

発達心理療法に基づくカウンセリング過程における マイクロカウンセリング技法意図

—クライアントの認知発達的水準とカウンセリングの効果—

山本 眞利子

要 約

研究1では、カウンセリング過程におけるマイクロカウンセリング技法意図を調べた。被験者は、3段階のカウンセリング過程の内容をオーディオテープで聴き、各段階でのマイクロカウンセリング技法意図を評定した。研究2では、被験者は、3段階のカウンセリング過程を聴き、各段階でのクライアントの感覚運動的水準、具体操作的水準、形式操作的水準を評定した。研究3では、被験者はロールプレイを行い、各段階のカウンセリングの効果の評定した。結果は、初期段階では、カウンセラーがクライアントの話しを傾聴しようとする傾聴技法意図が、中期段階ではクライアントの焦点を肯定的な側面に向けさせようとする肯定的資質探求技法意図が、後期段階では、クライアントに自分の考えを探求させようとする自己探求促進技法意図が頻繁に生じた。その時、クライアントの感覚運動的水準が減少、具体操作的水準と形式操作的水準が増加し、カウンセリングの効果が高まることが示された。

キーワード：マイクロカウンセリング技法意図、クライアントの認知的発達水準、カウンセリング効果

はじめに

カウンセリングを行うにつれ、カウンセラーが行うカウンセリング技法やカウンセリング技法意図も変わる。マイクロカウンセリングの福原・アイビー・アイビー (2004)、アイビー (1985)、Ivey (1986)、Ivey & Ivey (2003)、玉瀬 (1998) は、カウンセリング技法を分類した。それらは、基本的かかわり行動、基本的かかわり技法、積極技法等である。基本的かかわり行動には、アイコンタクト、声、姿勢などの非言語的な要素が含まれる。基本的かかわり技法には、最小限の励まし、質問、言い換え、要約、感情の反映が含まれ、これらは、傾聴技法と呼ばれる。積極技法には、解釈、意見、フィードバック、対決、自己開示などが

含まれる。これらの特徴は、解釈技法にみられるように、カウンセラーがクライアントの考えをカウンセラーの枠組から捉え、カウンセラーの視点や意味づけを提示することである (山本1996, 1997, 1998, 2002)。

Ivey (1986, 1991)、福原・アイビー・アイビー (2004)、Cashwell, Myers & Shurts (2004) は、発達心理療法を提唱し、ピアジェ心理学をカウンセリング・心理療法に適用し、カウンセリング・心理療法ではクライアントの発達が生じていると考えた。要するに、カウンセリング過程において、クライアントは感覚及び感情に支配されそれらが操作できない感覚・運動的水準から、少しずつ問題状況などについて順序立てて話し具体的に考える具体操作的水準、そして、自分について振り返り、自分の考えや感情について考え

る形式操作的水準に至る。

山本(2001)では、発達心理療法に基づき、長期にわたり引きこもりを続けていた青年とのカウンセリングを行った。初期では、傾聴技法を行うことで青年を理解した。中期ではクライアントの肯定的な側面に焦点を当る技法を行い、クライアントができていたことを探し、肯定的に意味づけた。後期では、少しずつ自分に自信をもつようになったクライアントに対し、クライアントの新たな見方や考えを傾聴するカウンセリング技法を行った。こうすることで、青年は、自分はダメだと悲観的で感情的な感覚運動的水準にあったが、自分のこと、自分の考え、自分のパターンについて考えられる形式操作的水準へと至り、自分をコントロールできるようになった。

このように、カウンセリング技法の行使によって、クライアントの認知水準が変わる。しかし、山本(2001)はあくまでも一事例に過ぎない。そこで、本研究では、カウンセリング初期、中期、後期におけるマイクロカウンセリング技法意図とクライアントの認知的発達水準を実証的に検証する。

研究1では、ロールプレイを行いカウンセリング過程の台本を作成する。研究1では、進路で悩んでいた女子大学4年生とのロールプレイを行った。そして、そのカウンセリング過程の内容を第3者に見せ、カウンセリング過程で生じていたマイクロカウンセリング技法意図に関する評定を行った。研究1で、カウンセリング技法意図が確かめられた上で、研究2では、カウンセリング過程におけるクライアントの認知的発達水準を調べる。研究3では、カウンセリング過程におけるカウンセリング効果を検証する。

研究1

目的

研究1では、進路で悩んでいた女子学生とのロールプレイを行い、カウンセリング初期、中期、後期で行われたマイクロカウンセリング技法意図を調べる。

方法

被験者

被験者は、短期大学の学生計23名。

材料

(1) カウンセリング過程の台本

実験者が、進路で悩んでいた女子大学4年生(以下クライアント)とのロールプレイを行った。カウンセリング過程の初期、クライアントは、将来、発展途上

国で福祉を学びたいと思っているが、これ以上両親に迷惑をかけることはできないと葛藤していた。中期、クライアントは、これまでも経済的に困窮することもあったが、自分が本当にしたいことについては、自ら積極的に動いたり周囲に働きかけることで、問題を克服してきたことに気づいた。後期、クライアントはこれからも経済的な問題はあるが、本当に自分がしたいことならやれそうだと思うようになった。カウンセリングの内容をビデオに録画し逐語録に整理した。その内容を、カウンセリングを学んでいる専門家7名と臨床心理士4名に読んでもらい、彼らの意見を参考にカウンセリング内容を若干、修正した。カウンセリング過程の台本に基づき、実験者とクライアントがその内容をオーディオテープに録音した。カウンセラーとクライアントの応答は各段階7応答から成り、カウンセリング過程モデルの台本とオーディオテープが完成した(資料参照)。

