
体験過程様式の推定に関する研究： EXP チェックリスト II ver.1.1 作成の試み

Estimating the Modes of Experiencing: The Development of an EXP Checklist-II ver.1.1

久保田恵実 池見 陽

関西大学専門職大学院

Megumi KUBOTA, Akira IKEMI

Graduate School of Professional Clinical Psychology, Kansai University

◆要約◆

本研究は、クライアントの体験過程様式の簡便な推定や、臨床教育・傾聴トレーニングのために、EXP チェックリスト II と評定用ビデオクリップを作成することを目的とした。三宅・池見・太田（2005）の EXP チェックリストに修正を加えた EXP チェックリスト II を用いて、評定者たちは三宅・池見・田村（2007）の分類による体験過程様式の 5 段階を反映するように作成されたビデオクリップを評定した。その結果、信頼性は高く、Very Low, Middle, High の正答率も高かったが、Very High の正答率が低い結果となった。また、三宅・池見・太田（2005）が課題として記述していた Middle の評定をめぐる難しさが確認された。設問項目の回答数を検討したところ、Middle の設問項目にあるフェルトセンスの有無を問う項目が Middle 評定の決め手になっていた。研究 2 で Middle のビデオクリップを、より明確に Middle 段階を反映するように作成し直したところ、Middle の正答率は著しく向上した。このことは、EXP チェックリストの設問内容の改善よりも、各段階を明らかに反映しているビデオ教材の作成が課題であることを示している。今後は、EXP チェックリスト-II の設問内容は一応の完成とみなし、より正確に体験過程様式の 5 段階を反映したビデオ教材の作成が課題であると考察した。

キーワード：EXP チェックリスト、体験過程スケール、体験過程、フェルトセンス

Abstract

The objective of this study is to develop an EXP Checklist-II and sample rating video clips. This checklist enables estimating the modes of client experiencing and can be a useful tool in training for listening and psychotherapy. Using a revised version of Miyake's EXP Checklist (2005), raters rated video clips representing the 5 levels of experiencing as described by Miyake et al. (2007). High reliabilities were obtained. Raters tended to correctly rate Very Low, Middle, and

High levels, but fewer correct ratings were obtained for Very High. These results support earlier findings by Miyake. An examination of Middle level ratings revealed that the item asking to identify if a felt sense was present was crucial to rate correctly. When the video clip for Middle was replaced in Study II, raters tended to rate correctly. This finding indicates that, for improving correct ratings, video clips that accurately reflect EXP levels are more important than the wordings of items in the EXP Checklist. Hence, this study proposes that the EXP Checklist II is in its finalized form and that future studies be directed to improving the quality of sample clips used for rating and for training to identify the modes of experiencing.

Key Words: EXP Scale, EXP Checklist, Experiencing, Felt Sense

1. はじめに

アメリカ合州国の著名な哲学者で心理療法家であるユージン・ジェンドリン (Eugene Gendlin, 1926 ~) は体験過程理論 (A Theory of Experiencing) を提示したことで広く知られている。『『体験過程 Experiencing』とは、2つとか4つとか数える以前の意識の流れであり、注意を向けようが向けまいが、人間の生において刻一刻と生じる様々な出来事の根底にある何かである』(田中、2016) と記述することができよう。人の意識の根底にある体験過程にどのような様式で触れるのかを記述したのが「体験過程尺度 The Experiencing Scales (EXP スケール)」である。

EXP スケールはそもそもロジャーズ (1966) のプロセススケールに含まれるジェンドリンら (1972) の「体験過程を評定するためのスケール」を Klein ら (1970) が EXP スケールとして作成した。日本では池見ら (1986) が EXP スケールの評定方法と評定基準を要約し、日本語版 EXP スケールを発表した。その後も数々の EXP スケールの研究が行われている (Krycka & Ikemi, 2015)

EXP スケールとは、クライアントの話す内容ではなく、どのような話し方をしているかというプロセスに注目したスケールである。Klein ら (1970) が開発した EXP スケールは体験の様式を7段階に分類している。日本語版 EXP スケールを発表した池見ら (1986) や久保田・池見

