

# 認知的側面に焦点をあてたロールプレイの一例

——初学者教育における試み——

徳田 完二

(立命館大学大学院応用人間科学研究科)

心理療法とくにクライエント中心療法においてはクライエントの内的体験の感情的側面に焦点があてられてきた。しかし、認知療法の知見によれば、感情的側面と同様に認知的側面もまた重要と考えられている。クライエント中心療法の創始者ロジャーズは、人格理論においては心的構造や機能における認知的側面の重要性に焦点をあてる一方、心理療法理論においては認知的側面よりも感情的側面の重要性を強調した。しかし実は、彼は実際のところ、意図的にそうしているとは限らないとしても、心理療法的実践の中では感情的側面だけではなく認知的側面も取り扱っている。筆者は、来談者中心療法と認知療法を統合するアプローチという視点から、ロールプレイを用いて心理療法の初学者への教育を試みてきた。このアプローチにおいて、治療者は来談者中心療法で重視されている共感的理解という態度を維持しつつ、クライエントの内的体験の感情的側面と同様に認知的側面にも焦点をあてるよう努める。本稿は、心理療法の初学者が上述のようなアプローチのスキルを身につけるのを助けるのをねらいとした教育の試みを報告したものである。本稿では、筆者の指導のもとで、治療者がクライエントをうまく援助できるようになり、クライエントが自分の問題について何を感じたり考えたりしているかに気づき、問題から抜け出していく過程を示した。

キーワード：心理療法，来談者中心療法，認知療法，初学者教育，ロールプレイ  
立命館人間科学研究，No.30，77-85，2014.

## はじめに

徳田（2006）は、心理療法の初学者教育における工夫という文脈の中で、「クライエントの語りの四層構造」という、心理面接に関わる枠組みを提案した。その枠組みは、クライエントの語る対人的エピソードなどを「クライエントの内面」「クライエントの行動」「他者の内面」「他者の行動」の四層に分けてとらえるものであり、それは、このようにとらえるとクライエントの体験を理解しやすいという経験もとづいている。本稿では、上記に若干の改訂を加えた枠組みもとづく初学者教育の経験について述べたい。

若干の改訂とは「内面」の部分で「認知」と「感情」に分け、上述の四層構造を「クライエントの内面（認知・感情）」「クライエントの行動」「他者の内面（認知・感情）」「他者の行動」に改めることである。以下では、まず心理療法における認知の意義について述べ、次いでロールプレイによる初学者教育の実践例を示す。ただし本稿では、紙幅の制約上、四層構造のうち「クライエントの内面（認知・感情）」のみに焦点をあてる。

## I. 心理療法における認知の意義

Ellis（1973=1983）の論理-情動性療法や Beck

(1976=1990)の認知療法においては、「非理性的な観念」「自動思考」などと呼ばれるクライエントの認知(考え方,受けとり方)が重視される。簡単に言えば、非適応的な認知の修正を通して心理的問題を改善しようとするのが上述の心理療法である(論理-情動性療法も広義には認知療法に含まれるので、本稿ではこれも認知療法として扱う)。このようなアプローチの心理療法史上の意義は、認知を自覚的に活用する視点を心理療法に持ち込んだことにある。

来談者中心療法など、クライエントの内省を重視する心理療法においては、感情を扱うべきであることが強調され、それが広く受け入れられてきた。このことは、来談者中心療法の主たる応答技法が「感情の反射」や「感情の明確化」とされる(野島 2004)ことにも現れている。しかし、来談者中心療法の創始者Rogers自身は「感情の反射」という名称に不満を持ち、この名称より適切だとして「理解の確認」か「知覚の確認」という名称を提案している(Rogers 1986-87)。Rogersが提案した名称は、クライエントが語ったことについて治療者が知覚し理解したことをクライエントに確認するという意味の言葉であり、感情の反射や明確化よりも守備範囲が広い。つまりこれは、クライエントの感情のみならず認知についても取り上げることを含み得る。実際、『グロリアと3人のセラピスト』という映像資料(Rogersら3人の治療者がグロリアという実在のクライエントとの面接を取録したもの。日本語版は日本・精神技術研究所発行)を見ると、Rogersは面接の中でクライエントの感情も認知も扱っている。ただしRogersは、クライエントの認知をとりわけ重視し、それを自覚的に扱うという視点を持っていたわけではなく(Rogers 1942=2005)、クライエントが感情を語れば感情を、認知を語れば認知を扱っているのである。

