

マイクロカウンセリングから発達カウンセリング・心理療法へ

玉瀬 耕治

マイクロカウンセリングとの出会い

本稿は、筆者の研究者としての歩みと研究上の主たる関心事の変遷について述べ、現時点における位置づけと今後の課題について述べるものである。筆者は、1965年に大学学部を卒業し、1966年に同専攻科を修了し、同年の4月から助手として母校奈良教育大学に奉職した。間もなく「言語条件づけ」の研究に着手し(玉瀬, 1968, 1970, 玉瀬・西川, 1969), それにモデリング理論(Bandura, 1971)を融合させて、その後約15年間この分野の研究を続けた(玉瀬, ;1971, 1974, 1976, 1978, 1980; Tamase, 1978, 1983; 玉瀬・前田, 1974; 玉瀬・玉城, 1975)。その間、1973年には文部省内地研究員として東京教育大学に内地留学し(10か月), 辰野千壽先生と福沢周亮先生の指導を受けた。その後も研究を続け、1982年、筑波大学に博士学位請求論文「行動変容における言語的強化の効果に関する研究」を提出して教育学博士(博乙第88号)の学位を授与された。この時の研究指導教授は教育心理学者・言語心理学者として著名な福沢周亮先生である。

その後、1984年に東京でマサチューセッツ大学教授アレン・アイヴィ博士の「マイクロカウンセリング」(Ivey, 1971, Ivey, Gluckstern, & Ivey, 1992, 1997a, 1997b; Ivey, Normington, Miller, Morrill, & Haase, 1968; Ivey & Authier, 1978)に関するワークショップを受ける機会を得た(通訳代表福原真知子先生)。このワークショップは当時、文部省の肝いりで全国学生相談研修会として毎年1回開催されており、著名なカウンセリング分野の外国人研究者を招聘して行われていたものである。ちなみに、大学奉職以来、筆者は学生部・保健管理センターや教育研究所教育相談部の業務としてカウンセリングにもたずさわっており、1968年には九州大学における「集団力学・カウンセリング研究員制度に基づく研修会」(3か月)にも参加している。

上記のワークショップで、筆者はマイクロカウンセリングが筆者のそれまでの基礎研究と応用領域としてのカウンセリング心理学を結びつける恰好の理論であることを直感した。その要点は、カウンセリングのさまざまな技法を要素として一つずつ抽出し、それ

をマイクロ技法階層表の中に位置づけ、モデリングを駆使して確実に教えていくところにある。その後、筆者はただちにマイクロカウンセリングの研究に着手し(Tamase, 1988; 玉瀬・田中, 1988; Tamase & Tanaka, 1988), それをアイヴィ教授に報告して彼の反応を確かめた。幸いにも彼の反応はきわめて好意的なものであった。このようにしてアイヴィ教授との交流が始まり、その後途絶えることなく今日に至っている。1988年には念願の文部省在外研究が認められ、アイヴィ教授の下で客員研究員として研究する機会(9か月)を得ることができた。

筆者のマイクロカウンセリング研究

筆者の視点からみたマイクロカウンセリングのもっとも重要な点は、カウンセリング技法訓練としての効率のよさである。その一因はモデリング(Bandura, 1971; 玉瀬, 1977, 1985)を巧みに駆使するところにある。実例を見なければ真の理解は進まない。しかし、実際のカウンセリング面接は複雑なものであり、たとえそれを見たとしても容易に理解できるものではない。そこでアイヴィが創案したのがマイクロ技法階層表(玉瀬, 2008, p.56)である。これは、あらゆる理論的立場を超えてかなり普遍的に多くのカウンセラー・心理療法家が用いている基本的な技法を抽出し、それを系統的に積み上げたものである。マイクロカウンセリングの強みは、この中にある技法を一つずつ取りだして、その技法に特化してモデリングを行い、その後ただちに参加者に実習させ、互いにフィードバックさせるところにある。聴き手、話し手、観察者の3人一組でこれを繰り返すことにより、既習の技法を取り入れながら技法を積み上げて用いることができるようになり、実践への準備がおのずから整っていく。この階層表は、大別すれば、基本的かかわり技法と呼ばれるより基本的な傾聴技法と、使用の頻度は少ないが実際のカウンセリング面接では重要な技法となる積極技法から成っている。一つひとつの技法について実証的研究が可能であるところも筆者にとっては魅力的であった。これまでに筆者の研究室(前任の奈良教育大学)で行ったマイクロ技法研究には、質問技法(玉瀬, 1991; 玉瀬・平野, 1997; 玉瀬・鳥巢・井川,

1991), 最小限の励まし(玉瀬・石田, 1995, 1996), 感情の反映(玉瀬, 1990; 玉瀬・大塚・大谷, 1990), 自己開示(玉瀬, 1991)などがある。これらのうちのいくつかは, 研究例として, 拙著「カウンセリング技法入門」(玉瀬, 1998)の第4章に紹介されている。また, これらの研究のうちのいくつかは, アイビイの代表的なテキストにも紹介されている(Daniels & Ivey, 2007; Ivey, D'Andrea, Ivey, & Simek-Morgan, 2007; Ivey, Ivey, Myers, & Sweeney, 2005; Ivey, Ivey & Zalaquett, 2014)。