(2) マイクロカウンセリング技法意図評定用紙

マイクロカウンセリング技法の意図に関する項目は、Ivey(1986)、山本(1996, 1997)、玉瀬(1998)に基づき、マイクロカウンセリング技法の意図に関するリストを作成した。その上で、臨床心理士4名に、カウンセリング過程の台本を読んでもらい、マイクロカウンセリング技法意図のリストにチェックしてもらった。こうやって、20個のマイクロカウンセリング技法意図の項目が完成した。これらは、傾聴技法意図で、カウンセラーがクライアントの話しを聴き、クライアントの考えなどを言い換えるもの、積極技法意図でカウンセラーの枠組からカウンセラーの考えを示すもの、肯定的資質探求技法意図でカウンセラーがクライアントの肯定的な資質を探すもの、自己探求促進技法意図でクライアントが自分の考えや感情を探るよう促すものだった。傾聴技法意図の α 係数.90、積極技法意図の α 係数.79、肯定的資質探求技法意図の α 係数.97、自己探求促進技法意図の α 係数.97だった。内容は、表1のとおりだった。

手続き

被験者23名は、カウンセリング過程台本の初期を読みつつオーディオテープを聴いた。その後で、被験者は、「カウンセラーは、どのような技法を行っていると思いますか」の教示に従い、マイクロカウンセリング技法意図項目に評定を行った。評定は、全然思わない(1点)、思わない(2点)、あまり思わない(3点)、まあまあ思う(4点)、思う(5点)、非常に思う(6点)の6件法だった。初期段階が終わると、中期段階

表1 マイクロカウンセリング技法意図に関する項目

・傾聴技法意図
1) クライアントの問題を聞いたりいいかえたりしている
2) クライアントの状態を聞いたりいいかえたりしている
3) クライアントの気持ちを聞いたりいいかえたりしている
4) クライアントの現状を聞いたりいいかえたりしている
5) クライアントの考えを聞いたりいいかえたりしている
・積極技法意図
1) カウンセラーの解釈を伝えている
2) 問題が何か探らせようと直面化させている
3) クライアントの良くないパターンを探っている
4) カウンセラーがクライアントをどう見ているか伝えている
5) カウンセラーの方向づけや焦点づけを行っている
・肯定的資質探求技法意図
1) 成功した経験を探っている
2) クライアントの肯定的な資質を探っている
3) クライアントの良いパターンを探っている
4) クライアントがうまくやれている状況のパターンを探っている
5) クライアントの強みや良いところを伝えている
・自己探求促進技法意図
1) クライアントがどのように考えるようになったか聞いている
2) クライアントが新たに見出したことを聞いている
3) クライアントがどのような気持ちになったか聞いている
4) クライアントがどのように行動しようとするようになったか聞いている
5) クライアントがどのような見通しをもつようになったか聞いている

のカウンセリング過程の台本を読みオーディオテープを聴いた後、評定を行った。引き続き、同様に後期段階を行った。

結果と考察

(1) 各段階におけるマイクロカウンセリング技法意図評定得点

各段階毎のマイクロカウンセリング技法意図得点について、一要因の分散分析を行った。初期のマイクロカウンセリング技法意図得点が1%水準で有意だった ($F(3, 66) = 52.50, p < .01$)。多重比較の結果、傾聴技法意図得点が高かった。中期のマイクロカウンセリング技法意図得点が1%水準で有意だった ($F(3, 66) = 16.02, p < .01$)。多重比較の結果、肯定的資質探求技法意図

得点が高かった。後期のマイクロカウンセリング技法意図得点が1%水準で有意だった ($F(3, 66) = 26.09, p < .01$)。多重比較の結果、自己探求促進技法意図得点が高かった。表2に、各段階毎のマイクロカウンセリング技法意図得点の平均値とSDを示す。

結果から、初期ではカウンセラーがクライアントの話を聴き理解しようとするマイクロカウンセリングの傾聴技法意図が、中期ではカウンセラーがクライアントの肯定的な側面に焦点を当てクライアントの肯定的な側面を探そうとする肯定的資質探求技法意図が、後期では、クライアントが自分の考えや感情などを探求しようとするのを促す自己探求促進技法意図が頻繁に用いられていたことが示された。

表2 各段階のマイクロカウンセリング技法意図得点の平均値と (SD)

項目	初期段階	中期段階	後期段階
	平均 (SD)	平均 (SD)	平均 (SD)
傾聴	26.26 (2.74)	24.74 (3.08)	22.57 (6.13)
積極	16.70 (3.66)	22.39 (3.57)	18.48 (4.75)
肯定	14.17 (4.30)	26.96 (3.16)	19.35 (6.48)
自己	16.70 (5.17)	19.78 (5.45)	28.65 (2.50)

