

カウ ン セ リ ン グ 運 動 の 発 展

緒 方 利 則

目 次

- 〔I〕 敗戦と教育の再出発
- 〔II〕 デモクラシー教育と個人尊重
- 〔III〕 ガイダンスの機能
- 〔IV〕 カウンセリングの技術
- 〔V〕 カウンセリングの機能
- 〔VI〕 カウンセリングのプロセスの研究
- 〔VII〕 カウンセリングの結果の研究
- 〔VIII〕 カウンセリングの結果の評価
- 〔IX〕 行動カウンセリングの動向
- 〔X〕 結 語

〔I〕 敗戦と教育の再出発

敗戦後、6・3・3・4 制の教育制度がスタートして約 30 年の歳月が流れ去った。

戦後に目ざされた教育の理想は今日もろくも崩壊し教育の危機が叫ばれて久しいのである。

何がその諸原因であろうか。

敗戦の焦土の中より教育の復興が叫ばれたのであるが極度の政治的混乱・経済的逼迫・社会的・思想的混迷は、わが国教育の本質的探求の不徹底のまま形骸のみの教育制度がスタートしたということができよう。

これは教育の本質的機能、すなわち、教育目的、教育内容、教育課程、教育方法論等を包括した教育原理、教育（青年）心理学、教育社会学、教育行・財政、教育工学、社会教育、教師論等々の理論的、実践的土台が未発達にも起因したということができよう。

次に、「民主教育とは何か」の徹底的究明は、中途半端のまま新教育がスタートしたということができよう。

さて、今日、教育の理想を1口にいえば何んであろうか。これは、青少年が人生コースに希望と理想を持って「自我実現をしていく能力」を培養していくことに他ならないだろう。

換言すれば“生きる意味”——(フランクル)——をキャッチさせていく具体的・実践的機能であるとも言えることができよう。

さて、わが国の青少年の前途は決して明るいものではないのである。そのよき例は極度の雇用不安であり就職難である。これがわが国の青少年が未来に夢と希望を抱きえず、刹那的に生きる最大の悪条件ということができよう。

この就職の危機は、若人が幾多の熾烈なる「人生の関門」をくぐり抜けていかなければならない最大の理由となっているのである。

〔Ⅱ〕デモクラシー教育と個人尊重

戦後の教育は、軍国主義、国家主義教育（全体主義教育）にとってかわって、すなわち、画一的教育、形式教育のかわりに、いかなる理想によってスタートしたのであろうか。

先ず、第1の基本的立場は、個性尊重主義（1人1人の子供を重視する）、すなわち人格の尊重、更に自由と平等であり、これらは基本的人権の尊重であり、更にこれらは「個性を伸す教育」となり、更にこれらは、「生きがいの探求」の教育となってきたのである。

これらの一連の民主教育の基本的ねらいは、ヒューマニズムによる、ヒューマニズムの為の教育であったということができよう。

さて一方、個人は、しばしば「人生の困難」に直面するということであり、個人的困難（Individual Difficulties）を所有ししかも「人生適応」していかなければならないという必然的、客観的条件が現存するというのである。

換言すれば、個人は人生適応の困難性、人生適応上の障害条件、人生適応の

失敗等にしばしば挫折するということであり、すなわち人生コースは危機的条件を克服して生きていかなければならないということである。

一方、人生適応といっても、その「連続性」と「力学性」に着目しなければならぬのである。

これらの厳しい現実的条件の真只中で青少年を「援助する教育」の課題が前期中等教育、後期中等教育、更に特殊教育、更に高等教育の中核的課題として反省される状態となってきたのである。

〔Ⅲ〕ガイダンスの機能

さて、“個人の幸福と自我実現を標ぼうする”ガイダンスの基本原理はいかなる立場によってスタートしたのであろうか。

- ① ガイダンスは、個々の児童、生徒に注目することを要請する（個人に向けられた教育である）。
- ② ガイダンスは、セルフ・デイヴエロップメント（自分で自分を発展させる）。および、セルフ・ダイレクション（自分で自分の行動の方向づけをする）へと導く（“自己指導”を目指す）。
- ③ ガイダンスは、その生徒自身による自分の要求の発見、用いることのできる能力や方法の発見、行動のプランの発見、動機の阻害にたいする適応の発見へと導く。
- ④ ガイダンスは、職業における成功へと導く。
- ⑤ ガイダンスは、個人的な、楽しみや趣味をもたせるように援助する。