発達カウンセリング・心理療法への移行

マイクロカウンセリングは, いわばカウンセラー訓練用のプログラムであり, 技法に特化して精緻化されたものである。その点で, クライエントをどう捉えるのかという臨床実践における重要課題についてはあまり触れられていない。この問題に取り組んだアイビイは発達心理療法(Ivey, 1986)を著してこの分野に一石を投じた。この理論は彼の独自性と独創性を発揮したユニークなものとなっている。この理論では, ピアジェの認知発達理論が援用され, 感覚運動的スタイルとか具体操作的スタイル, 形式操作的スタイルなどのピアジェ学派の用語が用いられている。筆者の理解では, 彼の理論のユニークな点は, クライエントの状態をいわば発達論的退行もしくは停滞とみているところにある。たとえば, **感覚運動的スタイル**という言葉は, クライエントが示している状態がピアジェのいう感覚運動的段階に相当するということである。その場合, 実際のクライエントは青年であるかもしれないし, 成人あるいは老人であるかもしれない。いずれであっても, 感覚運動的であるということがあり得る。そのような状態のクライエントは, 感情に支配されており, 説明は断片的で要領を得ず, 前後の脈絡が把握されておらず, どうすればいいのかが分からなくなっている。事態を客観的に捉えることができず, 自分自身での問題解決が困難な状態である。いいかえれば, ピアジェのいう「操作」ができない状態に陥っているといえる。

実践に携わっている人なら, このようなクライエントと出会うことはまれではないはずである。むしろカウンセリングルームを訪れる多くのクライエントはこのような状態にあるといえよう。少なくとも初回の面接では, 大なり小なりこのような傾向が認められるであろう。問題は, 回を重ねてもこの状態からなかなか抜け出せない場合である。そこでは思考の柔軟性が問われることになる。

アイビイが分類したクライエントの状態は4つである。すなわち, 感覚運動的スタイル, 具体操作的スタイル, 形式操作的スタイル, 弁証体系的スタイルである。感覚運動的スタイルについては上記のとおりである。アイビイ理論において, このスタイルという言葉は, 段階, 水準, 定位などの言葉を経て最終的に落ち着いた言葉であることをことわっておく。**具体操作的スタイル**というのは, 具体的にクライエントが置かれている状況について, 相手に分かるように説明できる状態のことを意味している。カウンセラーの聴き方にもよるだろうが, 自分の状況を順序立てて説明することができる。もしそうならば, カウンセラーはその説明をよく聴いたうえで, そのクライエントに適した解決策と一緒に考えていくことができるであろう。

形式操作的スタイルのクライエントは, 自分をより客観的にみつめることができる人である。このスタイルの大きな特徴は自己への評価や分析が可能であるということである。自分の過去を振り返り, どこでどのようなことがあり, それが現在の自分にどのように影響しているかを推論できる。このようなクライエントに対してカウンセラーがなしうることは, クライエントのより深い自己洞察を促すことである。その方法は多様にあり, さまざまな理論で確立されている方法の中から, クライエントに適したものを選択すればよい。

弁証体系的スタイルについては, あまり一般の人には馴染みのない言葉である。この言葉はシステムックという言葉を含んでおり, システム論の影響を受けていることは言うまでもない。人を個人としてみるのではなく, 他者との関係の中の個人という見方をする。弁証的という言葉はピアジェの認識論における発展の究極点を示唆している。すなわち, カウンセリングは究極的には対話であり, カウンセラーとクライエントは互いに影響を与えあってもに成長し, 発達すべきものである。ただし, このようなスタイルは出現そのものがまれであり, クライエントで言えばよほど人生における不可避的で悲劇的なできごとがあった場合にかざられるかもしれない。いわば四面楚歌の状態や, 行き詰まってお手上げ状態に陥って, その長いもがきの中から生まれ出た考え方であるだろう。いずれにしても, 発想の転換によって新しい活路が見いだされる場合などがあてはまる。

アイビイ(Ivey et al., 2005)はこのようなクライエントの状態を査定し, その状態にもっとも適合する介入, 支援の技法を選択することができると考えている。この理論では, 現在さまざまな流派によって開発され

ているあらゆる理論と技法を活用することができる。その意味で、発達カウンセリング・心理療法はメタ理論として位置づけられる。どのような問題をもつどのようなクライアントであるのかによって、選ばれるべきもつとも効果的な技法は異なってしかるべしというのが彼の主張である。エビデンスを強調するメタ分析的研究が隆盛をきわめる今日において(Lambert & Ogles, 2004; Norcross & Goldfried, 2005), 実証された効果が活かされなければ効果研究の意味をなさないであろう。

筆者の発達カウンセリング・心理療法研究

筆者が在外研究でアイビ教授の研究室を彼とシェアしていた間、彼は授業のとき以外は森の中の自宅にこもりきりで上記の発達カウンセリング・心理療法のテキスト(Ivey, 1991)を執筆中であった。当初は発達心理療法として提唱されたが、彼の専門分野はカウンセリング心理学であって、心理療法よりもカウンセリングにウエイトが置かれている。しかし、テキストではその違いはクライアントの健康度の違いであって、かわる側の技法には大きな違いはないと考えられている。いずれにしろ、彼の理論はその両方を含むものとして、発達カウンセリング・心理療法(DCT)という言葉が使われたのである。

