

## カウンセリング体験がクライアントに及ぼす機能

佐藤 昭雄 教育学部附属教育実践総合センター

### 要旨

母子分離不安を背景とする小学校低学年の不登校事例において、カウンセリング体験がクライアントである母親に及ぼす機能を、PAC分析を用いて分析した結果、①被受容感がクライアントの素直さをもたらす機能、②カウンセラーの純粋性がクライアントを勇気づける機能、③自分と子ども双方の問題に適切な距離感を与える機能、④思考の相対化をもたらす機能があることが明らかとなった。

【キーワード】 カウンセリング 被受容感 純粋性 距離感と相対化 相談の効果

### 1. 問題と目的

臨床場面において、日々様々なカウンセリングやセラピーが展開され、諸要因によって解決(解決をどう考えるかにもよるが)をみるケースもあれば、不幸にして解決に至らないケースもあると思われる。

カウンセリングの効果に関しては、Rogers(1967)がその著書の中で、多様な観点からの検証を試みた文献を数多く紹介しているが、近年では、Lambert(1992)が「成功をもたらす諸因子」について、その研究成果を示している。それによると、変化に寄与する要因として最も割合が高いのが「クライアントの因子」で40%、次がカウンセラーとクライアントの「関係性の因子」で30%、カウンセラーの用いる理論や技法の「モデルの因子」が15%、残りが「偽薬の因子」15%であった。つまり、環境を含めたクライアントの持つ資源の割合が最も大きく、それを活用できるカウンセラーとクライアントの関係性が次に大きいことがわかる。

この数十年にわたる、数千人のクライアントと数百人のカウンセラーを対象とした研究は、いろいろな意味で示唆に富むものの、データに収束されて1対1のカウンセラーとクライアントの関係の質や内容まではうかがい知ることができない。

そこで本研究においては、不登校児童をかかえることになった母親の態度構造に、カウンセリング体験が、どのような変化をもたらすのかを明らかにすることを目的に、研究をすすめることとした。

### 2. 対象

不登校を主訴に来談した母親。母子分離不安を背景とする小学校低学年の不登校児童の保護者であり、約2年半の母子平行面接の末に児童は再登校を果たし、現在は安定登校を続けている。母親とは面接終了後、およそ1ヶ月後に研究に協力してもらった。

### 3. 方法

#### 3-1. PAC分析

不登校児童をかかえた母親が、カウンセリング体験を通して「どのような変化が得られたのか」を捉えることを目的としたため、自由連想、多変量解析、現象学的データ解釈技法を通じて、間主観的に個人ごとの態度変容やイメージを捉える内藤(1997)のPAC分析を用い、個人ごとの態度変容を考察することにした。調査時期は、面談終了後約1ヶ月後である。尚、カウンセリングの詳細は、佐藤(2004)を参照していただければと思うが、

特定の理論や技法に限定したものではなく、支持的面接を中心としながらも、行動主義的アプローチや解決志向のブリーフ・セラピーをおりませた折衷的アプローチである。

PAC 分析を用いる利点は、質問紙による意識調査では、表面的な印象しかうかがい知ることが出来ないこと、また防衛や好ましさで答えてしまうことが予想されるし、面接調査では、研究者の誘導や主観的な解釈が入りやすいと判断したからである。PAC 分析は、一連の作業を通じて、被験者の防衛を意識化させずに済み、あくまでも自分の反応を被験者本人が意味づけすることを重視している。そして、その意味づけを研究者が共感、追体験することによって、間主観的に被験者の洞察に迫ろうとする手法であり、研究者の側が客観的に構造をとらえることも可能であるということから、本研究の目的を達成するために最適な方法と判断したからである。

教示は「あなたがカウンセラーである佐藤の面接を受けるようになってからのことについて、自分の気持ちや発言、行動に生じた変化や気づきに関連することなら、どのようなことでもよいので、頭に浮かんできたイメージや言葉・文章を、思い浮かんだ順に番号をつけてカードに記入してください。」とした。

