
韓国語版 EXP チェックリストの試作過程及び 体験過程の推定に参照される非言語的表現をめぐって

Towards the Development of a Korean EXP Checklist and the Possibility of Estimating Levels of Experiencing through Non-verbal Expressions

崔チャン 根本真理子 池見 陽

関西大学臨床心理専門職大学院

Chan CHOI, Mariko NEMOTO, Akira IKEMI

Graduate School of Professional Clinical Psychology, Kansai University

◆要約◆

韓国の心理臨床の現場では体験過程尺度（EXP スケール）はほとんど活用されていない。そのため、本研究のひとつの側面は、体験過程の推定に使いやすい EXP チェックリストを韓国に紹介することであった。三宅（2007）の EXP チェックリストを久保田ら（印刷中）は EXPCK-IIver.1.1 に改良しており、筆者はその EXPCK-IIver.1.1 を韓国語に翻訳した。EXP5 段階の各レベルを反映する 10 編のサンプル・ビデオを韓国語で作成した。これらのクリップは複数の評定者が動画と日本語訳逐語記録をもとに EXPCK-IIver1.0 で評定し正答率を算出した。その結果を考慮して、7 編のビデオクリップと韓国語に訳した EXPCK-IIver1.1 を韓国のトクソン女子大学に送付し、共同研究を準備した。また、日本で行なった評定の分析と評定者に対するアンケートを行ない、評定者がどのようなことに注目して EXP レベルを判定するかを調査した。一部のビデオを再編集したところ、評定結果の正答率は 5 段階別にパーセント表記すると、100% Very Low;87.5% Low;75% Middle;87.5% High;100% Very High となっていた。また、評定者は言語的情報だけではなく、沈黙、表情、声、身体の動きなどの非言語情報にも注目していたことがわかった。ビデオが韓国語であったにもかかわらず、比較的高い正答率で評定することができたのは、そのためと考えることができる。体験過程様式の教育には、非言語的情報にも注目する必要があることが考察された。

キーワード：体験過程尺度、EXP チェックリスト、韓国語版 EXP チェックリスト、非言語的情報

Abstract

The Experiencing Scales are not used among psychotherapy researchers and practitioners in Korea. One aspect of this study is to introduce to Korea the EXP Checklist, a paper and pencil

method for estimating modes of experiencing. The authors translated into Korean the EXPCK-II ver.1.1 (Kubota et al., in press), a checklist for estimating modes of experiencing, which was based on an earlier version by Miyake et al. (2007). Ten sample video segments produced in Korean were edited to reflect the five levels of experiencing. Japanese raters rated these video segments with translated transcripts. After considering rating correctness, seven of these video segments were sent to Duksung Women's University in Korea for the purpose of future collaborative research. The ratings by the Japanese raters were analyzed, and open-ended questions asking for what the raters referred to during the ratings were studied. The correctness of ratings shown in percentages were 100% for Very Low, 87.5% for Low, 75% for Middle, 87.5% for High, and 100% for Very High. Moreover, it was found that raters also considered non-verbal expressions such as pauses, facial expressions, tone of voice, and gestures for reference during the ratings. These non-verbal expressions may have contributed to the high levels of accuracy in the ratings. This paper proposes that some system of rating non-verbal expressions be developed for estimating levels of experiencing.

Key Words:The Experiencing Scales, EXP Checklist, Korean EXP Checklist, Non-Verbal Expressions

はじめに

日本において池見ら（1986）は初めて体験過程スケール（The Experiencing Scales：以下、EXP スケール）を日本語訳し、EXP スケールの意義について、臨床場面で個人の心理的側面を測ることができることや、臨床家の訓練としての利用も可能ではないかと論じている。これらの研究に続いて田村（1994）は、EXP スケールを用いて一事例を考察しており、EXP レベルはセラピストの働きかけによって変化することを示した。この後、三宅ら（2007）は5段階EXP スケールを提案した。その他、EXP スケールに関しては三宅が詳しいが、本誌の久保田（印刷中）がそれらを詳細に解説している。久保田ら（印刷中）は、元来のEXP スケールを基に、より詳細に評価基準を改訂したEXP チェックリスト IIver.1.1（以下 EXPCK-IIver.1.1）の作成を試みている。