筆者は在外研究中、彼の理論に刺激されて、筆者自身のオリジナルなプログラムを構想し、彼の指導を受けていた。帰国の直前に未発表の論文を彼に提出し、帰国後ただちにそれを公表した(Tamase, 1989)。これについては後述するが、帰国後、すこしでも実証的に研究を進めたいと思い、アイビのDCT理論に基づく実証的研究に取り組んだ(光武・玉瀬, 1995)。この研究はクライアントではなく大学生を実験参加者に行っている。黒澤明の映画「夢」の第8話「水車のある村」を視聴させて、その後、先述の4つの認知発達のスタイルを誘発するような質問をした場合、どの程度にそれらのスタイルが出現するかを調べた。また別の研究では、実験参加者のもつ優位な認知発達スタイルから、質問技法で他のスタイルへの移行を促した際に、それぞれのスタイルで移行のしやすさにどのような違いがみられるかについても検討した(Tamase & Rigazio-DiGilio, 1997)。このように実験的研究を重ねつつ(玉瀬, 2007; 玉瀬・福田, 1998, 1999; 玉瀬・光武, 1993; 玉瀬・島本, 1995; 玉瀬・吉田, 2006), 筆者は実際のクライアントと接してきて、DCTの考え方が、実践上きわめて有用である

ことを実感している。

内省的発達カウンセリングの開発

すでに触れたように、筆者が在外研究中に開発した訓練プログラムに内省的発達カウンセリングと命名した。カウンセラーになろうとする人は、単に技法に習熟することに専心するのみならず、自己理解と自己洞察を進めなければならないのではないか。その思いが筆者には以前から強かったが、これを何とか身近に体験する方法はないものかと思案していた。精神分析学派の研究者は分析家になるために何年もかかって教育分析(訓練分析)を受けることが義務づけられている。しかし、そのような機会に恵まれる人はごく限られている。ちなみに、日本には内観法(吉本, 1965)というものがあり、これはクライアントにも適用されるが、自己啓発法として悩みの有無に拘わらず体験して自己理解を深めることができる。しかし、それでもカウンセラー志願者で内観を受ける人はごく限られている。筆者は20代の頃に創始者の吉本伊信先生より集中内観の指導を受けたことがある。その体験をもとにして日本発のカウンセラー訓練法としての訓練プログラムを構想していた。これがアイビ教授の認めるところとなり、彼の設定してくれた特別授業を使って研究参加者を募集し、データを収集した。応募した大学院生は、アイビ教授のマイクロカウンセリングの実習授業の受講者であり、面接技法については一定のレベルに達している人たちばかりであった。

このプログラムは二人一組で、互いにカウンセラー役とクライアント役を交互に演じ、5セッションに分けて面接を行うものである(玉瀬, 1998)。その後、クライアントとして回想した自分の過去について逐語記録もしくは要点記録をとり、それに基づいて自己の行動パターン、感情パターン、および思考パターンを報告させる。また、エリクソンの発達段階説にしたがって、基本的安定、学校適応、自我形成、個人的社会的適応に関する発達課題達成度を5段階で自己評定させる。したがって、生育史を年代順に回想する点では内観法からヒントを得ているが、標準質問にしたがって面接を進めるこの方法は、内観法とは異なるものである。このプログラムについては、発達心理療法のビデオ(Ivey & Ivey, 1990; 福原日本版監修, 第2巻)において、アイビ自身が内省的発達カウンセリングのクライアント役となり、第1セッションのデモンストレーションを演じている。アイビからの私信によれば、現在までに筆者のプログラムは米国内だけでなくトルコ

やインドの研究者にも使われているとのことである。日本では筆者の事例研究(玉瀬, 1998, 第6章)や基礎研究(玉瀬・加藤, 1991)のほか, 大塚(1992, 1993, 1994)によっても基礎研究が報告されている。

発達カウンセリング・心理療法から多重文化カウンセリングへ

アイビイの理論は発達カウンセリング・心理療法から多重文化カウンセリング(Sue, Ivey, & Pedersen, 1998)へと, さらに発展した。これは弁証体系的スタイルをさらに広げていくと, 当然の帰結として出てくる考え方である。すなわち, 1つの文化の中で発展した考え方には他文化を含めて見れば限界があり, 文化の多様性を認め, それを受け入れていかないかぎり発展は望めない。アイビイ夫妻は, 北米インディアンの文化や彼ら自身の祖先の文化を取り入れている。また, 地中海, 南米, 日本, 台湾, 中国, 韓国, 東南アジア, 中東, アフリカ, 北欧, オーストラリア, ニュージーランドなどに出かけて常に異文化と接することに努めている。それらの国々で講演し, 彼の理論を広めるとともに, 現地の研究者と対話を重ね, 自分たちの視点にないものを取り入れることに熱心である。日本には過去6回来日し, 2009年の日本心理臨床学会大会では招待講演を行っている。彼の代表的なテキストは少なくとも22か国語に翻訳されている(2013年現在)。

