

〈シンポジウム「今、カウンセリングを考える」問題提起4〉

## カウンセリングと人間発達

伊藤 武彦

本報告ではカウンセリングと人間発達について述べたい。人間発達といってもカウンセリングの場合には、人格とその変容との関係が問題にされよう。カウンセリングと人格発達理論は、もちろん全く関係なく展開したわけではない。むしろ、人格発達理論はカウンセラー・精神分析家あるいは心理療法師が作りあげてきたものが多いといえる。たとえば、フロイトの心理学的発達理論であり、口唇期や肛門期といった人間の乳幼児期から大人に至るまでの、古典的ともいえる心理学的発達理論は、今も多くの大学で講じられている。また、それを発展させ臨床的経験から理論化したエリクソンの心理社会的発達理論もよく知られている。このエリクソンの青年期のアイデンティティ達成という発達課題をめぐる論議は、教育・医療・福祉など多岐にわたる分野で活発になされている。しかし、人間発達の理論は人格発達の問題だけに限らない。認知発達の理論は発達心理学の分野で独自の展開がおこなわれてきた。そして、現在、その理論とカウンセリングとを結びつけようとする試みがある。本報告では、そのような試みのひとつであるIveyの「発達心理療法」を紹介し、加えて、カウンセリングと人間発達の関連について概観してみたい。

### 1 カウンセリングとは

まず、カウンセリングの定義について考えてみる。カウンセリングについては、実に多くの定義があるが、「カウンセリング事典」(小林司編)と「カウンセリング辞典」(国分康孝編)において、カウンセリングの定義は以下のように記述されている。前者においては、カウンセリングの定義は、「クライアントに対して面接やグループワークによる言語的、または非言語的コミュニケーションを通しての心理的相互作用(人間関係)によって行動や考え方の変容を試みる援助の方法であり、クライアントの人格的統合の水準を高めるための心理的方法」というものである。后者では、カウンセリングの定義は、「言語的および非言語的コミュニケーションを通して、健常者の行動変容を試み

る人間関係」となっている。これらの定義は、どちらも「人間関係によって援助をする」という点で共通している。また、「問題解決」という表現と「行動や考え方の変容」が対応しており、「人格的統合の水準を高める」ということと「パーソナリティの成長」という表現が対応していると考えられる。すなわち、カウンセリングとは、人間関係を通じた専門的な対人的働きかけによって、本人の発達に対する援助を目的におこなう活動である、ということができるといえる<sup>(1)</sup>。

カウンセリングとは、カウンセラーとかサイコロジストのような厳密な訓練を受けた専門家が行うものという考え方が基本である。しかし、一方で、「カウンセリング・マインド」という表現がある。これは、カウンセラーがクライアントとの間に形成するようなあたたかい信頼関係に満ちた人間関

いとう たけひこ 本学部助教授

係をつくる姿勢・態度・心構えを、専門家でない人が持つことをさす和製英語である。例えば教師と生徒がいわゆる教える一教えられるという、教育者と学生との関係ではなく、共に共感し合うような気持ちで学校の先生は生徒に接するようなことである。カウンセリングの技法や人間関係の援助の仕方が日常の人間関係に役立つ。いわゆる専門家だけがカウンセラーではない、あるいは、カウンセラーだけがカウンセリング・マインドを持っているわけではない、というようなことにつながっていく考えである。これがカウンセリングという概念をわかりにくくしているといえよう。広い側の定義からみて、どこまで妥当なのかということである。

では、カウンセリングと人間発達との関係についてはどう考えたらよいであろうか。

## 2 人間発達のとらえ方

発達についても多くの定義がある。そもそも発達という言葉は、英語のdevelopmentにあたるヨーロッパ語の日本語訳である。しかし、この単語の和訳は梅原(1996)も指摘するように、文脈によって異なる。例えば国のdevelopmentは、「開発」であり、人間の場合でもdevelopmentは発達という訳語の他に、開発などと訳される場合がある。

語源をさかのぼると、developというのは、元々あるものが開いていく、展開していくというイメージの言葉である。これと逆の場合が、envelop(封筒)という単語である。封筒は、開いているものを閉じる、ということである。deというのは外へ、という意味なので、外へ展開していく、封じ込まれていたものが開いていくのがdevelopである。植物にたとえると、種が双葉をだし、若葉をだし、花を開き、それが受精して実になる。その木はしばらくでいくが、その実がまた新しい若葉をだしていくというイメージである。

発達心理学や発達研究では、これまで乳幼児から児童期、青年期の研究が多く、また現在でも多くの研究がなされている。たとえば、日本の発達心理学会での過半数の研究は、大人になるまでの人間の研究である。単純化していうと、乳児から