以上のように規定されてきた。以上のガイダンスの本質的機能は今日においても深く検討されなければならないと考えられる。

また、1945年、一般指導（General guidance）の先駆者の1人である J. Jones は「指導の原理」（Principles of guidance）を著して、ガイダンスそのものの概念を分析し規定している。彼の著書の冒頭にかかげられている指導の目的（The purpose of guidance）によれば、「個人がカウンセリングを通じ

て、情報、習慣、技術、態度、観念、興味などにより、賢明な選択、適応および解釈をなすのを助けることになっている。そして、それは個人の生活上の危機的場面に関係し、また、個人が自身の決意力の継続的発達をうる方法である¹⁾。」としている。

すなわち、J. Jones は、個人を援助すること、また、個人の主体性を強調しているのである。

〔IV〕 カウンセリングの技術

以上、アメリカにおけるガイダンスの歴史的発展過程を一瞥してきたのであるが、その後、ガイダンスの基本的、方法原理は、カウンセリングに変遷し、発展を遂げてきたのである。

さて、わが国において、過去、20年来、カウンセリングとしての生徒指導（生活指導）、進路指導（職業指導）が重視されるようになってきた。言うまでもなくカウンセリングは、個人の全人間的発展を援助するガイダンスの基本理念から発生してきたものである。

（1）カウンセリングの概念および技術

カウンセリングは、伝統的方法である、指示的相談方法 (directive methode) と非指示的相談方法 (non-directive methode) 折衷的相談方法 (eclectic methode) などがある。

先ず指示的方法について、その定義を述べると、A. J. Jones は1930年に²⁾ 「ある問題が生徒自身によって解決されるように、すべての具体的事実が集約され、すべての経験が集中され、そして、この問題の解決に当って直接の個人的助力が与えられるような活動である」。

指示的相談技術においては、生徒の能力、環境を分析し、総合し、診断、処置、追隨のプロセスを通り、カウンセラーが、指導の立場にたち、適職、不適職を説明、示唆、忠告し、「テストの結果、あなたは、その職業に対する適性は、もっていません」というようにカウンセラーが、生徒の方向づけをする処

方的方法であった。この方法は、患者が医者³⁾の診断、処方⁴⁾の手当をうけるように、医者中心であり、患者自身の積極的な、態度の改善ということが考慮にのぼっていない。

この方法は、被助言者自身の課題解決への自発的⁵⁾な態度がないので、カウンセラーの側をはなれると、解決の方途に迷い、不適応性は改善されないのである。

以上のカウンセラー中心の処方的技術を克服して、抬頭したのが「被助言者中心」とよばれるものである。

「被助言者中心」の方法の定義を示すと、J. M. Brewer は1933年に次のように述べている⁶⁾。「同等の関係で話し合い、会談し、親しく論ずることであり、そこではある1つの決定を強制しようという試みはなされず、生徒の思考をできるだけ刺激して、個人を正しい決心に導くような技術的知識、知恵を発見させ、また産み出させようとする努力がなされる」。また、C. R. Rogers は、1942年に「カウンセリングは、はっきりと過程の構想が定められた許容的關係であり、それは被助言者が彼の新しい方向づけにそくして、積極的な手段をとることができる程度に自己自身についての理解を得させるものである⁷⁾」。

上述のように定義している。

以上で明瞭のように、指示的⁸⁾の相談技術は、問題をもっている個人の「問題」が解決されることに中心があり、非指示的⁹⁾の相談方法は、非権威的 (non-authorized) 方法、相互信頼の關係、親密感、共感的理解などの心理技法により、被助言者の自発的、態度決定を援助し、被助言者の自己強化を期そうとしているのである。

