ISSN1881-6029

マイクロカウンセリング研究

The Japanese Journal of Microcounseling

第16巻第1号

2021年10月 Vol. 16, No. 1

巻頭言 …… 福原眞知子 1

日本マイクロカウンセリング学会 第12回学術研究集会の全記録
全体テーマ：若者とメディア――マイクロカウンセリングの視点から――

プログラム …… 3
開会の辞 …… 福原眞知子 4

〈午前の部〉 **テーマ：アイディアから基礎，そして実践へ**
1. 講演 行動変容としてのマイクロカウンセリングを考える
――学習心理学の立場から―― …… 荻野七重 5
2. パネルディスカッション テーマをふまえての自由討論 …… 15

〈午後の部〉 **テーマ：若者とメディア**
1. 講演 映像メディアと臨床心理学 …… 横田正夫 29
2. シンポジウム …… 45

閉会の辞 …… 福原眞知子 73

会務報告 …… 75

日本マイクロカウンセリング学会

The Japanese Association of Microcounseling (JAMC)

編　集　規　定

1．本誌は日本マイクロカウンセリング学会の機関誌であって，原則として１年１巻とし１号と２号にわけて発行される。
2．本誌は，原則として本学会員のマイクロカウンセリングに関する論文を掲載する。
3．本誌には，原則として原著論文，資料論文，事例・実践研究，展望，特別論文，及び学会ニュース，会報などの欄を設ける。
⑴　原著論文は，オリジナルな内容の研究論文とする。
⑵　資料論文は，追試的内容あるいは試験的内容の研究論文とする。
⑶　事例・実践研究は，リサーチベースドの姿勢を保った事例及び実践研究の論文とする。
⑷　展望は，内外の研究を広く収集整理し，総合的に概観した論文とする。
⑸　特別論文は編集委員会で，主としてマイクロカウンセリングまたはその関連領域の専門家に依頼する特別寄稿論文とする。
⑹　学会ニュースは，マイクロカウンセリング学に関する内外の情報及び，内外の関連学会の情報を掲載する。
⑺　会報は，本学会の会務報告に関するものである。
4．３の⑴，⑵，⑶および⑷の論文は原則として投稿による。投稿された論文は査読を経て，編集委員会で掲載の可否が決定される。なお査読は編集委員以外の会員に依頼することがある。
5．採択論文の掲載に要する費用は，原則として本学会で負担するが，図表等に関してはその費用の一部を執筆者に請求することがある。
6．本誌に掲載した論文の執筆者に対して抜刷10部を贈呈する。これを超える部数については執筆者の負担とする。
7．本誌に掲載した論文の原稿は，原則として返却しない。
8．本誌に掲載され論文を無断で複製及び転載することを禁ずる。
9．本誌に掲載された論文の著作権は本学会に帰属する。

※　本編集規定は平成23年11月30日改正

執　筆　規　定

1．論文の内容は，未刊行のものに限る。
2．論文の採否は，査読を経て編集委員会により決定される。
3．論文の長さは，原著論文については原則として8000～12000字相当（図表を含む），資料論文については6000～8000字相当，事例・実践研究は8000～12000字相当とする。展望は20000字相当とする。特別論文は状況に応じて決定する。
4．原著論文及び資料論文は原則として，問題（目的），方法，結果，考察，（結論），文献からなることが望ましい。
5．原著論文，資料論文および事例・実践研究には要約，キイワード（３語程度）および英文アブストラクトをつける。内容の長さは100～150語とし，英文については専門家の校閲を受けること。
6．本文の記述は簡潔で明解にし，現代仮名遣い，常用漢字を使い，表，図は必要最小限にする。
7．本文中の外国語（原文）の使用はできるだけさけ，外国語は外国人名，適切な訳語のない述語，書名やテスト名などに限る。
8．数字は原則として算用数字を用いる。計量単位は国際単位を用いる。
9．略語は一般的に用いられるものに限る。ただし，必要な場合は，初出の時にその旨を明記する。
10．表と図は別紙に書き，通し番号を付し，表の題はその上部に，図と写真の題は下部に書く。これらは執筆者の責任で作成し，本文に挿入する場所を明記する。
11．引用文献は，著者名のアルファベット順に一括して掲げる。その記述方法は日本心理学会発行の「執筆・投稿の手びき」（2005年版）を参照すること。
12．脚注は通し番号をつけ，本文と同ページの下段に記し，本文中には，それに付する番号を付ける。
13．論文は原則としてワープロ原稿で４部提出する。原稿の体裁はＡ４用紙に横書きで11ポイント文字，字数は１枚1000文字（40×25），余白上下左右とも30mmとする。なお著者名・機関名・謝辞は別紙に記入すること。
14．引用文献以外の詳細も原則として，日本心理学会発行の「執筆・投稿の手びき」を参照の上，執筆すること。
15．投稿論文にはフロッピイを添えることがのぞましい。

※　本執筆規定は平成21年12月25日改正

巻　頭　言

福原眞知子

地球温暖化が叫ばれ，地球的環境が人間の心身をおびやかす中，季節にともなう自然の変化はそれでも私たちにしばしの安らぎを与えてくれています。

安全，安心が杞憂される中，オリンピック，パラリンピックも何とか終わりました。いまだに終息の目処がたたないコロナ禍の中の人々の忍耐生活も２年になろうとしています。

日常生活の中でいまだに経験したこともない数々の事象に直面しながら，私たちはウエルビーイングであるために，生活を工夫しています。そしてここから生まれるネガティブを認め，ポジティブを模索しています。コロナ禍初期の頃には，“back to normal” という言葉がよくきかれました。鵜呑みにする中，早く“normal”にもどりたい，と思いました。そのための原則として果たすべきこと，マスク着用，手洗い，ソーシャルディスタンスを心がけました。閉じこもりの日々が多くなる中，人々は，その非日常の生活を耐えるべく工夫してきました。その工夫は日常の生活に “new normal” を気づかせ，エンジョイメントをすら生み出しているようです。働き方改革の模索，教育・授業の在り方の検討，子ども発達の支援，食生活の工夫，などなどがその片鱗をのぞかせているのではないかと，私的には考えます。会員の皆様方にもそれぞれの，多様な思いがおありかと思います。これらについてはまた語り合える機会があればと思います。

日本マイクロカウンセリング学会でも今回初めての，オンラインによる学術研究集会（学会）を果たしました。実はこの学会は，令和元年度のもので，令和２年３月１日に対面で開催される予定でしたが，コロナ禍では対面方式が危ぶまれ，熟慮の結果，令和３年３月14日にオンラインで開催いたしました。プログラムはすでに完成されており，日本学術会議からも名義後援をいただき，抄録も作成しておりましたが，再度修正版を印刷し，会員諸氏には送付いたしました。急な変更ゆえ，Zoom配信については業者に依頼しました。おかげさまで学会は成功裡に終わりましたが，ここでもいろいろの気づきがありました。

まず学会は，時間の問題もあり，案内は原則会員のみに限定しました。ここでは，対面では参加可能な方が，外出自粛のため不可能であったり，オンライン参加を希望しても，機器の準備ができなかったりした方もおありであったかと，残念でした。また方法として，聴講参加の方々を映し出すことができず，一方登壇者（発表者）は，聴講者の反応を伺ってお話しすることができませんでした。質疑応答やチャットの場面がつくれませんでした。いわゆる登壇者と聴講者の双方向コミュニケーションが不可能でした。これはこの種のイベントを満足に運ぶために（特殊な状況下においても，また今後，イベント運営の新しい方法を見つける上でも）重要な課題であることに気づかされました。今後の検討課題です。一方ここでは協働のありがたさを学びました。ホスト作業にご協力いただきました浅妻先生，荻野先生，藤田先生，ありがとうございました。

登壇いただいた諸先生のご発表はそれぞれのお立場から豊富な材料を用意くださり，情熱のこもったものであり，たいへんアカデミックなものでもあり，たいへん感銘させていただきました。招聘講師の横田正夫先生にも心より御礼申し上げます。これはまさに今回のテーマ「アイディアから基礎，そして実践へ」のイメージを視覚化させていただくものであると感じました。ありがとうございました。

