

書 評

相 談 心 理 学

平 野 馨*

Kaoru HIRANO

わが国においてカウンセリングが、一つのまとまりを持った専門領域として登場したのは1957年(昭和32年)に発刊された「相談心理学 沢田慶輔編 朝倉書店」によるといえるであろう。従来の医療の中で治療重点の方法に比較して、教育・発達・啓発的側面を強調したところが特徴であり、当時教育界をはじめ、広く社会福祉・産業界など関心を集めた図書である。内容はその数年前に開催された「学生厚生補導特別研究会」に参加された日本側講師団のかたがたが、来日したアメリカの大学講師団を通して導入したアメリカの大学におけるSPS(Student Personnel Services)の理念と方法を、日本の新制大学における学生指導の柱として、その改革を志向したところによる。主知主義から全人教育へ、外部的管理から内面的啓発へと、教育の民主化によって学生の発達過程を援助する心理学的方法としてのカウンセリングと、グループ・ダイナミックスの応用が取入れられたものである。「相談心理学」が発刊されて以後、相次いで同方面の多様な論文が紹介され、研究集会も多く開かれて、学生指導業務も次第に新しい内容が加わるようになった。さらに1966年(昭和41年)には「ロージャーズ全集18巻 堀淑昭・小野修編訳 岩崎学術出版社」、「フロイト選集1969年(昭和44年)、同著作集」などが刊行されて、心理療法への関心は一つの頂点に達したような感があった。このことは一方のSPSを基盤にする教育開発に重点を置く立場と、サイコセラピー重点の治療的立場を背景にして、カウンセリングの専門性という課題と、学生に直接に対応する多様なサービスという一般性の両極の性格の様相を生むようになった。

カウンセリングは心理学の関係学会の中でも急速に重要な部門になり、本学会の中に「相談部会」が設置されて独自に大会が開催されていたが、昭和40年末に日本相談学会に独立した歴史がある。またその前年には臨床心

理学会が発足し、犯罪心理学会・教育心理学会においても多大な関心を持たれて、研究発表数は多数にのぼっている。このような趨勢の中で、昭和41年7月、関係19団体が集まって「心理技術者資格認定機関」を設立し、臨床心理士の認定制度を計画したのであるが進展が得られず、その後大学や医療の場におけるの改革紛争によって停滞期もあったが、昭和45年以後の集団法、ST(Sensitivity Training) T-group, EG(Encounter Group)の発展により、再び活発な研究や実践活動が行われるようになった。

今回は長い間学生カウンセリング活動を軸に、各種の集団法、家族療法など多方面に実践家としてかかわってこられた平木典子氏、カウンセリングに関する世界的な調査をされておいでになる林潔氏、親の役割訓練に関して独自の方法と、その普及に力を注がれている近藤千恵氏を中心としたかたがたの著書を取上げてみた。いずれも広い読者層を対象にした啓蒙的内容に重点が置かれた本であるが、著書はそれぞれに深い造詣を持たれている本学会会員である。

平木典子「カウンセリングの話」(光村図書, 1984年, 206頁)

本書は朝日カルチャセンターにおける、カウンセリング入門講座のテキストとしてまとめられたものである。目次に従って概要を紹介する。

I カウンセリングとは

カウンセリングの意味を、近似の援助活動である「コンサルテーション」「ケースワーク」「サイコセラピー」との比較において明らかにして、カウンセリングの領域を浮きぼりにしている。

II カウンセリングの人間観

* 慶応義塾大学
Keio University

カウンセリングが人間観に支えられて成立っていることはいままでもないが、いかなる人間観によるかは方法的にも重大な意味を持つことである。ダグラス・マクレガーの提示したX理論、Y理論、マズロー、ロジャーズのほか、カウンセリングの発達史の中で重要な位置を占める職業指導運動、教育・心理測定運動、精神衛生運動の背景に触れて、それらの人間観が紹介されている。カウンセリング理論と方法の関連において人間観を考えると、一段と興味深いものがある。

