだん掘り下げていくといろんなことが出てくると思うんです。＜中略＞

成瀬 僕は河合先生のご提案を聞いたときに考えていたのは、臨床心理というか臨床心理学というか、おそらくすべての原点みたいなものがケースだということ。ケースとケース研究とは一応区別する必要があるかもしれませんが、いずれにしてもケースとケース研究が必要であり、そこから臨床心理学がもういっぺん反省され、積み上げられていく必要がある。われわれは何かよその国からそれをいただいたようなことになっているので、もう一度出発しなおす必要があるだろうというふうに考えて乗ったんです。＜中略＞

成瀬 こういうケース研究の中から、どのように一般的な法則を見つけられるか、あるいはそのケースをどのようにすれば一般化できるか。そういう問題は臨床心理学でこれから考えていく必要があると思うんです。統計みみたいな論理ではない論理があるかどうかということですね。

河合 だから、成瀬先生と私は違っているようだけれども、さっき言われたような言い方をすると、非常によく似てくると思うんです。つまり、データを非常に細かく見ていくとか……

確かに臨床の場合、下手なセラピストというのは現象を見てないわけでしょ。〈中略〉

河合 個々のことを書いているんだけど、そこに浮かび上がってくる全体のパターンというのは何かに共通するという意味で一般性をもつんじゃないか、というふうに言ったわけです。

成瀬 そこを僕はちょっと違うように考えているんです。まだその全体というのはよくわかっていないけれども、僕は一部分だけについて、一般化の可能な事象があればそれを明らかにしていくのがよいというわけ。具体的な臨床記録のうちの一部だけについて、そこで何が起こったか、もう一つ違った次元の、ある記述をするわけです。だから、違った次元できる、一般化可能な別の言い方をするわけです。これを資料とよべば、その資料の整え方なり、記述の仕方なりを臨床心理ではもう少しきちっとする。それができれば、それだけでもかなり共通性を持ちうるし、一般化の手続きが可能になるという気がするんです。〈中略〉 いずれにしても、非常に複雑ですとか何とかということ、たとえばこういうケース研究の論文の書き方も、ケースの捨て方、拾い方で、僕らもこれはトレーニングをあんまり受けなかったせいもあって、ちょっと困るわけですね。こんなようなことで今後少しずつ型が決まればいいんじゃないでしょうかね。

佐治 臨床心理学におけるケース研究、あるいは、ケースの検討を充分にやるのが臨床のはじめであり、また最後だということについては、誰しもが異存がないわけです。ただしその具体的なあり方なり、その必要にして十分な条件は何かということ、皆が探し求めていかなばならぬものだと考えます。

引用したテキストの中で、三者が語っているように、臨床心理学におけるケース研究の重要性とその具体的な方法論への希求は当時から切実なものがあつたようだが、実際の臨床心理学におけるケース研究の方法論模索の試みは遅々としたものだったとの印象が筆者にはある。ごく最近2000年代になって質的研究法が臨床心理学の教科書に取り上げられたり<sup>9)</sup>、実践的な試みが出始めてはいるが、それまでの20年ほどの歳月の間には、ケース研究を原著として積極的に採用する専門学術雑誌の創刊はあつたもののケース研究方法論の議論はあまりなされていなかったように思われる。

### 本研究の目的

以上のようにこれまで質的研究法の概略と発展を臨床心理学との関連で述べてきたが、意識的に質的研究法を導入して事例研究を試みた例は国内ではまだまれである。そこで本研究では、自律訓練法を用いた臨床例の事例研究を、質的研究法のひとつである、グラウンデッドセオリーを参考にして行う。自律訓練法はシュルツによってはじめられ、日本でも心身医学領域をはじめ広く行われている技法である<sup>(10)</sup>。従来の事例研究法や基礎的な研究はこれまでも数多く行われているが、自律訓練法をクライアントがどのように受容するのか、またクライアントにとっての意義はどのように語られるのかという点に焦点を絞って検討することを目的とする。また質的研究法による事例研究の利点、問題点などを考察したい。

## 方法

### 対象と方法

本研究では、心療内科で外来診療が行われ、自律訓練法を適用した自験例を分析対象とした。ここで行われている治療構造は、クライアントは通常外来で医師の診察を受け、必要と認められたときに心理士（筆者）へ心理療法の依頼されるという構造となっていた。分析は、カルテ記録や面接時のメモを材料に行われた。質的研究法の枠組みでいえば、フィールド・ノーツに当たるものと思われる。通常自験例での面接は、一週間に一回50分の契約で行われ、面接終了後できるだけ早い段階でカルテ記録が作成された。質的研究法における聞き取り調査に当たるものはここではそれぞれの面接に当たる。直接面接法による非構造的なインタビューでもありと考えることができる。必要に応じて生育歴などの聴取も行ったが、この部分はナラティブインタビューにおけるライフヒストリーの聴取であると考えられる。

