

プレイセラピーの効果研究 —短中期の実施に焦点を当てて— (中間報告)

駒沢女子大学人間総合学群 綾 城 初 穂
東京家政大学人文学部* 平 野 真 理

A study on the effectiveness of play therapy: Focusing on short- and medium-term practices

College of Human Studies, Komazawa Women's University, AYASHIRO, Hatsuho
Faculty of Humanities, Tokyo Kasei University, HIRANO, Mari

要 約

プレイセラピーについては、国外の研究では 35 セッション程度で十分な効果があることは示されているものの、より短い期間の実践については一致した知見が得られていない。さらに、国内ではプレイセラピーの効果研究自体がほとんど行われていない。そこで本研究では、日本の臨床現場において実施可能な研究デザインを用いて、特に効果が不透明である短中期のプレイセラピーに焦点を当ててその効果を実証的に明らかにすることを目的とした。具体的には、関東圏A市の教育相談機関で実施される、6-15 歳の子どもに対するプレイセラピー最大 20 セッション程度までを対象とし、毎セッションごとに保護者による Pediatric Symptom Checklist 日本語版を用いた評定を行い、結果を分析する。現在までに 5 事例が実施中である。今後は、データを継続的に蓄積し、効果が表れる平均セッション数や時系列分析による検討を予定している。

【キー・ワード】プレイセラピー, 効果研究, 教育相談

Abstract

Foreign researches show that the efficacy of play therapy is confirmed in approximately 35 sessions. However, several studies are inconsistent with the effectiveness on shorter play therapy. In addition, there are a few domestic researches that examine the efficacy of play therapy. This study aims to empirically reveal the effectiveness of short- and medium-term play therapy using an experimental design which is accessible to a real clinical field in Japan. The play therapies are conducted with children whose ages are 6-15 years old in a public guidance and counseling

* 現所属：お茶の水女子大学基幹研究院人間科学系

center in Kanto area. The maximum number of sessions will be 20 , and in every session the parents answer a questionnaire, Pediatric Symptom Checklist (Japanese version), to evaluate the effectiveness of play therapy. Five cases have been conducted at present. In future, continuously collected data will be examined on average numbers of sessions and time series analyses .

【Key words】 play therapy, effectiveness study, guidance and counseling

問題と目的

プレイセラピーは遊戯を用いたかわりを通して子どもの適応を促す心理療法の一つであり、医療・教育施設や大学附属心理相談室など多くの相談機関で実施されている。国外のメタ分析からは、プレイセラピーには少なくとも中程度の効果があること、そして、十分な効果を得るには 35 セッション程度が必要であることが示されている (Bratton et al., 2005; LeBlanc & Ritchie, 2001; Lin & Bratton, 2015)。プレイセラピーでは多岐にわたる症状への効果を実証的に示されており (Ray et al., 2001)、近年では自閉症児に対する有効性も示唆される (Schottelkorb et al., 2020) など、古くからあるアプローチながら現在でもその意義は大きい。

一方で、12セッション程度でもプレイセラピーの効果が得られるという指摘もあれば (Ray, et al., 2015)、10セッション以下の実践はむしろ子どもの状態を悪化させるという指摘もあり (LeBlanc & Ritchie, 2001)、短中期の実践の効果は不明瞭である。実際、プレイセラピー導入後に問題が一時的に悪化したように見える場合があることは、臨床家からもたびたび言及されている (例えば、田中, 2002; West, 1996)。加えて、本邦では 1950~60 年代を除くと、プレイセラピーの効果研究自体がほとんど行われていない (Ogawa & Takai, 2017)。これは、伝統的に事例研究が重視されていたことやコスト面での課題が大きいことに加えて、効果研究に伴う研究デザインの難しさも関係していると考えられる。特に支援提供を主な業務とする一般の相談機関では、セラピーを保留する統制群の設定は倫理的にみて非常に困難である。