一方、Rogersの「自己理論」と呼ばれる人格

理論では認知が鍵概念になっており、その理論の骨子は以下のようなものである(Rogers 1951=2005:218)。「行動には原因があり、行動の心理的原因となるのは特定の認知、あるいは特定の認知様式である」〔傍点引用者〕。つまり、個人の行動はその人がものごとをどう認知するかに規定される。このように人はそれぞれ固有の認知様式という内的準拠枠を持っており、それに沿って知覚し、体験する。「意識化することができる自己についての認知の組織化された形態」を自己構造と呼ぶが、これと矛盾する体験や現実は無視される。そして、自己構造と体験が大きくなると、人は不適応になる。それゆえ、心理療法の目標は自己構造と体験のずれを小さくすることであり、「行動を変化させるためには、認知の変化が体験されなければならない」。

このように自己理論の中心に据えられた認知様式という概念は、認知療法で言う「スキーマ」(Beck et al. 1979=1992)ときわめて類似している。この理論を基礎にしつつRogers (1951=2005)は治療論を展開した。それは治療者の態度(共感的理解、受容、自己一致)を重視するものである。しかしそこでは、すでに述べたようにクライエントの認知にとりわけ焦点をあてるべきであるとの見解が示されているわけではない。以上のことは来談者中心療法における人格理論と治療論が十分には整合していないことを示唆している。

上述のことから、来談者中心療法においては、人格理論および心理療法のねらいに関しては認知を重視しながら、治療的働きかけに関しては感情の重要性が強調され、認知がとりわけ注目されているわけではないことがわかる。これに対して、心理療法における認知の意義を重視し、自覚的に認知を扱うことを強調したのは、先述したように認知療法であった。しかし、治療者の態度を重視する来談者中心療法の治療論と認知を重視する認知療法の治療論が矛盾している

というわけではない。両者は相互排除的なものではなく、むしろ統合されるべきものであろう。すなわち、治療者の基本姿勢としては来談者中心療法的な態度を維持しつつ、技法的にはクライエントの感情だけではなく認知をも自覚的に扱うというアプローチが効果的と思われる。このようなアプローチは来談者中心療法における人格理論と治療論の整合性を高めたものとも考えられる<sup>1)</sup>。

本稿では、上述のような視点から、共感的理解（クライエントの内的準拠枠に沿った理解）という来談者中心療法的態度を維持し、必要に応じてクライエントの感情を取り扱いつつ、認知も自覚的に取り扱うことを指導方針として行った初學者教育について述べる。具体的には、上記のような方針で行ったロールプレイの資料により、面接過程が進展する様子を示す。なお、認知と感情がつねに明確に区別された形で体験されるとは限らない。以下の例でも示されるように、それらはしばしば混在している<sup>2)</sup>。

## II. 認知に着目する以前に指導した ロールプレイの例

心理療法の初學者教育においてはロールプレイがきわめて重要である。ロールプレイは、文

- 1) このアプローチは、認知を自覚的に扱う点で Ellis や Beck と共通するが、治療者の基本的態度、対話の技法、認知を扱う意味の点では以下のような違いがある。すなわち、非適応的認知を持っていることを説得によってクライエントに教えるのが Ellis のやり方であり、認知について質問を重ねることでクライエントが自分の認知に気づくようながすのが Beck のやり方であるのに対し、このアプローチはあくまで来談者中心療法的な態度を維持する。また、Ellis や Beck が非適応的な認知を修正するために認知を扱うのに対し、このアプローチは認知の修正よりはむしろクライエントが自分の認知を整理するのをうながすことに重点を置いている。
- 2) 本稿で取り上げたロールプレイの録音と逐語録の掲載については当事者の許可を得ている。また、いずれの相談内容も架空のものである。