### 3-2. 分析方法

内藤 (1997) に基づいて、PAC 分析の手続きを示す。

- (1) 連想刺激の教示  
連想刺激を教示し (先述したもの)、自由連想を求める。一つ一つ確認するようにゆっくりと発声し、イメージや想像を喚起する。連想反応は、縦3センチ、横9センチぐらいのカードに実験者もしくは被験者本人が記入する。反応は単語や文章が一般的である。
- (2) 重要度のランク付け  
自由連想により得られた反応項目を重要な順に並べ替えさせる。「プラス・マイナスの方向に関わりなく重要と感じられる順序」で回答を得る。その際、連想順位も記録しておくことは有益である。
- (3) 類似度距離行列の作成  
心理的距離尺度 (通常7段階評価) を提示し、各反応項目間の心理的距離を求め、距離行列を作成する。あげられた連想に対して、「言葉の意味ではなく、直感的イメージの上で、どの程度似ているか」を判断してもらい、言葉の近さの程度を尺度に該当する数字で答えてもらう。評定尺度は「非常に近い1～非常に遠い7」の7段階評価である。
- (4) クラスタ分析  
(3) で作成された反応項目間の距離行列をパソコン入力し、クラスタ分析を行い、結果をデンドログラムで表現する。クラスタ分析の種類については、内藤 (1997) は有効な解釈に結びつきやすいワード法が良いとしているので、本研究でも高木 (1998) の作成した統計学パッケージ (HALWIN) によってワード法を用いた。
- (5) クラスタの解釈  
クラスタの決定は、まず、調査者がデンドログラムの切断可能な箇所を例示したのち、被験者の考える切断箇所を問い、次に調査者と被験者が話し合った上で最終的に決定される。クラスタの決定は一定の距離 (横断直線) で切るという方法が適合性があるが、被験者のイメージに沿うようにする方法を内藤は推奨しているため、それに従った。
- (6) 被験者によるクラスタの意味付け  
(5) で決定されたクラスタのまとまりを確認しながら、まず、①調査者が各クラスタの項目を読み上げ、それらから生じたイメージ (クラスタごとの内容の解釈) や併合された理由 (クラスタ間のつながりの解釈) を聞く。具体的には「これらのグループからどんなイメージが浮かんできますか。どんな内容でまとまっていると感じてくるでしょう。または、どんな内容によってまとまったという風に感じますか。」と尋ねる。これを繰り返してすべてのクラスタについて終了した後、次に②クラスタ間関係のイメージを聞く。具体的には「○番と○番を比べてみてください。どんなところが同じで、どんなところが違っているのでしょうか。比較してみてください。」と尋ねる。更に③全体の印象を聞く。具体的には「全体を見たときに、どんなイメージが浮かんでくるのでしょうか。」と聞く。その後で④調査者がわかりにくい部分について詳細な説明を求める (補足質問)。
- (7) 各連想項目について、そのイメージがプラス (+) かマイナス (-) かどちらとも言えない (0) のいずれであるかを回答してもらう。
- (8) クラスタ命名の方法  
分析から得られた材料 (①自由連想, ②連想内容, ③連想項目数, ④重要順位, ⑤クラス

ター分析によるデンドログラム, ⑥クラスターのイメージと解釈, ⑦クラスター間関係についてのイメージと解釈, ⑧項目の単独でのイメージ(補足質問), ⑨項目単独での+・0の(感情的・情緒的), ⑩被験者による解釈の際の非言語的反応)も踏まえて, 総合的に解釈しクラスターを命名していく。

#### 4. 結果

##### (1) デンドログラム

1) X1	_____.	1.00
2) X2	_____.	2.35
3) X3	_____.	1.00
7) X7	_____.	3.35
9) X9	_____.	1.00
10) X10	_____.	2.83
4) X4	_____.	2.00
12) X12	_____.	4.04
5) X5	_____.	1.00
6) X6	_____.	1.00
8) X8	_____.	3.21
11) X11	_____.	1.00
13) X13	_____.	1.00
14) X14	_____.	4.04

##### (2) 連想項目

- 1) 助けを求める気持ち (+)
- 2) アドバイスによって方向性が見え安心した (+)
- 3) 気持ちの切りかえが出来た (+)
- 7) 子どもに話す前にひと呼吸待てるようになった (+)
- 9) 吐き虫の話 (+)
- 10) がんばれと言わなくなった (+)
- 4) 自分だけじゃダメ (+)
- 12) やり直せばいいんだと思った (+)
- 5) 話を聞いてもらえる (+)
- 6) 助かるなー (+)
- 8) 自分も素直になれる (+)
- 11) 先生自身が正直に話をしてくれてうれしい (+)
- 13) 勇気をもらえる (+)
- 14) 元気がでる (+)

##### (3) 被験者本人によるクラスターの意味付け

- ①クラスター1 : 「1.助けを求める気持ち」「2.アドバイスによって方向性が見え安心した」「3.気持ちの切りかえが出来た」「7.子どもに話す前にひと呼吸待てるようになった」  
 最初は、助けて欲しい、アドバイスが欲しいという気持ちで相談に来たが、先生と話しているうちに、自分の気持ちの切りかえが出来るようになり、子どもにストレートに感情をぶ

つける前に考えられるようになった。

②クラスター2：「9.吐き虫の話」「10.がんばれと言わなくなった」「4.自分だけじゃダメ」「12.やり直せばいいんだと思った」

吐き虫の話によって、自分の子どもを責めなくてすむようになり、精神的に楽になった。また、いままで口癖だった「もう少しがんばってみて」も、効果がなかったんだと気づいた。そういう意味では、今までの自分の考え方やかかわり方を見つめ直す機会になり、相談に来て良かったと思った。