筆者にとって, この多重文化の発想は重要な意味をもっている。なぜなら, カウンセリング分野では従来あまりにも欧米で開発された理論の直輸入的紹介が多かったからである。現在もその傾向は根強く, 一見新しい理論に見えても, それを十分吟味することなく我が国に適用しようとする。これはカウンセリング分野に限られた問題ではないが, この習性からなかなか抜け出せないでいる。

発達カウンセリング・心理療法, 多重文化カウンセリングから見た「甘え」の理論

筆者はアイビイの発達カウンセリング・心理療法および多重文化カウンセリングに触発されつつも, これらの理論における日本固有の問題は何かを考えてきた。そこで行き着いたものは「甘え」の理論であった(土居, 1971)。精神分析家の土居健郎が, 1950年に初めて渡米した際のカルチャーショックからこの理論を発想したことはよく知られている。彼は夏目漱石が病理の苦しみの中から優れた著作を創出したこと

に注目し, 「坊っちゃん」「三四郎」「それから」「門」「坑夫」「行人」「こころ」「彼岸過ぎまで」「道草」「硝子戸の中」などに示されている「甘え」の問題について興味深い分析と考察を行っている(土居, 1972)。筆者は土居がどのようにして「甘え」の理論を発展させていったのかを漱石の妻(夏目鏡子, 1994)や家族の作品(半藤, 2009; 夏目房之介, 2003, 夏目伸六, 1961)にも目を向けながら可能なかぎり追跡し, 何とか理解を深めたいと努めてきた。

実証的レベルでも筆者なりに「甘え」をカウンセリングに結びつけたいと思い, 構想を重ねてきた。これについてはいくつかの論文に発表しているが(古屋敷・玉瀬, 2012; 玉瀬・相原, 2004; 2005; 玉瀬・今村, 2006; 玉瀬・岩室, 2004; 玉瀬・富平, 2007; 玉瀬・脇本, 2003), より包括的には拙著の中で論じている(玉瀬, 2004, 第24章; 玉瀬, 2008, 第14章)。現在のところ, 筆者にとっては発達カウンセリング・心理療法の各認知発達のスタイルと「甘え」の状態をどのように結びつけるべきかが一つの課題である。

背景には多様な日本文化論があり, 心理学者, 精神医学者, 歴史家, 文化人類学者, 言語学者, 文学者などさまざまな立場から日本文化についての立論が可能であるが, それらを統合的に理解しつつ, なおカウンセリング心理学固有の捉え方もできるかもしれない。最近では, 「甘え」理論を発展させ, 外国人研究者を含む研究者による実証的研究もかなり蓄積されている。

Table 1は, 現時点におけるマイクロカウンセリング, 発達カウンセリング・心理療法と「甘え」の関連づけに関する筆者の試案を示したものである。この試案の一部については玉瀬(2008)に公表しているが, 本稿では筆者の臨床経験に基づいて, それぞれの認知発達スタイルにおけるクライアントの例を示している。

感覚運動的スタイル このスタイルにおける典型的な臨床例は, もっとも症状形成にいたる歴史が長く, 乳幼児期に端を発するものである。望まれなかった出生, 親の期待に添えなかった子どもとして育てられた事例, 乳幼児期から虐待を受け続けてきた事例などがあてはまる。甘えたくても甘えられない状態が長期にわたって続いている場合であり, 対人関係における基本的信頼感の形成が不全のままである。乳幼児期は比較的健全な家族関係であっても, その後のクライアント自身の思いの中に, 甘えられないという意識が強く形成されている場合もある。摂食障害などではそのような事例が多いと推察される。このスタイルへの対

Table 1 発達カウンセリング・心理療法, マイクロカウンセリングと「甘え」の関係

クライアントの状態	幼児期的状態	児童期的状態	青年期的状態	成人期的状態
介入の基盤	感覚運動的介入	具体操作的介入	形式操作的介入	弁証体系的介入
「甘え」への対処	情動としての「甘え」の受容	行動としての「甘え」の適切化	認知としての「甘え」の客観視	認識としての「甘え」の対象化
主なマイクロ技法	かかわり行動, はげまし, いいかえ	質問, いいかえ, 指示	感情の反映, 意味の反映, 解釈	感情の反映, 意味の反映, 対決
クライアントの例	愛着障害, 虐待被害, DV被害, 摂食障害, 外傷後ストレス障害	虞犯行為, 反抗, 非行	自信欠如, 悲観主義, 自尊心欠如, 否定的思考	家族間葛藤, 対人葛藤, 人生の見直し