このようなわけで，本号では学会そのままを皆様にお届けいたしております。従来とは少し変わった形ですが，先にもお約束しましたように，心ならずもZoom不参加を余儀なくされた方々にも，この雰囲気と熱意が届きますようにとの思いで編集いたしました。そして早目の発刊にしました。この作業を可能にしてくださった方々，特に株本和佳子会員（広報担当委員）

に御礼申し上げます。

なお延期になっている研修会については，やはりオンラインでのより効果的な方法を委員諸氏で検討していただいております。ここでも活発な意見が交換されておりますようで，本学会ならではの研修が実現の運びになりますよう，そして皆様の学びになりますよう願っております。日時，方法など決定しお知らせいたします。

日本マイクロカウンセリング学会も本年35年目の節目に入り，これまでの皆様のご関心と期待を裏切らないよう，新年度も発展的改革を試みております。そこには皆様がマイクロカウンセリングの神髄に関心をもたれ，正しく学ばれ，それにより，マイクロカウンセリングの有効性と認知度を正しく，より高いものにしていくという課題もあります。一層のご理解とご協力をお願いいたします。

皆々様，なおもご自愛いただきますように。

なお学会費につきましては，ニューズレターに報じましたように，令和２年度，および３年度は免除させていただきます。

最後に本学会を名義後援いただきました日本学術会議に御礼を申し上げます。

編集にあたって

『マイクロカウンセリング研究　第16巻第１号』には，「日本マイクロカウンセリング学会第12回学術研究集会の全記録」として，令和３年３月14日（日），オンラインで開催された第12回学術研究集会での口頭発表の録画を，文字に起こしたものを掲載している。その性質上，編集にあたっては，以下のことに留意した。

1）　文字に起こした原稿は発表した先生方に校正をお願いし，先生方が校正した内容を反映した原稿を使用した。

2）　パワーポイント資料については，発表の中で使用されたすべてを掲載せず，示した方が良いと判断されるものを編集者が選択して文中に挿入した。これらのパワーポイント資料については，１)の校正段階で，発表した先生方からの確認・承認をいただいた。

3）　パワーポイント資料の番号は，午前の講演，パネルディスカッション，午後の講演，シンポジウム，それぞれの中で「スライド１」からの通し番号を付記した。それにともない，発表の中でパワーポイント資料を示す表現は，便宜上，例えば「この資料を見ていただくと……」を，「スライド10を見ていただくと……」などに変更した箇所がある。

以　上

株本和佳子

編集責任者として一言

本学会誌を印刷物として、しかも学術誌として十分に読者諸氏につたわるように形に表す上での、検討が必要なことがわかりました。たとえば登壇者の情熱あふれる発話の記述をどう扱うか。関係者の間で議論が交わされました。結局、登壇者の話し言葉を最大限尊重し、読者の理解と情感に訴えることを重視しました。その意味ではスライドの提示も一つの課題になりました。テープ起こしのあと、登壇者の先生方には初稿の段階での若干の手直しをお願いしました。ご協力ありがとうございました。

膨大な資料のテープ起こしには厳しい問題がありました。上記したような過程を経てまとめられた原稿は膨大なものになりました。またこれをいかにレイアウト・印刷・出版に結び付けてゆくかが大きな問題となりました。幸い学会員である株本和佳子氏がまずはテープ起こしの作業を、それから校了まで、編集協力者として関わってくださいました。感謝いたします。皆々様のご協力により、誕生したユニークな学術誌をここにお届けいたします。

福原眞知子

日本マイクロカウンセリング学会　第12回（令和２年度）学術研究集会

令和３年３月14日（日）　10：00～16：40／Zoomにて開催

若者とメディア
――マイクロカウンセリングの視点から――

午前の部	10:00～10:05	開会の辞　福原眞知子（日本マイクロカウンセリング学会会長）
	10:05～11:00 11:00～12:30	**テーマ：アイディアから基礎，そして実践へ** 1. 講演 司　　会：藤田主一（日本体育大学） 講　　師：荻野七重（白梅学園大学） 演　　題：行動変容としてのマイクロカウンセリングを考える ――学習心理学の立場から―― 2. パネルディスカッション（テーマをふまえての自由討論） 司　　会：浅妻直樹（河北総合病院） パネラー：藤田主一　冨安玲子　影山セツ子　山本孝子 松阪健治　荻野七重　玉瀬耕治
午後の部	13:30～15:00 15:10～16:40	**テーマ：若者とメディア** 1. 講演 司　　会：福原眞知子 講　　師：横田正夫（日本大学） 演　　題：映像メディアと臨床心理学 2. シンポジウム 司　　会：福原眞知子　浅妻直樹 話題提供者 1）藤田主一（日本体育大学） 2）寺川亜弥子（茨城県スクールカウンセラー） 3）田中道弘（埼玉学園大学） 指定討論者：玉瀬耕治（奈良教育大学） 閉会の辞　福原眞知子

開会の辞　福原眞知子

皆様，おはようございます。ただいまから，日本マイクロカウンセリング学会第12回学術研究集会を開催いたします。会長の福原でございますが，直接拝顔できないままのご挨拶，ちょっともどかしい気もいたします。ともかく先生方のご協力により，このZoomコンファレンスが実現の運びとなりました。皆様方ありがとうございます。

本学会は皆様ご存知のように，研究会からスタートし本年は35年目になりますが，1985年研究会でスタートして以来，年中行事として欠かさず研究会と研修会を運んでまいりました。本年の第12回学術研究集会というのは，日本学術会議の協力団体となってから12回目の学術研究集会という意味でございます。当学会は当初からオープンにし，いろんな分野の方々にご参加いただいております。教育，医療，司法，福祉，産業などです。この35年間多くの方々が，マイクロカウンセリングとその学習に関心と情熱をもってご参加くださり，共に勉強して参りました。マイクロカウンセリングはそもそも外来のものですが，今やこれは日本においても多方面でコミュニケーションの基礎として根付いているようでございます。35年の皆様方の研鑽の成果は，日本の人々に大きな貢献をもたらしているものと自負いたしております。

昨今の人為的，自然発生的災害はもとより，目に見えないコロナ禍において人々は１人では生きられないと思い知らされております。コミュニケーションを標榜するマイクロカウンセリングは，相互理解と尊重，社会的正義のもと，多くの人々に自信と活力を提供するものであってほしいと願っております。

今回，マイクロカウンセリングを，さらに多方面の視点からこれを眺めるという機会に恵まれました。改めてその威力を検証してみたいと思います。なお，例年の大会とは異なり，Zoomという環境で会員諸氏におかれましては自由意志で参加，不参加を決定できない部分もあります。けれども，どうぞ，多くの制約の中で初めての決行で，何卒ご寛容くださいませ。のちほど，学術誌の形で早めに詳しい記録をお届けいたします覚悟でおります。それでは始めましょう。

この後引き続き，荻野七重先生のご講演がございます。司会は藤田先生，日本体育大学の先生でいらっしゃいます。先生方，よろしくお願いいたします。

◆ 午前の部

テーマ：アイディアから基礎、そして実践へ

1. 講演

演　題：行動変容としてのマイクロカウンセリングを考える
――学習心理学の立場から――

司　会　藤田主一（日本体育大学）
講　師　荻野七重（白梅学園大学）

藤田　おはようございます。これから，荻野七重先生にご講演を賜りたいと思います。ご講演のテーマは，「アイディアから基礎，そして実践へ」でございます。

荻野先生をご紹介させていただきます。荻野先生は，早稲田大学心理学専修をご卒業の後，同大学の心理学専攻博士課程を終えられました。その後間もなく，白梅学園大学にご就職され，その後ずっと白梅学園大学で教員を続けられた先生でいらっしゃいます。現在は同大学名誉教授，そして日本応用心理学会名誉会員でいらっしゃいます。また，日本マイクロカウンセリング学会理事でもいらっしゃいます。先生のご専門は学習心理学で，著書論文がたくさんございます。それでは早速でございますが，荻野先生にご講演を賜ります。先生，どうぞよろしくお願いいたします。