研究2

目的

研究2では、カウンセリング過程の初期、中期、後期におけるクライアントの認知的発達水準を調べる。

方法

被験者

被験者は、カウンセラー役18名、クライアント役18名の計36名だった。

材料

(1) カウンセリング過程台本

台本は、研究1と同様であった。

(2) クライアント認知的発達水準評定用紙

クライアント認知的発達水準評定用紙は、発達心理療法を提唱した Ivey (1991) により作成されたビデオを観察した。ビデオには、クライアントの感覚運動的水準、具体操作的水準、形式操作的水準のクライアントの様子が録画されていた。まず、筆者がビデオを観察し、Ivey (1991) を参考にしながら、各水準におけるクライアントの状態に関する特徴をとりあげ項目内容を作成した。さらに、評定者5名に、各水準のクライアントの映像を見てもらいながら、5名が一致する内容を採用した。一致しない内容に関しては、5名が一致するまで修正した。このような作業により、感覚運動的水準、具体操作的水準、形式操作的水準に関する各項目それぞれ6項目ずつ作成した。その内容を、発達心理療法の専門家に見てもらい修正し、クライアント認知的発達水準評定項目計18項目を作成した。各項目の内的整合性は、感覚運動的水準に関する項目 α 係数.84、具体操作的水準に関する項目 α 係数.84、形式操作的水準に関する項目 α 係数.86だった。内容は、表3のとおりであった。

手続き

被験者に、カウンセリング過程台本の初期、中期、後期が渡された。被験者は、まず、カウンセリング過程、初期段階を読みつつ、その内容をオーディオテープで聴いた。その後、被験者は「初期段階で、クライアントはどのようなだったと思いますか。以下の各項目について、最も当てはまるところに一つ○をつけて下さい」との教示に従い、クライアント認知的発達水準に関する項目に評定を行った。評定は、全然思わない (1点)、思わない (2点)、あまり思わない (3点)、まあまあ思う (4点)、思う (5点)、非常に思う (6点) の6段階評定だった。初期段階の評定が終わると、中期、後期と同様に行い評定した。

結果及び考察

(1) 各段階別の分析

各段階別に、クライアント認知的発達水準の評定得点を算出し分散分析を行った。表4は、平均値とSDである。

初期段階のクライアント認知的発達水準で有意差が示された ($F(2, 34)=7.63, p<.01$)。LSDによる多重比較の結果、具体=形式>感覚で5%水準で具体操作的水準得点と形式操作的水準得点が感覚運動的水準得点より高かった。中期段階のクライアント認知的発達水準で有意差が示された ($F(2, 34)=67.04, p<.01$)、LSDによる多重比較の結果、具体=形式>感覚で、5%水準で具体操作的水準得点と形式操作的水準得点が感覚運動的水準得点より高かった。後期段階のクライアント認知的発達水準で有意差が示された ($F(2, 34)=215.67, p<.01$)。LSDによる多重比較の結果、具体=形式>感覚で5%水準で、具体操作的水準得点と形式操作的水準得点が感覚運動的水準得点より高かった。

表3 クライエントの認知的発達水準に関する項目

感覚運動的水準に関する項目	
1)	クライエントは困惑している
2)	クライエントの考えはまとまっていない
3)	クライエントは感情の整理ができていない
4)	クライエントの状態はもやもやしている
5)	クライエントの見方は自己中心的である
6)	クライエントは状況を冷静に捉えられていない
具体操作的水準に関する項目	
1)	クライエントは状況を具体的に捉えている
2)	クライエントは感情を整理しつつある
3)	クライエントは周りの状況や人にも注意をむけはじめている
4)	クライエントは起こった出来事を順序立てて述べている
5)	クライエントは状況を詳細に述べている
6)	クライエントはいろいろな事実に焦点を当てている
形式操作的水準に関する項目	
1)	クライエントは落ち着いて理性的である
2)	クライエントを感情を冷静に捉えている
3)	クライエントはいろいろな見方をすることができる
4)	クライエントは自分を振り返っている
5)	クライエントは状況を客観的に振り返っている
6)	クライエントは自分の思考や行動のパターンを考えている

表4 クライエントの認知的発達水準得点の平均値と (SD)

項目	初期段階	中期段階	後期段階
	平均 (SD)	平均 (SD)	平均 (SD)
感覚	19.56 (4.89)	16.61 (3.08)	9.56 (2.95)
具体	25.33 (3.46)	27.61 (2.21)	29.83 (4.34)
形式	24.33 (4.15)	27.50 (3.64)	30.78 (3.55)

結果から、初期、中期、後期段階をとおして、クライエントの認知的発達水準は、具体操作的水準と形式操作的水準が優位であることが示された。

(2) クライエント認知的発達水準別の分析

クライエントの認知的発達水準別に、各段階での評定得点を算出し分散分析を行った。感覚運動的水準評定得点について、有意差が示された ($F(2, 34) = 41.66, p < .01$)。多重比較の結果、初期 > 中期 > 後期で、初期で感覚運動的水準得点が最も高かった。具体操作的水準得点について有意差が示された ($F(2, 34) = 7.21, p < .01$)。多重比較の結果、後期 > 中期 = 後期

で、後期で具体操作的水準得点が最も高かった。形式操作的水準得点について、有意差が示された ($F(2, 34) = 14.21, p < .01$)。多重比較の結果、後期 > 中期 > 後期で、後期で形式操作的水準得点が最も高かった。

結果から、クライエントの感覚運動的水準得点は後期になるにつれ減少したが、具体操作的水準得点と形式操作的水準得点は後期になるにつれ増加したことが示された。表4は、クライエントの認知的発達水準評定得点の平均値とSDである。