青年になるというプロセスは、非常に上昇的な変化である。発達保障といった言葉もあるが、それは価値観を伴う使い方である。つまり、量的に増大するとか、構造が複雑になるとか、機能が分化したり有能になったり、自由が得られるという、能力の獲得などを含んだ言葉である。

一方、最近では、日本の高齢者問題に代表される、社会的な・政治的な状況の変化の下で、下降的な変化も含む広い定義、すなわち、発達すること自体が、いいとか悪いとかの価値観を取り去り、変化のプロセスそのものが発達であるという考え方で、生涯発達という言葉も使われるようになってきている。また、ライフサイクルという表現もよく目にするようになった。これは、エリクソンの理論の影響によるところが大きい。人生周期ということで、生まれてから死ぬまでのプロセスをとらえていこうとする考え方である。

研究史的にいうと、発達研究は、もともと生涯発達のな枠組みで出発したものである。しかし、Piagetの認知発達研究や障害児の発達過程の研究が興隆するなかで、進歩主義的な発達概念が主流の時期を迎えた。さらに最近になって高齢化社会の中年期以降の生き方が問題になるなかで、生涯発達やライフサイクルの考え方が強調されてきたといえる。

以上のような人間の発達の捉え方が、カウンセリングとどう関わるかという問題を、カウンセリング理論に発達理論を導入したIvey(1993)の「発達心理療法」(Developmental counseling and therapy)からみていくことにする。

## 3 発達の過程とカウンセリングの過程

Iveyの発達心理療法とは、発達の過程とカウンセリングの過程を同型的なプロセスと見なし、カウンセリングの時におこっていることと、人間の発達の中でおこっていることを、結びつけていこうとする理論である。ピアジェの理論のなかに、発達の感覚運動段階、前操作的段階、具体的操作段階、形式的操作段階があるが、Ivey (1993)はこの上に弁証法的段階を付け加え、最初の2段階を一緒にして1つの段階としてまとめ、全体を、4

つの段階に区別している（表1）。

前操作的段階までは、おおまかに言えば、物事を筋道をつけて話せない段階である。カウンセリングのプロセスのなかには、一体何が問題なのかわからず、怒りの感情だけがあるというような状況がこれに対応する。具体的操作段階は、一般的法則性というのはわからなくとも因果関係や具体的なストーリーがわかるという段階で、これは色々な見方はできなくともある程度秩序だって問題を説明できるというカウンセリングの段階と対応している。形式的操作段階は、抽象的な法則や

パターンが認識できるので、たとえば夫婦喧嘩が、この時だけでなく、以前も、いつもこういこうなる、というように喧嘩のパターンや法則性といったものをクライアントが気づく段階である。多様な見方ができるのが、最後の弁証法的段階である。弁証法というのは、もともとは人と人の対話という意味であるから、様々な見方で同じストーリーを説明することができ、自分にとって一番いいものを選択できるというわけである。

これらの4段階とそれに対応するカウンセリングの内容をまとめたのが表1である。

表1 4つの認知レベルとカウンセリング（Ivey, 1993より作成）

認知のレベル（段階） 特徴	カウンセリング場面の対話における内容
(1) 感覚運動的： 直接経験の要素に焦点	クライアントは自分の関心事を思いつくまま組織化されない方法でだし、話題が飛ぶこともしばしばである。行動も同様のパターンをとりがちである。すなわち、注意のスパンが短く、体の動きが頻繁である。「いま、ここ」の体験に著しく集中している。感覚行動レベルの後期にはクライアントは非現実的、非合理的思考を示し、具体的にたろうとする初歩的な能力を示す。
(2) 具体操作的： 場面的記述の探求	クライアントは具体的な直線的な個人の描写をおこなう。しばしばかなり細部にわたる場合がある。しかしながら、しゃべらないクライアントは短く、「はい」「いいえ」の反応をすることもある。情動は描写されるが、反省されることはない。具体的レベルの後期になると、クライアントはいくらか因果的推論を示す。それはたとえば、「もし○○だとしたら、○○だろう」という場合である。
(3) 形式操作的： 思考と情動と行為のパターン (法則性の識別)	クライアントは、時には他者の見地からさえ、自分自身と自分の感情について話すことができる。彼らの対話は抽象的になりがちである。形式的レベルの後期になると、これらのクライアントは繰り返される行動や思考の共通性を認識できるようになる。
(4) 弁証法的・統合的： 情動と思考のパターンをシステムへと統合する	弁証法的・組織的な準拠枠によって自分の世界の意味を知っている人は普通ほとんどいない。自分の困難には性差別がその責任の一部をなしていると認識する女性はこのレベルの思考を示している。この場合、クライアントは知識のシステムに気づいており、自分が環境にどのように影響されるかを学習している。あるクライアントが面接を振り返って、さまざまな情動的な反応を伴う、いくつかの見地からそれを吟味する場合には、弁証法的・システムのレベルが働いている。この弁証法的・システムのレベルの後期になると、クライアントは操作のシステムの自分なりの統合へと挑戦することができるようになる。技術的にはクライアントは操作のシステムを反省することができる。高度に抽象的であり、この形式の思考は複数の見地による思考の複雑な形式へと導かれる。

