

# 学部教育におけるカウンセリング技法の習得に関する研究 —学生感想から—

(教育心理学教室) 相模健人

Research on acquisition of the counseling technique in faculty education

On a basis student's comment

Takehito SAGAMI

(平成26年6月16日受理)

## I. はじめに

従来、カウンセリングに関する教育は臨床心理士の養成において主に行われてきた。臨床心理士養成を目的とした臨床心理士指定大学院における教育における関する研究は多く行われている。牧(2014)は臨床心理士養成プログラムでは「臨床心理実習」における行為の中の省察、実践知の重要性を述べ、実習の重要性を指摘している。今田(2012)は臨床心理士の養成において、初心者セラピストたちが陥る問題を検討し、臨床心理学の実践教育に当たっては「主体的なコミットメント」や「冗長性」といった概念の導入が有用であるとしている。また、相模(2010)は臨床心理実習においてチームアプローチを導入し、その学習効果を検討している。

これらは大学院での専門的な教育として行われており、臨床心理士の資格を持つカウンセラーを養成するためのものである。

一方、井上・石川(2013)は学部教育で学んだカウンセリングの卒業後の職業生活における有効性を検討し、就職後、保育士や教員として職業上、大学で学んだカウンセリングが役立つことを実感している者が多いことを示唆している。具体的に役立つ場面として、保護者面談や日々の保護者対応において、受容と共感的理解、そして傾聴の姿勢が役立っていることが確認されている。

また、子ども対応や同僚との関係づくりや対人関係

全般においても同様に役立っており、学部教育においても、このようにカウンセリングを教えていく意義があると考えられる。特に筆者が所属する教員養成課程では重要と考えられる。

また、田島(2008)は指定大学院修士課程を対象として、現在の臨床活動に役立っている学部および大学院時代の学習や体験について面接調査を行ったところ、学部および大学院時代にやっておけばよかったこととして面接技法の習熟を挙げていた。これらのことから大学院で専門的な教育を受ける学生においても、学部教育においてカウンセリング技法を学んでいくことは重要と考えられる。

そこで本研究では学部において基本的なカウンセリング技法習得を目指した実習を行う授業を対象に受講生の感想をもとにどのような指導や授業内容がそれに役立ったかを検討する。

## II. 授業について

1. 対象授業 教育学部学校教育教員養成課程教育心理学専修4年生を対象に行われた「カウンセリング特別演習」(週1時間、通年)を対象とした。本授業ではカウンセリング実習を中心に、ビデオシステムを用いて実習生が相互に学習することを目指した。

2. 授業内容 本授業のディプロマ・ポリシー(以下DP)は、「学校現場で生じているさまざまな教育課題

について論じ、適切な対応を考えることができる。(思考・判断)、「実践を省察し、自己の学習課題を明確にし、理論と実践を結びつけた学習ができる。(関心・意欲)」である。授業では Solution-Focused Brief Therapy(以下 SFBT)を取り上げて教えている。授業の内容は授業初回のガイダンスの後、事例を通して面接展開を学ぶ。その後、大学院生の TA(ティーチング・アシスタント)に架空のクライアント(児童生徒、保護者)を演じてもらい、それに対して受講生が二人一組(出席者が奇数となるときは授業者が参加した)で 5 分ずつロールプレイを行った。その場面を録画し、見返しながら授業者および TA がコメントして指導した。1 事例につき 3 週、2 事例をその形式で行った。その後は受講生自身がクライアントとして身近な悩みを話し、他の受講生が同じく二人一組で 8 分ずつロールプレイを行った。その都度、授業者が指導しながら 1 事例につき 1 週のペースで行った。受講生全員がクライアントを体験した後は受講生以外で学生がクライアントとして授業に参加し、同様の方法でロールプレイを行った。最終的に受講生一人で 5 分間、相談を行えるように指導した。また、ロールプレイを行わない回を数回設けて、SFBT の面接ビデオを鑑賞した。ロールプレイを行った回は受講生に課題として、ロールプレイをして気づいたこと、それをどう活かすか、質問をメールで送るよう課し、授業者が随時返答した。