(1991) の報告から三宅・池見・田村 (2007) は7段階 EXP スケールに関して6つの課題を挙げた。

- 1) 特にフォーカシングセッションの評定において、段階2と段階4の評定が判断しにくい。
- 2) 段階2、4、6に評定が集中しており、7つの段階の必要性が明確ではない。
- 3) 臨床的には、段階4がみられるか、段階5がみられるか、など、絶対的な指標を用いるほうが有効であることもある (池見ら、1986)。
- 4) 日本語版 EXP スケール (池見ら、1986) は翻訳が中心であるために、訳語がわかりにくい部分もある。
- 5) 欲求の表現について記述がない。(例えば、「おいしいものが食べたい」という表現は、気持ちの表現なのか?)
- 6) 研究論文において、具体的な EXP 値よりも EXP レベルが高い、低いという分類で考察されることが多いが、どの段階が「高」でどの段階が「低」なのか、共通認識がない。

上記の課題を踏まえ、三宅・池見・田村 (2007) は7段階スケールを段階1と2、段階3、段階4、段階5、段階6と7の5つを Very Low、Low、Middle、High、Very High に分類し、5段階 EXP スケールを作成し、その妥当性を調べた。心理学を学ぶ学部生を対象に行い、Ebel の級内相関を用いて信頼性を算出した結果、5

段階 EXP スケールによる評定ではモード（平均）値 $r_{44} = .96$ 、ピーク（最高）値 $r_{44} = .96$ 、7 段階 EXP スケールによる評定ではモード値 $r_{44} = .95$ 、ピーク値 $r_{44} = .96$ と高い信頼性が得られた。また 7 段階評定と 5 段階評定の相関を Spearman の順位相関を用いて算出した結果、有意な正の相関がみられ ($r_s = .648, p < .01$)、5 段階評定基準は妥当なものであることが確認された。

三宅・池見・田村（2007）が整理した 5 段階 EXP スケールの評定基準は以下の通りである。

Very Low（7 段階：1、2）：出来事中心の段階

出来事中心

【定義】 この段階で話し手の語ることの中心は出来事についてである。

【特徴】 出来事のみが語られ、気持ちの表現はみられない。

- ・話し手に全く関係のない出来事
- ・気持ちの表現がみえるが、知性化された表現
- ・非言語情報から気持ちが暗に伝わってきても、明確に言葉によって気持ちが述べられていない

Low（7 段階：3）：出来事中心の段階

出来事への反応としての気持ちの表現

【定義】 この段階で話し手の語ることの中心は、出来事についてである。

【特徴】 出来事に対する反応としての気持ちの表現がみられる。

- ・出来事への反応としての気持ちが語られる
- ・欲求の表現

Middle（7 段階：4）：気持ち中心の表現

豊かな気持ちの表現

【定義】 気持ちが語られ、テーマは出来事や事柄よりも自分の気持ちである。

【特徴】 反応としての気持ちではなく、感じられてはいるがまだ言葉にならない、その人自身の感じに注意を向けながら自

分が今どんな感じであるかを語る。仮説提起や問題提起は起こらない。

- ・自分の気持ちがテーマとなった語り
- ・フェルトセンス（なんとなく感じるという感覚）を語る

High（7 段階：5）：創造過程の段階

吟味

【定義】 Middle でみられた豊かな気持ちの表現が吟味され、新しい側面の創造にまで至る。

【特徴】 気持ちの吟味は行われるが、気づきを得るまでには至らない。

- ・沈黙しながら気持ちを吟味したり、探索的な話し方をし、仮説提起・問題提起などがみられる

Very High（7 段階：6、7）：創造過程の段階

ひらめき

【定義】 Middle でみられた豊かな気持ちの表現が吟味され、新しい側面の創造にまで至る。

【特徴】 吟味によって気づきが得られ、それぞれが様々な側面に応用される。

- ・自己探索的な語りの結果、今まで気づかなかった自分自身の感情や体験に気づく（強い情緒的反応を伴うこともある）
- ・気づいたことが文脈を超えて、人生の様々な場面に応用される

以上の 5 段階スケールと 7 段階スケールの対応表と評定の基準を表 1 に示した。

国際的に EXP スケールを用いた研究は減少傾向にあり（Krycka & Ikemi, 2015）、その要因として、研究がある程度のまとまった成果をあげたために研究し尽くされた感があることや、逐語記録が不可欠な EXP スケール研究の手間や個人情報管理の問題があると三宅・池見・太田（2005）は考えた。そこで EXP スケールが臨床事例の研究に用いられやすくするために簡便なスケールの作成を目指し、セラピストがクライアントとの面接を振り返って記入する EXP チェックリスト（以下 EXPCK）の作成を試み