ここに、被助言者中心の技術の根本仮説を吟味してみよう¹⁰⁾。

(a) 個人は、成長、健康、適応への衝動をもっている。→(自我実現性)

「すべての有機体は、一定のメカニズムによって、温度、化学成分などについて、その安定的な正常の状態を維持しようとする傾向をもつ。この傾向をホメオステシス (Homeostasis) とよんでいる。被助言者中心の方法は、心理学的ホメオステシスを認めようとする。具体的にいえば、個人は、自らの問題を独力で解決しようという自然的欲求 (Growth drive) をもっている。

(b) 被助言者中心の方法は、適応の知的側面よりも、情緒的側面を重視する。

「多くの不適応は、知らないから起るのではなく、パースナリティーの障害が原因になるものであるから、被助言者中心のカウンセリングは、そのより効果的過程のために、パースナリティーの再構成化を重視しようとする。」

(c) 被助言者中心の方法は、個人の幼時の外傷経験よりも、主として、現在の直接の場面を考えようとする。「過去の事実がわからないときでも、個人の力動的発展過程は、しばしばカウンセリングにおける接触の間に極めてよく表現される。」→(現実療法) (reality therapy)

(d) 「治療的關係それ自体が成長の経験である。被助言者中心の方法においては、面接における接触の間に個人が成長すると考えられる。」

被助言者中心の方法は、以上のようなパースナリティーに対する根本仮定のうゑに立っている。すなわち、被助言者は、自己の Personal problem を解決し、better adjustment を望んでいる。それでカウンセラーとのインタビューをとおして、心理学的問題 (Psychological Problems) を浄化、洗滌することにより、自己の態度に対する理解、洞察が生じ、自己の態度を変化、改善しようという自我意識が生じてくるのである。この「被助言者中心の方法」においては、被助言者の Feelings や attitude の変化、更に Personality development、行動、態度の改善が重要な目標となる。

〔V〕カウンセリングの機能

カウンセリングの機能については、種々なる見解がある。今少し、詳細に検討してみる⁶⁾。

(1) Self-centered approach は最近、高く評価されてきている。

この Self-centered approach は、被助言者の活動の方向を組織するためといわれる、自己をしること、知覚する(感ずる)こと、発展すること、増大すること、に関係をもっている。この研究者のグループは、被助言者が遂行すべ

き方法を、遂行しているかどうかの外的判定を少なくして被助言者が、自我実現 (Self-actualization) を成就することに、もっとも多く関係をもっている。

(2) カウセラーのための重要な位置づけの他の1つは社会心理学的方式 (Social Psychological approach) と分類することができる。これは、カウセラーと、被助言者との間の、相互作用に集中されている。(Study of interaction between counselor and client), どれだけ多くの責任をカウセラーがとるのであるか。

(3) もう1つの重要なアプローチは、精神分析 (Psychoanalytic approach) とよばれるものである。これは Self-centered approach と似ていて、理論的位置づけ、方法を包括している。そして、この Self-centered approach のつよさは、パーソナリティー・ダイナミクスにある。そしてこれは、かくされた原動力の覆いをとるための進行 (Procedures to uncover “hidden motives”) で、深いインタビューを利用する。

(4) 最後に、カウセリングの理論的位置づけの多くの短縮した研究において、新行動方式 (neo-behavioral approach) が注目される。これは、人間の学習の説明のため一般にみとめられたモデルで、クライアントの学習の説明。またクライアントのラーニングを組織することに適合することができるということで、人間の学習の一般概念として基礎づけられているのである。

また、Hull は、カウセリングを、刺激—反応—強化 (Stimulus-response-reinforcement) のモデルとし、E. C. Tolman は、“分子の理論” (molar theory) に移植することに例えている。

以上のカウセリングに対する理論的解説により、カウセリングのよい目標は、クライアントの状態の改善、よりよい統合体、より適切な方向に、かれの反応を変更すること、更に、かれの幸福の増大、またはかれの環境の改善、にしているのである。(melioration of the clients state, the alteration of his reaction in the direction of “greater adequacy” or “better integration”, the enlarging of his “happiness”, the improving of his circumstances) 以上は、1953年に E. J. Shoben が、カウセリングのシンポジウム