このように、日本ではEXP スケールの研究は進み出しており、その意義も十分に検討されている。しかし、韓国ではEXP スケールに関する研究はほとんど行われていないと考えられ

る。実際に、論文検索サイトである Google Scholar でEXP スケールに関する研究を検索をしたところ、韓国での論文は見つからなかった。日本と韓国が共同してEXP の研究を進めていくことは、両国の今後の臨床技術の向上や、両国の共同研究におけるコネクション作りに貢献できると思われる。EXP のサンプル・ビデオクリップとEXP チェックリストを使用すると比較的簡易にEXP の教育と評定ができると考えたため、韓国語のビデオクリップと韓国版EXP チェックリストを試作することとした。そこで長期的には韓国のトクソン（徳成）女子大学心理学科と共同し、EXPCK-IIver.1.1の韓国版を作成、その妥当性を調べること、韓国語話者との面接記録からEXP スケールの教材を作成することを目標としている。韓国語に訳されたEXPCK-IIver.1.1は本稿の末尾に示す。本研究では、初期的な韓国版EXP チェックリストとその評定用教材を作成し、その過程で浮き彫りになった幾つかの留意点について考察する。

方法

(1) ビデオ制作協力者

韓国人留学生（女性2名）

(2) ビデオ制作の手続き

韓国人留学生の女性2名に対し、韓国語話者の聴き手が韓国語での面接（45分以内）を3回ずつ行った。その際にビデオカメラを用いて面接場面を録画記録し、後にEXPレベルの各段階が明確に表れている箇所を部分的に抽出した。抽出したビデオクリップは6つ（セグメント1～6）であったが後に4つ（セグメント7～10）が追加され、総10編となった。

(3) ビデオの評定手続き

ビデオクリップが正確に体験過程の5つの様式を映し出しているかを調べるために、ビデオクリップの内容が日本語訳された逐語録を添えてEXPCK-IIver.1.0を用いて複数の日本人評定者がEXPレベルの評定を行った。評定は1週間の間隔をおいて2回にわけて行った。最初の評定を評定A、後の評定を評定Bとした。

評定Aの評定者は関西大学臨床心理専門職大学院の教員1名、大学院生7名合計8名であった。評定Bは同様の者7名が評定を行なった。その2つの評定結果から正答率を計算した。

加えて、評定者がどの要素に注目して評定を行なったかを確かめるために自由記述式アンケートを実施した。アンケートは3つの質問項目に対して自由記述を求めた。(1. 評定Aと評定Bで、どのようなことに注目してチェックリストに記入していましたか？可能であれば最も注

目したことから三つ程度述べてください。2. なぜ上のようなことに注目しましたか？何か浮かぶ理由がございましたら教えてください。3. 今回の研究で難しく感じたことはありますか？ありましたら3つ程度述べてください) このアンケートは評定Bの約1ヶ月後に実施した。

さらに、今後韓国での適応が可能かどうかを検討するため韓国の大学と連携をとり、10編ビデオクリップの中で選定した7編と試作的に翻訳した韓国版EXPスケールチェックリストを送付した。

(4) 倫理的配慮

ビデオ制作協力者に対して、研究の目的と意義、研究の方法、肖像権とプライバシー、協力辞退の機会保障と不利益防止への配慮について書面と口頭にて説明を行い、研究協力への同意と、肖像権への同意を確認した。また、映像の利用・公開範囲についての同意書を用いて、研究目的、教育目的での使用に同意するかの確認を、研究協力の最終日に1回目、2回目、3回目の撮影の各回を分けて、それぞれ書面を用いて確認をした。

結果

2つの評定の正答率を各セグメント別に表1～2に示した。

各セグメントの評定結果を見ると、評定Aではセグメント2 (High) とセグメント3 (Very Low) の正答率が低かった。評定Bではセグメント9 (Very High) の正答率が低かった。評定Aの動画を再編集して動画を作った評定Bの