表 1 5段階スケールと7段階スケールの対応表および評定基準の概要

7段階	5段階	評定基準
1,2	Very Low (VL)	出来事中心の段階で気持ちの表現は見られない。
3	Low (L)	出来事中心の段階で、出来事への反応としての気持ちの表現が見られる。
4	Middle (M)	出来事への反応としての気持ちの表現ではなく、自分の在り方について豊かな気持ちの表現が見られる。
5	High (H)	気持ちを語りながら、その気持ちを吟味し、仮説提起・問題提起する様子が見られる。
6,7	Very High (VH)	気持ちを語りながら、吟味によって新たな気づきが得られる。

た(三宅・池見・太田、2005)。三宅・池見・太田(2005)はEXPCKを作成したのち、設問項目については一応の完成として、今後はEXPCKの使用者に対するハンドブック作りが研究の課題であるとし、MやVHの特徴をよりはっきりと描きだすような差異のわかりやすいビデオクリップを作成する必要があると考察した。

EXPCK作成は、1.セラピストがクライアントのEXPレベルを捉えること、クライアントとの関わりの指標となり、さらにより簡便に把握すること 2.臨床教育・傾聴トレーニング(チェックリストによる評定の後、逐語録による評定を行うことで注目した点と聞き逃した点を検討することができる)という点において、有用であると考えられる。

そこで本研究では、傾聴のトレーニングツールとして用いることができるよう、また評定者のオリエンテーションに関係なく用いることができるように、ハンドブックを作成するのではなく、三宅・池見・太田(2005)の設問の表現をよりわかりやすいものに修正し、評定用ビデオクリップを作成することである。

II. 方法

本研究は〔準備段階〕〔研究1〕〔研究2〕の3段階で構成されている。

〔準備段階〕では今回試作したEXPチェックリストII(EXPCK-IIver.1.0)の作成、正答率を求めた。〔研究1〕では〔準備段階〕の結果をもとにEXPCK-IIver.1.0の修正を行いEXPCK

-IIver.1.1を作成し、正答率と信頼性を求めた。〔研究2〕では〔研究1〕の結果をもとに一部ビデオクリップを作成し直し、正答率と信頼性を求めた。

i. 評定者

〔準備段階〕臨床心理学専攻の大学院生4名
〔研究1〕The International Focusing Institute認定フォーカシング・トレーナー10名(うち、回答に不備があった1名を除く9名のデータを用いて統計処理を行った。)

〔研究2〕臨床心理学専攻の大学院生10名

ii. 評定手続き

〔準備段階〕

三宅・池見・太田(2005)の改訂版EXPチェックリストをもとに試作版EXPCK-IIver.1.0を作成した。試作版の大きな変更点は次のとおりである。まず、三宅・池見・太田(2005)では設問項目を5段階に分類しチェック項目としていたが、EXPスケールになじみのない評定者のために、チェックリスト上に各段階の簡単な説明を加えた。

設問項目の変更箇所として、Very Low 段階(以下:VL)ではクライアントの自発的な感情表現の有無を尋ねる項目を加えた。Middle 段階(以下:M)ではフェルトセンスの表現の有無を設問項目として加えた。次に改訂版EXPチェックリスト三宅・池見・太田(2007)のVLには「～と思う」「～を考える」というような実際の発言例が設問項目に見られたが、このような

実際に見られる発言例を載せることによって、初学者でも評定しやすいものとなると考え、EXPCK-II ver.1.0において、High（以下：H）では「ああかな、こうかな」という発言例を、Very High（以下：VH）では「あ、わかった」という発言例を設問項目に加えた。また VH では、気持ちの表現の吟味によって気づきが得られ、それぞれが様々な側面に応用されるという VH の特徴を踏まえ、「クライアントが次々と発見・洞察する場面があった」という設問項目の「次々」に傍点を打った。このほかは設問項目の内容はそのままに、表現を変更した。