Ⅲ カウンセリングの理論

今日、カウンセリングの立場の主なものを数えると、恐らく40を越えると想像される。その中でも支持者の多い立場、精神分析、特性因子法、来談者中心療法、行動療法、箱庭・遊戯療法、論理療法、ゲシュタルト療法、現実療法、グループカウンセリング、家族療法が紹介されている。学派の偏向もなく、現在のカウンセリングの実態をよく示されていると思う。そこで若干欲をいうならば、日本の精神文化の流れという観点から関心を向けられている、禅や瞑想法を加えられて検討されるところがあつてよいのではないか。言葉でなく体験を重視する世界からの独自の創造的接近が、今後盛んに相談活動の中に取上げられていくのではないかという感があるところから、付言させていただいたことである。

Ⅳ カウンセラーの資格と訓練

わが国においては、カウンセラーの資格が制定されていない。それだけにカウンセリングに携わるものは、自分に慎重であらねばならないし、また研鑽を心掛けなければならない。特に理論と実践の間にギャップがないよう、また人間観も自分が受入れられるものでなければならない。したがって技法ひとつにしても小手先のものでなく、人間に対する尊厳とクライアントの自立を促進する援助として行われなければならないことである。そこで平木氏はカウンセラーの訓練に、次の三本の柱を強調している。

1. 人間理解の方法を知っていること。
2. 人間援助の方法を知っていること。
3. カウンセラー自身が自分を十分知り、自分を受入れていること。

Ⅴ 日本におけるカウンセリングの現状

カウンセリングが各界で活用され、学会が設立し研究発表がなされているにもかかわらず、「カウンセラー」が陽のめをみるかという、それは決して余談を許さないことである。カウンセリングの本領は、まさに生きる意味を自らの手で発見することで、いわゆる「病氣」を主な相手にしているのではない。これらの事情に触れな

がら、それにふさわしい内容の事例をあげて問題を掘りさげている。

本書はタイトルの印象からもわかる通り、概念や理屈づくめの内容ではない。理論や知的満足を求められるかたには物足りない感じかと思うが、カウンセリングの中核的課題を平易に親しみやすくまとめられたことで、どなたでもよく理解が進む入門書である。

林 潔「大学とスタディスキルズ訓練」(新書館、1984年、127頁)

学生の不適応の中には学習上の、あるいは対人関係のある技能が不十分なために問題を深めてしまう事例が意外に多い。大学生に今更スタディスキルズなどと思われるむきもあろうが、大学のカウンセラーは以前から問題視していた事柄である。効果的な読書、方言、対人関係(特に異性との交際)、生活時間管理、論文の書き方など、広範にわたって技能や生活体験の不足から総てに消極的になって、時に留年や退学へと後退する学生もある。本書の発刊は、学生の社会的未成熟や大学の大衆化現象がいわれている中で、学習技能訓練の諸問題を提起されたことは、誠に時期を得た内容である。

アメリカ、オーストラリアなどの大学のカウンセリング・センターでは、以前から訓練技法のプログラムを開発し、訓練学習の場を提供してきていて、それがセンターの重要な活動の一領域を占めている。わが国においては、全くといってよいほどこのような技能や態度形成のための場が作られず、日常の教科学習の中で自然に身につくことのように考えられ、親も社会生活習慣形成についてそれほど関心が払わないところがある。林氏はこのような現状に早くから関心を寄せられて、アメリカ、カナダ、イギリス、オーストラリア、ニュージーランドの大学のスタディスキルズ・プログラムの実態調査をされる一方、わが国の大学生の進路や学生生活に対する態度を調査して、その不安傾向、何が問題になっているか、男女学生それぞれの態度の構造を因子分析によって把握し、その一環として効果的なスタディスキルズの訓練方法を提示している。

因子分析の結果は、第Ⅰ因子学習への不満足感、第Ⅱ因子学習活動回避、第Ⅲ因子学習に対する困難さと遅延、第Ⅳ因子学習環境、第Ⅴ因子は学習に対する粗雑さと不熱心さの諸因子が抽出され、女子はその内の第Ⅳ因子は抽出されなかった。さらに達成動機や教養課程における検討が加えられているが、紙面の関係で割愛させていただく。いずれにしても調査結果は訓練の必要性が改