研究 3

目的

カウンセリング過程の初期段階、中期段階、後期段階におけるカウンセリング効果を検証する。

方法

被験者

被験者は、K 大学生102名。

実施時期

実施時期は、2006年4月28日。

材料

(1) カウンセリング過程の台本

カウンセリング過程の台本は、研究1と研究2で用いたものと同様。初期では傾聴技法意図が、中期では肯定的資質探求技法意図が、後期ではクライアントの探求を促す自己探求促進技法意図が頻繁に行われていた。カウンセリング過程におけるクライアントの認知的発達水準は、感覚運動的水準が減少するのに対し、具体操作的水準と形式操作的水準が増加していた。

(2) カウンセリング効果評定用紙

カウンセリング効果評定用紙は、台本のカウンセリング過程を大学生2名がロールプレイし、川村(2003)を参考に、大学生2名と実験者の計3名でカウンセリングのやりとりで効果的だとする項目を10項目作成した。その後、5名～6名の大学生に表現等について検討してもらい完成した。評定は、全然そう思

わない(1点)、思わない(2点)、あまりそう思わない(3点)、まあまあそう思う(4点)、思う(5点)、とてもそう思う(6点)の6件法だった。具体的な内容は、表5のとおりであった。

手続き

手続きは、被験者を2名1組にランダムに分けた。そして、一方をカウンセラー役、もう一方をクライアント役にした。カウンセラー役には、カウンセラーがカウンセリング技法を行っている台詞のみが書かれた内容が提示された。クライアント役には、カウンセラーの応答に対する女子学生の台詞のみが書かれた内容が提示された。カウンセラー役とクライアント役の者は、それぞれ台本の初期段階から各自の台詞を読みロールプレイで演じた。演じた後に、カウンセラー役とクライアント役の者は、「カウンセリング場面のロールプレイを行って、カウンセラーとクライアントのやりとりはどうだったと思いますか」の教示に従い、カウンセリング効果評定項目に6段階で評定した。引き続き、中期、後期と同様に演じ評定した。

結果と考察

(1) カウンセリング効果評定の因子分析

カウンセリング効果評定得点について、欠損値を除くカウンセラー役51名×3段階、クライアント役51名×3段階の計306のデータを用いて因子分析(最尤解、プロマックス回転)を行った。スクリー基準の固有値の落差から2因子解を妥当と判断し、第1因子を「問

表5 カウンセリング効果評定の因子分析

	第1因子	第2因子	共通性
カウンセリングによって新たな可能性が見出された	0.982	-0.078	0.711
カウンセリングは新たな方向性を示した	0.963	-0.070	0.873
カウンセリングによって解決が進んだ	0.826	0.128	0.846
カウンセリングは解決のイメージを明確にした	0.773	0.087	0.690
カウンセリングによってクライアントの気持ちの整理がついた	0.711	0.189	0.579
カウンセリングはクライアントの役に立った	0.619	0.349	0.777
カウンセリングはうまくいった	0.602	0.356	0.821
カウンセリングの印象はよかった	0.041	0.880	0.832
カウンセリングの雰囲気はよかった	-0.012	0.856	0.721
クライアントとカウンセラーのやりとはスムーズだった	0.103	0.692	0.761
説明分散	2.663	1.384	7.612
α 係数	0.96	0.88	
因子間相関			0.63

題解決促進因子」, 第2因子を「やりとり好印象因子」と命名した。因子分析の結果を表5に示す。「問題解決促進因子」は7項目からなり, カウンセリングを行うことによって, クライエントの解決が進み, 解決のイメージが明確になり, 新たな方向性が示される内容で, カウンセリングが効果的に促進することに関する内容だった (α 係数.96)。「やりとり好印象因子」は, カウンセラーとクライエントのカウンセリングのやりとりがうまくいっているという印象に関する内容だった (α 係数.88)。

(2) カウンセラー役 (51名) のカウンセリング効果 評価の分析

カウンセラー役のカウンセリング効果評価の2因子について被験者内の一要因の分散分析を行った。その結果, 「問題解決促進因子」得点について, 段階の主効果が1%水準で有意だった ($F(2, 100) = 146.10, p < .01$)。多重比較の結果, 初期段階<中期段階<後期段階で, 後期段階で最も「問題促進因子」得点が高かった ($Mse = 16.82, p < .05$)。「やりとり好印象」得点について, 段階の主効果が1%水準で有意だった ($F(2, 100) = 27.55, p < .01$)。多重比較の結果, 初期段階=中期段階<後期段階で, 後期段階で最も「やりとり好印象」得点が高かった ($Mse = 3.01, p < .05$)。カウンセラー役の各因子得点の平均とSDを表6に示す。

(3) クライエント役 (51名) のカウンセリング効果 評価の分析

クライエント役のカウンセリング効果評価2因子について, 被験者内の一要因の分散分析を行った。その

結果, 「問題解決促進因子」得点について, 段階の主効果が1%水準有意だった ($F(2, 100) = 226.81, p < .01$)。多重比較の結果, 初期段階<中期段階<後期段階で, 後期段階で最も「問題解決促進因子」得点が高かった ($Mse = 14.03, p < .05$)。「やりとり好印象」得点について段階の主効果が1%水準で有意だった ($F(2, 100) = 64.26, p < .01$)。多重比較の結果, 初期段階<中期段階<後期段階で, 後期段階で最も「やりとり好印象」評価得点が高かった ($Mse = 1.81, p < .05$)。クライエント役の各因子得点の平均と標準偏差を表7に示す。