EXPCK-II ver.1.0は全 17 項目、VL（設問 1～4）、Low（以下：L）（設問 5～7）、M（設問 8～11）、H（設問 12～14）、VH（設問 15～17）で構成されており、評価されたうちのピーク値をそのクライアントの EXP レベルの推定値とする。

また EXPCK-II ver.1.0 の正答率と信頼性を検討するために評定用のビデオクリップを作成した。評定用ビデオクリップは、臨床心理学専攻の大学院生がペアで 40 分程度のデモ面接を行い、ビデオから VL、L、M、H、VH の各段階を表していると考えられる箇所を抜き出し、3 分半～5 分程度のビデオクリップを作成した。各段階において複数のビデオクリップを作成し、より各段階の特徴を捉えた正答率の高いビデオクリップを評定用ビデオクリップとして用いた。

臨床心理学専攻の大学院生 4 名に EXPCK-II ver.1.0 を用いてビデオクリップを評定してもらった。EXPCK-II ver.1.0 を評定者に配布し、教示文を読んだ後、ビデオクリップを見ながら、あるいは見た直後にチェックをするよう教示した。1 つのビデオクリップを見終わるごとに時間を設け、評定してもらった。研究 1、研究 2 においても教示方法は同様であった。

〔研究 1〕

準備段階で院生を対象に行った EXPCK-II ver.1.0 の結果を受け、文章を修正し EXP チェックリスト 2016. を作成し EXP チェックリスト

II-ver.1.1（以下、EXPCK-IIver.1.1）と名付けた。EXPCK-II ver.1.1 は本稿の末尾に示す。

臨床場面では、クライアントは言語と非言語を共に用いて語るが、フォーカシングはどのように語るかに注目し、言葉にならない「感じ」を言葉（フェルトセンス）で表現することに意味があることを踏まえ、L の設問項目にある「喜怒哀楽」の感情表現を表情に示すのではなく、言葉での表現の有無を言及する設問項目「クライアントは出来事や状況を語る中で喜怒哀楽をはっきりと言葉で表明していた」に変更した。また H の設問項目「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「探しながら」を「試しながら」に変更した。設問項目数とその構成は EXPCK-II ver.1.0 と同様である。

The International Focusing Institute 認定フォーカシング・トレーナー 10 名に EXPCK-II ver.1.1 を評定してもらった。評定用のビデオクリップは準備段階と同様のビデオクリップを用いた。〔研究 2〕

研究 1 で作成した M のビデオクリップの正答率の低さを受け、再検討を行った。より 5 段階 EXP スケールの評定基準に応じた M のビデオクリップを作成し、取り替えて評定を行った。他段階のビデオの取り替えは行っていない。

Ⅲ. 結果

〔準備段階〕

院生 4 名に対し、ビデオクリップを用いて EXPCK-II ver.1.0 を評定してもらった。そのうち正答率の良かったものを各段階 1 つずつ選び、評定用ビデオクリップとした。評定用ビデオクリップの正答率は表 2 に示す。

表 2 ビデオクリップの正答率（準備段階）

VL	L	M	H	VH
100	75	50	75	100

(%)

〔研究 1〕

フォーカシング・トレーナー 10 名の内、回答に不備のあった 1 名を除き 9 名の EXPCK-II ver.1.1 の評定と、筆者がビデオクリップ作成時に想定した評定段階との一致率を正答率として表 3 に示す。

表 3 ビデオクリップの正答率 (研究 1)

VL	L	M	H	VH
88	77	22	88	44

(%)

また EXPCKver1.1 は筆者と数名の院生の検討により正答を用意しており、その設問項目は各段階の特徴を捉えた項目としているため、評定者間信頼性よりも正答率が重要であると考えられる。しかし参考として EXP の各段階の信頼性を Fleiss' kappa を用いて多段階評定項目の多評定者間の評定の一致率 (κ) を算出した。その結果、 $\kappa = .45$ と中程度の一致が見られた。

〔研究 2〕

研究 1 と同様の方法で院生 10 名の EXPCK-II ver.1.1 の評定データの正答率を表 4 に示す。

表 4 ビデオクリップの正答率 (研究 2)

VL	L	M	H	VH
100	70	90	100	10

(%)

