

集団精神療法における基盤スキルの同定

分担研究者：岡島美朗

自治医科大学附属さいたま医療センター

研究趣旨：

集団精神療法の基盤スキルを同定するため、文献的検討を行った。文献は 日本集団精神療法学会において基本とされている文献、および同学会の会員が関わって出版された文献から基盤スキルを検討するために有用と思われるものについて検討するとともに、米国で活動されている精神療法家である H,Weinberg 氏に情報提供を依頼した。検討の結果、Yalom Leszez 2005 において論じられている 13 種の治療因子が基盤スキルを抽出する手がかりとなると考えられた。加えて、基盤スキルを習得させる方策についても検討する必要があると考えられた。

A. 研究目的

精神療法のなかで、集団精神療法の最大の特徴は、治療を受けるメンバー間に相互作用が生じることである。その相互作用は、メンバーにとって有益で治療的になることもあれば、精神的な負荷を与え、治療効果を妨げる場合もある。集団精神療法を効果的に行うためには、メンバー間の相互作用を有益なものにするスキルが重要と考えられる。

このような問題意識のもと、集団精神療法を行う際に基盤となるスキルを検討し、同定することを目的に文献的検討を行った。

A. 研究目的

精神療法のなかで、集団精神療法の最大の特徴は、治療を受けるメンバー間に相互作用が生じることである。その相互作用は、メンバーにとって有益で治療的になることもあれば、精神的な負荷を与え、治療効果を妨げる場合もある。集団精神療法を効果的に行うためには、メンバー間の相互作用を有益なものにするスキルが重要と考えられる。

このような問題意識のもと、集団精神療法を行う際に基盤となるスキルを検討し、同定することを目的に文献的検討を行った。

B. 研究方法

日本集団精神療法学会において基本とされている文献、および同学会の会員が関わって出版された文献から基盤スキルを検討するために有用と思われるものについて、特に集団精神療法の教育を主題とするものに絞って検討した。また、米国で活動されている精神療法家である H,Weinberg 氏に、アメリカ合衆国（以下、アメリカと表記する）の精神科レジデントに対する集団精神療法教育に関する資料提供の協力を依頼した。

C. 研究結果

- American Group Psychotherapy Association (2007) Clinical Guidelines for Group Psychotherapy (日本集団精神療法学会誌、AGPA 集団精神療法実践ガイドライン 創元社 2014)
- Yalom, I. Leszez, M. (2005) The Theory and Practice of Group Psychotherapy (5th edit.) Basic Books
- Horwitz L. (2019) Listening with the Fourth Ear Unconscious Dynamics in Analytic Group Psychotherapy Routledge (高橋哲郎監修、権成鉉監訳 第四の耳で聴く 集団精神療法における無意識ダイナミクス 木立の文庫 2021)
- Swiller H I, Lang E A, Halperin D A (1993) Process Group for Training Psychiatric Residents

in. Alonji A, Swiller H I edit. Group Psychotherapy in Clinical Practice American Psychiatric press

- Kaklauskas F J Greene L R: Core Principles of Group Psychotherapy A Theory- Practice- and Research-Based Training Manual (AGPA)

文献検討により、以下のような事情を認識できた。

①集団精神療法の趨勢について

アメリカ集団精神療法全般の傾向を把握することを目的として、アメリカ集団精神療法学会による Clinical Practice Guidelines for Group Psychotherapy を参照した。ガイドライン自体は特定の学派に特化したものではないが、クライアントとの治療同盟、グループの発達とプロセスを重視している点において、力動的な精神療法の要素が多くみとれた。

②集団精神療法における基盤的スキルについて

今回参照した文献では、集団精神療法の基盤的スキルを明確に扱ったものはなかったが、Yalom、Leszez 2005 が集団精神療法の治療的因子を 13 種挙げており、それが AGPA ガイドライン、Kaklauskas Greene のマニュアルでも引用されていて、広く受け入れられているものと考えられた。その治療因子とは、普遍性、愛他主義、希望をもたらすこと、情報の伝達、原家族体験のやり直し、ソーシャルスキルの発達、模倣行動、凝集性、実存的要因、カタルシス、対人学習—インプット、対人学習—アウトプット、自己理解であり、このうち普遍性、愛他主義、原家族体験のやり直し、模倣行動、凝集性、対人学習はグループに特有なものであり、こうした因子をもたらす働きかけが基盤的スキルとなる可能性がある。

③集団精神療法の訓練について

集団精神療法家となるトレーニングは、年余にわたるものであり、AGPA で Certificated Group Psychotherapist となるには 300 時間の治療経験と 75 時間のスーパーヴァイズが必要である。比較的初心者のトレーニングにおいては、Yalom Leszez 2005, Hpwitz 2019, Swiller Lang Halperin 1993 と複数の文献において体験グループの重要性が指摘され

ている。体験グループとは、訓練の過程で自身がメンバーとなり、集団精神療法を体験するものであり、Yalom Leszez 2005 によると、週 1 回 90 分で、1 年間継続することが望ましいとされている。

参照のために日本に状況を付記すると、日本集団精神療法学会が、教育研修システムを作り、グループサイコセラピストという資格を学会認定している。グループサイコセラピストに認定されるための要件は、トレーニングとして学会認定のスーパーヴァイザーのもとで体験グループに 24 時間以上参加すること、事例検討に 24 時間以上参加することとなり、体験グループの機会は学会が研修会などを企画している。AGPA のグループサイコセラピスト認定要件と比すと軽いものではあるが、ほぼ同型の研修システムであると言える。

D. 考察

集団精神療法における基盤スキルを同定するには、対象となるスキルを抽出することと、それを習得するための方策を検討することが必要である。対象となるスキルに関しては、Yalom Leszez 2005 に挙げられている 13 種の治療因子、特に集団精神療法に特異的な 6 種の因子が手がかりになるように思われた。

AGPAをはじめとする集団精神療法全般をつかさどる団体は、集団精神療法において対人関係や対人間の相互作用を重視しており、その意味で力動的な傾向が強いと言える。したがって、そのトレーニングも長期にわたるものであり、必ずしも集団精神療法の専門家の養成をめざすわけではないトレーニングにおいても 1 年にわたる体験グループが推奨されている。それをそのままの形で日本に導入することは現実的ではなく、基盤スキルの抽出とならんで、その研修の方法を検討する必要があると考えられた。

E. 結論

集団精神療法における基盤スキルの抽出に関しては、13 種の治療因子を手がかりにすれば可能と思われる。さらに、それを習得するための戦略を検討する必要がある。

F. 研究発表

1. 論文発表

なし

2 学会発表

なし

G. 知的所有権の取得状況(予定も含む)

なし