応は長期戦を覚悟し、どれだけ歪んだ感情を受け止め、クライアントの存在価値を認めうるかが重要な課題になると考えられる。

具体操作的スタイル このスタイルを示す事例としては、すねる、ひがむ、ねたむ、反抗するなどの行動によって、歪んだ形で甘えを表現するものが挙げられる。非行や虞犯行為、犯罪行為など、社会規範を逸脱することによって存在感を示そうとする場合も多い。いわば、甘えたい気持ちを極端な形で分かち合いたいと訴えているさまを示している。周囲からは自己中心的でわがままな振る舞いと受け取られがちだが、鬱積した感情を理屈では抑えきれないものとして内包している。面接において、誰かに対して必要以上にこだわり、激しい攻撃性を示す場合などはこのスタイルを想定すればよいだろう。このスタイルへの効果的な対応は、クライアントの主観的な思いを受容することである。ひとりよがりな歪んだ話でも、クライアントの言い分に耳を傾け、一生懸命理解しようと努めることが大切である。この種のクライアントは、多くの場合分かち合いたい、理解してほしいと強く思っている。それがかなうと意外に自分で洞察を深めることができる。もしそうならなければ、クライアントの肯定的資質を探求し、変容のための具体策を考えることから始めるのがよいかもしれない。

形式操作的スタイル 思春期、青年期のクライアントの多くはこのスタイルに属するといえる。話は理路整然としているが、必要以上に自己否定的である場合が多い。自尊心が低下し、何をしても自信がもてない、もっと甘えたいのに相手がそれを理解してくれないと思っている。その結果、孤独感や寂しさを強く感じている。しかし、その感情は甘えによるものだと否定する。自分をもっとよく知り、自分を変えたいと思っている。甘えることがいけないことだと思いがちである。このスタイルのクライアントは自己評価や自己分析が可能であり、自分をもっと客観視できるようになると

している。このようなクライアントに対しては、話をよく聴き、感情を反映したり、意味を反映したりすることによって、自己をより客観的に見つめることができるように援助することである。その人の感じ方や振る舞い方、考え方の特徴を把握し、それらについて対話するのがよいだろう。よい悪いは別にして、その人の個性を浮き立たせ、その中から強みとなるものを引き出し、それを強めていくような面接が効果的であるだろう。「甘え」は人の発達に必要不可欠なものであり、それを理解することは大切であるが、否定する必要はない。対人関係における甘えの感情はごく自然のものであり、相手との間でその自然な感情を素直に交流させることができるようになることが課題である。またそのような感情の交流ができるような相手を増やすことが必要である。重要なことは、クライアント自身が甘えてよいことと甘えずに自力で対処すべきことの線引きが適切にできるようになることである。

弁証体系的スタイル このスタイルのクライアントは、自己認識がよくできる人である。成人期や老人期にカウンセリングルームを訪れるクライアントに時々見受けられる。自分の人生を見直したい、自分の子育てはまちがっていなかったのだろうかなどといって来談される。しかし、このような動機で訪れる人の中にも、弁証体系的スタイルの応答が可能な人ばかりとはかぎらない。いつまで話をしてもらっても空回りし、結局もともどってしまう人もいる。むだに面接の回数ばかりが増えていく人の場合は洞察が進んでいないかもしれない。他者の視点を取り入れ、多面的に自己を理解することによって、新しい可能性を探求していけるならば、カウンセリングは成功しているといえよう。これらの面接の中核として「甘え」をより客観的に認識し、それを活かし、さらに人間関係を広げていくことが求められる。それが可能かどうかはクライアントの自己内省力に委ねられる。このような面接では、面接をしているカウンセラーの側にも多くのことを学ぶ機会が

あり、お互いを高めあうことができる。カウンセリングにおける対話は弁証法的に進行するといつてよいであろう。ベテランのカウンセラーが面接後に、今日のクライアントの話はすばらしかったといつて面接室から戻ってこられる場合がある。筆者はときどき大学付属のカウンセリングセンターでこのような例に出会うことがある。

介入の基本と留意すべき問題

カウンセリングにおいて生じる「甘え」の問題について、DCT理論の立場から4つの認知発達スタイルに即して述べてきた。甘えは生涯にわたって必要なものであり、潤滑油のようなものであるが、自己の甘えを自覚することが重要である。言いかえれば、甘えを認識し、自己の甘えに内包されているポジティブな側面を活かせるようにすることが重要である。ポジティブ心理学の視点から、作家としての夏目漱石を例にあげるまでもなく、甘えは重要な行動のエネルギーになっている場合が多いといえる。その意味で、甘えへの理解はクライアントのみならず、カウンセラーの側にも求められる。

クライアントを前にして、最初に取り組むべきことは、現在、クライアントの前面に現れている優位な認知発達スタイルを同定することである。そしてそのスタイルを十分機能させることである。これはDCT理論では水平的発達と呼ばれている。これはクライアントのものの見方や感じ方にカウンセラー側が合わせていく作業である。すなわち、調節の作業である。クライアントの側から言えば自分なりの見方による同化が生じている。ラポール形成に留意し、可能なかぎりクライアントの視点に立ってクライアントの置かれている状況を理解する必要がある。目指す方向は、クライアントの視点を広げることであり、別の認知発達スタイルへの移行を促したり、複数のスタイルで自己の甘えをとらえたりできるように導くことである。言いかえれば、クライアントの認知の柔軟性を広め、そして高めることである。これはDCT理論では垂直的発達と呼ばれている。この過程では、クライアントの中で新しい視点への調節と、それを自分のものにする過程、すなわち同化が含まれる。さらに言えば、古い枠組みでの同化、調節を経て、新しい枠組みでの同化による均衡化が生じているといえよう。実際のカウンセリングでは、このような水平的発達と垂直的発達がそれほど簡単に起きるわけではない。短期間では垂直的発達は望めないクライアントが多いといえよう。ここに述べたことに近