◇

荻野七重

ただいま藤田先生からご紹介にあずかりました荻野でございます。

先ほどテーマのところで藤田先生がおっしゃったのは大きなテーマでして，私のテーマは，すいませんスライド１をお願いします。私のテーマは「行動変容としてのマイクロカウンセリングを考える――学習心理学の立場から――」でして，今日はこのようなテーマで話をさせていただきます。このようなテーマで話させていただくのではありますけれども，私自身，実はカウンセラーとしての経験が全くありません。したがいまして間違ったことを，変なことを申し上げることにならなければよいが，とちょっと不安を感じております。また，いろいろご批判がおありかと思いますが，拙い話をお聞きいただければと思います。

行動変容としてのマイクロカウンセリングを考える

学習心理学の立場から

白梅学園大学
荻野　七重

スライド１

私の心理学の出発点は大学院に入学してすぐ入った動物心理学研究会でした。スライド２をお願いします。この研究会には素晴らしい先輩たちがいらっしゃいまして，大学院生の先輩たちが中心になって原書講読，それを輪読会で行っていました。そこで取り上げられていた本が，キンブル（G.A. Kimble）が編纂しましたヒルガードとマーキスの『条件づけと学習』（Hilgard and Marquis “*Conditioning and Learning*”）という本でした。今，画面に出ておりますのはそ

HILGARD AND MARQUIS'
Conditioning and Learning ,2nd.ed.
REVISED BY Gregory A. Kimble
Appleton-Century-Crofts, 1961

1. The Definition of Learning
2. Conditioning in Historical Perspective
3. Classical and Instrumental Conditioning Experiments
4. Classical and Instrumental Conditioning Compared
5. Practice and Strength of Conditioning
6. Parameters of Reinforcement
7. Secondary Reinforcement
8. General Theories of Reinforcement
9. Mechanism of Reward
10. The Nature of Extinction
11. Generalization
12. Discrimination
13. Motivation and Learning
14. Application to Personality

スライド２

の本の内容でして，１章から14章までを示させていただいたものです。ご覧になるとお分かりになりますように，条件づけ一辺倒のような内容です。classical conditioning（古典的条件づけ）という言葉は最近は使われなくなりました。古典的条件づけだけでなく，instrumental conditioning（道具的条件づけ）という言葉も最近では使われなくなりました。したがって，若い方の中には知らない方もいらっしゃるかもしれませんが，classical conditioningは，今は，respondent conditioning,「応答的条件づけ」とか「レスポンデント条件づけ」と言われています。また，instrumental conditioningはoperant conditioning（オペラント条件づけ）と言われるようになりました。私はこの研究会のこの輪読会で洗礼を受けたようなところがありまして，卒業論文は，ラットを使った条件性情動反応（conditioned emotional response）の般化の実験でした。

そして学部を卒業する時は，ネズミを離れて，もっと人間を，人間に近い研究をしたい，そんなふうに思ったものですから，テーマを「概念学習」に変えました。当時の概念学習は，やはり条件づけを基本とする行動心理学，学習心理学，これを基礎として研究が行われておりました。私自身，学習心理学を離れるつもりは全くなく，修士論文では概念学習を取り上げました。したがって，この時の被験者は人であり，ラットを離れることはできたのですけれども，さらにその後，大学に仕事を得てから，もう少し人間の頭の中はどのようになっているのだろうか，そんなことを知りたい，というように考えるようになりまして，言語連想にテーマを変えました。そして連想検査を幼児から中学生まで，年齢ごとに同じ刺激を，反応を取ってみようと考え，子どもや中学生たちの，小学生ももちろんですけれども，その反応後の変化を発達的に見ていくことを研究テーマとしてきました。

このように，私の関心は，人の頭の中がどうなっているのかというようなことを連想検査を手がかりとして探ってみようというところにありました。

初めに申しましたように私にはカウンセリングとか臨床心理学的な経験とかがありません。大学を退職するまで，マイクロカウンセリングがどういうものか全く知りませんでした。私が長年関係していました応用心理学会の理事会で，福原眞知子先生にお会いし，そしてその笑顔にひかれてしまいました。そして福原先生に，今教鞭をとっている大学の仕事が終わって退職したら，福原先生のマイクロカウンセリング学会のお手伝いをしますと申し上げてしまいました。そしてその約束を果たそうと思いまして，先生の所に伺い，マイクロカウンセリング学会の事務局に通わせていただくようになりました。そしてその時に，この機会に今までやったことのないカウンセリングとか臨床の領域について，もう少し学んでみたいと思うようになり，福原先生にお願いして，研修会に出させていただくようになりました。私が福原先生に，最初にお聞きした質問は「マイクロカウンセリングって何ですか？」ということでした。その時先生は丁寧にお答えくださったのですけれども，実はよく分かりませんでした。その話を十分理解できるだけの基礎知識を持っていなかった，ということだと思います。そして，マイクロカウンセリングについて正しく知りたい，知ることができたらと思うようになり，研修会のある度に

マイクロカウンセリングとは

その答えは
カウンセリング におけるコミュニケーションの形の一般化を提唱したもののひとつに、マイクロカウンセリングがある。ここでは、カウンセリングという専門的援助関係の中心課題（基本的姿勢）は、カウンセラーとクライエントの関係のみならず、一般化できるもの、すなわち、それはカウンセリング以外の人間関係に適用されるものであるとする。
（中略）

このようなことをふまえ、マイクロカウンセリングでは人々の関係改善・促進の一助としてのコミュニケーション技法の訓練（マイクロ技法の訓練）を励ましている。これを習得することにより、カウンセリング関係の一般化が容易になる。これは、近年カウンセリング心理学分野の大きな柱の一つになっている。
（中略）

一方、心理療法（サイコセラピイ）はもう少し深いところに根ざしたパーソナリティの問題や、行動上の困難に焦点をあてる。

福原真知子　アレン・アイビイ　メアリ・B・アイビイ　「カウンセリングの理論と実践」　（風間書房）
より

スライド３

参加させていただきました。最初に参加した時から，休まずと言うと変ですけれども，毎回参加させていただいています。多分皆勤賞ではないかと思います。おそらくこの学術研究集会に参加されていらっしゃる方は，皆様，私よりもマイクロカウンセリングについてよく知っていらっしゃる方ばかりだと思います。したがって私がお話しすることを聞かれて，「今さら？」とお思いになるのではないかと思いますけれども，お付き合いいただきたいと思います。スライド３にしていただけますか。字が小さくて読みにくいかもしれません。「マイクロカウンセリングとは」。その答えをこんなふうにして見つけました。これは福原眞知子先生，アイビイ先生ご夫妻の『カウンセリングの理論と実践』，風間書房より出版された本の第１章「マイクロカウンセリングとサイコセラピイ（心理療法）」の中からから抜き出したものです。

――カウンセリングにおけるコミュニケーションの形の一般化を提唱したもののひとつに，マイクロカウンセリングがある。ここでは，カウンセリングという専門的援助関係の中心課題（基本的姿勢）は，カウンセラーとクライエントの関係においてのみならず，一般化できるもの，すなわち，それはカウンセリング以外の人間関係に適用されるものであるとする。

そのあとちょっとはしょりますが，

――このようなことをふまえ，マイクロカウンセリングでは人々の関係改善・促進の一助としてのコミュニケーション技法の訓練（マイクロ技法の訓練）を励ましている。これを習得することによりカウンセリング関係の一般化が容易になる。これは近年カウンセリング心理学分野の大きな柱のひとつになっている。

またちょっとはしょりまして，

――一方，心理療法（サイコセラピイ）はもう少し深いところに根ざしたパーソナリティの問題や，行動上の困難に焦点をあてる。

というところがありました。

今私は，これを理解できるようになりました。私はこれまで実際にカウンセリングをしたことがありません。マイクロカウンセリング技法については，先ほど申しましたように研修会で教えていただいたほんの部分的知識しか持っていないのですけれども，今回，マイクロカウンセリングについて何かを話すということになりまして，実のところ，身のすくむような思いなのです。けれども福原先生のお勧めもあり，私の少ない経験と学びを通して考えてきたことを，私が長い間自分の仕事とか研究としてきた学習心理学の視点から見直してみる良い機会と考えまして，マイクロカウンセリングを学びながら，その時その時私の考えたこと，その考え方を取り上げさせていただいてくこととし，独りよがりで独断的なものかもしれませんけれどもお話しさせていただくことにしました。