総合考察と課題

研究1では, 進路で悩んでいたクライエントとのロールプレイを行い, カウンセリング過程で行ったマイクロカウンセリング技法意図を調べた。その結果, 初期, カウンセラーは, クライエントの話しを聴き, 理解しようとする傾聴技法意図を頻繁に行っていた。カウンセラーがクライエントの話しを傾聴することで, カウンセラーはクライエントやクライエントの状況, 考え, 気持ちを理解し支持した。中期, カウンセラーがクライエントの気持ち, 考えなどを理解した上で, 「どうでしょう。これまでにも, きっと, 経済的な問題で両親に迷惑をかけることを気にしながらでも, やりたいことをやって成功してきたという経験はありましたか」と, クライエントの肯定的な側面に焦点を当て, クライエントの肯定的な資質を探るカウンセリング技法意図を行った。すると, 将来, 発展途上国で福祉を学びたいという気持ちをもちつつも, 経済的な問題のため

表6 カウンセラーのカウンセリング効果各因子得点の平均値と(SD)

因子名	初期段階	中期段階	後期段階
	平均 (SD)	平均 (SD)	平均 (SD)
問題解決促進	20.9 (5.9)	29.1 (4.3)	34.7 (5.1)
やりとり好印象	11.9 (2.3)	12.3 (2.3)	14.3 (2.2)

表7 クライエント役のカウンセリング効果各因子得点の平均値と(SD)

因子名	初期段階	中期段階	後期段階
	平均 (SD)	平均 (SD)	平均 (SD)
問題解決促進	20.0 (5.9)	29.0 (4.8)	35.7 (4.6)
やりとり好印象	12.1 (2.5)	12.9 (2.1)	15.0 (2.4)

進路を決めかねて悩んでいたクライアントは、経済的な問題をかかえながらも、強い意志と行動力で問題を解決するため周囲に働きかけることで、周囲からの援助やサポートを得ることができた良いパターンを見出した。後期、クライアントは、「本当に、自分がやりたいことはやれている自分」に気づいた。そのようなクライアントに対して、「今は、どんなふうな気持ちになったんでしょうね」と、カウンセラーがクライアントの考えをさらに引き出し、探求する自己探求促進技法意図を行った。そうすることで、クライアントは自分を冷静に捉え、「私自身、きちんとした目標と信念があれば、きっと私に足りないところをフォローしてくれる人はでてくると思うんです」という考えに至った。すなわち、カウンセリングの初期では傾聴技法意図、中期ではクライアントの肯定的資質探求技法意図、後期ではクライアントの自己探求促進技法意図が行われていたことが示された。

研究2では、このようなマイクロカウンセリング技法意図が行われたときの、クライアントの認知的発達水準を調べた。結果、クライアントの優位な認知的発達水準は、具体操作的な水準、形式操作的な水準であり、初期及び中期から既に、クライアントは感情的にならず、具体的に状況を捉え説明でき、問題状況にある自分や自分の感情、行動についても考えることができた。クライアントには、問題を解決するための準備が認知的に整っていたと言える。認知的に準備が整い、具体操作的な水準及び形式操作的な水準が優位なクライアントにも、カウンセリングが経過するに従い認知的な変化が生じた。つまり、カウンセリングを経るに従い、クライアントの感覚運動的水準は減少し、それに変わり具体操作的な水準と形式操作的な水準が増加した。

研究1と研究2を考え合わせると、カウンセラーが初期に傾聴技法意図を行いクライアントを理解し、中期でカウンセラーがクライアントのこれまでの経験の肯定的な側面やクライアントの肯定的な資質を探求する技法意図を行うことで、クライアントは自分の周りで生じている状況について具体的に考え、自分を振り返り、自分のことについて考えられるようになった。そして、後期で、カウンセラーがクライアントの自己探求を促す技法意図を行うことで、クライアントはさらに、自分を振り返り、自分のことや自分の考え、感情、パターンについて深く考えるようになったといえる。

では、マイクロカウンセリング技法意図の変化とクライアントの認知的発達水準の変化に伴い、カウンセ

リングは効果があったのだろうか。研究3の結果より、カウンセリングが進むにつれて、カウンセラー役もクライアント役もカウンセリングは効果的であったと評定した。すなわち、クライアントの認知的発達水準が進むカウンセリングでは、カウンセラーとクライアントのやりとりがスムーズであったという印象だけでなく、クライアントの問題解決の方向が明確になり、解決がすすんだとも評定された。

以上、本研究より、マイクロカウンセリング技法意図が変化するに伴いクライアントの認知的発達水準がより高水準になることで、クライアントの問題解決がすすむと評定された。本研究は、Ivey (1986) による発達心理療法の知見において、クライアントの認知的発達水準を促すマイクロカウンセリング技法意図を明確にしたという点で意義がある。しかし、研究1, 2, 3は、それぞれ、被験者が異なっていた。今後は、マイクロカウンセリング技法意図、クライアントの認知的発達水準とカウンセリング効果について、同一被験者による相関を検証し、相互の関係性についてさらに検証したい。