い「甘え」の変容過程が文学作品においても論じられている。志賀直哉の「暗夜行路」の主人公にみられる「甘え」の変遷、発達の過程(鶴田, 1996)は、DCT理論の視点で読んでも興味深いものである。

日本マイクロカウンセリング学会の発展

アイビイの理論が初めて日本に紹介されたのは、すでに述べたとおり、カウンセリング心理学者の福原眞知子博士(元常磐大学大学院教授)によってである。彼女は1985年に日本マイクロカウンセリング研究会を発足させ、2005年にはこの研究会を日本マイクロカウンセリング学会に格上げした。この学会は2005年より機関誌「マイクロカウンセリング研究」を刊行しており、2007年には日本学術会議協力学術学会に認定されている。福原先生のこの学会における活動には顕著なものがあり、アイビイ博士の数度にわたる日本への招聘、著書の翻訳、ビデオの日本版の監修などに尽力されている(福原, 2012)。筆者は上記の学会において、学術研究集会シンポジウムの企画、実施に携わり、その成果を学会機関紙に報告してきた(玉瀬, 2010, 2011, 2012, 2013)。この学会では、カウンセラーを目指す初心者のために、少なくとも年に2回は研修会を開催し、基礎トレーニングとして5段階(ステップⅠ～Ⅴ)を設け、基本的かかわり技法と積極技法について研修(1回5時間)を行っている(学会ホームページ参照)。筆者はこの学会のさらなる発展を願い、カウンセリングの基本に立ち返って、常に謙虚に学ぶ姿勢を貫きたいと思っている。

謝辞

本稿は筆者の退職に際し、許されて寄稿したものである。このような機会を得て、自分の研究歴を振り返ることができたことは、何にも代えがたい喜びである。筆者は2006年から2013年までの8年間、帝塚山大学に奉職し、心理学部(旧心理福祉学部)および大学院心理科学研究科(旧人文科学研究科)臨床心理学専修の授業を担当した。諸先生方からは折にふれて多くのことを学ばせていただいた。また大学院生諸氏からは授業を通じて多くのことを刺激された。諸先生方を初め、学部生、院生の皆さん、事務職員の皆さんのご指導とご厚情に深く感謝申し上げます。

引用文献

- Bandura, A. (ed.) (1971). *Psychological modeling: Conflicting theories*. Chicago: Aldine Atherton (原野広太郎・福島脩美訳(1975). モデリングの心理学—観察学習の理論と方法 金子書房)
- Daniels, T. & Ivey, A. (2007). *Microcounseling:*