また研究 1 と同様に EXP の各段階の信頼性を算出したところ、 $\kappa = .64$ とかなり高い一致が見られた。

IV. 考察

i. EXPCK-II ver.1.1 の設問項目について

VL においては設問項目 1「クライアントの話は、出来事や事実の説明に終始した」、2「クライアントの発言には感情表現が全く見られなかった」は VL の特徴を明確に表しており、また回答も多くみられた。3「クライアントに気持ちを尋ねても、感情表現はでなかった」、4「クラ

イエントは『～と思う』『～考えた』など知的に物事を整理して話していた」への回答が少なかった。3 への回答が少なかった理由として、評定用ビデオクリップには直接気持ちを尋ねた場面がなかったことが理由のひとつとして考えられる。また、VL と L の違いの一つとして、3 と 5 における「気持ちを尋ねると」の記述のように、出来事に対する感情表現の有無が挙げられる。研究 1 の評定後に評定者から受けた感想として、「気持ちを尋ねる」ことに対するクライアントの反応によってクライアントの内省力を見ることができ、今後の進め方の手がかりとなるだろうという意見が出ており、これらの設問項目は重要であると考えられる。4 については、回答する際にビデオクリップを見ながら、あるいは見終わってから EXPCK-II ver.1.1 に回答するように教示し、1、2 のように抽象度の高い、ビデオクリップ全体の印象に残った項目に回答し、より具体的な表現が含まれる項目への回答が減ったと考えられる。

L では設問項目 6「クライアントは出来事や状況を語る中で喜怒哀楽をはっきりと言葉で表明していた」への回答が少なかった。その理由として、雀 (印刷中) で示唆されているように、評定者は言語情報だけでなく、全体の雰囲気 (表情や身振り手振り、目線などの非言語情報) も参考にしながら評定していたと考えられる。

M では設問項目 11「クライアントの話にはフェルトセンスの表現がみられた」への回答が多く見られた。三宅・池見・田村 (2007) は「M にとどまるような典型的な話し方は症状やつらさばかりを訴えてなかなか内省がおこらないようなクライアントの話し方である」と述べ、H 以降内省が起こるか否かとの違いは重要であると考えられる。池見 (1998) は傾聴の意義を理解するためには体験過程理論は必須であると述べており、また本研究ではオリエンテーションに関係なく、また初学者も使用できる EXPCK-II ver.1.1 の作成を目指しているが、自身の在り方を表現する重要な概念として、フェルトセ

ンスの表記は残し、使用の際にフェルトセンスの簡単な説明をするべきとも考えられる。

また M においては 8 と 12、9 と 10 が同内容ではないかという感想を受けた。前者については 8「クライアントは自分の気持ちをよく見つめ、自分の気持ちの表現を利用して自分のあり方を語っていた」の「自分の気持ちをよく見つめ」が 12 のような H の気持ちの表現の吟味として判断される可能性が考えられる。

H では 3 項目すべてに多くの回答が見られた。発言例として加えた設問項目 13 も回答例が多く、VL の 4 の回答数が少なかったという理由のみで一概に必要な項目とは言えない。また本研究では M と H の正答率が高く、三宅・池見・田村（2007）の課題であった M と H の判定を明確にすることができた。これはビデオクリップの質も理由の一つとして考えられるが、詳細は次項で述べる。

VH では準備段階の正答率が高く、研究 1 と 2 においても同じビデオクリップを用いたが、研究 1 と 2 では低い正答率となった。VH と判断した評定者が少なかったため、VH の設問項目について詳しく論じることはできないが、一致していた回答の中では 16「クライアントは何かを発見したようで、興奮気味になったり、声が大きくなったり、笑いだしたり、涙したり、驚いたりする場面があった」への回答が多くみられた。正答率が低かった理由として、17「洞察」の意味が曖昧で回答しなかったという感想を受けたため、より柔らかな表現にするべきかもしれない。