発達とカウンセリングを考える場合、このIvey (1993) の発達心理療法の、Piagetの認知発達理論とカウンセリングの展開過程を対応づけた点でユニークであり、示唆に富む理論であると考えられる。

また、Ivey (1993) によれば、Carey (1988) は発達心理療法の4つの認知発達レベルとカウンセラーの能力とを表2のように対応させ、カウンセラー教育のためのモデルを提唱している。

このように4つの分類はクライアントの行動の分析のみならず、カウンセラーを指導 (supervise) する場合にも有用な分析の道具となっている。すなわち、カウンセラーの生涯発達においても4つのレベルが順次に発達していくというよりも、カウンセラーの面接能力の総合的な発達の4側面として提起されているのである。

日本においては、金沢 (1998) が指摘するように、専門家としてのカウンセラー養成のカリキュラムが量的・質的に十分ではなく、また、学生 (大学院生) がさまざまな療法の学習を一通り終了することなく、特定の学派にのみ、かたよった教育と学習を進めていくというパターンが多いと思われる。<sup>註2</sup> これは、おもに日本の大学院教育の貧困さによるものであり、今後、心理職・専門家教育の充実が求められる。

#### 4 カウンセリングの目的と人間発達

次にカウンセリングと人間発達の関連について、カウンセリングの目的の視点から考えてみる。

カウンセリングの目的として現在あげられている

ものに、「治療—予防—発達」という3つの目的がある。この3つめの「発達」については、日本で初めての発達のカウンセリングの翻訳書が出版されるにあたり、中西信男が、developmentalをどう訳したかという解説をその訳本の前書きによせている (ブラッカー、神保・中西訳1972)。そこでは、「developmental」は「開発的」と訳されている。それが発達という概念とカウンセリングの概念がなかなか結びつきにくいという一つの理由ではないかと思われる。

しかし、「アメリカ・カウンセリング学会」の名称は以前、「アメリカ・カウンセリングと発達学会」という名称であったように、カウンセリング心理学において「発達とその援助」は、そもそも深い結びつきのある概念だったのである。かなり大ざっぱにいうと、カウンセリング心理学の目標は発達、心理療法の目標は治療、健康心理学の目標は健康ないし予防といつてもよいかもしれない。この3つの領域のいずれも、いわゆるカウンセリングが用いられる。心理学の分野・領域としてのカウンセリングと、技法としてのカウンセリングは混同されやすいので、前者を「カウンセリング心理学」、後者を「面接技法」あるいは「援助技法」とよんで区別する場合もある。

英書のタイトルで、「Counseling and psychotherapy」、あるいは「Counseling and therapy」と併記してある場合がある。これは、面接にかかわる理論や技法を、カウンセリング分野と心理療法の両分野にまたがる理論や技法として諸学派を1冊の本で解説しているものである。カウンセリングの対象者は、い

表2 認知発達レベルとカウンセラーの能力 (Ivey, 1993より作成)

認知発達レベル	カウンセラー能力	
	視点のとりかた	過程の志向性
感覚運動的・要素的	個別・断片的	行為
具体操作的・場面的	限定された視点	技術
形式操作的・パターンの	第三者の視点	原理
弁証法的・システムの	多次元の視点	原理のシステム

いわゆる人格障害がなく主に面接による援助が必要な人であるのに対して<sup>14)</sup>、心理療法の対象者は心理的な症状や障害を治療することを目的とするように区別される。この区別を峻別しようとしているのが、國分(1990)である。

カウンセリングを用いる分野領域と、その利用の主な目的との関連について述べる。臨床心理学におけるカウンセリングは、おもに治療のためのものである。いわゆるカウンセリング心理学でのカウンセリングでは、クライアントの発達援助ということが主な目的となる(鳴澤,1998)。健康心理学では”予防”ということに深い関連がある。

”予防”については、健康心理学的な概念から3つのものが考えられる。第三次予防から説明すると、これは再発防止である。何か病気に罹った人が再発しないようにする、あるいは社会復帰させるということである。二次予防とは、色々な検査の結果、糖尿病になりやすい、心筋梗塞のような血管の病気になりやすい、という人がおり、発病すると治らない病気ということがあるわけで、発病する前に、食事療法などで発病しないようにする、ある特定の”ハイリスク”といわれる人達を対象とした予防の取り組みである。一方、たとえば日本の国全体の塩分の取りすぎをなくすという、ハイリスクの人もそうでない人も等しく、心臓病なら心臓病の発生を下げるという取り組みもあり、これを一次予防という。