- Making skills training work in a multicultural world* (3rd ed.). Springfield, IL: Thomas.
- 土居健郎 (1971). 「甘え」の構造 弘文堂
- 土居健郎 (1972). 漱石文学における「甘え」の研究 角川書店
- 福原真知子 (2012). 私的カウンセリングの発達 朝日新聞出版
- 半藤末利子 (2009). 漱石の長襦袢 文芸春秋
- 古屋敷恒平・玉瀬耕治 (2012). 「甘え」と先延ばしの関係 帝塚山大学心理学部紀要 1, 147-163.
- Ivey, A.E. (1971). *Microcounseling: Innovations in interviewing training*. Springfield, IL: Thomas.
- Ivey, A.E. (1986). *Developmental therapy: Theory into practice*. San Francisco: Jossey-Bass. (福原真知子・仁科弥生訳 (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., & Authier, J. (1978). *Microcounseling: Innovations in interviewing, counseling, psychotherapy, and psychoeducation* (2nd ed.). Springfield, Ill: Thomas.
- Ivey, A.E., D'Andrea, M., Ivey, M.B., & Simek-Morgan, L. (2007). *Theories of counseling and psychotherapy: A multicultural perspective* (6th ed.) Boston: Allyn & Bacon.
- Ivey, A., Gluckstern, N.B., & Ivey, M.B. 1992 *Microcounseling videos: Basic attending skills and basic influencing skills*. (福原真知子日本語版監修 1999 新版ビデオ・DVD: マイクロカウンセリング 日本語版全6巻 丸善)
- Ivey, A.E., Gluckstern, N.B., & Ivey, M.B. 1997a *Basic influencing skills* (3rd ed). N.Amherst, MA: Microtraining Associates. (福原真知子日本語版監修 1999 マイクロカウンセリング—基本的なかわり技法 丸善)
- Ivey, A.E., Gluckstern, N.B., & Ivey, M.B. 1997b *Basic attending skills* (3rd ed). N.Amherst, MA: Microtraining Associates. (福原真知子日本語版監修 1999 マイクロカウンセリング—積極技法 丸善)
- Ivey, A.E., & Ivey, M.B. (1990). *Developmental counseling and therapy*. (福原真知子日本語版監修 1994 発達心理療法による面接技法 ビデオ全4巻 丸善)
- Ivey, A., Ivey, M., Myers, J., & Sweeney, T. (2005). *Developmental counseling and therapy: Promoting wellness over the lifespan*. Boston: Lahaska Press.
- Ivey, A., & Ivey, M.B., & Zalaquett, C.P. (2014). *Intentional interviewing and counseling: Facilitating client development in a multicultural society*. (8th ed.). CA: Brooks/ Cole-Cengage Learning.
- Ivey, A., Normington, C., Miller, C., Morrill, W., & Haase, R. (1968). Microcounseling and attending behavior: An approach to pre-practicum counselor training. *Journal of Counseling Psychology*, 15: Part II (Monograph Separate) 1-12.
- Lambert, M.J., & Ogles, B.M. (2004). The efficacy and effectiveness of psychotherapy. In M.J.Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change*, 5th ed. New York: Wiley, pp.139-193.
- 光武健介・玉瀬耕治 (1995). 発達カウンセリング・療法理論における認知的発達水準の査定と介入 カウンセリング研究 28, 143-153.
- 夏目房之介 (2003). 漱石の孫 実業之日本社
- 夏目鏡子 (1994). 漱石の思い出 文春文庫
- 夏目伸六 (1961). 父夏目漱石 角川文庫
- Norcross, J.C., & Goldfried, M.R. (Eds.). (2005). *Handbook of Psychotherapy integration*. (2nd ed.). Oxford University Press.
- 大塚弥生 (1992). I.D.C.プログラムによる体験項目リストに作成(その1)名古屋聖霊短期大学紀要 12, 211-225.
- 大塚弥生 (1993). I.D.C.プログラムによる体験項目リストに作成(その2)名古屋聖霊短期大学紀要 13, 187-201.
- 大塚弥生 (1994). I.D.C.プログラムによる体験項目リストに作成(その3)名古屋聖霊短期大学紀要 14, 67-74.
- Sue, D., Ivey, A., & Pedersen, P. (1996). *A theory of multicultural counseling and therapy*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- 玉瀬耕治 (1968). 言語条件づけと強化の型, 不安およびGSRの関係 奈良教育大学紀要 16(1), 205-221.
- 玉瀬耕治 (1970). 言語条件づけにおよぼす強化の組合せと動機づけの教示の効果 教育心理学研究 18, 177-182.
- 玉瀬耕治 (1971). 言語条件づけにおよぼす緊張と弛緩の効果 教育心理学研究 19, 202-209.
- 玉瀬耕治 (1974). 言語条件づけにおける直接強化と代理強化 奈良教育大学紀要 23(1), 205-212.
- 玉瀬耕治 (1976). 言語条件づけ課題におけるモデル呈示手続の比較 心理学研究 46, 349-353.
- 玉瀬耕治 (1977). 社会的学習の理論 春木豊編著 人間の行動変容 川島書房 pp.19-53.
- Tamase, K. (1978). The effects of verbal reinforcement combinations under double reinforcements upon verbal conditioning. *Psychologia*, 21(4), 192-196.
- 玉瀬耕治 (1978). 観察学習における部分強化効果の研究 心理学評論 21, 238-250.
- 玉瀬耕治 (1980). 言語条件づけにおよぼす強化スケジュールの効果 奈良教育大学紀要 29(1), 231-243.
- Tamase, K. (1983). The effects of verbal reinforcement combinations on children's moral judgments in the direct, vicarious, and double reinforcement situations. *Psychologia*, 26(3), 185-192.
- 玉瀬耕治 (1985). 社会的学習理論の歴史, モデリング