以上のように各段階の特徴を捉えている項目はそのままにし、設問項目 1 と 2、9 と 10 は項目として残すかの検討、また 8 や 17 のように誤解を招きやすい項目についてはより柔らかな表現に変えること、またこれら各段階の特徴を一文に複数の要素を含んだ悪文とならないよう配慮する必要がある。

ii. EXPCK-II ver.1.1 作成に伴う評定用ビデオクリップの意義

次に、臨床教育・傾聴トレーニングの教材作成という視点から、評定用ビデオクリップについて検討する。

EXPCK-II ver.1.1 作成のためには、信頼性を確かめることと同時に、評定に用いるビデオの質も大きく影響し、臨床教育・傾聴トレーニングのための教材を作成するために検討しなければならない。特に本研究において、研究 1 で用いた M レベルのビデオクリップの正答率が低く、研究 2 でビデオクリップを取り替えた結果、22% から 90% まで正答率が上がった。チェックリストは EXP の各段階に見られる特徴をオリエンテーションに関係なく、また初学者でも理解しやすいような表現を用いたり、各段階の簡単な説明を加えた EXPCKver1.1 で完成とし、ビデオクリップの質を高めることが必要であると考えられる。

臨床教育・傾聴トレーニング教材としてのビデオクリップ作成の課題として、音声の聞き取りやすさ、VH レベルの正答率の低さの理由として VH のビデオクリップを評定 1 本目に用意したことも理由として考えられ、評定に慣れるためにアナウンスとしてのビデオクリップを用意することが対策として挙げられる。

EXPCK-II ver.1.1 作成の意義のひとつである臨床教育・傾聴トレーニングを目的とすると、EXPCK のみならず、評定用ビデオクリップも合わせて用意する必要がある。現在逐語記録を EXP スケールを用いてどの段階にあるかを推測することは傾聴トレーニングとして行うことがあるが、逐語ではなく、人対人の実際の面接の様子を見て評定することは、実践に向けたトレーニングとしてより有効であると考えられる。なお臨床場面での面接経過に対するセラピストの認知と EXP レベルの関係について、大橋（本誌印刷中）が EXPCK-II ver.1.0 を用いて論じている。

本研究では筆者がビデオクリップごとに正答

を用意しており、クライアントの EXP の段階を正確に評定することのできるチェックリストの作成を目的としていたため、評定者間の一致を見ることは必ずしもその目的を目指すことにはならない。しかし、EXPCK-II ver.1.1において信頼性が得られたことから、オリエンテーションに関係なく、共通の理解ができるような一般的な表現を用いられていることが示された。このことから、異なるオリエンテーションであっても EXPCK を使用することができ、より広い範囲で臨床事例の研究に用いられることができると考えられる。

V. 終わりに

本研究では、EXPCK-II ver.1.1 をもって、EXP チェックリストの設問内容や文言の検討はひとまず終了とすることを提案したい。すなわち、EXPCK-II ver.1.1 を完成形とみなしたい。今後の課題はむしろ、体験過程様式の 5 つの段階を明らかに反映している良質の評定用ビデオを作成していくこととしたい。そのような教材がそろえば、EXP チェックリストは、今後幅広く心理療法や傾聴の教材として用いられることが可能になるだろう。

謝 辞

本論文執筆にあたり、ご助言を賜りました関西大学大学院博士課程後期課程の河崎俊博さん、研究に御協力いただきました皆様に心より感謝いたします。また関西大学大学院心理学研究科池見プラクティカルの大橋梨乃さん、崔チャンさん、根本真理子さん、山形碧子さんの御協力に御礼申し上げます。

文 献

ジェンドリン、U. T.・トムリンソン、T. M.・マシュー、P. L.・クライン、M. H.(著) ロジャーズ、C. R.(編)(1972):サイコセラピーの研究：分裂病へのアプローチ『ロージャーズ全集 1』友田不二男・手塚郁恵(訳) 岩崎学術出版社 (Gendlin, E. T., Tomlinson, T. M., Mathieu, P. L., & Klerm, M. H. A Scale for The Rating of Experiencing. (Ed.), *The Therapeutic Relationship and Its Impact: A Study of Psycho-*

therapy with Schizophrenics. Madison, University of wisconsin Press. 589-592, 1967)

池見陽・田村隆一・吉良安之・弓場七重・村山正治(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.

池見陽(1998):産業メンタルヘルスと傾聴教育『産業精神保健』6(4):245-248.

Klein, M. H., Mathieu, P. L., Gendlin, E. T. & Kiesler, D. J. (1970): *The Experiencing Scale ; A Research and Training Manual Vol.1*. Wisconsin Psychiatric Institute.