表 1. 評定 A の正答率と 3 段階正答率

| セグメント | セグメント 1 | セグメント 2 | セグメント 3 | セグメント 4 | セグメント 5 | セグメント 6 |
|--------|---------|---------|----------|---------|-----------|---------|
| 意図 | Low | High | Very Low | High | Very High | Middle |
| 正答率 | 87.5 | 62.5 | 37.5 | 87.5 | 75 | 75 |
| 3段階正答率 | 87.5 | 62.5 | 100 | 100 | 100 | 75 |

(%)

表 2. 評定 B の正答率と 3 段階正答率

| セグメント | セグメント 7 | セグメント 8 | セグメント 9 | セグメント 10 |
|---------|---------|----------|-----------|-----------|
| 意図 | High | Very Low | Very High | Very High |
| 正答率 | 71.4 | 100 | 57.1 | 100 |
| 3 段階正答率 | 71.4 | 100 | 85.7 | 100 |

(%)

表 3. アンケート自由記述 1. の結果

| 要素 | 言語的内容 | 沈黙 | 表情 | 声 | 身体的動き |
|--------|-------|----|----|---|-------|
| 第 1 要素 | 5 | 1 | 2 | 1 | 0 |
| 第 2 要素 | 1 | 0 | 1 | 6 | 1 |
| 第 3 要素 | 1 | 2 | 3 | 0 | 2 |
| 合計 | 7 | 3 | 6 | 7 | 3 |

(回)

声：話し方、抑揚、トーン、声の大きさ
 身体的動き：手振り身振りなど

セグメント 8～10 の中で 2 つは 100% の正答率となった。

体験過程様式の分類を Very Low, Low, Middle, High, Very High の 5 段階ではなく、Low, Middle, High の 3 段階に分類した「3 段階正答率」をとった場合、4 つのセグメントで正答率が上昇しており、6 つのセグメントはそのままであった。上昇したセグメントを見ると Very High が 2 つ、High が 1 つ、Very Low が 1 つであった。特にセグメント 3 (Very Low) の正答率が最も上昇した。正答率そのままであったセグメントは、5 段階評定でも 100% の正答率を見せた 2 つのセグメントを除くと、Low が 1 つ、Middle が 1 つ、High が 2 つであった。

今回の研究は評定者間の評定の一致度よりも、正解率が重要であると考えたが、参考までに評定者間信頼を確認するため Fleiss's kappa で分析した。その結果、評定 A は $k=.46$ 、評定 B は $k=.59$ であり、中程度の一致を示した。また、3 段階 EXP スケールと換算した結果、評定 A は $k=.67$ 評定 B は $k=.62$ であり、高い一致が確認された。

次にアンケートの応答を集計した結果、自由記述 1 の応答を 5 つの要素に分けることが可能

であり、その要素の出現頻度と順位を表 3 に示した。

考察

特徴のあるセグメントの分析

1. 正答率が低かったセグメント

セグメント 2 では話し手は仕事の内容と種類に関して、やりがいの種類も変わると感じ、その変化はどのようなものなのかを考える姿を撮った動画である。High を想定していたが、Middle と評定した評定者が多かった。沈黙なしに続けて語っており、数回沈黙し自分の気持ちと一致する表現を探しながら語っていたセグメント 4 の動画に比べ正答率が低かった。

セグメント 3 は Very Low を想定していた。ビデオの内容はビデオ制作協力者が夏休みの経験を語るもので、何をしたかに該当する事実だけが残るよう編集した。このセグメントは最も正答率が低かったが、ビデオの編集過程にミスがあり、喜怒哀楽を表現していると考えられる言語表現がわずかに残っていたこと、ビデオ制作協力者の楽しげな口調、表情、手振りに影響されていたと考えられる。そのため多数の評定

者がLowと評定した。

2. 再編集したセグメント

セグメント5でビデオ制作協力者は仕事をすればなら子供と関わる仕事がしたいと急に思い浮かんだこと、人が自分を必要としている際すごくやりがいを感じると話した。特に後者を語る時は声が大きくなり、少し興奮気味の様子がはっきりしていた。そのためVery Highを想定した。しかし、ビデオ制作協力者がそのような気づきに至るまでの過程がほとんど省略されたセグメントだったため、分かりにくいという評定者からの指摘があった。そのためか、正答率が高くなく再編集することになった。