きにおいて、「カウンセリングの効果のクライテリアを確立するための諸問題と題し発表したものである。

また、M. E. Hahn も1953年に「カウンセリングの概念の趨勢」で、セラピーとしてのカウンセリングをのべ、未成年者に対する手当、未成年者を埋めこまない、未成年者を無能力にしない、ことが目標となっている。

以上のように、カウンセリングは、パースナリテー、精神治療、学習理論の3つより成り立っていると考えるべきである。

〔VI〕 カウンセリングのプロセスの研究

上述してきたような、カウンセリングの効果をあげるためには、カウンセリング・プロセスに対する研究が重要である⁷⁾。

カウンセリング・プロセスの研究として、重要な事項は、

- ① 被助言者による、責任の引受
(assumption of responsibility by the client)
- ② カウンセラーの優越と、ノンデレクティブ・テクニックの利用との間の関係、そして沈黙の利用 (relation between counselor dominance and use of the non-directive technique; and use of silence)
- ③ テストの自己選択の効果 (effect of self-selection of tests)

以上のことがらを、実例をもって説明することが重要である。

〔VII〕 カウンセリングの結果の研究

カウンセリングの結果の研究として、重要な事項は⁸⁾、

- ① 洞察、あるいは自己理解の増加 (increase in insight or self-understanding)
- ② 自己受容や、自己尊重の増加 (increase in self-acceptance and self-respect)

- ③ 個人的適応の改善 (improved personal adjustment)
- ④ 職業的適応, あるいは職業選択の改善 (improved occupational adjustment or vocational choice)
- ⑤ 自己満足の増加 (increase in self-sufficiency)
- ⑥ 他人に対する受容, または, 他人に対する尊敬の受容の増大 (increase in acceptance of and respect for others)
- ⑦ 態度の改善, 成績の改善 (improved grades; improved attitudes)
- ⑧ カウンセリングに伴う満足 (satisfaction with counseling)

以上のことがらに関する, 客観的説明となる実例が必要となる。

〔VIII〕 カウンセリングの評価

最後に, カウンセリングの評価の問題にうつろう。

J. D. O'dea と F. R. Zeran は1953年に, 「カウンセリングの効果の評価⁹⁾」と題し, 次のようにその困難性と, 重要性をのべている。ガイダンス運動における不変の反撃は, 「何が学ばれるかに照して, 変化することができる進行」で何がなされるかということである……。これら新進行の価値としての, より大きい要求は, 客観的証明が大変少なればなすべきでない。とのべ適当な, クライテリアの不足が評価の困難の最大のものである。

すべての場で, カウンセリングの効果の評価するに適当な, クライテリアのはっきりした形というものはない。

カウンセリングを評価するために研究を計画することは, 非常に困難である。と同時に, 部分的にせよカウンセラーの「えたもの」の原因となるものの, 外部から加った諸因子を排除することは, 非常に困難である。

相対的に完全な評価をするためには, 「即時と」「延期して」カウンセリングの効果を測るべきである。カウンセリングの効果の評価するためにもっともうけいられる3つの有効なクライテリアは, (a) 被助言者の満足, (b) テスト・データに対する被助言者の理解, (c) パースナリティー・テストの前と後

と社会適応, O'dea と Zeran は, クライテリオン¹の1つとして, パースナリテ²と, 社会適応とを結合しているのである。

更に, O'dea と Zeran は, 10のクライテリアをアメリカ心理学会の, 評価に関係をもつ, 48人に送付し選択の順位を指示するため, もっとも有効と考えられる5つのクライテリアを, リストから選択することを依頼した。表(1)は専門家の, 選択した報告である。

表(1)

カウンセリングの効果を評価するために使用した、10のクライテリアを、48人の専門家が選択した結果		
	得点の重さ	等級
1. 客観との一致 (カウンセラーとカウンセリーとの)	67	6
2. 被助言者の満足 (学生の意見)	122	1
3. 期間の終りにおける、忠告、テスト、デター、機会に対する被助言者の理解	111	2
4. 外部の熟練した、カウンセラーの判断 (ケース記録から)	84	4
5. パースナリテ、テストの前と後と、自己態度の変化	92	3
6. 学問的成熟と、その度合い	56	7
7. 社会適応	73	5
8. カレッジ、トレーニングの継続	18	10
9. 学生、トレーニングの観察	48	8
10. 進歩にたいする、カウンセラーの判断	36	9