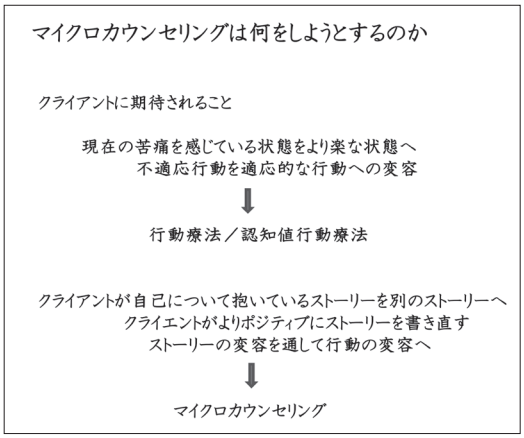
皆さんご存知のように，ワトソンが科学としての心理学はこうあるべきだと言い，外的に客観的に捉えることのできる生活体の刺激と反応を基本とするという行動主義の心理学を打ち出したのが，確か1920年であったと思います。この心理学の流れは今で言うレスポンデント条件づけ，およびオペラント条件づけという，この２つのタイプの条件づけを基本として多くの実験的研究を行い，さまざまな現象を証明し，理論を立ててきました。

そして行動主義の後に新行動主義と言われる時代が続き，そこには多くの研究者がいます。その多くの代表的な研究者の１人がハルであり，

もう１人がスキナーであるというように私は思っております。この２人の流れは異なるものであり，今はスキナーの流れの方が主流となっているように思います。その流れは行動分析的な理論として，非常に活発に研究も行われ，学会活動などもなされています。それに対して，ハルの方の理論的な流れというのは，あまり聞かれなくなってきています。この２つの違いがどこにあるのか，私流に考えてみたのですけれども，ハルというのは仮説構成体，いわゆる，習慣強度だとか，動因，報酬など，仮説構成体を理論の中に取り入れることを是としています。しかしスキナーは，そうしたやり方をメンタリズムだ，というふうに批判しています。そして操作主義を中心に，そのようなやり方を排除しています。より一層客観的で科学性の高いものをということを望んでいるのがスキナーのやり方だと私は思っていますが，この話をこれ以上続けますと私の知識の乏しさを露呈することになりますので，それはおいときまして。

私はと言いますと，実はハルの流れのほうに与していると言いますか，信奉していると言いますか，ハル流の考え方の方が好みです。そして，どちらかと言いますとこういう考え方の方が，よりカウンセリングに合っているのではないかと思っております。

外的な刺激，これは皆さんご存知のように，大文字の ‘S’ で表現します。そしてこれによって引き起こされる反応，外的に表れる反応は大文字の ‘R’ で表されます。そして，私はこの２つの間に，ハル流に，そのオーガニズムの内部に進行する一連のプロセスがあると考えます。それは外からは見られない刺激と反応の連鎖，刺激が反応を生み，反応が刺激を生み，刺激が反応を生み，そして反応が刺激となって次の反応を生み，というふうに続いていく，内的に進行する小文字の ‘s’ と ‘r’ の連鎖このようなプロセスを想定して考えます。ハルの流れをくむ研究者らのそのような説明を念頭に置いて考えているのですけれども。ハルが好きだとか嫌いだとかという言い方はあまり学問的ではありませんが，どちらかというとハルの考え方のほうが私には興味深いし，楽しいところがあります。



スライド４

スライド４を出していただけますか。これは私が書いたものですが，マイクロカウンセリングと，行動療法とか認知行動療法といわれるものを並べてみました。行動主義の方では，現在苦痛に感じている状態をより楽な状態，言ってしまえば不適応行動を適応的な行動へ変容させる，あるいはいろいろなメカニズムによって行動がそのように変容していく，こういう考え方をします。一方，私が学びましたマイクロカウンセリングでは，クライエントが自己について抱いているストーリーを，カウンセリングのプロセスを経て別のストーリーに，よりポジティブで，健康的なストーリーに書き直していく，そのストーリーの変容を通して，ストーリーが変わることによってクライエントの行動が変化すると考えます。したがいまして，マイクロカウンセリングはストーリーの変容を目的としているのではないか。このように，行動療法もマイクロカウンセリングもクライエントに対して期待していること，目指す到達点はより健康的な状態，より適応的な状態ということで同じではあるけれども，その導いていくプロセスというのは，あるいは，メカニズムを考えるにあたっての考え方には差異があるんだと思います。

そこで，ちょっといたずらっぽいのですけれども，一緒に考えてみてください。今問題を抱えた人，これをクライエントとします。この問

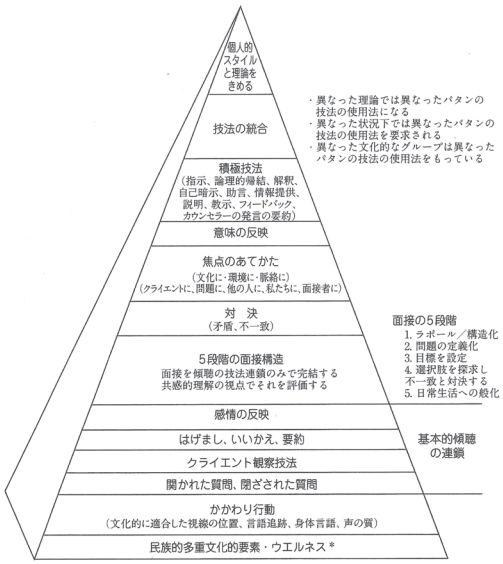
題解決に関わる人，カウンセラーであり，サイコセラピストであり，そういう人がいます。どちらもクライエントに対して期待するところは，ゴールは，同じではないでしょうか。ただ，その行動心理学的なアプローチと，マイクロカウンセリング的アプローチは，異なっていると思います。

そこでそのいたずらと申しますのは，今，１つのエピソードをお話します。ちょっと一緒に考えてみてください。ここに１人の母親がいます。彼女は幼い子を連れてよくスーパーへ買い物に行きます。すると男の子が必ずスーパーでジュースを買ってくれと母親にせがみます。母親はそうしたくないのですけれども，子どもは母親の制止を受け入れません。そして泣いたり，大きな声を出したり，ひどい時は床に寝転んでバタバタ足をさせたりする。そういう子どもです。この状況はいつも繰り返され，母親が最後に仕方なくジュースを買い与えることで終わります。そこで母親が困って相談に来たと思ってください。

行動主義のセラピストはまずこう考えます。母親は最後に折れて子どもにジュースを与える。したがって，子どもにとって泣き喚くこと，これはジュースを手にする道具的な反応，オペラント・ビヘイビア，このオペラント・ビヘイビアはジュースによって「強化」され，ますます反応が起こり易くなる，と考えられます。一方，お母さんの方は，ジュースを買い与えることによって，子どものわがままな行動を排除することができて，他の人の目を逃れることもできる。「やれやれ」と言って胸をなでおろし，したがって，ジュースを買い与える行動は良い結果をお母さんにもたらします。したがって，ここでまた，お母さんの行動も強化されてしまいます。というわけで，この状況は毎回繰り返される構造になっているんだと。さて，しかし，お母さんはこれをやめたいと考え，そこで，相談するわけですが，どうしたら子どものこの行動をやめさせることができるでしょうか。お母さんが子どもに絶対にジュースを与えないという決心をして，どんなことがあっても与えないというようにやっていく。これは「消去」だと思います。方法としての「消去」。お父さんに言って子どもを強く叱ってもらう。これは「罰」ではないでしょうか。罰は子どもの行動を抑制するでしょう。もう１つ別に，子どもの望ましくない行動を別の行動に置き換えるようなことができないだろうか。スーパーに行っても，ジュースをねだるというのではなくて，もっと違った行動に変えていくことができるのではないだろうか。多分，行動療法ではこういったことを考えるだろうと思うんです。これは作り話ですからそう思って聞いてください。