めて認識できる内容であり、この結果を基に、本書はさらに具体的な訓練プログラムを示している。

訓練プログラムの内容は、次のようなものをあげている。

1. 話し方 (言語表現)
2. 聴き方(1) (小集団利用の方法)
3. 読み方(1) (文章整理と要約)
4. 文章表現 (文章構成とチェック)
5. 聴き方(2) (段階的訓練)
6. 読み方(2) (SQ3R, マッピングの活用)

をあげている (この部分第22回全国学生相談研修会報告書より引用)。そしてこれらの個々の段階を経て、試験の準備に及ぶ約半年のプログラムが組まれることになる。毎週1回1セッション (1時間半) が基本型である。具体的には3分間スピーチ、「対象喪失 (小此木啓吾 中公新書)」の一部を読んで自分の体験に照合して振り返りを行うこと、SQ3R (ロビンソン, F. P. による) に沿った学習、論文体テストなどの指導を行っていく。

訓練プログラムの評価は、参加者の反応によって集計されている。いずれの課題もおおむね好意的な傾向を示している。話し方に関しては77.8%, 書き方76.4%のように好意度が高く、次いで読み方61.8%, 試験49.1%, 聴き方44.4%の順である。冒頭にも若干触れたところであるが、最後に各国の大学において行われているスタディスキルズ訓練が、大学別に表記されているので、どのような訓練が多く取入れられているか参考になろう。

繰返しているようで恐縮であるが、学生の学習技能訓練やコミュニケーション技法の問題は、わが国の大学では余り関心が持たれていない。私が実施した調査、相談活動に力を入れている国公立大学において、「個人相談を支える学生相談室の諸活動」調査結果においても、僅かにエンカウンター・グループ、自己表現訓練などのグループ・ワークが認められる程度である。このような訓練の機会や集団法がそれほど広まらない背景は、このような計画を実施する熟練者が個人カウンセリングを行う資質に加えて、グループ・ダイナミックスの集団技法などを身につけなければならない。広くカウンセリング活動を展開するには、それに応じた適格な専任カウンセラーやグループ・リーダーが絶対不可欠であり、早急にこれらの養成のための教育訓練機関が置かれる努力の必要性を、改めて強く感じるところである。

トマス・ゴードン著 奥沢良雄 市川千秋 近藤千恵 共訳「教師学 (T. E. T. Teachers Effectiveness Training)——効果的な教師=生徒関係の確立——」(小学館,

1985年 312頁)

著書のトマス・ゴードン博士は、1963年にカリフォルニア州パサデナにおいて、P. E. T. (Parent Effectiveness Training) の実践に着手し、1970年にその内容をまとめた「P. E. T. 親業—新しい親子関係の創造— (1977年 近藤千恵訳 サイマル出版会)」が発刊されて以後、僅かの期間に全米に発展した活動である。「教師学」はこの活動の中から誕生したといってもよいわけなので、もう少し「P. E. T. 親業」について考察してみよう。

博士の哲学は、子供には自立心があり、協調的であるという基本的視点から、そのために親が何をどのようにするかを問い直し、子供の自立心を育て、自分で自分の行動に責任のとれる人間になるよう、親が勇気づけなければならないことが強調される。したがって博士の次の言葉にそのことが表現されている。「子供に一個の人格を認めようとする子供の人間性回復宣言であると同時に、子供ができたからといって46時中、「親」の仮面をかぶっていることはないではないか、という親の人間性回復宣言でもある。」(P. E. T. 前文より) という基本姿勢によって、親役割訓練が進行する。

近藤氏は、P. E. T. 本部開催のセミナーに参加されてインストラクターの資格を取得されてから、1980年春に日本の「親業訓練協会」を設立されて、その活動を広められている。子供に深く関与する「おとな」は親のほか、教師、青少年育成団体リーダー、警察官、医師、看護婦、カウンセラー、ケースワーカー、宗教家などで、特に教師は教育機関に在るあいだ中、親代りの役目を果たすところがあって子供への影響力は非常に大きい。「T. E. T. 教師学」は特に教師が起こしてはならない問題、子供の自尊心を傷つけること、創造性の芽をつんだり、自信ややる気を失わせることなどの原因を反省しながら、教師と生徒の人間関係をどのように確立するか、そのコミュニケーションを改善する方法を具体例をあげて示している。ともすれば前面に現れ勝ちな教師の権威主義やおとなの暴力、非受容的反応が子供を傷つける愚を認識して、教師と生徒が共に人間としてどのように生きるか、これらを教育理念の中に消化していく教育プログラムの展開を説いている。生徒の自尊心や責任感を育てる教育を通じて、生徒自らが必ず規律やルールが保てるように成長するという実用的な面を強調している。