本研究は理論的立場としては象徴的相互作用論に依拠した質的研究法を研究上の方法論としている。語り手であるクライアントと聞き手である心理士の相互作用を通して探求された、心理療法という場で導入された自律訓練法を受容の過程とその意義について、主観的な意味の理解が重要視されるからである。象徴的相互作用論に依拠するならば、自律訓練法の経験の意味は語り手であるクライアントの視点から主観的に構成され、聞き手である心理士との関係性に従って生成し、相互の解釈の過程において変化していくと考えられる<sup>(11)</sup>。

倫理的配慮については、研究目的に限り、話者が特定できない形で公表されることがクライアントに口頭で承認されたケースのみ、分析対象とすることで行われた。

## 結果と考察

クライアントにおける自律訓練法を受容の語り：対処可能感－自分にとってはまるでお守りのようなものになってきた

事例：A（27歳、男性、会社員）

診断名：パニック障害（広場恐怖を伴う）

受療行動履歴：一般内科を経て、当該病院へ

正直に言って最初は、こんなことをして役に立つのだろうか？という疑問はありましたよ。まあ実際一番最初にやったときは、座った姿勢でth.(セラピスト)に声かけをしてもらって、薄暗い中でやったのと思うんですけど。なんか催眠みたいでかっこいい、と思ったことは事実だし、実際やってみたら確かに腕とか重い感じがありました。でも家に帰って一人でやってみるとあまり感じがつかめないし、こんな悠長なことをしていても突然発作が来たときに役に立つかなあと思ってました。

まあでも、最初の方で自分がきちんと症状に対して向き合って努力するというのを約束した手前、大体一日2、3回練習してきちんと記録もつけてということを2、3週間続けてたら大分一人で練習するときの感じがつかめてきました。習慣化したというか。発作自体のほうは幸いあまり実際おきることはなくなってきてたので、まあそれは薬のおかげかもしれませんけど(笑)で外出訓練をはじめるときのときには、なんていうか自律訓練が自分にとってはお守りのようなものなんだという感じがしてきたんです。

この対象は、広場恐怖を伴うパニック障害と診断され、実際には最初の発作発生場所が通勤の電車内であったこともあり、電車を避けるようになり通勤に支障をきたすということで来談したものである。医師からはSSRIなどの投薬治療を受ける一方、心理療法の適用ということでオーダーされた。th.としては比較的本人の社会生活が良好に保たれていること、なにかしら自分でも努力したいという意欲にあふれていたことから、リラクゼーションとして自律訓練法を適用し、一方で外出訓練と称して電車に乗れるまでのプログラムを組んで、行動療法的アプローチをとることにしたわけである。経過は良好であり、外出訓練による成果が出始めたあたりで語られたエピソードである。本人の語りからは、最初は懐疑の段階を経て、それでもまじめに努力した自己の行為の報酬として、外出訓練時の心のよりどころ「お守り」のようなものではないかという、内省が読み取れる。こうした「お守り」というクライアントのヘルスリソースは、おそらくは自己効力感やアントノフスキーが提唱する首尾一貫感覚(SOC)のうち対処可能感(manageability)にあたるだろうと考えられた<sup>(12)</sup>。現在自律訓練法に関する事例報告から自己効力感や対処可能感について言及したものは少ない<sup>(13)</sup>。今後こうしたモデルがどの程度まで一般化できるのか、それともまったく違うモデルに発展するのか研究を進めたい。

#### 事例研究を質的研究法で行うことの利点・問題点

質的研究法が本来目的とするものが理論検証ではなく、インタビューで収集されたデータに基づく仮説理論の生成に重点を置くことを考えると、事例を対象に研究を行う場合の形式上の類似は事例研究が質的研究によって導入されやすいことを意味するものと思われる。本研究においても、データの記録の手法やナラティブの語らせ方においても類似の原則が認められた。ただし、問題設定のあり方によってはデータの記録に関してはより厳密なデータを、たとえばビデオ撮影や音声記録などからテキストデータとして掘り起こすなど、採取する方法を模索しなければならないと思われるが、量子力学における観測問題のように、音声記録や映像記録の保存に関しては最低限クライアントの同意が必要であるし、また同意が得られたとしても記録を保存するという状況が面接そのものに影響(特に悪影響)を及ぼすことは十分に考えられることなので注意が必要である。他にも単純に技術的な問題、少し期間の長い心理療法を対象にするとたとえ1ケースでも莫大なデータ量になることはすぐ想像がつく。ジュードメルセンが言及しているように「助けてくれ!テキストの中で窒息してしまう!」という事態になりかねない。われわれは研究を行うにあたってのコストとテキストの正確性についての限