では，マイクロカウンセリングのカウンセラーはこのお母さんとの間にどのような関係を作り上げて，この困った状況を変えていくのだろうか，というようなことを私は頭の中で考えてみるんです。結論が出ているわけではありません。ただ，私は２つの間にこうした違いがあるということを少しお話ししたかっただけのことなのです。これは一種の私の遊びだと思ってください。ちょっと前置きが長くなってしまいました，マイクロカウンセリングについて私が日頃考えていること，その話に入ってみたいと思います。

マイクロカウンセリングは人々の関係の改善，促進の一助としてのコミュニケーション技法の訓練，これを促しています。そしてその方法は，繰り返しになりますけれども，面接によってクライエントのストーリーを聴く。クライエントがその問題に対してどのように感じ，考えているのか，どうしてそのように思うようになったのか，クライエントの抱いているストーリーを聴くことに始まります。マイクロカウンセリングでは，クライエントがその問題に対して，新しいアプローチができるように援助し，クライエントがよりポジティブにストーリーを作り直し，より健康で自己効力感のあるストーリーを形成できるように，カウンセラーはそれを導いていくのだと思います。そのためにカウンセラ



福原眞知子『私的カウンセリングの発達』
（2012，朝日新聞出版，p.230より引用）

スライド５

ーは，どのような技法を用いれば良いのか。

スライド５を出していただけますか。それをまとめたのが，みなさんが何度も目にして，目に焼き付いているだろうと思われるこの三角形です。「マイクロ技法の階層表」というふうに呼ばれる三角形です。ここに示されている階層表は１つにはカウンセラーが習得していく技法の順序，技法の困難度，というようなことを，示していると思いますが，同時にカウンセラーがクライエントに対して行うのに適した段階というものを表していると思います。つまり，まだ初期の段階では，この図の上位にあるような技法を用いるのは問題ですよ，というようなことを表していると思います。クライエントがより上位の技法を受け入れることができるように，そういうふうにしていくためには基礎的な段階を十分に踏むこと，これが大切であるということ，それを求めていると考えます。

ついでにスライド６を見ていきます。これもちょっと，遊び，遊びというのも変なんですけれども，これはこの三角形を上から下へと箇条書きにしたもので，所々に星印(＊)があるのに気づいていただけるでしょうか。この星印は，

マイクロ技法の階層表

個人的スタイルと理論を決める
技法の統合
積極技法（指示、論理的帰結、解釈、自己開示、助言、情報提供、説明、教示、フィードバック、カウンセラー発言の要約）
意味の反映
焦点の当て方（文化に、環境に、脈絡に）
（クライエントに、問題に、他の人に、私達に、面接者に）
対決（矛盾、不一致）
5段階の面接構造（面接を傾聴の連鎖のみで完結する　共感的理解の視点でそれを評価する）＊
感情の反映　＊
はげまし、いいかえ、要約　＊＊
クライエント観察技法＊＊
開かれた質問、閉ざされた質問　＊＊
関わり行動（文化的に適合した視線の位置、言語追跡、身体言語、声の質）＊＊＊

スライド６

私が，「私はここは３つ星だ，この程度は２つ星くらい，感情の反映は１つ星くらい」と，私の習得度を星にしてつけてみたということで，私はまだこの程度のマイクロカウンセリング技法しか用いたことがないということを表した，それだけの表です。先ほどのスライド５に置き換えてください。三角形の表のほうです。私は今まで，先のスライドで示しましたように，積極技法をほとんど経験していません。ここに示したスライドは，三角形で示されているマイクロ技法の階層をただの項目に直した私のそれとは異なり，下の方が広く，上に行くにしたがって狭くなっています。そこで，私の経験が非常に貧しいものであるということもありまして，下の方に位置するより基礎的な技法の傾聴を中心に，日頃私が考えていることをお話ししたいと思います。

カウンセラーはクライエントに話すことを促し，話しやすいように見守り，励まし，時に声かけをして反応を待ちます。私は先に外的刺激に触発されて，内的反応が生じる，内的反応は連鎖となって進んでいく，というように考えているということを言いました。こうした考えの上に立って，さらに次のようなことを考えます。まず，クライエントの内部にはたくさんの内的反応，あるいは，内的反応の連鎖がある。外に出ていないたくさんのそういうものが存在しているのだと考えます。そして，それらの内的反

応，反応連鎖は互いに競合し合っている。競合しているということは，それらの反応には強さの違いがあるということを意味します。強い反応，弱い反応というようなものがあり，同じ程度に強い反応が２つあればそこには葛藤が生じます。どちらの反応が起こりやすいかはその時の反応の持つ強さで決まります。簡単に言いますと，クライエントには反応の選択肢が存在する。反応の選択肢を持っている。その選択肢の中からより優位性の高い反応，それがカウンセラーの求めに応じて外化すると言いますか，外に出ていくストーリーとなって現れてくる。この優位性というのは反応の生起確率，ハル流にいうと習慣強度ということになると思いますけれども，この内的反応はこのようにして競合し合っているものの中から，その時に優位性が高く反応確率の高いものが，表面化してくるのだと考えます。

そしてもう１つ，これはちょっと，どうでもいいと言えばいいのですけど私にとってはどうでもよくない，重要なこと，重要なメカニズムなのですが，反応の強さというのは「揺れる」，「絶えず揺れている」ということです。１つ１つの反応はある時はちょっと高く，ある時はちょっと低く，というように揺れる，つまり反応の強さを平均値と思っていただければいい。平均値を中心に高くなったり，低くなったりというような揺れを持っている。この揺れは何によって起こるかということはわかりません。何によって起こるか分からないのですけれども，反応の性質としてそのようなことがあるというふうに考えます。分かっていただくにはこんな例がいいと思うのですが，「りんごと桃，どっちが好き？」と聞かれたときに，すぐに答える人，すぐに「りんご」と答える人はりんごの方が非常に優位性が高く，桃のほうが低い。ところがここで迷う人がいます。どっちも同じくらい好き。どっちとも言えない。さんざん考えて，「りんご」と言ったのですけれども，その次の瞬間には，「いや，やっぱり桃」とかですね。そんなふうにして，迷っている場合があります。これは反応に揺れがあるから，２つの平均値が非常に近いと，時にはこっちが高くなり，時にはあっちが高くなりという，そういうような現象が起こります。私はここでドタキャンの話をしたいのですが，「成田離婚」とかありますね，土壇場でキャンセル。時間のこともありますのでその詳しいメカニズムについてはまたのことにしますが。私の友人には結婚式の当日の朝になって，結婚を拒否した人がいます。まさにドタキャンです。このドタキャンを説明するのにハルの理論がとてもよくあてはまり，面白いのですれどもその話はまた。余計なことを言って申し訳ありません。

４番目に，この内的反応の強さというのは外的な刺激の影響を受けて変化する，ということです。これがなかったらカウンセリングは成立しないと思います。傾聴というのは，クライエントにこのようにして内在化している内的な反応をより多く，よりたくさん外に引き出そうとするものだと思います。そして外在化した反応，つまりクライエントが話したストーリーはカウンセラーの手がかりになるだけではなくて，クライエント自身の手がかりにもなっていく。そして内的な反応に影響を与えていくことにもなると思います。傾聴や基礎的なマイクロ技法というのは，先に話した１番目と２番目のことに多く関わっていると考えます。３番目はいつでも，傾聴とは関係なく常時起こっていることです。そして，４番目は，これはクライエントの内的反応に外的な刺激が影響を与えるということ，ここのところは傾聴の段階では保留されています。

傾聴の段階というのはクライエントに話してもらう，クライエントの中から沢山の情報を得るということを目的としている，という意味で先ほど言った１番目と２番目の方に向けられている手法なのではないか，こう考えました。

これに対して，積極技法では，カウンセラーが持っている情報，それを提供したり，カウンセラーが自分の考えとか自分自身の経験を開示したりする。私はこんなふうな事を考えていま