引用文献

- Cashwell, C.S., Myers, J.E., & Shurts, W.M. (2004). Using the developmental counseling and therapy model to work with a client in spiritual bypass: Some preliminary considerations. *Journal of Counseling and Development*, 82, 403-409.
- 福原真知子・アイビィ, A.E.・アイビィ, M.B. (2004). マイクロカウンセリングの理論と実践 風間書房.
- アイビィ A.E. (1985). マイクロカウンセリング “学ぶ—使う—教える” 技法の統合: その理論と実際 福原真知子・相山喜代子・國分久子・楡木満生 (訳編) 川島書店.
- Ivey, A.E. (1986). *Developmental therapy*. San Francisco: Jossey-Bass. (福原真知子・仁科弥生 (共訳) (1991). 発達心理療法—実践と一体化したカウンセリング理論 丸善).
- Ivey, A.E. (1991). *Developmental strategies for helpers: individual, family, and network interventions*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Ivey, A.E., & Ivey, M.B. (2003). *Intentional interviewing and counseling: facilitating client development in a multicultural society*. 5th ed. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

玉瀬耕治 (1998). カウンセリング技法入門 教育出版.

山本眞利子 (1996). クライエントのレディネス状態の違いにおける解釈がクライエントの反応評定に及ぼす影響 カウンセリング研究, 29, 1-8.

山本眞利子 (1997). 解釈研究におけるクライエントの認知的変容メカニズムに関する一考察 カウンセリング研究, 30, 151-159.

山本眞利子 (1998). カウンセラーの原因帰属スタイルがカウンセラーと来談者の認知的反応評定に及ぼす影響 カウンセリング研究, 31, 237-246.

山本眞利子 (2001). 長期閉じこもり青年への発達心理療法に基づくカウンセリング過程モデルの実践的適用 カウンセリング研究, 34, 180-191.

山本眞利子 (2002). 発達心理療法的観点による学生の認知的反応と援助行動の可能性 カウンセリング研究, 35, 139-144.

【資料】

付録1 カウンセリング台本

<面接初期段階>

カウンセラー1

「こんにちは、何か気になっていることがあるんですかね。大学4年生になったんですね。今、どんなことが、気になっているんですか。何からでも話してください。」

クライエント1

「今、大学4年生で、卒業を前にして一番の課題は、就職というのがあるんですけど、私の中で就職とやりたいことがあって、その選択というかその間でちょっと悩んでいます。」

カウンセラー2

「就職以外に、やりたいことがあるんだけど決められなくて悩んでるんですね。やりたいことっていうのは、どんなことなんですか。」

クライエント2

「はい、私、前から、途上国の福祉に興味があって、卒業後っていうか、これから、それに携わって行きたいと思ってます。でも、就職活動して就職口を見つけないといけないなあとも思うんです。」

カウンセラー3

「途上国の福祉に興味があるんですね。どちらかという、就職よりはそちらに進みたいんですね。でも、何か決められない状態なんですか。そのあたりを、もう少し、話してもらえますか。」

クライエント3

「はい、大学を卒業するということは、その時点でとりあえず両親から経済的に自立しないといけないと思うんです。

就職をして、自分で自分の生活をするっていうことは当たり前だと思います。でも、生活のためだけに就職するっていうのは、いまいち決心がつかないんです。興味がどうしても途上国に向いているんで、きちんと就職して生活を安定させられそうにないんです。それでも、就職しなければ、両親に経済的に負担をかけてしまうことになるし、そこまで両親に甘えていいんだらうかと考えてしまうんです。かといって、自分の夢をあきらめることもできないんです。」

カウンセラー4

「本当は就職せずに、途上国に行きたいんだけど、それをする、経済的に両親に迷惑をかけることになるから、もう一つ決心がつかないという感じなんじゃないですかね。両親に迷惑をかけたくないけど自分の夢もあきらめられずどっちつかずっていう感じなんじゃないですかね。」

クライエント4

「はい。経済的なことがどうしても気になってしまうんです。私が本当にやりたいことを追いかけるのを両親は多分応援してくれると思います。無理をしても協力してくれるように思います。だからよけい、自分だけが自分の夢を追いかけて行っていいのかわからなくなるんです。自分がやりたいことのために両親に負担をかけることはできればしたくないんです。今、自分のなかでどうしたらいいかわからなくなってきたんです。」

カウンセラー5

「自分でも、どうしたいのかと、どうすることがいいのかで迷ってるんですね。それで、だんだん、本当の自分の気持ちかわからなくなってきたんですね。同じところを、ぐるぐると回っているような感じで…。」

クライエント5

「そうですね。自分の本当の気持ちは、きつと、途上国に行きたいし、その活動をするということなんだと思うんですね。でも、そうすることは、両親に迷惑をかけることなんだと思うと決められなくて…。これ以上、経済的な問題で両親に迷惑をかけることが、心苦しいっていう感じなんです。経済的な問題さえなんとかなればいいんですけど…。」

カウンセラー6

「それで、ご両親には、あなたの夢やあなたが、今、こういって悩んでいることを相談されたんですか。」

クライエント6

「はい、一応、相談してみたんです。別に反対するというわけでもないし…聞いてはくれます、けど、あまり強くは私が途上国に行くことをすすめはしません。経済的に余裕があるわけでもないんで…。家が旅館をしてるんですけど、とりあえず1年間、そこでバイトをしてお金を貯めたらという話もでてはいるんです。でも、そうすると、もう、このまま夢は実現できないかもしれないって思うんです。」