### III. 方法

- 1 調査対象者 受講生 5 名、平均年齢 21.8 歳、男性 1 名、女性 4 名。受講生の進路希望は臨床心理士指定大学院進学 3 名、教員 2 名であった。
- 2 調査時期 2014 年 1 月
- 3 調査内容 授業評価アンケートとして配布、記入してもらった。調査項目は独自に作成した 18 問、自由記述とした。主な内容は「受講した理由」、「初めてカウンセラーとして面接を行った感想」、「自分のカウンセリングをしている姿を見て役立ったこと」、「授業者の助言で役立ったこと」、「クライアントを体験した感想」、「ビデオを見た感想」、「一人でカウンセリングを行った感想」、「自分の進路に授業はどう役立つのか」、

「DP (ディプロマ・ポリシー) との関連」、「授業の改善点」他である。

- 4 結果の整理 上記の回答すべてを対象として、KJ 法(川喜田、1967)を用いて分析を行った。

### IV. 結果

本研究の授業評価アンケートの回答について KJ 法を用いてまとめたものが Fig. である。

### V. 考察

以下に KJ 法の文章化を提示し、考察を加えていく。

まず島は大きく「進路との関連」、「初めてカウンセラーをしてみても」、「カウンセリング実践で学んだこと」、「授業内容、指導から学んだこと」、「1 年を通じてでも短い」、「毎回楽しかったし、勉強になりました」、「DP との関連」、「授業の改善案」、「将来に向けて」に分かれた。

まず「進路との関連」の島はさらに「教師にはカウンセリングマインドが必要」、「カウンセラーの仕事が第一志望」、「どのような進路になったとしても、カウンセリングにおける姿勢というのは役立つ」の島に分かれている。「教師にはカウンセリングマインドが必要」の島では受講動機として「クライアントの話を傾聴する姿勢は、教師が児童の話の傾聴することに繋がるからです」を挙げており、受講生はカウンセリングを学ぶことは、教師の仕事に役立つと考えている。これについて伊藤(1997)は心理療法と教育それぞれが相補的な関係にあることを示しており、受講生も同様に考えて受講していると考えられる。

一方、「カウンセラーの仕事が第一志望」の島では「将来臨床心理士の資格を取りたいと考えており、その第一歩となるだろうと思ったから」と受講動機を挙げ、「大学院に進学するため、今後もカウンセリングの実習等が増えていくと思うが、人と向き合う基本的な姿勢を学ぶことができたので、落ち着いて取り組めるのではないかと思う」と今後役立つと考えているようである。

これらの意見は「どのような進路になったとしても、カウンセリングにおける姿勢というのは役立つ」の島と関連しており、「将来の進路に関しては、正直教員か、児童福祉施設の職員かまだまだ迷っています」といった進路についてまだ決めかねている受講生にとっても広くカ