献や講義による学習と、本物のクライエントと面接する体験との橋渡しをするものであり、初學者には必須である。その際、クライエントの話に耳を傾け、クライエントを共感的に理解することを目指したトレーニングを行うことが一般的と思われる。なぜなら、上記のトレーニングは学派を超えた普遍的なものだからである。筆者が初學者にロールプレイによる指導を行うようになった当初は、Rogers の唱導する態度（共感的理解、受容、自己一致）を念頭に置き、初學者が感情の反射や明確化を行えるようになることを目標にしていた。つまり、認知に焦点をあて、それを自覚的に扱うという視点は持っていなかった。本節ではその時期に指導したロールプレイの例を2つ示す（民間団体が開催したカウンセリング講座の受講生が行ったもの）。認知に着目するようになってからの指導と比較するためである。以下、治療者を Th、クライエントを Cl と記す。

### 【例 1】

Th1：どのようなご相談でしょうか。

Cl1：子どもが幼稚園なんですけど、同じ幼稚園に行っている子どものお母さんとうまくいかないっていうか、もやもやするところがあって。

Th2：そうですね。具体的にはどのようなことなんでしょう。

Cl2：うちの子は4歳の女の子なんですけど、一緒に幼稚園バスに乗る子の中に乱暴な男の子がいて、うちの子が引っぱられたり押されたりとか、目にあまることがあって。でも、その男の子のお母さんが注意してくれないんですよ。

Th3：ああ、そうですね。お子さんが乱暴されて、とてもつらいんですね。相手のお母さんは自分のお子さんに注意をなさらないんですね。

CI3：ええ。

Th4：そういうのって、とってもつらいですよね…。

CI4：押されて転んで、どろんこになったこともあるんですよ。そのとき何か言ってくれるかなと思ったら、「あら」くらいで終わっちゃって。私はうちの子を連れて帰って、服を取りかえて、そんなことでその日はムカムカしてたんですけど、でもそのお母さんに何か言ったら、そのあといやな気分になるかなあとって、なかなか言えないというか。

Th5：そうですか。そのお母さんにきちんと注意してほしいと思ってらっしゃるわけですね。でも「注意して下さい」とは言えなくてくすぶっているっていう感じなんですね。

上記において治療者は「つらい」(Th3, 4)「くすぶっている」(Th5)などの言葉でクライエントの感情に応答すべく努めてはいるが、「そのお母さんに何か言ったら、そのあといやな気分になるかなあとって」(CI4)という認知に関わる発言は扱っていない。

#### 【例2】

クライエントは会社の上司から交際を迫られて苦痛を感じているが、会社自体は気にいっており、やめるべきかどうか迷っている、と話し始める。そして、前にいた会社でも似たような経験があって今の会社にかわったことを語る。次はそれに続くやりとりである。

Th1：2回もそういうことがあったのでショックを受けられたんですね。

CI1：ええ。入社したころ、その上司がいろいろ教えてくれたり、帰りが遅い時にいっしょになったりしたんですが、私にすぎがあったのかなあ、だから自分自身に何か性格的

な問題があるのかなあ、なんて最近思ったりして。

Th2：自分に自信をなくされたわけですね。

CI2：そうですね、ええ。

上記において「自分自身に何か性格的な問題があるのかなあ、なんて最近思ったりして」(CI1)は認知に関わる発言である。しかし、治療者は認知ではなく感情(自信をなくした)の面からクライエントを理解しようとしている(Th2)。

以上の2例では、筆者が感情に焦点をあてた指導をしたため、治療者ももっぱら感情に目を向け、認知には着目しなかったと考えられる。

### Ⅲ. 認知に着目して指導したロールプレイの例

この節では筆者が認知の重要性を認識しつつ初學者教育を行った例(臨床心理学専攻の大学院生が行ったもの)を示す(筆者はロールプレイの達成目標を「クライエントの気持ちや考えを理解すること」という言い方で初學者に示すようにしている)。次の例では、初めは自由にロールプレイを行わせ、話が行き詰まると一時中断して助言を与え、その後再開させるというやり方をしている。なお、逐語録中の〔 〕はクライエントや治療者の発言に関する注釈である。

#### 【例3】

Th1：どうのご相談でしょうか？

CI1：今年4月に入社したんですが、研修期間を経て配属が決まったのが営業だったんです。経理に行きたいと思ってたんですが、営業になってしまった。それで、転職した方がいいのかなと考えているんです。〔認知への言及〕