上の表で明瞭のように, ①被助言者の満足 ②期間の終りにおける, 忠告, テスト・デター, 機会に対する, カウンセリーの理解 ③パースナリテ・テストの前と後と, 自己態度の変化 ④外部の熟練した, カウンセラーの判断 ⑤社会適応 ⑥客観との一致 ⑦学問的な成熟とその度合 ⑧学生, トレーニングの観察 ⑨進行にたいする, カウンセラーの判断 ⑩カレッジ・トレーニングの継続, 以上の順位となっている。この中でも, ①カウンセリーの満足 ②期間の終りにおける, 忠告, テスト・デター, 機会にたいするカウンセリーの理解は, 大きなウエイトをもって選択されている。O'dea と Zeran は, 選択された, クライテリアを用いて, 36人のカウンセリーに, カウンセリングの効果の評価することをくわだてている。今その要約をみると, 第一段階; カウンセリーが, 約束を守って, カウンセリング・ブルアにやってきたとき, カウン

セリーは、自叙伝の形をあたえられた。加えてカウンセリング・ブルアのサービスを説明したパンフレットを、最初の約束のまえに、かれに若干の調査を処理することを希望する文書を、カウンセリーにあたえられた。

第二段階；カウンセリーは、ミネソタ・マルチフェシク・パーソナリティー調査、カルフォルニア・パースナリティー・テスト、自己理解のテストをうけ、自叙伝の形を果す。それから、カウンセリーは、カウンセラーと一緒に、自分の期間を打合せる。

第三段階；カウンセリングの早い期間において、諸テストを一様に果す。加えて、カウンセラーは特別の、カウンセリングの場に適用する諸テストの選択を、カウンセリーにやらせる。

第四段階；カウンセリング期間の結末ののち1ヵ月、カウンセリーは、カウンセリング・ブルアに立返ることを約束する。この時期に、カウンセリーは、ミネソタ・マルチフェシク・パースナリティー調査と、自己理解のテストを再びあたえられる。カウンセリーはまた、質問表の使用により、カウンセリング・サービスでの自己の満足を指示する。

第五段階；カウンセリング期間の結末ののち、5～4ヵ月、カウンセリーは、再びカルフォルニア・パースナリティー・テストをうけることをいらいされる。

以上は、カウンセリング・プロセスのモデルである。

このようにして、H. B. Pepinsky は、①被助言者の遂行を比較するには、相談の前よりも、後の方がよりよく、適性、能力、知識、興味、パースナリティーを身につけていきつつあるかどうかを定めるように、カウンセリングの前と後とを比較測定するにある。このような場合に、正常な集団 (norm groups) を含む、他の人々と一緒に、かれの遂行ぶりを比較すべきである。

- ② クライアントが、教育的、職業的、個人的困難をもっているかどうかをはっきりさせること。また、どれだけ多くの責任をカウンセラーがとるのであるか。
- ③ カウンセリングの結果として、クライアントの中にどのような、変化が起ってくるか、ということを見出すこと。

- ④ 因子中心のカウンセラーと、その特色は、教育的、職業的計画を適切にきめることに、よりよく、クライアントが適応するかどうかをしること。
- ⑤ セルフ・センタード・カウンセラーは、クライアントが、もっと自分自身を受け入れるように、また、もっと一段と洞察的になったか、どうかを見出すこと。
- ⑥ ソシアル・サイコロジカル・カウンセラーは、インタビューにおいて、自己の問題について、クライアントが、もっと責任を身につけることができたかどうかをしること。
- ⑦ サイコアナリテック・カウンセラーは、自己のつよさをもっと発展したかどうかをきめること。また新しい行動者 (neo-behaviorist) として、もっと発展したかどうかをきめること。
- ⑧ 最後に、これら研究者の予言の線においておこる、かくとく物の反応がクライアントに現われてくるかどうかということを見出すこと。