す，そういう時にはこんなふうにしましたよ，ということなのだろうと思うのですけれども，そのカウンセラーの考え，行動をクライエントに対して開示する。こういうような技法が積極技法の中には，これだけではありませんけれども，入っていると思う。これは何かと言いますと，クライエントに新しい内的反応を作り出す，クライエントの中になかった，新しい内的な反応を作り出すための行為ではないか，技法なのではないかというように考えました。つまり，クライエントのストーリーの特定の部分に焦点をあてるこのようなことも行われますが，それによってそこの部分が強くなったり，あるいはそこに新しい反応が入りやすくなったり，というようなことが起こるのであろうと思います。内的反応の強度もそれによって変化します。こうしてクライエントの内的反応の中に変化を起こそうとするのが積極技法なのだと思います。積極技法というのはこのような意味で，非常に有効な方法であると思いますが，それと同時に時宜を逸したような，誤った使い方をするとクライエントの中に混乱とか，あるいは反応全体の生起力（生じやすさ）の低下とかの望ましくない変化をもたらす可能性を持っています。そういう意味では，慎重に使われなければならない，そういう技法だということができると思います。スライド５に示されていますが，こうした技法が，技法の三角形の上位にあるというのは，それだけ慎重に使わなければならない，使うことの判断を誤ってはいけない，そういうような意味でも難しい技法だということを示していると思います。

繰り返しになりますけれども，マイクロカウンセリングは傾聴ということを重要視しています。傾聴を通して，クライエントからストーリーを引き出す，そのストーリーがクライエントにとって受け入れがたいものであったり，問題行動に関わるものである時には，より適応的で健康でポジティブなストーリーに変容させていく，これがマイクロカウンセリングであり，マイクロ技法なのだと思います。クライエントに

マイクロカウンセリング技法を、カウンセラーとクライエントの面接を通して生じるクライエントの内的反応（連鎖）の変化をもたらすものとして考えてみる

クライエントの内面には、内的反応（連鎖）としてその表面化が望まれるものが既に存在している場合と存在していない場合とがある。

傾聴を主体とするより基礎的なマイクロ技法は、クライエントの反応のレパートリーに存在する内的反応に向けられる。クライエントがどのような内的反応をどのように内在化させているかを、語られるストーリーを通して知ることを目的とする。

1）内的反応は多数存在する。
2）内的反応は強度（生起確率）があり、競合している。
3）内的反応の強度には揺れ（変動）がある。
4）内的反応の強度は外的刺激の影響を受けて変化する。

クライエントの中に、より健康的でポジティブな内的反応の連鎖が存在しても、反応の選択肢の優先度が低ければその反応は表面化しない。競合する内的反応の優先度に変化をもたらし、それを表化することを助け、に取り出し、ストーリーを変えるのかカウンセラーの役割といえる。

積極技法は、クライエントの内的反応のレパートリーにない新しい反応を作り出す、あるいは内在する内的反応の強さを特定的に変化させることが出来る。それによって競合する内的反応の優先度に変化を生じさせ、より健康的でポジティブなストーリーをクライエントが話すことを可能にする。

マイクロ技法の階層表は、ステップバイステップで進めることによって、望まれるストーリーに到達することができることを示すと同時に、誤った、時宜を逸した用い方が、状況を悪化させ、改善を遅らせることを警告している。
マイクロカウンセリングが行われる状況は、クライエントの行動の変容（学習）の過程であると同時にカウンセラーの行動の変容（過程）過程でもる。

スライド７

よって，その時すでに適応性のあるストーリーが内在化している，でも外に出てこない，意識化されていない，そういうようなこともあります。そういう場合には基礎的な技法の段階が使われることによって，より良いストーリーが語られるようになるかもしれません。そうするとこの段階でカウンセラーは，カウンセリングはもう終わりでいい，カウンセラーは成功してしまったというふうに思います。けれども，そうではなくて，もっと問題が深かったりするとそれだけではすまない。さらに積極的な関わりが必要になってくる。そういうことではないでしょうか。

スライド７をお願いします。私はこんなふうに，今話したことをまとめてみました。マイクロカウンセリング技法を，カウンセラーとクライエントの面接を通して生じるクライエントの内的反応，あるいは内的反応連鎖の変化をもたらすもの，そういう意味では，ストーリー，内部構造の変容，これをもたらすものというふうにして考えます。クライエントの内面には内的反応として，その表面から望まれるものが，すでに存在している場合と存在していない場合とがある。傾聴を主体とする，より基礎的なマイクロ技法は，クライエントの反応のレパートリーに常に内在する内的反応に向けられる。クラ

イエントが，どのような内的反応をどのように内在化させているか，語られるストーリーを通してそれを知ることが成長の目的だと思います。そして内的反応の特徴として，内的反応はたくさんあるんだ，そして，それらは競合している，また内的反応の強度は，原因不明なんですけれども，揺れがある，内的反応の強度は外的刺激の影響を受けて変化する，こういうことを基本において考えている，というのが，私の，実はマイクロカウンセリングを考える時の１つの心の持ち方と言いますか，姿勢です。クライエントの中に，より健康的でポジティブな内的反応の連鎖が存在していても，反応の選択肢の優先度が低ければ，その反応は表面化しない。中にあるんだけれども下位にある。優先度の下位にある。私がいつもそれを言うときに思うのは，先送り行動。私は明日試験，勉強しなければというふうになるとまず部屋の掃除，本が読みたいなあ，でも読んでいられない。仕方がないから本を読むことは諦めますけれども，部屋を掃除したり，片付けを始めます。普段はやらない，けれども今勉強したくないので勉強する事よりも優位な反応，だけども外に遊びに行くというもっと優位な反応はすることができないので，その次に優位だった部屋の片付けだとか部屋の掃除，これが上位に上がってきてそれをする。さらにさらに時間が経っていくと仕方なく勉強を始める。これが私の日常的な行動でした。こんなふうに反応っていうのは競合していて，その反応間には有意性の違いがある。今望ましい反応が存在するんだけれども，その人の反応の下位にあって上に出てきていない，それをどうやって上位に，優位性の高い反応に変えていくのか。これは，傾聴の段階でできることではないかと思う。積極技法はクライエントの内的反応のレパートリーの中にない，新しい反応を作り出す。あるいは内在する内的反応の強さの，ある特定の部分に焦点を当てて，それを強化したり弱めたりする。それによって競合する内的反応の優先度に変化が起こって，より健康的でポジティブなストーリーが外化する。ストーリーとなって外に出てくることを，あるいは，そういうストーリーができること，作られることを可能にする。これが積極技法ではないかと思っています。マイクロ技法の階層表というのは，step by stepで進めることによって望まれるストーリーに到達することができるということを示していると同時に，間違った時宜を逸した用い方をすることによって状況を悪化させ，改善を遅らせることになる。そういうことを警告していると思います。マイクロカウンセリングが行われる状況というのはクライエントの行動の変容のプロセスですが，それと同時に，ここにはカウンセラーの行動の変容のプロセスがあるのだと，三角形の図式にはカウンセラーがクライエントの望ましい行動変容を導いていくための指針が示されているのだと思いました。

私の話したいことはだいたいこんなところです。福原先生はよく同じ研修を何度受けてもいい，何度も受けなさいとおっしゃいます。そうすることによって，実はカウンセラー自身の行動変容が起こっていく，ということを言ってらっしゃるのだろうと思います。アイビイ先生という方を私は全く存じ上げないのですが，学習心理学者でいらっしゃるわけではないけれども，人の行動変容，そこに横たわる学習のメカニズムというものをたいへんよくご存知の方ではないか，だからこんな素晴らしい階層表ができたのではないかと，実は勝手に思っております。

だいたい私の話はこんなところなんのですけれども，最後に，私にマイクロカウンセリングを学ぶ機会を与えてくださった福原眞知子先生に深く感謝していることをお伝えしたいと思います。また，研修会を通してマイクロ技法を教えてくださった玉瀬先生をはじめ，山本先生，影山先生，寺川先生，川越先生にお礼申し上げます。少し時間が余ってしまいましたけれども，以上で私の話を終わらせていただきます。ありがとうございました。

藤田　荻野先生，ありがとうございました。マイクロカウンセリングと学習心理学の接点を大

切にするというお話だったと思います。福原先生，何か追加がございますでしょうか？

次のスケジュールは11時５分から，河北総合病院の浅妻直樹先生の司会により，パネルディスカッションが開かれます。あと10分ほどございますので，その間，休憩とさせていただきます。