カウンセラー7-1

「別に、どうしても、両親が反対しているというような状況ではないのですか。」

カウンセラー7-2

「経済的な問題がなんとかなれば、両親にもっと自分の気持ちを強く言えて、夢を追いかけて行ける、決められるの

「…って考えてるんですかね。」

クライアント 7

「そうですね。やっぱり、経済的な問題が、自分をもう一つ踏み出せない大きな問題だと思います。自分でも、どうしようもないし…。本当に、どうすればいいのかわからないんです。」

<面接中期段階>

カウンセラー 1

「両親に経済的に迷惑をかけるので、夢をこのまま追っていった方がいいのかどうか迷ってましたよね。でも、やっぱり、あきらめきれないという思いもありましたね。」

クライアント 1

「はい。やっぱり夢をあきらめる事はしたくないですね。でも、途上国の福祉に足を踏み入れたいと思っていても、やはり、もう一つ、動けないなっていうか。」

カウンセラー 2

「すいませんね。今一つ、私…あなたが、経済的な問題で悩んでいるのか、それとも、もう一步踏み出せない自分自身に悩んでいるのか、それとも、両親に依存しているようでイヤなのか、わかりにくいんだけど、そのへんはどうでしょうね。」

クライアント 2

「うーん、全部そうだと思うけど…経済的な問題が大きいのは大きいんです。でも、それは、親なんかと相談しながら考えてもいいかなあーとも思うんですよ。どちらかというところ、もう一步、踏み出せない自分の問題、両親に強く言い出せない自分の問題かもしれません。」

カウンセラー 3

「私…どうも、経済的なことで両親に迷惑をかけるから悪いという気持ちの他にも、もうひとつあなた自身がもう一步踏み出せない、踏み出す自信、確信がもてないというあたりが、ひっかかっているように思うんですけどどうでしょうね。その辺は、どうでしょうね。」

クライアント 3

「多分…、そうかもしれません。今ひとつ、今の自分に夢に向かって突っ走って行く勇氣と言うか、確信と言うか、そんなようなものが少し欠けているという気はしてるんです。」

カウンセラー 4

「自分に今一つ、勇氣や確信がもてないから、経済的な問題も大きく見えてしまう、それでよけい、両親にも強く言い出せないというパターンになっているのかもしれないね。」

クライアント 4

「そうですね。やっぱり、あきらめたくはないんだけど、かといって、今、どうしても、自分は、これをやりたいというような強い気持ちじゃなかったような気がします。」

カウンセラー 5

「どうでしょう。これまでも、きっと、経済的な問題で両親に迷惑をかけることを気にしながらでも、やりたいことをやって成功してきたというような経験はありました

か。」

クライアント 5

「はい…。自分の興味が国内ではないことでいつもお金の問題には直面してました。実際に途上国に行ってみようと思ったとき、目標のためにバイトに励みましたね。目標があるからバイトもぜんぜん苦にならなかったし、それに行く準備をはじめるとき、周りの人とかに話すことで協力してくれる人も出てきたりしてなんとかなりました。両親にもきちんと話をして、“資金は自分で準備するつもりだけど、もし足りなかった時は少し力を貸して欲しい”と説得しました。それで自分自身へのプレッシャーが減りましたね。最終的には、ちゃんと自分で資金を作ることができたんで良かったんですけど。」

カウンセラー 6

「あなたは、確信がもって自分が本当にやろうと思ったことは、バイトしたりして実際に行動に移して動けるんですね。それで、経済的な問題も自分なりにできるだけのことをして、両親を説得できたっていう経験があるんですね。そんな、うまくいっているときの状況やパターンは、どんなふうでした？。もう少し、話してもらえますか。」

クライアント 6

「やっぱり、実際に体験したいという夢を実現させたことは本当に大きなことでした。ちょうど大学の教授がフィリピンから来てたんで、だめもどで聞いてみたところ快く協力してくれたのが大きな鍵だったんだと思います。それに、英語のそんなに得意じゃないので向こうの人の連絡も大変だったけど、英語の先生がいろいろサポートしてくれたりしたんです。」

カウンセラー 7

「あなたは、自分がやろうと決めたことをするには、人に話したり聞いたりして、思ったことを積極的に行動に移せるという良いところや強みがあるようですね。それで、あなたが、動くことによって、周囲が動いていっている、両親も…っというような良いパターンがあるようですね。それで、結果的にはうまくいっている。この点は、どうでしょう。」

クライアント 7

「そうですね、今までそういうふうと考えてみたことはなかったけど、そう考えると自分が何かやろうとするときは、必ず協力者や理解者がいましたね。いろいろと協力してくれることもあったんですが、精神的にもかなり力になってくれました。私がこれをやってくれるとか頼むんじゃなくて自然と協力してくれることがありました。」

<面接後期段階>

カウンセラー 1

「最初、経済的な問題が大きく見えて、やりたいことをしようかどうしようか、迷ってましたね。」

クライアント 1

「はい。でも、これまでをみても、経済的なことがあっても、自分が本当にやりたいことはやれているんですね。」

カウンセラー 2

「そうですね、そのようですね。それで、今は、経済的な問題や自分のことをどんなふうに考えるようになってるんですかね。」

クライアント 2

「これまで自分がどんなふうに夢を実現してきたか振り返って、自分の強みみたいなものにも気づくことができ、絡み合っていた問題がほぐれていくような気持ちになっています。経済的な問題は、やっぱりいつまでたっても私にとってお大きな問題だと思うんですけど、その問題に甘えてしまって、本当にやりたいことが本心からわかっていない自分から目をそむけようとしてたんじゃないかなって気がしてるんです。それって、結構、不安なことだったんだと思います。」