上述のことが、カウンセリングの重要な評価の基準となるのである。このような、カウンセリングの機能は、被助言者の“力の増加”，または，“自己強化”を目標としているのである。

〔IX〕行動カウンセリングの動向

最後に、最近の行動カウンセリングの動向について要点を取り上げていきたい。

行動カウンセリングは、クライエイトの行動変容のための心理技法といえる。この行動カウンセリングにおいては、早期の効果を期待するものであり、前述のカウンセリングの技術と同様に、信頼的人間関係を重要視するものである。また自由な発言を通してのカウンセリング目標の確認がやはり重要である。次に、クライアントの自主性と動機づけを重視しなければならないのである。

次に、クライアントの「なすことにより学習」(learning by doing) を尊重するのであり、カウンセリングを「学習活動」と考えるのである。

次に重要な課題は、「治療的人間関係」であり、クライアントの判断決定の学習プロセス、といえる。

次に、行動カウンセリングの方法、技術として重要な問題は、カウンセリング関係を通して、主要目標の設定および目標達成のための約束が重要であり、これに関連して、クライアントの行動計画、クライアントの自己強化→行動変容が重要であると考えられている¹⁰⁾。

最後に行動カウンセリングも「治療的人間関係」であるが、今迄、筆者が取り上げてきたように、カウンセラー、とクライアントの「相互作用」であるということであり、セラピスト（治療者）の魅力が重要な要件であり、また、セラピストに抵抗するときもあるのであり、「セラピストへの期待の一致」も忘れてならないカウンセリングの技術上の本質的課題である。

最後に、カウンセリングの重要課題である「自我実現」について言及したい。

J. Maxwell Tichenor, は次のように述べている。

「完全に機能する人間として、Rogers により言及された自我実現的個人は、同様にまた内面的指向型人間として、Riesman 等によって言及された自我実現的個人は、人の手先よりもむしろ決定的な行為者として、自己抑制、責任のある、活動的なものとして、Maslow によりえがかれている¹¹⁾。」

また「人生の職業的計画は、自己の知識を増大すること、現実に対処するため人間の能力を増大すること、人間の内面的指向を増大すること、また、直接的また、将来の状態の双方に应用可能な技術、職業的計画の態度を教えることを、意味する」と¹²⁾。

そして、また「人生の職業計画を行うことは、これらの要素の意義のある増大によってもたらされるだろうと仮定された¹³⁾。」と述べている。

〔X〕 結 語

以上、カウンセリングの発展過程を概観してきたのであるが、今日、カウンセリングは「サービスとしての教育」または、「援助の為の教育」を上述の立場

よりとらえようとするものである。

これらのカウンセリングの技術は「生きる為の教育」(Education for living)の目標を本質より具体化していこうとするものである。換言すれば教育実践の中で、すなわち、初等教育、前期中等教育、後期中等教育、更に、特殊教育更に、高等教育の教育体系の中で「職業的人生計画」(Career life planning)の援助、カウンセリング・サービスが今日重要な核心的課題であることを重視しなければならないのである。

そして、更にカウンセリングは、青少年の「自我実現」を窮極のねらいとするものである。

註

- 1) 職業指導講座 日本応用心理学会 } 共編, 第4巻, 技術篇Ⅱ, p. 426.
日本職業指導学会 }
- 2) 伊東博 カウンセリング p. 128.
- 3) " p. 129.
- 4) " p. 129.
- 5) " p. 147.
- 6) The Personnel and Guidance Journal; February 1953, p. 292~293.
- 7) The Personnel and Guidance Journal; February 1953, p. 284.
- 8) "
- 9) The Personnel and Guidance Journal; January, 1953 p. 241-243.
- 10) 行動カウンセリング入門, 中沢次郎, 林潔, 清野美佐緒著, p. 1.2.
- 11) The Vocational Guidance Quarterly; September, 1977, Vol. 26, No. 1, p. 54.
- 12) 同 上
- 13) 同 上