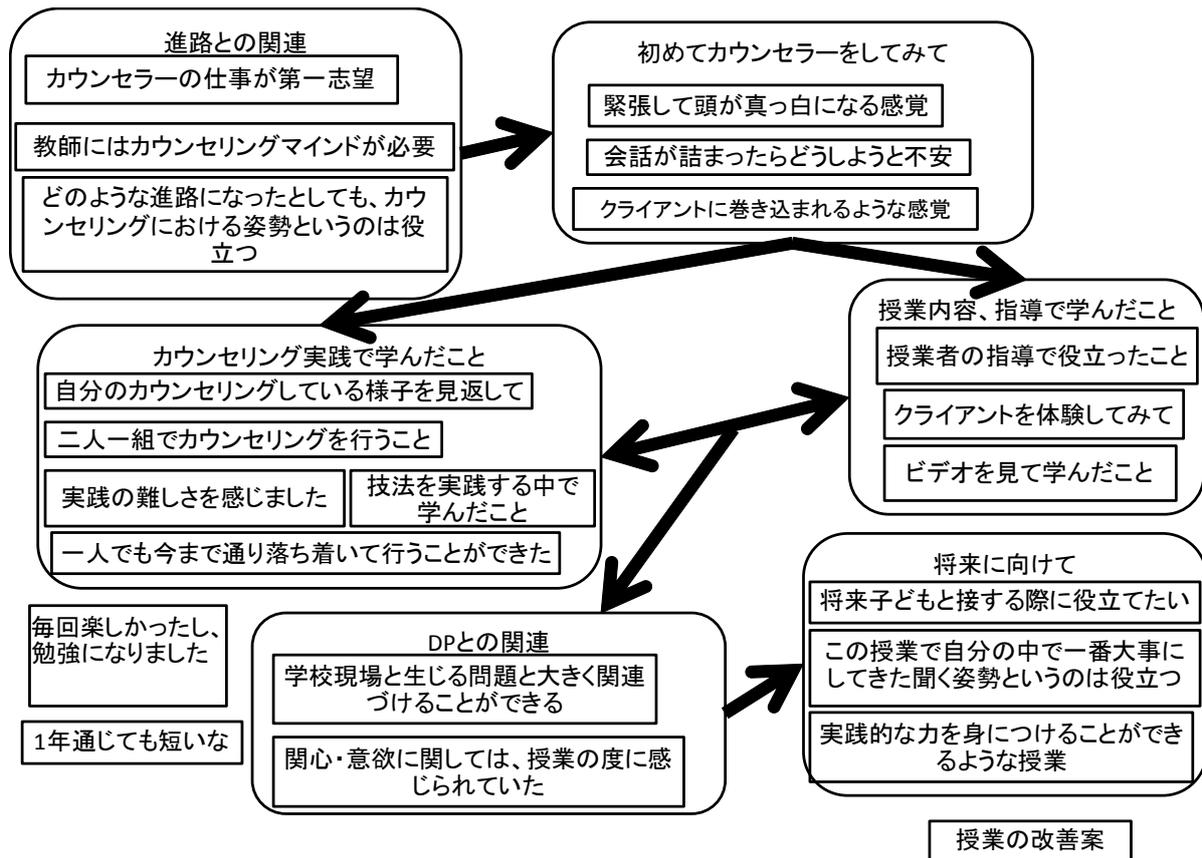


Fig. KJ 法の結果

カウンセリングを学ぶことが役立つと考えていることが伺える。

4 年生対象の授業のため受講生は、進路を考慮しての受講となっていることが考えられる。

この島と関連する「初めてカウンセラーをしてみて」の島は「クライアントに巻き込まれるような感覚」、「緊張して、頭が真っ白になりました」、「会話が詰まったらどうしようと不安」の島に分かれた。

「クライアントに巻き込まれるような感覚」の島では「クライアントの辛い状況を聞くことで、自分まで悲しい気分になり、カウンセリングの難しさを痛感した」とカウンセリングで悩みを聞くことの難しさを感じており、これは「緊張して、頭が真っ白になりました」の島とも関連している。「思っていた以上に緊張しました」といった意見に集約されており、緊張する理由として「会話が詰まったらどうしようと不安」の島が挙げられる。

「沈黙の時間がたえられなくて、『何か質問しなければ』とすごく焦ってしまいました」と沈黙に耐えられな

い様子や、「何をしゃべったらいいのかすぐに思いつかないし、混乱して余計わからなくなったりして、大変でした」といった混乱している様子が伺え、初めての体験で困難を感じていることが考えられる。今田 (2013) はセラピストを目指す最近の初学者への指導における問題点として基礎的なコミュニケーション能力の低下と想像力の低下によるセラピスト像の不成立を挙げており、同様の結果と考えられる。

これをサポートする「授業内容、指導から学んだこと」の島は「ビデオを見て学んだこと」、「クライアントを体験して」、「授業者の指導で役立ったこと」に分かれている。

授業初期や中盤で見せた「ビデオを見て学んだこと」の島はさらに「カウンセリングの流れを理解」、「面接の初めと終わりでのクライアントの方の声の大きさや姿勢の変化」、「比較的深刻な悩みにもこのカウンセリングが有効だ」に分かれている。「カウンセリングの流れを理解」の島は「実際のカウンセリングをしている様子を見

たので、単純に『このように進められていくのだ』と思いました」とカウンセリングの進行を学び、その中で「自然な流れの中で、ただ、普通に会話をしているだけのように感じたにもかかわらず、面接の回数を重ねるごとにクライアントの表情が明るくなっていったので驚いた」と「面接の初めと終わりでのクライアントの方の声の大きさや姿勢の変化」に気づいている。また見せたビデオについて「私たちが授業では扱わないようなものでしたが、聞く姿勢・できていることに目を向ける、また、コンプリメントをする、知らない姿勢（クライアントからおしえてもらう）など、授業で気をつけている基本的なものは同じだったので、そういった仕草やクライアントへの聞き方などは役立ちました」といった意見を持ち、「比較的深刻な悩みにもこのカウンセリングが有効だ」と考えていることが分かる。