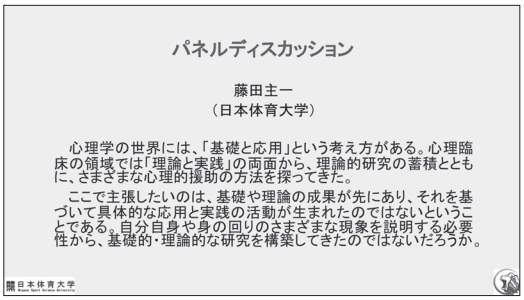
それでは荻野先生のご講演「行動変容としてのマイクロカウンセリングを考える」を終了いたします。ご清聴，ありがとうございました。

2. パネルディスカッション（テーマをふまえての自由討論）

司　　会　浅妻直樹
パネラー　藤田主一　冨安玲子　影山セツ子　山本孝子
松阪健治　荻野七重　玉瀬耕治

浅妻　早速ですが，藤田先生，よろしくお願いいたします。

藤田　おはようございます。日本体育大学の藤田と申します。一言，お話しさせていただきたいと思います。



スライド１

マイクロカウンセリングを含め，心理臨床は「個」を大切にする領域，すなわち「N=１」，その「１」を大切にする研究・実践分野ではないかと思います。しかし，私たちの周りには，多くの例外があります。最近の心理学的研究は，さまざまデータに基づいた平均値をもって，人間行動を説明しているように思います。しかし，それが果たして正しいのかどうかと言われると，先ほどの例外ということを考えると無理があるような気がします。一般的な平均的傾向はそうかもしれませんが，その傾向に個々の人がどのくらい合致しているのかについては，疑問が残るからです。

例えば，実験・調査等のサンプル数が多いと，わずかな平均値の差であっても有意差が出てしまうのが統計の現状です。それをもって，「A，Bの２つのグループが質的に異なります」という結論を出してしまう研究が非常に多いのです。それが，果たして人間行動を一般化することとマッチしているのかと言われると，先ほど申し上げましたように，疑問があるように思います。その有意差をもって個人を説明してしまうことに対して，マイクロカウンセリングを学んでいる私たちは，今後とも注意していかなければならないと思っています。基本的・基礎的な研究を実践しても具体的な問題解決に至らない場合には，基礎的な理論を見直すことを躊躇しないで進めていくべきではないのかと思います。

私は，個人的に常々「心理学は平均値の科学だろうか？」ということに関心をもっております。よく「基礎と応用」という言い方をいたしますが，もしかするとこれは反対ではないかと考えています。「応用と基礎」，すなわち日常の具体的・実践的な行動が先にあって，それをどのように説明できるのかというところに，基礎的な研究，あるいはデータの収集があるのではないかと思います。「心理学者の数だけ，心理学の法則がある」と言った人がいます。すなわち，一般化というのはなかなか難しいのでないかということになります。最近の心理学的研究は，すっかりマニュアル化されているところがあります。専門の研究雑誌等に掲載されている論文の執筆プロセスは，ほぼ同じようなストーリーになっているような気がいたします。

本日のテーマである「アイディアから基礎，そして実践へ」の課題は，スタートであるアイディア次第ではないかと思われます。実践研究

で大切なことは，現場に入り込み，現場で動いている方々に「生のデータをいただく」ということから始まっていくのであろうと思います。平均値という話をいたしましたが，平均値として成立しない平均値があるように考えています。例えば，「100名のデータを集めました」「200名に調査を依頼しました」というだけでは，その１人ひとりに，どのような心理的構造や背景があり，考え方があり，あるいは心の動きがあるのか，それをほとんど吟味しないで統計処理し，それを人間の普遍的行動として位置づけしてよいのだろうかと疑問をもっているところです。

以上で，私の話題提供を終わりにさせていただきます。ありがとうございました。

浅妻　藤田先生，ありがとうございます。特に現場から現場，あるいは応用から研究を進めていく，基礎に発展していくというところは，非常に共感できるかなと思います。他の先生方はいかがでいらっしゃいますか？先生方，何かご発言はおありになりますか？よろしいですか？

そういたしましたら，次は冨安先生にご発表をお願いしたいと思います。

冨安　冨安でございます。現在はもう実践からも遠のいておりますので，今日のテーマの，「そして実践へ」というこの討論に参加することに躊躇する気持ちも強いのですけれども，最近の話題となった事件から少し感じることなど，お話しさせていただきたいと思います。

「元農水事務次官の長男殺害事件」は，いろいろな意味で衝撃的な事件でした。ご存知のように一昨年，2019年６月練馬区の自宅で76歳の父親が無職の44歳の息子を刺殺した事件です。12月の初公判で父親は起訴事実を認め，判決では懲役６年の実刑が言い渡されました。その後，昨年10月の控訴審初公判で父親は正当防衛による無罪を主張しましたが，今年２月初めの控訴審判決では結局，懲役６年の実刑が言い渡されています。

この事件の親子関係は報道によりますと，息子は大学時代から引きこもりになりがちで，父が親戚のつてを頼って就労支援施設での仕事を見つけましたが，その後，息子がインターネットに上司の悪口を書きこんだのが問題となり，父親自身が本人を退職させています。息子が引きこもりに戻ってからは，コミックマーケットへのマンガの出品を手伝っていたこともあったようで，こうした一連の行動は，息子のためを思って世話をやく親と見えるかもしれません。しかし，介入の仕方には一貫性がなくて，本人の自発性や主体性を尊重する姿勢が見られないと指摘する識者もおります。

息子は生活費の支援を受けており，Twitterに，「今月の私のクレカの支払い額は」として32万円を超える金額だったと記し，「君たちの両親が必死で働いて稼ぐ給料より多い」とか，「私はお前ら庶民とは産まれた時から人生が違う」などと綴っています。そして一方では，泣きながら「お父さんはいいよね，東大出て，なんでも自由になって。僕の人生はなんだったんだ」と訴えたともされています。Twitterに記す強がりや傲慢は自虐の裏返しであり，自分の人生を失敗だと思い，その原因を親だと決めつけて攻撃するようになっています。父親の地位の自慢，憧れと劣等感が交錯し，親に対する申し訳なさやエリートの父の顔に泥を塗った恥ずかしさを感じていたのではないでしょうか。それを吐き出す場がなかった息子。息子の悲鳴が聞こえてくるようにも思います。この時，親としては弁解も反論もしないでしっかりと聴く姿勢が必要なのですが，そのために息子について相談機関や専門医に相談した形跡はありません。身内の恥をさらしたくないという思い，あるいは，何でも自力で解決できるという過信もあったのでしょうか。

父親は公判で，どれだけ自分が息子のために努力してきたかという内容に終始していた印象があったといわれています。父は「できるだけ寄り添って来たつもりだが，思うようにならない辛い人生を送らせた。可哀想なことをしたと思っている」と述べたとのことですが，恥ずか

しい息子が世間様に迷惑をかける前に，自分の手で始末したというニュアンスが透けて見えることも指摘されており，息子自身の尊厳について触れる言葉はなかったとされています。息子の問題を丸抱えして，両親までもが家庭内に引きこもる結果となってしまったようでした。息子が１人暮らしをしていた時も，父親は案じてメールで「明日はゴミの日です」とか，「床屋には行きましたか？」などと発信しており，息子は「はい」などと，短く返信していたとのことです。こうした働きかけを父親はできるだけ寄り添ってきたと思い，「対話」を心がけてきたということかもしれませんが，こうした言葉かけは息子からすれば，指示命令であり，介入されているという思いが強く，それが息子を傷つけていたとは，父は思ってもみなかったのではないでしょうか。

「対話」はその中身が重要で，息子の気持ちをいかに聴くか，彼の思いにじっくり付き合うかということが最も大切な点でした。その付き合い方やスキルは，相談することによって気づかされて実践に移され，その結果として父と子の真の会話が成立していったのではないかと思われます。しかし，結局親子関係の変化を見ることができないままに悲劇となってしまいました。