- の理論, 祐宗省三・原野広太郎・柏木恵子・春木豊編 社会的学習理論の新展開 金子書房 pp.3-23.
- Tamase, K. (1988). Effects of teaching obstetrical nurse students skills of probe and reflection of feeling by microcounseling. *Psychologia*, 31, 15-22.
- Tamase, K. (1989). Introspective-developmental counseling. *Bulletin of Nara University of Education*, 38(1), 161-177.
- 玉瀬耕治 (1990). 基本的なカウンセリング技法の習得に及ぼすマニュアルとモデリングの効果 カウンセリング研究 23, 1-8.
- 玉瀬耕治 (1991). 開かれた質問と閉ざされた質問への応答に影響する要因一聴き手と話し手の間の親密性および聴き手の自己開示 カウンセリング研究 24, 111-122.
- 玉瀬耕治 (1998). カウンセリング技法入門 教育出版
- 玉瀬耕治 (1998). 内省的発達カウンセリング 井上孝代 (編) 多文化時代のカウンセリング pp.78-86.
- 玉瀬耕治 (2004). カウンセリング・心理療法と文化 無藤隆・森敏昭・遠藤由美・玉瀬耕治 心理学 有斐閣, pp.519-539.
- 玉瀬耕治 (2007). 発達カウンセリング・療法理論に基づく異なる認知発達のスタイルでのビデオ・モデリングが実験参加者の言語的応答に及ぼす影響 マイクロカウンセリング研究 2(1), 5-18.
- 玉瀬耕治 (2008). カウンセリングの技法を学ぶ 有斐閣
- 玉瀬耕治 (2010). 平成20年度学術研究集会シンポジウム概要報告 マイクロカウンセリング研究 5(1), 36-40.
- 玉瀬耕治 (2011). 第2回学術研究集会シンポジウム概要報告 人間の精神的健康への援助一個人・組織・地域社会におけるポジティブネスの探求一 マイクロカウンセリング研究 6(1), 39-46.
- 玉瀬耕治 (2012). 第3回学術研究集会シンポジウム概要報告 心身の健康とマイクロカウンセリングの果たす役割一ウェルネスアプローチの展開一 マイクロカウンセリング研究 7(1), 42-51.
- 玉瀬耕治 (2013). 平成23年度学術研究集会シンポジウム概要報告 心理教育の展開一コミュニケーションと絆一 マイクロカウンセリング研究 8(1), 30-40.
- 玉瀬耕治・相原和雄 (2004). 大学生の「甘え」と特性5因子の関係 奈良教育大学教育実践総合センター紀要, 13, 23-31.
- 玉瀬耕治・相原和雄 (2005). 相互依存的甘えと思いやり, 屈折した甘えと自己愛的傾向 奈良教育大学紀要 54(1), 49-61.
- 玉瀬耕治・福田依知子 (1998). 発達カウンセリング・療法理論における認知発達の視点の拡大に関する研究 奈良教育大学紀要 47(1), 197-207.
- 玉瀬耕治・福田依知子 (1999). 大学生にける認知発達の定位と不合理な信念との関係 奈良教育大学紀要 48(1), 161-172.
- 玉瀬耕治・平野香織 (1997). 応答内容に及ぼす開かれた質問の前置文の限定性の効果 奈良教育大学紀要 46(1), 275-287.
- 玉瀬耕治・今村友美 (2006). 「甘え」と愛着(アタッチメント) 奈良教育大学教育実践総合センター紀要, 15, 39-46.
- 玉瀬耕治・石田恵利子 (1995). カウンセラーのうなずきの量に関する実験的研究 奈良教育大学教育研究所紀要 31, 157-169.
- 玉瀬耕治・石田恵利子 (1996). カウンセラーのうなずきの量と挿入位置の評定に関する研究 奈良教育大学教育研究所紀要 32, 137-146.
- 玉瀬耕治・岩室暖佳 (2004). 関係性の維持と個の主張に関わる問題一「甘え」とアサーションを指標として一 奈良教育大学紀要 53(1), 37-45.
- 玉瀬耕治・加藤基 (1990). 内省的面接に及ぼす事実質問と心情質問の効果 奈良教育大学紀要 39 (1), 151-163.
- 玉瀬耕治・前田和子 (1974). 言語条件づけ事態における観察学習 奈良教育大学教育研究所紀要 10, 29-41.
- 玉瀬耕治・光武健介 (1993). 実験的面接における言語的応答の認知水準に及ぼす発達の介入の効果 奈良教育大学紀要 42(1), 167-181.
- 玉瀬耕治・西川満 (1969). 言語条件づけにおよぼす実験者への注意の効果 奈良教育大学紀要 18(1), 175-184.
- 玉瀬耕治・大塚弥生・大谷卓治 (1990). マイクロカウンセリングにおける感情の反映 奈良教育大学教育研究所紀要 26, 55-66.
- Tamase, K., & Rigazio-DiGilio, S.A. (1997). Expanding client worldview: Investigating developmental counselling and therapy assumption. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 19, 229-247.
- 玉瀬耕治・島本淳子 (1995). 実験的面接における応答の認知的発達水準に及ぼすモデリングの効果 奈良教育大学紀要 44(1), 249-263
- 玉瀬耕治・田中寛二 (1988). マイクロカウンセリングに関する研究 奈良教育大学教育研究所紀要 24, 53-66.
- Tamase, K., & Tanaka, K. (1988). A fundamental study on open and closed questions in microcounseling. *Bulletin of Nara University of Education*, 37(1), 125-138.
- 玉瀬耕治・玉城弘美 (1975). 子どもの言語条件づけにおける成人モデルと仲間モデルの効果 教育心理学研究 23, 220-223.
- 玉瀬耕治・富平美智子 (2007). 大学生の「甘え」と友人関係 帝塚山大学心理福祉学部研究紀要 3, 59-72.
- 玉瀬耕治・鳥巢佳子・井川純子 (1991). 実験的面接での応答の長さに及ぼす質問の流れの効果 奈良教育大学紀要 40(1), 199-211.
- 玉瀬耕治・脇本真希子 (2003). 大学生用「甘え」尺度の作成に関する研究 奈良教育大学紀要 52(1), 209-219.

- 玉瀬耕治・吉田智子(2006). 発達カウンセリング・療法
(DCT)理論から見た内観療法 帝塚山大学心のケ
アセンター研究紀要 2, 21-32.
- 鶴田欣也(1996). 「暗夜行路」における「甘え」と「ゆる
し」 平川祐弘・鶴田欣也編 「甘え」で文学を解く
新曜社
- 吉本伊信(1965). 内観法—四十年の歩み 春秋社