また授業内での「クライアントを体験して」の島は「クライアントの立場にたつて、より分かりやすく説明する必要性を感じました」、「クライアントの立場でカウンセラーを見たときに感じたことを、カウンセラーの立場になったときに考える」に分かれており、受講生がクライアントの立場を体験することでカウンセラーに役立つことを学んでいると考えられる。

そして「授業者の指導で役立ったこと」の島については「自分でも気づいてないところにたくさん気づかせていただけた」、「授業者のカウンセリングを見て役立ったこと」、「授業者の指導のよかったこと」に分かれている。「自分でも気づいてないところにたくさん気づかせていただけた」の島では「最初のころは特にですが、無意識にクローズド・クエスションになっている場合があり、そのようなときに具体的に聞き方の助言をいただいたので、次第に意識してできるようになったように感じます」と授業者の指摘により、次第に技法を身につけていると考えられる。授業者がカウンセラーとして面接に参加した「授業者のカウンセリングを見て役立ったこと」の島では「質問の内容や話し方、ジェスチャーの仕方など参考になった」といった意見があり、「自分もこのようにクライアントに質問したり、聞いたりできるだろうか、という気持ちもありました」といった授業者をモデルとして学んだことが伺える。「授業者の指導のよかったこと」の島では「良いところも同時に教えてくれるの

で、次回の面接に前向きに取り組むことができた」といったコンプリメント（ほめる、ねぎらう）を中心とした指導であること、「ビデオを見ながら、改善点や良かったところを指摘してくださったので、とてもわかりやすかった点もよかった」といった具体的な指導が役立ったことが分かる。

こういった授業内容、指導から受講生はカウンセリング技法を学んでいることが考えられる。

これと関連する「カウンセリング実践で学んだこと」の島は「実践の難しさを感じました」、「二人一組でカウンセリングを行うこと」、「技法を実践する中で学んだこと」、「一人でも今まで通り落ち着いて行うことができた」、「自分のカウンセリングしている様子を見返して」の島に分かれている。

「実践の難しさを感じました」の島は「やはり全体に通ずるアドバイスは、次回からも気を付けようと思いましたが、ケースごとの展開によるものは、次回にどのようにいかしていけるのかを考えるのは難しかったし、実際にいかすことはできなかつたと思います」といったクライアントに合わせた展開に難しさを感じている。「技法を実践する中で学んだこと」の島では「アドバイスを貰うことだけがカウンセリングではないと思った」、「クライアントが考えている間、当たり前ですが、待つ」といったカウンセラーの姿勢に関するものから、『なぜ』ではなく、『どのように』を用いる、「ミラクル・クエスションの展開の仕方はクライアントの反応なども通してイメージしやすくなった」といった技法に関することまでさまざまに学んでいることが伺える。さらに「自分のカウンセリングしている様子を見返して」の島では受講生は自分たちがカウンセリングをしている様子をビデオで見返すことで「自分の姿を見て、改善すべき点は改善できたりしていい」と活用している。また、「二人一組でカウンセリングを行うこと」の島では「自分が聞きたいことがあってもペアが話すとなんか聞けなくなってしまうので、どうしようか」と不都合を感じる場面もありつつも、「パートナーがいることで心強かった」と安心感も得ているようである。こういった経験を積んで一人でカウンセリングを行ったときには「授業の初めに2人で行った時よりも少しはまともだったと思うので、少しは進歩したかなとおもいました」といった「一人で

も今まで通り落ち着いて行うことができた」という島に関連していると考えられる。

このようにカウンセリング演習を繰り返すことにより徐々に受講生がカウンセリング技法を身につけていっていることと考えられる。

このように学んでいくために受講生は「1年を通じてでも短い」の島において「急激に成長できるものでもなく、通年ですらもっとやりたいと思うのにまして半期だと全然足りないと思うので、通年でよかったと思います」、「前期だけ後期だけであれば、外部からクライアントを呼んで実践する水準まで到達しなかったと思うため、通年で学習することで、より技能を高めていくことができたと思う」といった意見を述べており、通年で行うことでより学べることがあると感じている。