心の健康という言葉を使えば、病気に対する抵抗力を強める、という予防の営みになる。要は、第一次予防と発達の目的というのは、限りなく近づいてくるといえる。カウンセリングは、このような予防的目的でもおこなわれるのである(鶴養・鶴養,1997)。今後このような予防的カウンセリングが重視されてくると思われる。

以上のようにカウンセリングと発達の概念は、近年になって新しい形でクロスしてきている。ひとむかし前まで、カウンセリング理論には発達の視点はなかったといってよい。カウンセリング心理学と発達の心理学との間には深い溝があったのである。しかし、近年、発達援助や発達臨床などの分野が発展するにつれ、心理面接技術と発達心

理学の成果が統合されはじめた。以前は発達診断に基づく発達保障という発達相談の立場と、母子関係論に基づく発達相談とは決定的に対立していた。しかし、今後は、ますます、カウンセリングの分野では、諸理論を取り入れる折衷主義や諸理論を統合しようとする試み(たとえば、平木,1996,1997)が盛んになるであろう。それにくわえて、発達心理学の理論が今後さらにカウンセリング技法に取り入れられていく可能性が強いといえよう。

#### 【注】

(注1) あえてこの2つの定義の違いを述べると、小林氏の定義は「クライアント」という言葉を使っているが、國分氏の定義にはこの限定がない。この言葉で想起されるのは、「契約」ということである。クライアントとカウンセラー(セラピスト)という二者が一種の契約関係を結ぶことが前提となっている。その場合、料金を払わなくても、学生相談の場合などは、契約ということでもカウンセリングが進められる。いわば、狭い意味での、いわゆる一対一を基本としたカウンセリングの定義であり、これは非常にオーソドックスな規定といえる。國分の定義は、「カウンセリングは人間関係である」とする、きわめて広い定義である。つまり専門家がおこなう契約関係を前提としないカウンセリングも含まれる点が注目される。

(注2) 資格や免許のないまま不十分な知識でも医者として開業できた江戸時代、どのような患者に対しても漢方の”葛根湯(かっこんとう)”を処方する医者のことを落語では”葛根湯医者”とよばれて揶揄されていた。現代のカウンセラー養成教育を発展させて、大学院カリキュラム等において、このような”葛根湯カウンセラー”ではなく、現在の医師免許をもった医師と同等、あるいはそれ以上の専門的力量をもったカウンセラーの養成が求められよう。

(注3) 國分(1995, p.55の「ヤビスyabis」の項目)にあるように、次のような批判もされている。すなわち、「カウンセラーはともすれば生活困窮者や心身重度障害者よりも、次のような人物を自分のクライアントにしたがる傾向がある。頭文字をとるとヤビスとなる。すなわち、若くて(young)魅

力的で (attractive)、言語表現も豊かで (verbal)、しかも頭もよく (intelligent)、さらに社会的名声も博している (successful) 人物に関心を示す傾向にある。これを最初に指摘したのはショフィールドである。」

[文献]

- ブラッカー, D. H. 神保信一・中西信男 訳 1972 開発的  
カウンセリング 国土社 (Blocher, D. H. 1966  
*Developmental counseling*, New York: Ronald Press)
- 平木典子 (1996) 個人カウンセリングと家族カウンセリ  
ングの統合 カウンセリング研究, 29, 68-76.
- 平木典子 (1997) カウンセリングとは何か 朝日新聞社
- 小林 司 (編) (1993) カウンセリング事典 新曜社
- 國分康孝 (編) (1995) カウンセリング辞典 誠信書房
- Ivey, A. E (1993). *Developmental strategies for helpers: Individual, Family, and network interventions*. North Amherst, MA: Microtraining Associates.
- Ivey, A. E., & Ivey, M. B. (1998). Reframing DSM-IV: Positive strategies from developmental counseling and therapy. *Journal of Counseling and Development*, 76, 334-350.
- 鳴澤 實 (編) (1998) こころの発達援助：学生相談の事例から ほんの森出版
- 梅原利夫 (1996) 「人間発達」概念の探求 和光大学人間発達学部紀要, 1, 73-87.
- 鶴養美昭・鶴養啓子 (1997)、学校と臨床心理士：心育での教育をささえる ミネルヴァ書房 Pp. 95-96.

和光大学人間関係学部紀要委員

人間関係学科 岩 城 正 夫  
篠 原 睦 治  
人間発達学科 石 原 静 子  
田 中 征 男 (委員長)  
(1999年3月20日現在)

人間関係学部紀要 3

1999年3月20日 発行

発行所 和光大学人間関係学部

〒195-8585 東京都町田市金井町2160

☎ (044) 989-7497 (直)

発行人 三 橋 修

印刷所 株式会社 芳文社

〒194-0035 東京都町田市忠生1-18-18