セグメント8は正答率が最も低かったセグメント3を再編集したものである。編集のミスで残っていた喜怒哀楽の言語表現を削除した。それ以外には変化はないが、正答率は大きく上昇し、全員が正解した。

セグメント9とセグメント10は上記のセグメント5の再編集である。セグメント10はビデオ制作協力者がどのような過程で気づきに至ったかを示すため、セグメント5に1分間程度の分量を追加した。追加した内容は子供と関わっている仕事とそうではない仕事の感覚を比較し、やりがいの違いに対して語っている。その他に変更点はないが、正答率が75%から100%に上がった。セグメント9の内容はセグメント10とほとんど同じであるが、人が自分を必要としている際すごくやりがいを感じると語った部分を取り除いた。しかし、多くの評定者が取り除いた部分を判断の重要な情報としていたため、むしろ正答率が大きく下がった。

5段階EXPスケールと3段階EXPスケールの違い

3段階EXP評定はVery LowとLow、Very HighとHighを統合しており、厳密ではない。そのため、Middleを除く全てのレベルで正答率が上がることが期待された。3段階評定を行うと、実際に4つのセグメントの正答率が上昇した。しかし、正答率が高くないものもあっ

た。今回の研究では正答率の上昇にいくつかの特徴があった。3段階正答率の結果を見ると全体的にVery LowとVery Highの正答率が上がり、LowとHighの正答率に変化は少ないことが示された。

これはVery LowはLowと、Very HighはHighと混同しやすく、HighとMiddleの区別が比較的難しいことを示唆している。実際に難しく感じたことを聞くアンケートの質問3でも「Very Highが難しかった」、「High LevelとMiddleの判定が難しかった」、「VLとL、HとVHの区別」という答えがあった。

理由としてはVery Lowレベルではビデオ制作協力者が楽しい表情と口調で語っていたため、非言語的に喜怒哀楽を表現していたと感じた評定者が多かったと考えられる。また、Middle以上のレベルでははっきりとした言語的情報だけではなく、チェックリストに具体的示しきれない非言語的情報も利用して評定する必要性があったためだと考えられる。例えばチェックリストの12番項目（High：クライアントは自分の気持ちと一致する表現を探しながら語っていた）の場合、表現を探すかどうかを判定する際に目の動きなどの表情を重視することがあった。評定の実際においては、チェックリストにある項目のみならず、評定者はこのような非言語的情報を参照していることがわかった。

評定者が注目した要素と正答率

上述のように多くの評定者は非言語的情報に難しさを感じたと考えられるが、実際に評定者たちはどのような要素に注目して評定しているかをアンケートで調べた結果、評定者の8人の中で8人全員が何らかの非言語的情報に注目していた。言語的情報は8人の中で7人が注目した。また、その要素を具体的に見ると、言葉の言語的内容、沈黙、表情、声（話し方、抑揚、トーン、声の大きさ）、身体的動き（手振り身振りなど）の5つに分類することができた。最も多くの評定者が、第1に注目した要素は言語的

情報であったが、2番目に注目した要素は声であり、7人の内6人が2番目に注目していた。表情は第1要素から第3要素において特に偏りなく出現していた。このことから、本研究では評定者は言語的情報と非言語的情報を総合してEXPレベルを評定していたと考えられた。

特に今回の研究ではビデオの音声言語が外国語である韓国語であるため、言葉から意味を捉えることができず、表情や声の大きさに頼る評定者も少なくなかった。日本語訳の逐語を付け加えたものの、流れはリアルタイムであり、じっくりと言葉を検討する時間はなかった。アンケートでも動画を見ながら逐語を見ることが大変であったと答えた評定者がいた。しかし、非言語的情報から多くの影響を受けてチェックリストを記入したにも限らず、正答率は高い方であり、同雑誌の久保田ら（印刷中）のEXPチェックリストの研究に比べても低くない。