授業については「毎回楽しかったし、勉強になりました」の島で「回を重ねるとクライアントさんによる慣れの速さや話しやすさの違いがより明確に感じられたりして、面白い発見もたくさんありました」といったカウンセリングのやりがいも実感できているようである。

また「DPとの関連」の島では「学校現場で生じる問題と大きく関連付けることができる」、「関心・意欲に関しては、授業のたびに感じられていた」の島に別れている。「学校現場で生じる問題と大きく関連付けることができる」の島では「実際の現場ではカウンセラーと教師や保護者がどのように連携が取れるのかを考えたり、子ども・親への対応の仕方を考えることができたと思います」、「カウンセリングを行うことで、理論と実践を結びつけた学習が行えるとともに、実際に子どもの話を聞いたりするとき、カウンセリングの技法を考えて用いつつ、適切な対応ができるのではないかと思う」と学校で起こる問題への対応方法を学べたと感じている。「関心・意欲に関しては、授業のたびに感じられていた」の島では「今まで学んできた面接の技法や理論的なことを実際に行い、その都度省察をすることで学びを深めていくことができている面も関連していると感じた」、「理論なしにはできないので、教科書を読んで言い方や種類について学んだり、先生のアドバイスを意識したりする中で学習を進めることができたと思います」と受講生が強い関心を持ち、意欲を持って授業に取り組んでいる姿が考えられる。

これらと関連する「将来に向けて」の島は「将来子どもと接する際に役立てたい」、「この授業で自分の中で一番大事にしてきた聞く姿勢というのは役立つ」といった進路に役立つと考える意見が多く見られた。

最後に「授業の改善案」については3つの意見が見られた。「先生が最後まで次何を聞くか、どういう展開にするかを指示してくださっていましたが、大体一回のケースで6回面接があったので、その中の一回でもいいので、自分たちでどのように聞いていくかを考える機会があってもよかったのかなと思いました」という意見に関しては授業最終回に授業者がクライアント役を行うことで実現できたと考える。「自分がクライアントとしてカウンセリングを受けたときのことについては、どのような判断で面接を進めたのか、詳しく聞きたかった」、「毎回、新たな学びを得ることができていると思うが、相談する悩みに幅を持たせるために、我々受講生もTAさんのように、いじめの相談に来たクライアントや不登校の子をもつ母親など、クライアントを演じて面接を受ける機会を設けても良いと思った」といった意見については今後の検討事項としたい。

以上の結果から受講生自身のクライアント経験、授業者の指導、カウンセリングの観察、ビデオシステムを用いた振り返りが基本的なカウンセリング技法習得に役立っていると考えられる。

今後の課題として本研究では受講生の感想をもとにした結果であり、具体的に学生が面接カウンセリング技法を習得していく過程や授業でロールプレイを行ったクライアント側からの結果などを今後、検討していく必要がある。

## 引用文献

- 今田雄三（2012） 臨床心理学の実践教育における今日的課題 —「型」へのコミットメントから「主体的な」コミットメントへ— 鳴門教育大学研究紀要 第27巻 184-198.
- 今田雄三（2013） セラピスト養成における現代的な問題とその対応 —関係性が成立困難な時代に育った世代への指導を通して— 鳴門教育大学研究紀要 第28巻 307-320.
- 井上清子・石川洋子（2013） 大学において学んだカ

ウンセリングの就職後の有用性について 文教大学教育  
学部紀要 第 47 集 17-22.

伊藤研一 (1997) 臨床心理学と教育の統合に関する  
一試論 文教大学研究所紀要 第 6 号 55-63.

川喜田二郎 (1967) 発想法—創造性開発のために  
中央公論社.

牧剛史 (2014) 臨床心理士養成プログラムにおける  
実践知の重要性 佛教大学教育学部論集 第 25 号  
25-34.

相模健人 (2010) 臨床心理面接技法習得にチームア  
プローチを用いた学習効果に関する研究 — KJ 法を  
用いて— 愛媛大学教育学部紀要 第 57 巻 33-43.

田島佐登史 (2008) 臨床心理士養成指定大学院の院  
生が考える修了後に役立つ学習と体験 目白大学心理  
学研究 第 4 号 35-48.