

1. 【研究の概要図】

この応募用紙に記載する研究の概要を以下の枠内に図式や分かりやすい色を用いて、概要図を作成してください。

※様式の変更・追加は不可（以下同様）

研究課題名	エクスポージャー（曝露療法）に取り組むクライアントの心理的プロセス —治療関係の役割に着目して—
-------	---

エクスポージャー（曝露療法）とは…

- 不安を感じる対象にあえて向き合うことで、その不安と上手に付き合う方法を体感するという心理療法の技法
- 不安障害に対して非常に有効



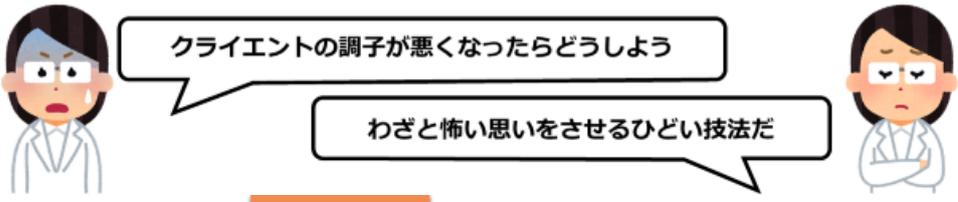
大勢の人がいる場所に行くのが不安…

不安だけど勇気を出して、あえて行ってみる！
=エクスポージャー

不安と上手に付き合いながら楽しく過ごせるようになる

エクスポージャーはとても有効な技法であるにもかかわらず、**実践できるセラピストが少ないという問題**がある

その背景には…「クライアントに怖い思いをさせてしまうのではないか」という**セラピスト側の不安や懸念の存在が指摘されている**



クライアントの調子が悪くなったらどうしよう

わざと怖い思いをさせるひどい技法だ

この問題を解決するために、**エクスポージャーに取り組むクライアントの心理的プロセスを理解することが役立つのでは？**



信頼できる先生が言うならやってみようかな…

怖いからやりたくない

挑戦すれば何か変わるかも

セラピストが、エクスポージャーに挑戦するクライアントの体験とプロセスを理解することは…

- 不安や懸念を解消することに役立つ
- エクスポージャー実施時における、**実践的でクライアントのニーズにあった援助方法**を提案できる

しかし現在、**エクスポージャーに取り組むクライアントの心理的プロセス**や、そのプロセスにおける**セラピストとの信頼関係（治療関係）の役割**は明らかでない

よって本研究は、以下の2点を明らかにすることを目的とする

(1) エクスポージャーに取り組むクライアントの心理的プロセスはどのようなものだろうか？

(2) そのプロセスにおいて、治療関係はどのような役割を果たしているのか？

エクスポージャーの対象となる人々への援助を推進