EXP教育のためのビデオ撮影

今回のビデオ撮影の目的は今後のセラピスト養成過程などでEXPスケール教育に使用できる資料を作るためでもある。そのため、教育用のビデオ撮影の難点と改善の方向を考察する。今回の研究では諸事情により自然な（構造化しない）面接を行うこととなった。自然な面接場面でEXPレベルは固定することができない。ビデオの長さは撮影以前には最短2～3分、可能であれば5分程度の長さを想定していたが、Very Lowに該当するセグメント8は約1分程度の長さであった。その1分間の前後に喜怒哀楽を言葉ではっきりと表していたためである。臨床群ではない語り手との面接ではEXPレベルを特に上げようと試みなくても自然に感情表現や独創的な表現、フェルトセンスが出現し、EXPレベルが高くなるだろう。EXPチェックリストはピークでレベルを評定しており、ビデオに少しでも高いレベルの姿が映るとセグメントのレベルは上がることになる。また、Very Highレベルに当たる場面は全6回の面接の中で一回だけ

に出現しており、Very Highレベルを撮影することの難しさが伺える。つまり、流れを操作できない自然な面接では常にEXPレベルが変化しやすく、どのような流れになるか予測することが難しいため、教育に必要な各EXPレベルごとに固定したセグメントを作りにくい。

しかし、最初から最後まで台本を設け演技で撮影を行うことにも限界がある。今回の研究で伺えるように、ビデオを使用したEXPレベルの判定には非言語的情報が大きく影響する。自然な面接から見られる表情や口調の微妙な変化を演技で再現することは難しく、特に非言語的な要素がより多くなるHighレベル以上では非常に難易度の高いこととなる。

そのため、EXPスケールに知識がある人が語り手となり、レベルを少し意識しながら自然な面接を行うことが適切であると考えられる。また、語り手と聴き手以外に観察者を置き、想定EXPレベルを超えないように調整することも可能であろう。

今後の課題

カール・ロジャーズやユージン・ジェンドリンらが体験過程尺度などの心理療法のプロセスを測定する尺度を開発していた1960年代～1970年代の始めのころはビデオカメラは映画や放送などの領域では使用されていたが、一般には普及していなかった。当時の技術では面接場面の音声を録音し、それを元に逐語を作成することが限界であった。従って、当時作成された体験過程の評定基準は逐語記録を想定している。今日に至るまでEXPチェックリストを含む各種の体験過程尺度では、表情などは評定基準に含まれていない。しかし、スマートフォンやタブレットでも簡単に動画が撮影できる今日においては、豊かな非言語的情報を含む動画がカウンセリング教材として適しており、今回の研究でも、評定者はそのような非言語的な情報を参照して実際の評定を行っていたことがわかった。表情、沈黙、身振りなど、体験過程様式の各段

階に特有なものが存在する可能性がある。今回の研究でも、韓国人の表情を日本人が見て、体験過程様式の評定の参考にすることができる可能性が示された。たとえば、「～かな…」と言葉を探しているとき (High レベル)、一瞬の沈黙があり、独特の表情があることは今回の研究でも明らかであったが、英語の文献にも同様の記述がある (Gendlin 1981/2007)。今後は動画を想定した体験過程様式の評定基準の作成が課題であると考えられる。

本研究のもう一つの課題は、韓国におけるEXPチェックリストの研究推進である。筆者らが作成した韓国版EXPチェックリスト ver1.1 と今回用いたビデオ・セグメントは現在、韓国のトクソン女子大学に送られ、韓国で妥当性の研究が始まっている。今後の研究成果に期待する。

謝 辞

本研究において、ビデオ制作にご協力くださった方々、EXP レベルの判定にご協力いただいた関西大学臨床心理専門職大学院池見 PS の皆様、合同研究のトクソン女子大学の朱恩宣先生と学生の皆様に御礼申し上げます。

文 献

- Gendlin, E.T. (1981/2007): *Focusing*, New York, Bantam. (Revised edition 2007)
- 池見陽・吉良安之・村山正治・田村隆一・弓場七重 (1986): 体験過程とその評定: EXP スケール評定マニュアル作成の試み 『人間性心理学研究』4: 50-64.
- 久保田恵実 (印刷中): 未定 『サイコロジスト: 関西大学臨床心理専門職大学院紀要』
- 三宅麻希・池見陽・太田麻里子 (2005): 「EXP チェックリスト作成に向けて」 『ヒューマンサイエンス』8, 33-36. 44
- 三宅麻希・池見陽・田村隆一 (2007): 5段階体験過程スケール評定マニュアル作成の試み 『人間性心理学研究』25(2): 193-205.
- 田村隆一 (1994): 体験過程レベルと治療関係—EXP スケールによる事例の分析と考察— 『福岡大学人文論叢』26(2): 391-402.