カウンセラー 3

「本当に何がやりたいのかわかってない自分に向き合うってことが少し、怖かったのかもしれないですね。」

クライアント 3

「はい、今は、わかっていないことに気づけたことは、情けない気もしたけど、なんだか先が見えるというか、楽になったかな。重要な弱さだと思います。本当にやりたいことだと、それなりにどうにかしてやっていけるって思えるし…。今は、この不確かな自分に向き合うことでいいんだなあって思います。」

カウンセラー 4

「さっき、あなたが言った“重要な弱さ”というのは、どういうことなのでしょうね。弱さでなく重要な弱さなんですかね…。」

クライアント 4

「はい、今回、きちんと、自分の不確かさや不安を見つめることができたことで、先を見つめることができるようになったと思うんです。自分がそこから目をそらせてると、本当の問題が定まらなくて、ぐちゃぐちゃになってしまったと思うんです。でも、本当に自分がなにをやりたかわかってないことに気づけたことで、かえってこれから、具体的にどうすればいいか見えてきて、やっぱり、重要な弱さですよ。」

カウンセラー 5

「自分の弱さを認めることで、これから、どうすればいいかわかってきたようなんですね。」

クライアント 5

「はい、卒業するときには、経済的にすぐ自立しなければならないと思っていたんですけど、今の自分は経済的に自立することはすぐにはできそうにもないなあって思います。今の私は、穏当に自分が何をしたいのかそれを確かめ

ることのほうが重要な気がします。経済的にすぐに自立したとしても、両親には迷惑をかけないでいられるけど、私自身の不確かさは、もっと、もっと大きくなって、不安がよけい大きくなってしまおうような気がします。こんな自分を両親はよろこんではくれないと思います。だから、ゆうきがあるけど、ここで、ちょっと、立ち止まって自分と向き合ってみようと思います。」

カウンセラー 6

「今は、どんなふうな気持ちになったんでしょうね。」

クライアント 6

「弱さをもっているのは、あたりまえだと思えるし、立ち止まれる勇気をもっている自分は強いかもしれないあーっとも思えます。それに、最後は、自分で決めてやってゆかないかなあーって思います。責任は、自分がとらないといけないんだっていう感じです。もしかしたら、責任をとるのが怖かったのかもしれない。」

カウンセラー 7-1

「弱さをもちながら、強さもあって、それを信じてみようかなあーって思えるんですね。自分を信じてやるしかないかなあーって感じなんですね。」

カウンセラー 7-2

「今後は、どんなことができそうですかね。どんなふうな見とおしがもてそうですか。」

クライアント 7

「いろんなことができるような気がします。今何を望んでいてどうしたいのか、きちんと自分自身と話し合ってはっきりさせていくようにしていけばいいかなーと思います。私自身きちんとした目標と信念があれば、きっと私に足りないところをフォローしてくれる人はでてくると思うんです。きちんと自分自身の弱い部分からも目をそらさずに、自分の気持ちをはっきりさせていくことが大切だと思います。とりあえず、そのためにも、途上国に行ってみようとも思っています。自分が本当にやりたいことかどうなのか、確かめるつもりで…。このことはやっぱり途中で投げ出すわけにはいかないから。」

謝 辞

本研究を行うにあたり、春日千鶴さん、原加奈子さん、帝塚山大学教授 玉瀬耕治先生、その他多くの専門家と学生さんのご協力を得ました。また、研究3を行うにあたり、前泊一二三さんと近藤素子さんのご協力を得ました。ここに、改めまして感謝を申し上げます。

Micro counseling skill's intention, client's cognitive developmental standard and effectiveness in the counseling stage based on developmental therapy

MARIKO YAMAMOTO (*Kurume University*)

First study was conducted to examine the counseling skill intentions of the counseling stage based on developmental therapy. The subjects listened to the counseling process which consisted of three stages of counseling. Then, the subjects rated the counseling skill intentions in each of the three stages on a 6-point-rating scale.

Second study was conducted to examine the client's cognitive developmental standard in each of the three stages on a 6-point-rating scale. The subjects listened to the three stages of counseling. Then, the subjects rated the client's sensorimotor, concrete-operational cognitive developmental standard and formal-operational cognitive developmental standard in each of the three stages on a 6-point-rating scale.

Third study was conducted to examine the effectiveness of counseling. The subjects played role of counselor or client in each of the three stages, and rated the effectiveness of counseling on 6-point-rating scale.

The results were as follows. The counseling skill's intention of listening to the client's message was more frequent in the first stage. The counseling skill's intention for promoting the client to see her positive aspects was more frequent in the second stage. The counseling skill's intention for promoting the client to research her thinking was more frequent in the third stage. Then, the client's sensorimotor cognitive developmental standard was decreased and concrete-operational, formal-operational cognitive developmental standard were increased. At the same time, the effectiveness of the counseling stage was increased.

Key words: counseling skill's intention, client's cognitive developmental standard effectiveness of counseling stage