

カウンセリングのスケジュール

電話受付

のっぽろカウンセリング研究室の留守電(011-398-3235)にお名前と電話番号を入れてください。また、電話に出やすい曜日と時間も入れてください。後日こちらから連絡いたします。

電話での聴取

短時間ですが、どのようなお悩みなのか、電話で少しでもお話を聞かせていただきます。お話を聞いた結果、この段階でお引き受けできない場合もあります。お引き受けできると判断された場合、初回の面接に来ていただく日時を決めます。また、来談する前から毎日簡単な質問票にご回答いただくために、資料を郵送するご住所をおかがいします。

初回のインテーク面接

最初の面接です。どんなことでお困りなのか、詳しいお話を聞かせていただきます。最大で2時間まで時間を取りますので、自分のペースでじっくりとお話し下さい。詳しくお話を聞いた結果、お引き受けできない場合もあります。お引き受けできると判断されると、次回からカウンセリングが開始されます。

帰宅後にしていただきたいこと

帰宅してから、その日のうちに私に手紙を書いて下さい。書いたらきちんと封をして、宛名に私の名前「田澤安弘」、それから「ご自分の名前」と「日付」も書いて下さい。その手紙は、次に来談されるときに持ってきて下さい(郵送する必要はありません。次回、持参して下さい)。

手紙の内容は、今回の私たちの話し合いを振り返って、その感想を書いて下さい。どんなことでもよいです。自分のことでも私のことでもよいです。もうすこしあの事を話したかったけど言いそびれたとか、私に対してもう少し親身になって聞いてくれたらいいのにとか、ファミリー・レストランに置いてあるアンケートに記入する感じででしょうか。

この手紙は、数回後の面接のときに開封して互いに読み上げます。私もあなたあてに手紙を書きますから、互いの手紙の内容を聞いて、あれこれと面接がどんな体験だったのか振り返ることになります。

【調査研究にご協力いただく方へ】

自己回答式の質問票を1セットお持ち帰りいただき、自宅で完成させて下さい(今後、同じセットをさらに2回して頂くこととなります)。そのセットは、次回の来談時にお持ちください。すべての結果については、カウンセリング終了後にお手紙でお伝えすることができます。

1回目

心理検査の結果から知りたいことを話し合います。自分のことで、いくつか知りたいことをお話し下さい。最大で5個くらいがよいと思います。たとえば、「どうして自分は〇〇なのか」「自分が〇〇なのはどうしてなのか」「人から〇〇と言われるけど、そうかな」「気分が沈んでいる。心理テストでは客観的にどの程度なのか」といった感じです。

また、今回からICレコーダーを持参下さい。会話の内容をすべて録音して、それを自宅に持ち帰って聞いていただきます。自分の声を聞くのは、最初は嫌な感じ、恥ずかしい感じがするかも知れませんが、多くの方はすぐになれるようです。このようなことをする目的は、自分の声を客観的に聞いてみることで、自分を外から眺めてみることです。

最大で2時間まで時間を取りますので、その他に気がかりなことがあれば、じっくりとお話を聞くこともできます。

帰宅後にしていただきたいこと、その1

前回と同じ要領で、私に手紙を書いて下さい。そして、次回来談されるときに持参して下さい。

帰宅後にしていただきたいこと、その2

ICレコーダーに録音された会話を、次回来談されるまでに一度だけ聞いて下さい。その感想を次回お伺いします。

帰宅後にしていただきたいこと、その3

やり方を説明してから心理テストをお渡しします。これを、できるだけ早く仕上げ、「質問紙」と「解答用紙」を私あてに郵送して下さい。切手代などは、恐縮ですがご自分で御負担して下さい。

2回目

心理検査の結果を話し合います。これは、あなたが自分自身について理解を深めるために行われます。私はそのお手伝いをさせていただきます。私がお話することに対して、積極的に意見や感想をお話し下さい。もしも時間が足りない場合には、もう一回時間を取って話し合いがもたれます。

最大で2時間まで時間を取りますので、その他に気がかりなことがあれば、じっくりとお話を聞くこともできます。

帰宅後にしていただきたいこと、その1

前回と同じ要領で、私に手紙を書いて下さい。そして、次回来談されるときに持参して下さい。

帰宅後にしていただきたいこと、その2

ICレコーダーに録音された会話を、次回来談されるまでに一度だけ聞いて下さい。その感想を次回お伺いします。

3回目

面接のビデオを二人で視聴します。私とあなたが話しあっている場面の映像を見て、どんな感じがしたのか感想などを話し合います。他人の目に映る自分の姿をVTRで見ることによって、いろいろなことに気がついたり、学んだりすることが目的です。