③クラスター3：「5.話を聞いてもらえる」「6.助かるなー」「8.自分も素直になれる」

先生に話を聞いてもらうと、自分が妙に素直になって、どんどん話が出て来る。聞いてもらうだけで助かるなーって感じ。

④クラスター4：「11.先生自身が正直に話をしてくれてうれしい」「13.勇気をもらえる」「14.元気がでる」

自分が話をするだけではなく、適度に先生が話をしてくれて、時に先生が感じたままを正直に話してくれるので、親近感や誠意を感じるし、勇気づけられたり元気がでる。

#### (4)クラスター間関係のイメージ

クラスター1と2は同じ。相談の効果？みたいなもの。クラスター3と4も同じ。話を聞いてもらって助かるなー元気が出るなーということ。つまり、相談から何かを得たというのではなく、相談そのものの感じ。でも、みんな相談の効果なのかなー？

#### (5)全体の印象

どれも相談の効果のような気がするけど、先にクラスター3と4があって、次にクラスター1と2がある感じ。

#### (6)解釈

被験者は、クラスターを4つに分割しているが、デンドログラムのまとまりや項目の内容から、2つのクラスターとして解釈することができる。

クラスター1は「1.助けを求める気持ち」「2.アドバイスによって方向性が見え安心した」「3.気持ちの切りかえが出来た」「7.子どもに話す前にひと呼吸待てるようになった」、 「9.吐き虫の話」「10.がんばれと言わなくなった」「4.自分だけじゃダメ」「12.やり直せばいいんだと思った」の連想項目で、初期の助けやアドバイスを求める気持ちが、相談によって子どもへのかかわり方が見えてきて精神的に安定してくるとともに、子どもや問題から少し距離を置き、相対化してものを考えられるようになってきた様子がうかがえる。よって、クラスター1は、〈相談による安定化と相対化〉と命名することができる。

クラスター2は、「5.話を聞いてもらえる」「6.助かるなー」「8.自分も素直になれる」「11.先生自身が正直に話をしてくれてうれしい」「13.勇気をもらえる」「14.元気がでる」の連想項目で、被受容感によってクライアントの素直さが促されるとともに、カウンセラーの純粋性がクライアントを勇気づけたり元気づけたりしている様子がうかがわれる。よって、クラスター2は、〈相互の素直さと被受容感によるエンパワメント〉と命名することができる。

## 5. 考察

連想項目をクラスター分析にかけ、デンドログラムを示しながらの面接で、母親は「最初は、助けて欲しい、アドバイスが欲しいという気持ちで相談に来たが、先生と話しているうちに、自分の気持ちの切りかえが出来るようになり、子どもにストレートに感情をぶつけ

る前に考えられるようになった。」とか、「吐き虫（ブリーフの外在化）の話によって、自分の子どもを責めなくてすむようになり、精神的に楽になった。また、いままで口癖だった『もう少しがんばってみて』も、効果がなかったんだと気づいた。そういう意味では、今までの自分の考え方やかかわり方を見つめ直す機会になり、相談に来て良かったと思った。」「先生に話を聞いてもらおうと、自分が妙に素直になれて、どんどん話が出て来る。聞いてもらうだけで助かるな一って感じ。」「自分が話をするだけではなく、適度に先生が話しをしてくれて、時に先生が感じたままを正直に話してくれるので、親近感や誠意を感じるし、勇気づけられたり元気がでる。」と話してくれた。

今回のカウンセリングは、特定の理論や技法に限定したものではなく、支持的面接を中心にしながらも、行動主義的なアプローチを提案したり、解決志向のブリーフセラピーを活用したりという折衷的なアプローチであり、技法そのものの効果を検証したものではない。

しかし、このカウンセリング体験がクライアントである母親に及ぼした機能は、①被受容感がクライアントの素直さをもたらす機能や②カウンセラーの純粋性がクライアントを勇気づける機能、そして、③自分と子ども双方の問題に適切な距離感を与える機能や④思考の相対化をもたらす機能があることが、PAC分析の結果明らかになった。

このことは、まさに Rogers(1967)の心理援助の在り方における基本的な態度である「受容、共感、自己一致」の重要性を示しており、その基本的な態度を背景として構築された関係性が、クライアントの持つ資源を引き出し、思考の相対化や物事の客観視をもたらしたと言えるのではないかと思う。そういう意味では、Lambert(1992)の「成功をもたらす諸因子」の第1因子が「クライアントの因子」で、第2因子がカウンセラーとクライアントの「関係性の因子」であることも理解できると思う。

## 引用・参考文献

- 1 Rogers,C.R.友田不二男編著 1967, ロージャズ全集第1～23巻 岩崎学術出版
- 2 Lambert,M.J. 1992, Implications of outcom research for psychotherapy integration.In J.C. Norcross & M.R.Goldfried(Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (pp.94-129).New York:Basic Books.
- 3 内藤哲雄 1997, PAC分析実施入門―「個」を科学する新技法への招待, ナカニシヤ出版
- 4 佐藤昭雄 2004, 母子分離不安を背景とする不登校児童への折衷的アプローチ, 弘前大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要, 第2号
- 5 J・J・マーフィ, B・L・ダンカン 市川千秋・宇田光監訳 1999, 学校で役立つブリーフセラピー, 金剛出版
- 6 福島脩美・田上不二夫・沢崎達夫・諸富祥彦編 2004, カウンセリングプロセスハンドブック, 金子書房