Krycka, K., & Ikemi, A. (2015): Focusing-oriented-experiential psychotherapy: From research to practice. In D. Cain, K. Keenan, & S. Rubin (Eds.), *Humanistic Psychotherapies: Handbook of research and practice* (2nd ed.). Washington, DC: *American Psychological Association*. 251-281.

久保田進也・池見陽(1991):体験過程の評定と単発面接における諸変数の研究『人間心理学研究』9:53-66.

三宅麻希(2003):体験過程の様式の文献的研究—関係認知との関連を中心に—『ヒューマンサイエンス』6:17-24.

三宅麻希・池見陽・太田麻美子(2005):展望 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.

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.

ロジャーズ、C. R.(1966):サイコセラピーの過程『ロージャーズ全集 4』伊藤博(編訳) 岩崎学術出版社 (Rogers, C. R., *A Process Conception of Psychotherapy. The American Psychologist* vol. 13. 142-149, 1958)

田中秀男(2016):「感じ」を話すときに何が起こるのか 感じと言葉 池見陽(編)『傾聴・心理臨床学アップデートとフォーカシング 感じる・話す・聴くの基本』ナカニシヤ出版 pp.53-54.

EXPCK-II ver.1.1

EXPチェックリスト 2016.

研究コード

この面接でのクライアントのあり方について、設問項目に記述されているようなクライアントの話し方が観察された場合には、その項目の後ろにある□にチェック印を入れてください。全体的な印象を総合してどこか一つにチェックするのではなく、この面接で観察されたすべての体験の様式にチェックを入れてください。

1	クライアントの話は、出来事や事実の説明に終始した。	<input type="checkbox"/>	1	Very Low	感情表現がない。出来事のみを語っている、あるいは知性化された様式。
2	クライアントの発言には感情表現が全く見られなかった。	<input type="checkbox"/>			
3	クライアントに気持ちを尋ねても、感情表現はでなかった。	<input type="checkbox"/>			
4	クライアントは「～と思う」「～と考えた」など知的に物事を整理して話していた。	<input type="checkbox"/>			
5	クライアントの話は事実や出来事に関するものだが、そのときの気持ちを尋ねると感情表現が見られた。	<input type="checkbox"/>	2	Low	感情表現は出来事への反応に限定されている。例、「○○と言われて腹が立った」。どんな腹立ちかなどの質は語られない。出来事が中心の語り。
6	クライアントは出来事や状況を語る中で喜怒哀楽をはっきりと言葉で表明していた。	<input type="checkbox"/>			
7	クライアントが表現している気持ちは出来事への反応だ。	<input type="checkbox"/>			
8	クライアントは自分の気持ちをよく見つめ、自分の気持ちの表現を利用して自分のあり方を語っていた。	<input type="checkbox"/>	3	Middle	出来事ではなく、自分の在り方を表現するために豊富な感情表現を用いている。例、最近、ずっと重たい感じがして、疲れたような、沈んだような気分です… フェルトセンスが表現される場合もある。
9	クライアントは出来事や状況への一般的な反応のみならず、個性的な感じ方を伝えていた。	<input type="checkbox"/>			
10	クライアントは状況や出来事の描写を通して、自分自身の特徴を伝えようとしていた。	<input type="checkbox"/>			
11	クライアントの話にはフェルトセンスの表現がみられた。	<input type="checkbox"/>			
12	クライアントは自分の気持ちと一致する表現を試しながら語っていた。	<input type="checkbox"/>	4	High	自分の体験を表現する言葉を探していたり、「～かな」と仮説的に話している。
13	クライアントは「ああかな、こうかな」などと自分の気持ちを理解しようとしていた。	<input type="checkbox"/>			
14	クライアントはときどき沈黙して、自分の気持ちを見つめながら言葉を探していた。	<input type="checkbox"/>			
15	クライアントは話の途中で、ハッと何かに気がついたり、「あ、わかった」と言って閃いたりする場面があった。	<input type="checkbox"/>	5	Very High	閃き、体験の意味がわかる。例、「あ、わかった！」「そうだったんだ、そうそう…」
16	クライアントは何かを発見したようで、興奮気味になったり、声が大きくなったり、笑いだしたり、涙したり、驚いたりする場面があった。	<input type="checkbox"/>			
17	クライアントが次々と発見・洞察する場面があった。	<input type="checkbox"/>			