第1章 教師と生徒の関係——失われている絆

最も基本的関係の絆の失われている原因を「アメ」と「ムチ」、権威主義と寛容主義をあげて問題を提起する。

第2章 効果的な教師=生徒関係のモデル

生徒は「だまし屋」という教師を鋭く見抜く。教師像と役割機能の中の矛盾する二重規範を克服する必要性が検討される。

第3章 生徒が問題をかかえている場合、教師はどうすればいいのか。

コミュニケーションをあげる12の型の意味を考察し、効果的方法を探索する。

第4章 能動的な聞き方の活用法

個人的問題の聞き方のほか、クラス討論、父母懇談会などの集団討議の場合の活用が紹介されている。

第5章 生徒のせいで教師が問題をかかえたときは、どうすればいいか。

教師が問題に取組むとき、どのようなメッセージが寄せられているかを観察し、「あなたメッセージ」「わたしメッセージ」を比較して是非を考察する。

第6章 教室環境を改善して、問題が起きないようにする

第7章 教室での対立

第8章 勝負なし法で対立を解決する

第9章 勝負なし法の使い方——校内の他の問題に第Ⅲ法を応用する

第10章 学校の中で価値観が対立したら

これらの章は、日常、教師と生徒の間に起きる対立関係を解決する方法の三形態、(1) 教師が生徒を負す(第Ⅰ法)、(2) 生徒の反抗によって教師が負される(第Ⅱ法)のような不毛な争いに陥入らずに、双方とも受入れられる解決に向って協力しあうような、(3) 勝負なし法(第Ⅲ法)を示している。さらに問題解決過程の6段階は、種々な領域においても充分応用が可能である。

第11章 学校を教えやすい場所にする

問題は教師生徒間の対人関係のみではなく、学校の組織・制度・評価など、管理的側面も検討されなければならない。さらにスタッフに対するリーダーシップ、コンサルテーション機能など、貴重な示唆が含まれて、教育

環境改善の意味の重要性を述べている。

付章 家庭の学習問題

今回は広い立場からのカウンセリングに関して、最近に発刊された図書3冊を取上げてみた。筆者の力不足から十分な内容などをお伝えできなかったかと思うが、ご容赦願いたい。最後にこれらの図書に触れ、改めて感じるところを述べさせていただきたいと思う。

カウンセリングが人間の成長を促す科学として認められ、多くの立場や方法が研究されて有効性が認識されてきている反面、それを確立し、地に着いた人間教育を行う機会が極めて不十分である。最近慶応義塾大学教職課程センターは、卒業生教師からアンケートを求めたが、その中で教育実習に対する大学側の事前指導に期待する事項として「教師としての自覚」と「生徒指導」が非常に高い比率を示している(教師教育の再興 松本 憲 教職課程センター教授 三田評論 '85 6月号)。また現職教師の研修においても「生徒理解」は強く求められている課題であり、教師教育における教科教育と並んで、人間教育の必要の一端が現れているといえよう。昭和56年から3か年かけて、教員養成大学・学部教官研究集会が「教育相談」を研究分野に取上げて開催され、多くの関心を集めたのであるが、その後具体的な施策はなされていないようである。

学生・生徒の心のひずみは幼い頃からのさまざまな要因、環境のゆがみが複合して現れてくる。それらの心のひずみは落ちこぼれ、非行、いじめ、登校拒否、神経症、自殺などとして顕在化するが、それはまた教育制度の上からテスト中心主義、受験体制の重圧が拍車をかけていることも事実である。教育は子供の心身の拡大発達を展開するためのおとなの共同作業の意味が重要である。少なくとも親、各学校段階の問題を総合的に検討して、それぞれに則した生活指導、自然教育など幅広い方法を考えていく機会を更に増していくことが望まれる。