界を意識しながら結果の解釈に勤めなければならないだろう。

非常にプラクティカルな問題に言及すれば、つい先だって医療心理士ならびに臨床心理士法案の国会審議提出についてもめた経緯があるが、いずれ心理専門職への世間の注目（何か災難が起こればすぐさまに「心の専門家」が派遣されるような世相を見ても）からすれば、国家資格化への動きは本格化するものと思われる。もしそうした状況が現実のものとなった場合、前述のソーシャルワークの領域と同様に、臨床心理士の「サービス内容」についての情報開示とともに説明責任を求められる時代が早晚来るものと思われる。事例研究に質的研究法を導入する利点、あるいはそもそもそのように思い立った動機としては、こうしたプラクティカルな側面もある。

今後本研究は、グラウンデッドセオリーに依拠して、理論的な飽和に達するまで雪だるま式サンプリング（自律訓練法を適用とするケースは、原則的に向こうからやってくる。量的研究法におけるランダムサンプリングや無作為割付は、倫理的観点から見ても臨床心理の現場における現状にそぐわないだろう）によって段階的なサンプリングを行い、極端な事例、典型事例、デリケートな事例について分析を行いながら、単なる帰納論理にとどまらない仮説生成（abduction<sup>(3)</sup>）を目指すこととなる。おそらくこれまでの事例報告による研究が玉石混交であった背景には、方法論に対する意識があまりにナイーブだったことがあるのではないと思われる。自らがとっている方法論に対する懐疑、一般化可能性、研究自体の信頼性、妥当性の問題は量的研究とまったく同じ基準でいいのかそれとも独自の基準があるのか？こうした問いに答えるためにも、事例研究に質的研究方法を取り入れることが議論の発端になることを強く望むものである。

質的研究法によってたつということは、少なくとも事例についての観察や事例をしっかりと行うという基本に関しては、相違があるわけではない。それに加えて、事例をしっかりと観察することによる新たな仮説生成のためのエキスパートシステムを利用するようなものであろう。ニュートン（林檎の木の逸話の真偽はどうであれ）やピアジェなど「観察の天才」がどのようなことを行って彼らの理論を形成したのかなぞろうとする努力をすること（たとえそれがかなわぬものであるかもしれないが）は、決して不毛なことではないであろう。最後にシモーヌ・ヴェイユの兄で数学者集団ブルバキの一員でもあった、アンドレ・ヴェイユが来日の際日本の数学者たちに語ったとされる言葉を引用して拙論を締めくくりたい。

「君たちもガウスのように始めたまえ。すぐに自分がガウスではないことがわかるだろう。だがそれでもいい。ガウスのように始めたまえ。」

## &lt;引用・参考文献&gt;

- (1) フッサール E. 「ヨーロッパ諸学の危機と超越論的現象学」細谷恒夫, 木田 元(訳): 中央公論社, 1995(原著1936)
- (2) 小田 博志 「質的研究とミーニング・ベイスト・メディスン」心身医学, 44(4), 2004, p. 258 - 262
- (3) ウヴェ・フリック 「質的研究入門」小田博志, 山本則子, 春日常他(訳): 春秋社, 2002
- (4) やまだ ようこ編 「現場(フィールド)心理学の発想」新曜社, 1997
- (5) 根本 博司 「実践記録の現状と課題」ソーシャルワーク研究, 31(3), 2005, p. 4-13
- (6) 志村 健一 「グラウンデッド・セオリーにおける記録 - 理論生成を目的とした記録の方法と意義 - 」ソーシャルワーク研究, 31(3), 2005, p.14-19
- (7) Strauss, A. & Corbin, J. Basics of qualitative research 2<sup>nd</sup> ed. Sage Publications, Inc., 1998: 「質的研究の基礎 - グラウンデッド・セオリーの開発の技法と手順」操 華子, 森岡 崇(訳): 医学出版, 2004
- (8) 臨床心理ケース研究編集委員会編, 河合隼雄, 佐治守男, 成瀬悟策 「臨床心理 ケース研究 1」誠信書房, 1977
- (9) 下山晴彦, 丹野義彦編 「講座臨床心理学 2 臨床心理学研究」東京大学出版会, 2001
- (10) 佐々木雄二 「自律訓練法の臨床」岩崎学術出版社, 1996
- (11) 鈴木勝己, 辻内琢也, 辻内優子, 熊野宏昭, 久保木富房 「心身医療における“証言に基づく医療” - 文化人類学による質的研究(第2報) - 」心身医学, 45(12), 2005, p.908-914
- (12) Antonovsky, A. UNRAVELING THE MYSTERY OF HEALTH : How People Manage Stress and Stay Well, 1983: 「健康の謎を解く - ストレス対処と健康保持のメカニズム」山崎喜比古, 吉井清子(訳): 有信堂高文社, 2001
- (13) 田村英恵 「緊張時の吐き気に対する自律訓練法の適用」立正大学心理学研究所紀要, 2003, p.69-74