最大で2時間まで時間を取りますので、その他に気がかりなことがあれば、じっくりとお話を聞くこともできます。

帰宅後にしていただきたいこと、その1

前回と同じ要領で、私に手紙を書いて下さい。そして、次回来談されるときに持参して下さい。

帰宅後にしていただきたいこと、その2

ICレコーダーに録音された会話を、次回来談されるまでに一度だけ聞いて下さい。その感想を次回お伺いします。

4回目

あなたの書いたお手紙をここで開封します。4~5通書いたことになるはずです。私も同じようにして4~5通書いています。お互いに自分の手紙を読み上げて、あなたにとって、そして私にとって、心理テスト結果の話し合いがどんな体験であったのか振り返ります。あなたにとって、それはよい体験になったろうか、それとも期待はずれなものであったろうか。

最大で2時間まで時間を取りますので、その他に気がかりなことがあれば、じっくりとお話を聞くこともできます。

帰宅後にしていただきたいこと

手紙はもう書かなくてもよいです。ただ、ICレコーダーに録音された会話を、次回来談されるまでに一度だけ聞いて下さい。

【調査研究にご協力いただく方へ】

自己回答式の質問票を1セットお持ち帰りいただき、自宅で完成させて下さい。そのセットは、すぐに「郵送」してください。

5回目

最後の面接になります。もうICレコーダーは必要ありません。前回から数えて、だいたい1か月後くらいに設定されます。いま現在どのように生活されているのか、はじめて相談に訪れたときのお悩みはいまどうなっているのか、様々なことを聞かせていただきます。最大で2時間まで時間を取ります。

今回で終了となります。時間制限のカウンセリングですから、継続カウンセリングへの移行はありません。この時点でカウンセリングが必要な方は、ご自分で他の相談機関を探していただくか、こちらからご紹介することも可能です。

【調査研究にご協力いただく方へ】

自己回答式の質問票を1セットお持ち帰りいただき、自宅で完成させて下さい。そのセットは、すぐに「郵送」してください。これで終了となります

調査研究にご協力下さる皆様へ

【研究のテーマ】私設心理相談室における短期療法の包括的研究をテーマとして調査を行っています。

【研究の目的】包括的研究のため、研究の目的は複数あります。ひとことで言うと、カウンセリングにはどのような効果があるのかを解明することです。具体的には、私設心理相談室における短期療法が相談者の気分・感情・認知(知覚・思考)・行動などに及ぼす影響を解明すること、セラピストの介入法と相談者の変化との関連性を解明すること、短期療法の有効要因を解明すること、肯定的及び否定的な心理学的諸因子の影響関係と回復に伴う肯定的な心理学的諸因子の作用機序を解明すること、心理学的諸概念を臨床的に解明することなどを研究の目的とします。

【研究期間】この研究は長期にわたるもので、2018年4月1日から2030年3月31日の期間で実施されます。研究者が現在勤務している北星学園大学を65歳で定年退職するまでとなります。

【研究者と研究の場所】研究者氏名：田澤安弘(北星学園大学社会福祉学部福祉心理学科教授)。場所：自宅に併設された私設心理相談室「のっぽろカウンセリング研究室」にて行います。住所：北海道江別市野幌屯田町3番地の12

【対象者】研究の対象者は、さまざまな困難を抱えており、心理カウンセリングを希望する方となります。ご家族ではなく、ご自分の相談に限ります。また、来談時に心療内科クリニックなど他の医療機関及び相談機関を利用していない方を対象としますが、利用経験がある場合には、そこに通わなくなってから三カ月以上経過していることが必要です。

【研究の方法】カウンセリングを希望する方を対象として、回数の制限された短期療法を行います。基本的には4回、3カ月程度を見込んでいます。詳細については別紙を参照ください。分析の方法は、集団を対象としたものと個人を対象としたものがあります。前者はカウンセリングのプロセスで自己回答式の心理テストを複数回行い、数十人のデータを統計処理します。後者は、自己回答式の心理テストを毎日行い、すべてのデータを時系列分析によって処理する単一事例研究です。

【研究の中止】研究期間の全体を通して、カウンセリングを中断する人の人数比率と、不安を測定する心理尺度の改善率をモニターします。研究の途中でカウンセリングを中断する人が30%を超えたときか、不安の改善率が50%を下回ったときに、研究自体を中止します。というのは、相談者にとってリスクがあるか、効果がないと判断されるからです。本研究に先立つ53人を対象としたパイロット研究では、ドロップアウト率17.8%、不安の改善率68.9%の結果が出ています。

研究参加にあたり、以下の内容をご確認下さい。

【基本的留意点】

- ・研究への参加は自由意思に基づくものであり、カウンセリングを途中でやめたとしても、不利益を受けることは一切ありません。
- ・研究参加に同意したあとでも取りやめることができます。同封の同意撤回書にご記入いただき、郵送先に返送下さい。
- ・薬物療法など、医師が行う精神医学的治療ないし医療行為は行いません。臨床心理学的な援助ないし心理カウンセリングを行います。また、本人が望む以上のことは、説明と同意なしに決して行いません。