Th2：仕事を始めてどれくらいになりますか？〔認知を扱わず、事実関係の確認を行っている〕

C12：1 ヶ月です。

Th3：仕事をしてみて実際にはどうですか？

C13：今は毎日毎日先輩について外回りをしています。取引先の挨拶回りです。

Th4：外回りよりオフィスでする仕事が向いていると思っておられるんですか？〔認知に関する問い〕。

C14：はい。そこでがんばりたいと思っていたんです〔感情と認知が未分化な発言〕。経理に希望を出したんですが通らなくて、全然畑違いのところになってしまいました。

Th5：やりたかったことがやれないので、会社をやめたいと思っているんですね。〔感情と認知が未分化な発言〕。

C15：数字を扱うのが好きで経理を希望しました。ずっと簿記の勉強をしてきたので、それを活かした仕事がしたいと思ったんです。〔認知への言及〕

Th6：転職にあたっての不安はどんなものですか？〔感情に関する問い〕

C16：転職するかどうか、まだ迷っているんです。〔感情と認知が未分化な発言〕

Th7：何が迷う理由ですか？〔「理由」という言い方は「考え」を指すのか「外的事情」を指すのか曖昧だが、「考え」なら認知に関する問いになる〕

C17：会社に入ってまだ1 ヶ月しかたっていないので、こんなに早く転職していいんだらうか、と。その一方で、早く経理の仕事を見つける方がいいんじゃないか、とも思ったりして。経理から離れていると、今までせっかく勉強したことを忘れるかも知れないので、それも気になって。でも、転職すると自分のキャリアに影響があるのかも知れないとも思うんです。〔認知への言及〕

Th8：誰かに相談をしましたか？〔認知を扱わず、話をそらしている〕。

C18：会社の人にはこんなこと言えないので、

友だちに話しました。

Th9：どんな反応がありましたか？

C19：「転職してもいいんじゃないか」と言う人もいれば、「まだ1 ヶ月しか経っていないんだら、やめない方がいい」と言う人もいます。人によって言うことがバラバラですね。

Th10：それでよけい迷うんですね。〔感情と認知が未分化な発言〕

C10：はい、迷っています。

ここで、双方が沈黙して話が行き詰まったので、ロールプレイを一時中断し、筆者から治療者に助言を行った。その内容は、「やめたい理由、やめない方がいい理由としてクライエントが何を考えているか（つまり、認知）をもっと丁寧に聞くように」というものであった。その後、ロールプレイを再開させた。

Th11：やめたい方の理由としては、営業の仕事が大変だからということですか？〔感情に関する問い〕

C11：そうなんです。でも、考えてみたら、今はまだ先輩にくっついて自己紹介して取引先を回っているだけなんですよね。今のところは、実際に何か営業のノルマを果たさなければいけないというわけではないんです。営業にはノルマがあって、毎月それぞれの社員の成績が張り出されるらしいんです。とにかくノルマがきついらしいと聞きました。そういう話を聞いて、大変そうだなと思いました。自分にノルマを達成できるのかなあ、と。〔感情と認知が未分化な発言〕

Th12：ああ、ノルマが大変で…。〔感情の確認〕

C12：成績がよくないと、上司に怒られるそうです。追い詰められて身体をこわす人もいるらしいし。営業はやめる人がいたりし

て人の出入りが激しい部署と聞いているので、それが気になります。自分では経理の仕事が向いていると思うし、せっかく勉強してきたので、その仕事をやらないともったいないという気もします。いずれ経理の仕事に就けるかも知れないけれども、経理の知識を使わないでいると忘れてしまうと思うし。〔認知への言及〕

ここで再び双方が沈黙したので、筆者より「やめたい理由、やめない方がいい理由としてクライアントが考えていることに十分注意を向けるように」との助言を行い、認知に着目すべきことを再度確認した。

**Th13:** やめるかどうか迷っておられますが、それについてどんなことを考えているか、もう少し詳しく話していただけますか？〔認知に関する発言のうながし〕

**Cl13:** 1ヶ月でやめると、それを履歴書に書くことになりますよね。それがあとで影響するのかなというのが気になります。次の仕事を探す時に、「1ヶ月でやめた人」と見られるんじゃないかとか。それと、いまやめるというのは、長い目で見たら、答えを出すのが早いんじゃないか、という気もします。〔認知への言及〕

