

《修士論文要旨》

青年期ストレス・不安に対する MSSM法の臨床的意義について

～MSSM法実施群と言語面接実施群の比較～

草 間 理 恵 子*

1. はじめに

非言語的療法に関する多くの研究の中でその有用性が示されている。非言語療法の有用性を補完するためにも非言語的療法の臨床的意義を検討する必要があると考えられる。

2. 問 題

非言語療法の中でも山中（1984）のMSSM法はクライアントに創造性が生み出され、その想像力が心理的な力を発揮してゆく原動力となってゆくとされている。なぐり描きを用いた心理療法は被験者に与える緊張や不安が軽微であることが指摘されているが、MSSMの有効性に関する事例研究の多さに対して、青年期ストレスや不安への関連に関する量的実証研究は多くなされていない。

3. 目的

本研究ではMSSM法とストレス・不安の関連性を検証するためMSSM実施群と比較対照群である言語面接実施群を設定し、青年期のストレスや不安の変化を概観する。また、MSSMを実施することで青年期に体験される内的葛藤が表現し易くなり、さらに主体性が育まれ心理的回復へ向かうためストレスや不安の軽減が期待されるのではないか。また、表現されたものの無意識の可視化により自己の内観が深まると仮説を立てた。

4. 方法

4-1 研究協力者

20歳から25歳までの大学生、大学院生32名であった。MSSM群19名（男性8名、女性11名）、言語面接群13名（男性6名、女性7名）であった。

4-2 手続き

1週間に1回程度、所要時間約1時間程度、全3回の面接を行った。面接前後に質問紙の回答を求めた。1回の面接毎に実施後、感想を半構造化面接と自由記述で求め、内容に関してはグラウンデッド・セオリーを参考に分析を行った。

4-3 質問紙

不安尺度であるPHRF、ストレス尺度であるSTAI日本語版、YG性格検査の情緒尺度の104項目で構成した。

4-4 MSSM法実施群

A4版の画用紙1枚に面接者がサインペンで枠とりした後、協力者にマンガのコマ取りのように、6コマから8コマ位にコマ割りするよう教示し、一方が線を描き他方が線を見て絵を描いた。2コマ目から役割交代しながら行い、最後のコマには今まで出てきた全てのコマを使い物語を作ってもらった。

4-5 言語面接群

3回の面接を行うことと、面接の時間は協力者に何を語ってもよいことを伝え面接を行った。

5. 結果

5-1 量的分析

t検定を用いて分析を行った所、MSSM群ではYG性格検査下位項目「抑うつ」においてMSSM実施後に得点が高くなり5%水準で有意な差が見られた。またSTAIの特性不安がMSSM実施後に減少し、1%水準で有意な差が見られた。言語面接群ではPHRFの得点が面接実施後に有意に低下しており、下位項目の分析においては「疲労・身体反応」が面接実施後に減少し1%水準で有意な差が見られた。

5-2 質的分析

MSSM群では「漸進性作業困難」「共感性」「馴化亢進」「自己洞察」「イメージの喚起」のカテゴリーが抽出され、言語面接群では「緊張緩和促進」「自己洞察」「受容体験」「爽快感」のカテゴリーが抽出された。

6. 総合考察および今後の課題

本研究の目的としてはMSSMを実施することで青年期に体験される内的葛藤が表現し易くなり、さらに主体性が生まれ心理的回復へ向かうためストレスや不安の軽減が期待されるのではないかと。また、表現されたものの無意識の可視化により自己の内観が深まると仮説を立て実証的研究を行っ

た。結果からMSSM群においてはストレスの軽減効果はみられなかったものの、不安に関してはMSSMの特性である被験者へ与える緊張や不安の低さが協力者の特性不安を緩和させたと考えられる。また情緒不安の点においては抑うつの高まりが見られるものの、多くの協力者に「楽しさ」が体験されており、自己注目との関連の深い抑うつが高まったことからネガティブな意味での不安の高まりではなく「楽しみ」ながら自己注目する体験がなされたと考えられる。画用紙に投影された内面に直面し自己洞察や内省など自己のあり方と向き合った点においては、主体性や内観の深まりが促進されたと考えられる。

MSSM実施群との比較として設置された言語面接群ではカタルシスの促進により協力者の疲労や身体ストレスが軽減される体験がされていたと考えられる。この点については質的分析の結果からも非言語療法であるMSSMよりも身体面でのストレスの軽減体験がされている。また、言語面接を行い自身の思いを吐露することでMSSM実施よりも直接的な形で自己の内面に直面される作業が促されていたと考えられる。

以上からカウンセリング場面において本研究から得られたそれぞれの心理療法における特性を理解し活かすことはクライアントへの心理援助をより良いものにできると考えられた。今後、協力者を増やすこと、長期的な面接を行うこと、幅広い年齢の協力者に実施すること、今回の面接内容の検討を行うことが今後の研究課題としてあげられる。