そこで本研究では、現場で実施可能な研究デザインを用い、特に短中期のプレイセラピーに焦点を当て、その効果を実証的に明らかにすることを目的とする。具体的には、6-15 歳の子どもに実施されるプレイセラピーを対象として、何セッション程度で効果がみられるのかを、質問紙による反復測定によって検討する。統制群を設けないデザインとなるため、エビデンスレベルは高いとは言えないものの、反復的な測定データを得ることで、短期から中期に実施されるプレイセラピーの効果をより細かく検討できるという点で、本研究は国内外のプレイセラピー研究に資するものとなる。また、本邦ではほとんど行われていないプレイセラピーの効果研究を実施する点や、援助実践の現場で導入可能な効果研究を試みる点は、日本における子ども支援の実践及び研究の発展に貢献するものともなるだろう。

方 法

フィールドと調査期間

本研究では、関東圏 A 市教育委員会下の公立教育相談機関をフィールドとした。主な利用者は、市内在住の小学生及び中学生とその保護者である。この機関ではプレイセラピーの大半が隔週で実施されているため、研究助成期間である 1 年間（2022 年 9 月～2023 年 8 月）に調査可能と思われる最大 20 セッション程度までのプレイセラピーが本研究の対象とされる予定である。

セラピー実施者

代表執筆者（第一著者）に加えて、当機関に所属する相談員 10 名（男性 1 名，女性 9 名）が実施者となった。全員が臨床心理士・公認心理師の資格を保持しており、プレイセラピー実践経験は研究開始段階で 3～16 年であった。

効果測定

プレイセラピーによる子どもの変化の測定には、Pediatric Symptom Checklist 日本語版（PSC-J：石黒ら，2000）を用いた。この尺度は、子どもの心理社会的問題を多角的に、かつ簡便に評価できるスクリーニング検査であり、子どもの状態に関する 35 項目の質問に対して保護者に 3 段階で評定を求め、合計得点を算出する（カットオフポイント 17 点以上）。本研究ではプレイセラピー導入前の子どもの様子をインテーク面接時に、毎回のセッション後の子どもの様子を翌回の保護者面接時に、それぞれ評定してもらった（反復測定）。倫理面に配慮し、統制群は設けなかった。

分析

PSC-J 得点がカットオフポイントを下回るまで低下することをひとつの基準と考え、16 点以下に至るまでに要した平均セッション回数を算出するとともに、得点変動の特徴を検討する。また、短中期では 16 点以下に至ることの困難な事例や、導入前にすでに 16 点以下の事例もあることが想定されるため、そうした事例も含めて広く時系列分析を行い、効果のパターンを検討する予定である。

倫理的配慮

インテーク面接の最後にインテーカーである相談員が保護者に対して、研究内容、研究データや個人情報取り扱い、研究参加のメリット・デメリット、参加が任意であること、中断が自由であることなどを文書と口頭で説明し、承諾を得た。知能検査や保護者相談のみの申し込みの場合や、研究協力が支援上不適切と相談員が判断した場合には、研究協力の依頼は実施しなかった。本研究は、当該施設及び教育委員会から許可を得た上で、研究代表者が所属する大学倫理委員会の審査を受けた（承認番号：2022-004）。

現在の進捗状況

研究開始後 4 カ月で 10 事例の保護者に協力を依頼し、そのうち 5 事例が承諾され、5 事例が謝絶された。現在までのプレイセラピーの実施回数は、2 事例が 4 回、1 事例が 3 回、2 事例が 0 回（インテーク面接のみ）である。

現在までの測定結果は図 1 に示した通りである。小学 6 年生女兒（図内■）や小学 4 年生女兒（図内△）の経過からは、プレイセラピー開始後に問題が悪化する可能性と、プレイセラピー導入とともに緩やかに症状が軽減する可能性との両方がわずかに読み取れるものの、事例数・実施回数ともに少ないため、現時点ではプレイセラピーの効果について論じることはできない。

なお、研究協力を辞退した 5 事例全てが毎セッションごとの記入が面倒であることを理由としていた。これは研究遂行上の問題と言える一方で、研究参加が任意であることを伝えるインフォームド・コンセントが適切に行われていることを示しているとも言えるかもしれない。辞退率とその理由の検討は現場で実施可能な効果研究のデザインを考える上で重要であり、この点も引き続き検討していく。