**Th14:** 「1ヶ月でやめた人」と見られるのではないかと思ってしまうんですね。〔認知の確認〕

**Cl 14:** 次の就活の時、「今度もまたすぐにやめるんじゃないか」と思われるかも知れないので。だから、今やめると、今後のキャリアにマイナスになるのではないかと思うんです。〔認知への言及〕

**Th15:** 転職するにしても、次の仕事を見つけないと困ると思うんですね。〔認知の確認〕

**Cl15:** はい。前もって心配するのも何ですけ

ど、世の中そんなに甘くないだろうし。でも、わたしまだ営業で実際には何もしていないんですよね。営業の仕事に不安がある一方、会社の方が私を営業に配属したことには何か意味があるのかも知れない、と今ふと思ったんです。会社は、私に営業の適性があると考えたんだらうかとか、私への期待も含めて営業への配属を決めたんだらうかとか。営業に配属されたのは意味がないことでもないという気もしてきました。もう少しチャレンジしてもいいかな…。〔認知への言及〕  
もともと経理が好きだったので、営業と言われた時、予想外で面食らってしまったんです。〔感情への言及〕

**Th16:** 思い描いていたことと違うので、とまどったんですね。〔感情の確認〕

**Cl16:** はい。でも、営業に来たのは何かしら意味があるかも知れないですね。それが明確になるまでがんばってみようかなと思います。今のところ、やめるのがいいか、やめない方がいいかは半々くらいの気持ちで、「どうしようかな」という感じですけど、決めるのはもう少しがんばってからでもいいという気がしてきました。〔認知への言及〕

上記の例において、ロールプレイ開始当初からクライアントは繰り返し自分の認知について言及しているが (Cl11, 5, 7, 10), 治療者ははじめそれをうまく扱っていなかった (Th2, 8)。このため治療者はクライアントの内省過程を促進することができず、クライアントは迷っている気持ちを再確認するにとどまったため、行き詰まりが生じたと思われる。そこで筆者は、会社をやめるのかどうかに関わるクライアントの認知を明確化にするよう助言したのであるが、治療者はその後も感情の方に目を向けて認知を扱うことができず (Th11, 12), 再び話が行き詰まった。行き詰まりが生じる直前のやりとり

を見てみると、治療者が感情を確認（Th12）した後のクライアントの発言はこれまでの繰り返しが多く、堂々めぐり的になっている（Cl12）。そのため筆者は先の助言をあらためて伝え、認知（考え）に注意を向けるべきことを強調したところ、その後の治療者は認知をうまく扱うことができた（Th13, 14, 15）。それに応じてクライアントの認知が明確化され（Cl13, 14）、さらにはCl11でも言及された“自分はまだ営業で実際には何もしていない”という事実が改めて語られた。また、それに続いて「会社の方が私を営業に配属したことには何か意味があるのかも知れない、と今ふと思った」という新たに生じた認知が語られた（Cl15）。そして、最終的には「（やめるかどうかを）決めるのはもう少しがんばってからでもいいという気がしてきました」という前向きな認知を表明してロールプレイは終了した。

以上のように、例3においては、認知に焦点をあてたアプローチがClの内省を促進し、認知の変容が生じた過程が明瞭に現れている。このことから、自覚的に認知への焦点化を行うよう指導することで、初学者もうまく認知を扱えるようになることが示されたと言えよう。

#### IV. まとめと補足

例3において、認知に焦点をあてた指導が初学者教育において有効であることが示唆されたが、このような初学者教育に関していくつかの留意点があると考えられる。

まず、本稿で取り上げたいずれの例からも、クライアントが認知について自発的に語る傾向のあることがうかがえる一方、例3の注釈にも示したように、クライアントの発言には認知なのか感情なのか曖昧な表現がしばしば現れるということである。また、治療者の発言においても、認知に関するものか感情に関するものか判然と

しないものがあるということである。ふだんのわれわれが、自分の頭に浮かぶことや人が語ることのうち、どれが認知でどれが感情かをいちいち区別しているわけではないという点から考えても、認知を適切に扱うにはまず、認知と感情を区別しようという自覚を明確に持つ必要があるだろう。さらに、例3に示されているように、初学者は認知に注目するようにとの指導を受けたからといってただちにそれができるとは限らず、認知ではなく感情を扱ってしまうということもある（Th11, 12）。それゆえ、認知と感情を区別して認知を扱えるようになるには練習が必要なのである。

以上をふまえて初学者教育におけるポイントを整理すると、①心理療法における認知の意義について理解をうながすこと、②認知と感情を区別してとらえる目を育てること、③認知を扱うスキルを育てること、④上記をロールプレイという実践的トレーニングの中で学ばせること、などがあげられよう。

