

対面およびオンラインの模擬カウンセリングの 心理的効果の比較検討

○和家愛那・川人潤子
(香川大学医学部臨床心理学科)

問題

近年、新型コロナウイルス感染症の流行により、オンラインコミュニケーションの機会が増え、遠隔カウンセリングが身近になった。

村瀬 (2006) は、対面と遠隔のカウンセリング効果が近似していることを示唆しており、本研究では遠隔方式にテレプレゼンスシステム「窓」を加え、模擬カウンセリングにおける対面および遠隔方式のクライアント役への心理的効果の違いを比較検討した。

方法

研究期間および参加者 2024年8月～9月にクライアント役の心理学専攻の大学生2名(10代・20代の女性2名:以下AとB)を対象に実施した。

実施条件 対面方式、遠隔方式(Microsoft社 Teams)、遠隔方式(MUSVI社窓)の3条件で実施した。

対面方式は1部屋で行い、遠隔方式(Teamsと窓)は2部屋を用意し、それぞれ2台のノートパソコンまたは窓でカメラ通話した。実施前に双方の音量・画面調整を行い、遠隔方式では自分の画面が非表示になるように設定した。窓は画面が4K(3840cm×2160cm)で視線を合わせやすい設計がされている。

質問紙 **模擬カウンセリング前** フェイス項目(年齢、性別)、状態-特性不安尺度(STAI:40項目、4件法)。

模擬カウンセリング後 STAI,日本語版セッション評価尺度(J-SEQ:21項目、7件法)、カウンセリングの内容評価(三枝他,2022:9項目、5件法)。

手続き クライアント役には事前に相談内容を準備し、3条件いずれも初回面接として実施した。実験前にアンケートに回答し、その後20分間の模擬カウンセリングを実施した。その後、アンケートに回答するよう求めた。3種類の順序は、AがTeams→対面→窓、Bが対面→Teams→窓だった。なお、カウンセラー役は、心理臨床経験が5

年以上の公認心理師かつ臨床心理士であった。

本研究は香川大学医学部研究倫理委員会の承認を受け実施した(2024-079)。

結果

記述統計の結果、状態不安で二者間の違いがあった。模擬カウンセリング前の3条件の特性不安は、Aが平均値40.67($SD=2.52$)、Bが平均値55.67($SD=1.53$)とBが15点高かった(表1)。実施前の3条件の状態不安は、Aが平均値39.3($SD=2.08$)、Bが平均値46.3($SD=3.06$)とBが7点高かった(表1)。特性不安のcut-off値(45点)をAは3条件とも下回り、Bは3条件とも上回った。加えて、AはBよりも3条件いずれも模擬カウンセリング後に状態不安得点が7～9点低下した。また、Bは窓条件の事後で状態不安得点が15点低下した。また、カウンセリングの内容評価は「話すことに緊張を感じるか」で、Aは3条件とも「どちらかというとも思わない」、Bは窓条件のみ「そう思わない」と回答した。J-SEQでも似た回答を得た。

表1 STAI尺度 状態・特性不安の得点

参加者	実施条件	状態不安		特性不安	
		事前	事後	事前	事後
A	対面	41	33	43	41
	Teams	37	30	38	38
	窓	40	31	41	40
B	対面	49	48	57	56
	Teams	43	49	54	56
	窓	47	32	56	55

考察

Aは3条件いずれも緊張が低く、状態不安得点が同様に低下し、Bは最も緊張が低い窓条件で、状態不安得点が最も低下した。カウンセリング場面において、緊張感と状態不安が関係する可能性が考えられる。

2事例という少数例の報告であるが、特性不安の高い者は、窓を利用したカウンセリングをより好む可能性が示唆された。今後の研究では、より多くのサンプル数での検証が求められる。