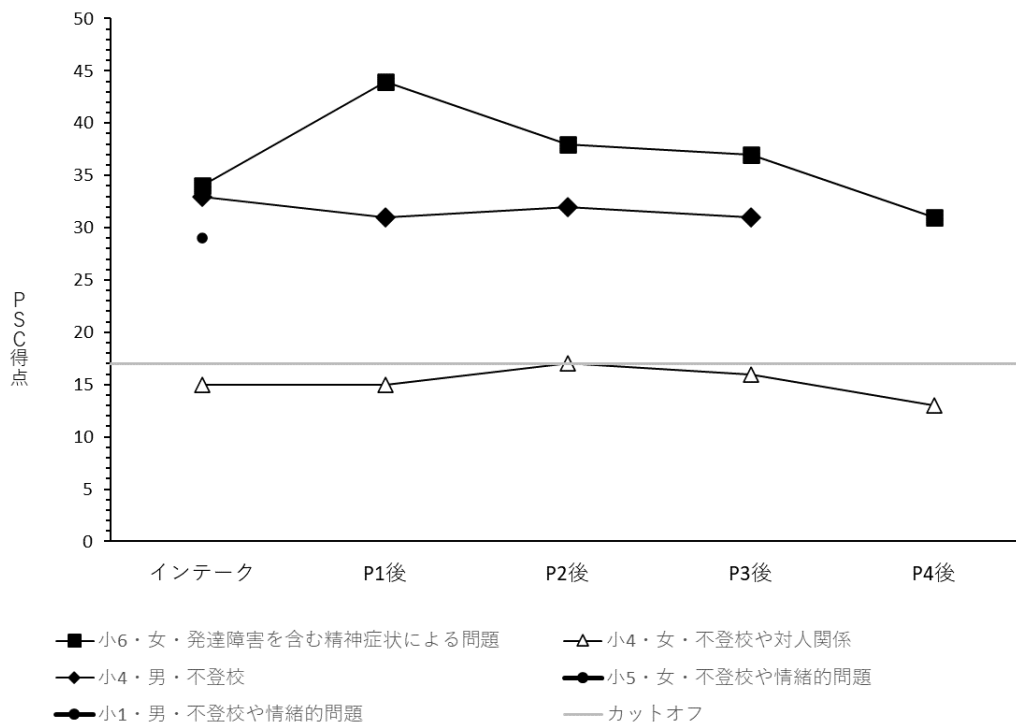


図 1 研究開始 4 カ月時点での測定結果

引用文献

Bratton, S. C., Ray, D., Rhine, T., & Jones, L. (2005). The efficacy of play therapy with children: A

- meta-analytic review of treatment outcomes. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(4), 376–390. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.4.376>
- 石崎 優子・深井 善光・小林 陽之助・小澤 亨司 (2000). Pediatric Symptom Checklist 日本語版のカットオフ値. 日本小児科学会雑誌, 104(8), 831-840.
- Leblanc, M., & Ritchie, M. (2001). A meta-analysis of play therapy outcomes. *Counselling Psychology Quarterly*, 14(2), 149–163. <https://doi.org/10.1080/09515070110059142>
- Lin, Y.-W., & Bratton, S. C. (2015). A meta-analytic review of child-centered play therapy approaches. *Journal of Counseling & Development*, 93(1), 45–58. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2015.00180.x>
- Ogawa, Y., & Takai, M. (2017). Play therapy in Japan. In A. F. Y. Siu & A. K. L. Pon (Eds.), *Play therapy in Asia* (pp. 117–136). The Chinese University Press.
- Ray, D., Bratton, S., Rhine, T., & Jones, L. (2001). The effectiveness of play therapy: Responding to the critics. *International Journal of Play Therapy*, 10(1), 85–108. <https://doi.org/10.1037/h0089444>
- Schottelkorb, A. A., Swan, K. L., & Ogawa, Y. (2020). Intensive child-centered play therapy for children on the autism spectrum: A pilot study. *Journal of Counseling & Development*, 98(1), 63–73. <https://doi.org/10.1002/jcad.12300>
- 田中 千穂子 (2002). 心理臨床家の手引き—初心者問いに答える— 東京大学出版会
- West, J. (1996). *Child centred play therapy* (2nd ed.). Hodder Arnold. (ウエスト, J. 倉光 修 (監訳) 串崎 真志・串崎 幸代 (訳) (2010). 子ども中心プレイセラピー 創元社)

謝 辞

本研究にご協力いただきましたクライアント及び保護者の皆様、当該施設の相談員の方々、また A 市教育委員会の皆様に、心より感謝申し上げます。