心理療法において、治療者のクライアントに対する共感的理解が前提になることは言うまでもないが、だからと言って、クライアントに感情の言語化をうながす必要がつけねにあるとは限らない。なぜなら、クライアントの感情は、クライアントがそれを言語化しなくても、態度やものの言い方などからある程度伝わってくるものが少なくないからである。しかし、認知は言葉で表現されなければ治療者には伝わりにくいものであり、その意味でも、クライアントに認知の言語化を促すことが重要と考えられる。初学者教育においては、認知と感情の上記のような違いについて理解させることも必要であろう。

#### 文献

- Beck, A. T. (1976) *Cognitive Therapy and Emotional Disorders*. New York: International Universities

- Press. 大野裕 (訳) (1990) 認知療法. 岩崎学術出版社.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., Brain, F. and Emery, G. (1979) *Cognitive Therapy of Depression*. New York: Guilford Press. 坂野雄二 (監訳) (1992) うつ病の認知療法. 岩崎学術出版社.
- Ellis, A. (1973) *Humanistic Psychotherapy—The Rational-Emotive Approach*. New York: McGraw-Hill. 澤田慶輔・橋口英俊 (訳) (1983) 人間性主義心理療法—RET 入門—. サイエンス社.
- 野島一彦 (2004) クライアント中心療法. 氏原寛・亀口憲治・成田義弘・東山紘久・山中康裕 (編) 心理臨床大事典 [改訂版]. 培風館, 307-312.
- Rogers, C. R. (1942) *Counseling and Psychotherapy: Newer Concept in Practice*. Boston: Houghton Mifflin Company. 末武康・保坂享・諸富祥彦 (訳) (2005) カウンセリングと心理療法. 岩崎学術出版社.
- Rogers, C. R. (1951) *Client-Centered Therapy*. Boston: Houghton Mifflin Company. 保坂享・諸富祥彦・末武康弘 (訳) (2005) クライアント中心療法. 岩崎学術出版社.
- Rogers (1986-87) Reflection of feelings and transference. Kirschenbaum, H. and Handerson, V. L. (eds.) (1989) *The Carl Rogers Reader*. Boston: Houghton Mifflin Company. 伊東博・村山正治 (編) (2001) ロジャーズ選集 (上). 誠信書房.
- 徳田完二 (2006) 初学者に心理面接をどう教えるかをめぐって. 治療の聲, 7 (1), 79-85.

(受稿日: 2013. 11. 19)

(受理日: 2014. 1. 8)



## Practice & Discussion

# A Roll-Play Case Study Focusing on Cognitive Aspects of Patient Experience: A Trial Concerning the Education of Psychotherapy Beginners

TOKUDA Kanji

(Graduate School of Science for Human Services, Ritsumeikan University)

---

In psychotherapy, especially client-centered therapy, the emotional aspect of clients' internal experiences has been the main focus of interest. According to what is known about cognitive therapy, however, the cognitive aspect of these experiences can be considered just as important. Rogers, the father of client-centered therapy, focused on the importance of the cognitive aspect of psychological structure and function when it came to his theory of personality, but when it came to his approach to psychotherapy he emphasized the importance of emotional rather than cognitive aspects of experience. In his psychotherapeutic practice, however, while it might not necessarily have been intentional, he did in fact deal with not only emotional but also cognitive aspects of his clients' experiences. The author has tried to educate psychotherapy beginners through role-play on the basis of this kind of approach that integrates client-centered therapy and cognitive therapy. In this approach, the therapist makes an effort to maintain an attitude of empathetic understanding, as is considered very important in client-centered therapy, and to focus on the cognitive as well as the emotional aspects of the client's internal experiences. This paper reports on a trial of this approach to education that attempts to help psychotherapy beginners acquire competency in the above-mentioned approach. This report shows how a therapist, under the guidance of the author, became capable of successfully providing assistance to a client, and the process by which the client became aware of her own thoughts and feelings about her problems and was able to get beyond them.

**Key Words** : psychotherapy, client-centered therapy, cognitive therapy, education for beginners, role-play

*RITSUMEIKAN JOURNAL OF HUMAN SCIENCES, No.30, 77-85, 2014.*

---