- ・相談者にとってカウンセリングが有害であると判断された場合、すべての行程が終了する前に中止することがあります。その場合には、適切な相談機関をご紹介します。
- ・守秘義務を順守してプライバシーを保護します。しかし、自傷他害など生命にかかわる問題が発生したときや、裁判所や警察などの公的機関から情報を求められた場合には、本人の承諾なしにしかるべき機関に情報を提供する場合があります。

【データの使用】

- ・毎回カウンセリングの場면을録画および録音させていただきます。映像と音声はデータとして分析され、研究に使用されます。また、何種類かの心理テストを複数回行います。これもデータとして分析され、研究に使用されます。
- ・録画・録音された映像と音声は、学会発表の際に使用されたり、教育目的で使用されることもあります。具体的には、専門家が参集する学会会場で上映されたり、研究者の勤務校である北星学園大学の「社会福祉学部福祉心理学科」および「大学院社会福祉学研究科修士課程臨床心理学専攻」の授業で教材として使用される場合があります。その際にはプライバシーが保護されるように、映像と音声にはさまざまな処理が加えられます。録画された映像はモザイク処理を施して表情の判別を不能にし、録音された音声は個人が特定される情報が含まれる部分を無音にして使用します。
- ・データを分析する段階で、心理学者や心理士など、複数の共同研究者が参加する場合があります。その際には、氏名や住所などの情報が分からないような形にしてデータが共有されます。共同研究者として予想されるのは、橋本忠行氏(香川大学)、近田佳江氏(北星学園大学学生相談センター)などです。
- ・研究の成果は、心理学系の学会等での発表を考えています。その際、個人が特定される情報を公表することはなく、個人情報を守られます。個人を対象とした事例研究を行う際には、カウンセリングのなかで話された内容を改変して、本人が特定されないようにします。

【データの保管】

- ・入手されたデータは研究者が責任をもって厳重に管理し、氏名や住所などの情報が外部に漏れることがないように十分留意します。また、プライバシー保護についても細心の注意を払います。
- ・入手されたデータ等は、研究終了後5年間保存させていただきます。同意が得られた場合に限り、新たな研究を行う際の貴重な情報として利用させていただきます。また、保管期間終了後はすべてのデータを廃棄します。情報はコンピューターから削除し、心理テスト結果やアンケート等はシュレッダーにて裁断します。なお、この研究に参加する同意を撤回された場合には、データ等は直ちに廃棄させていただきます。最後に、万が一、研究者が不慮の事故などにより研究期間の途中で死亡するなどした場合には、研究者が保管するすべてのデータを、信頼し得る共同研究者が適切に廃棄するようにいたします。

【利益相反】

- ・この研究は、特定の企業等から支援を受けて行うものではありません。
- ・この研究では、研究者と研究対象者とのあいだに相談者とカウンセラーという別の関係(多重関係)が発生します。一般的には研究者が研究対象者に謝礼を支払い、相談者がカウンセラーに料金を支払います。解決策として、謝礼とカウンセリング料を無料にして、互いに金銭の授受を行わないことにします。

以上です。ご協力いただける方は、同意書へのサインをお願いいたします。また、この研究に関する疑問等がございましたら、いつでも下記連絡先へお問い合わせ下さい。

<連絡先>

のっぽろカウンセリング研究室 電話 ; 011-398-3235

研究責任者 田澤安弘

同意書

のっぽろカウンセリング研究室

田澤安弘殿

研究テーマ：私設心理相談室における短期療法の包括的研究

上記の研究実施にあたり、文書および口頭で説明を受け、以下の内容について十分に理解しましたので、この研究に参加することを同意いたします。

- 研究の目的
- 研究の方法
- 研究への参加が自由である
- 個人情報を守られる
- 同意を拒否、撤回または中止した場合でも不利益を受けることはない
- 疑問や質問には担当者から適切な回答が得られる
- 個人が特定されないかたちで研究結果が公表され、教育目的で使用される場合もある

年 月 日

本人署名： _____

説明者所属：のっぽろカウンセリング研究室

説明者氏名： _____

包括的研究および教育用

同意撤回書

のっぽろカウンセリング研究室
田澤安弘殿

研究テーマ：私設心理相談室における短期療法の包括的研究

上記研究について、説明を受け同意しましたが、再度検討した結果、同意を撤回いたします。

年 月 日

氏名： _____

*同意を撤回される場合は、この同意撤回書にご記入のうえ、カウンセリングを終了した日から3ヶ月以内に下記宛に郵送して下さい

<郵送先>

〒069-0803

北海道江別市野幌屯田町3番地の12

田澤安弘

【研究担当者の署名欄】

私は、上記の研究参加者が同意を撤回されたことを確認しました。

同意撤回確認日 年 月 日

確認者氏名（自署）