韓国語版 EXPCK-II ver.1.1

EXP체크리스트 2016.

연구코드

이 면접에서 내담자(말하는 이)의 모습에 대해, 질문 항목에 기술된 것과 같은 말하는 방식, 태도, 말투를 관찰하였다면 그 항목 뒤에 있는 네모칸에 체크표를 넣어 주십시오. 전체적인 인상을 종합하여 체크해 주십시오. 체크표는 어느 하나에만 넣는 것이 아니라, 이 면접에서 관찰한 모든 체험의 양식에 체크표를 넣어 주십시오.

| | | | | |
|----|---|--------------------------|-------------|---|
| 1 | 내담자는 시종일관 사건이나 사실관계를 설명하였다. | <input type="checkbox"/> | 1 Very Low | 감정표현이 없다. 사건, 사실만을 말한다. 또는 지성화된 양식. |
| 2 | 내담자의 말에는 감정표현이 전혀 없었다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 3 | 내담자에게 기본이나 감정에 대해 질문해도 감정표현이 없었다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 4 | 내담자는 “라고 생각한다”처럼 지적으로 사건이나 사실관계를 정리하면서 말을 했다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 5 | 내담자는 처음엔 사건이나 사실관계에 대해서 말을 했지만, 그 때 느꼈던 기분에 대해 질문하자 감정표현을 했다. | <input type="checkbox"/> | 2 Low | 감정표현은 사건, 사실에 대한 반응으로 한정된다. 예를 들면, “XX라는 말을 들어서 화가 났다.” 어떤 화가 났는지에 대한 부분은 말하지 않는다. 사건 중심. |
| 6 | 내담자는 사건이나 상황을 말할 때, 희노애락을 말로 확실히 나타냈다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 7 | 내담자가 표현한 감정은 어떤 사건에 대한 반응이었다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 8 | 내담자는 자신의 기분을 주의깊게 살피고, 그것을 표현하여 자기자신에 대해 말했다. | <input type="checkbox"/> | 3 Middle | 사건, 사실관계가 아닌 자신의 존재를 표현하기 위해 풍부한 감정 표현을 사용한다. 예를 들면, “최근 계속 무거운 느낌이 들어서, 지친 듯, 가라앉는 듯한 기분이...” 펠트센스가 출현하는 경우가 있다. |
| 9 | 내담자는 사건이나 상황에 대한 일반적인 반응에 더해 더욱 복잡하고 개성적인 느낌도 표현하였다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 10 | 내담자는 상황이나 사건을 묘사하여 자기자신의 특징을 표현하려고 하였다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 11 | 내담자의 말에 펠트센스 표현이 있었다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 12 | 내담자는 자신의 기분과 일치하는 표현을 말로 나타내 확인해가면서 말하고 있었다. | <input type="checkbox"/> | 4 High | 자신의 체험을 표현할 말을 찾거나, “일까” 처럼 가설을 세우는 말을 한다. |
| 13 | 내담자는 “어땠었나? 이걸 무엇일까” 등 자문해 가며, 자신의 기분을 이해하려고 했다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 14 | 내담자는 가끔씩 침묵해서 자신의 기분을 살펴보고 있었다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 15 | 내담자는 말하던 도중, 갑자기 무언가 깨닫고 “아 알겠다!” 같이 말했다. | <input type="checkbox"/> | 5 Very High | 깨달음, 체험의 의미를 알음. 예를 들면 “아! 알겠다!”, “그랬던 거야, 그래 그래 그래...” |
| 16 | 내담자는 무언가를 깨들은 듯, 약간 흥분하거나, 목소리가 커지거나, 웃음이 터지거나, 울거나, 놀라거나 하는 모습을 보였다. | <input type="checkbox"/> | | |
| 17 | 내담자가 연달아 깨달음, 통찰에 이르는 모습을 보였다. | <input type="checkbox"/> | | |