この事件が問いかけたことは多く，子育ては親の責任という考え方や家庭内暴力への認識のし方，また引きこもりを生み出す社会の問題など，いろいろありますが，今日はその中から，子どもは親の所有物という価値観の問題点について，まず考えてみたいと思います。

三歳児神話，ワンオペ育児など，子育ては親の責任という閉塞感を強くさせているのは，その背後に，「子は親の所有物という価値観」があるためではないかと思います。自分の所有物という考え方は，相手を意のままになる存在と考え，意のままにならないと，暴力に訴えてでも思いのままにさせようとする力が働きます。

「扱い方」という言葉があります。ベストセラーに『妻のトリセツ』『夫のトリセツ』というシリーズもあり，確かに辞書的には人にも用いることができる言葉ですが，この言葉は背景に意のままに動かしたい意図がある時に用いられる言葉のように思います。したがって，人間に「扱い」という言葉は使いたくないと思ってきました。「息子の扱い方がわからない」というご相談には「どう接したらいいか迷っておられるのですね」と言い換えて，「扱う」という上下関係を示唆する言葉や考え方からの解放を願うことから話し合いを始めていきました。どんなに小さな子どもも，１人の意思をもつ存在，プライドをもつ存在です。

「ちょいミスを笑えば泣き出す孫娘二歳は二歳のプライドありて」（中条喜美子）

この短歌のように，たとえ親子といえども，ある程度の距離を保ち，プライドのある相手に対応することを忘れないようにしたいと思います。家庭内暴力やDVは相手との距離の近い所有物という価値観にその発生機序を見ることができるようです。相手との適正距離を保つことはなかなか難しいことではありますが，本人の自尊心を脅かさず，自己決定を尊重するために必要なことであり，侵襲性の低い対話のコミュニケーションスキルが求められるところです。結局いきつくところは，１人の人間としての人格の尊重という考え方です。

今お話ししましたように，子どもは親には「こっち向いて」と願い，「きいて，きいて」と自分を認めてほしい存在です。先の事件の44歳の息子も同じ心情だったと思われます。確かに青年期には，子どもは親の話が煩わしくなり「ほっといて」という言葉を吐いたりします。

「ほっといて母へ飛び出すこの言葉ハンコウ期語で意味は助けて」（森山のぞみ）

この短歌のように，話す言葉の背後にある気持ちを考えることの大切さを心したいと思います。

結局，聴くことは相手の存在を認めることであるという基本を，痛ましい事件での親子関係からも確認したことでありました。そしてマイクロカウンセリングの基本的傾聴技法を学ぶ意味の深さを痛感いたしました。私自身もこのこ

とを肝に銘じながら日々の生活を紡いでいきたいと思います。

浅妻　ありがとうございます。最初にお話しし忘れたかもしれませんが，自由討論ですので，ご発言があればお願いしたいと思います。

農水事務次官のあの事件はわれわれ医療者も非常に考えさせられるものでした。

シンポジウムの時にでもし時間があれば，私もちょっと発言させていただきたいと思います。その他，先生方，何かご発言されたいこと等，おありになりますでしょうか？

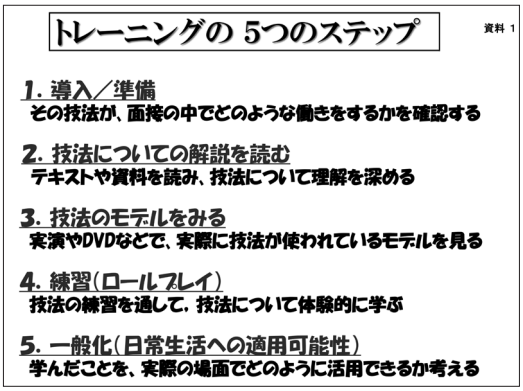
ないようでしたら，次は影山先生にお願いいたします。

影山　はい，わかりました。影山でございます，よろしくお願いいたします。

私はこれまで，医療とか看護教育の場でマイクロトレーニングを用いて教育をしてまいりました。今日はそれらの経験を踏まえまして，看護職や医療専門職のコミュニケーション技法に焦点を当ててお話をさせていただければと思います。

看護の実践分野では，対人関係技法とかコミュニケーション技法というのは，比較的重視されておりますので，そういう意味ではこれまでもさまざまな教育方法が考えられて実践されてきております。ある意味では，例えばホスピスケアとか，あるいは精神科領域等の非常に高度な関わり技法を要するところに関しましては，充実した教育が実践されてきているということも事実です。ただよく考えますと，それらが本当に体系的に系統だったものとしてトレーニングされているかということになりますと，少々疑問が出てくるということも否定せざるを得ないのかなと思います。

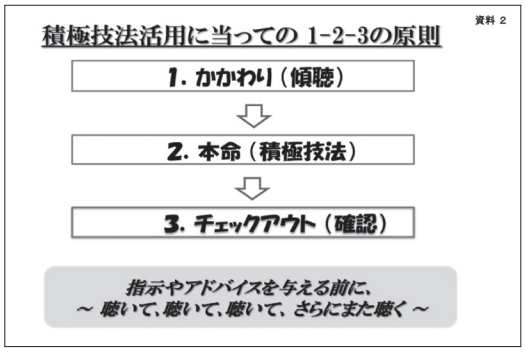
その点，マイクロカウンセリングのトレーニングシステムには，いくつかの大事な点が含まれています。資料１として，今，画面に提示されておりますのは，トレーニングの５つのステップです。この５つのステップを踏むことで，



スライド２（資料１）

マイクロトレーニングは非常に効果的なプログラムとなっております。第一段階では，まずは各々の技法が面接の中でどんな働きをするかということを準備いたします。そして第二段階では，テキストや資料を用いて学習を深めます。さらに第三段階としてモデルをみるというプロセスがあります。実演とかDVDなどを用いて実際に使われている技法のモデルをみて，考えて，ある意味習得し始めるということです。それらを踏まえて練習に入りロールプレイを行うわけですけれど，前の３つの段階を経ることで，このロールプレイが非常に効果的なものになってきます。私がそれまで経験したトレーニングでは，すぐにロールプレイを行っていましたから，若干無理があったのですが，マイクロカウンセリングでは，このステップを踏むことで学生の理解度が違ってくるということを体験いたしました。そして，最後に一般化です。ロールプレイを通して体験的に学んだことを元にして，これから自分たちの実践の場面でどのように活用できるかを考えて実践の場に向かうわけです。私にとりましては，研修会等々でスキルトレーニングをする際に，この５つのプロセスが，１つの大きなヒントになったことは確かです。医療従事者にとって，この５つのステップを丁寧にトレーニングに活用していくことで，ある意味では，技法をさらに深みのあるものとして習得できることが期待できると思います。

次に，保健医療職あるいは医療専門職のコミュニケーションの特徴の１つについて考えたい

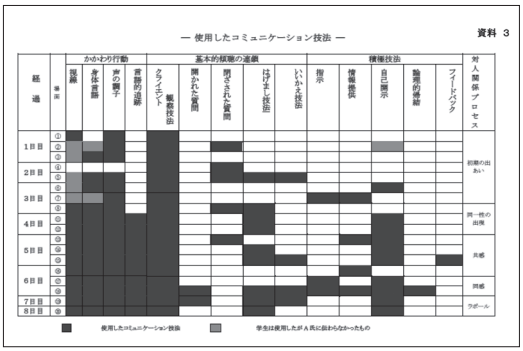


スライド３（資料２）

と思います。資料２をお願いいたします。積極技法活用に当たっての１－２－３の原則を資料２として示させていただきました。これもマイクロカウンセリングが提示している，私にとってひとつのとても有益な点でした。先ほど荻野先生がご講演の中で，積極技法は何なのかということのご説明をされた時に，「その人の内的反応のレパートリーにはない新しい反応を作り出す」というお話をされて，私，ストンと何かが落ちたことに気づきました。実は医療従事者にとって，比較的日常のかかわりの場面で使う技法は，例えば指示するとか，情報を提供するとか，あるいは自己開示もありますけれども，いわゆるマイクロカウンセリングスキルで積極技法に類型されている技法を使うことが非常に多いといえます。実際の場面で，私もこれまでの臨床で体験したことは，主治医が患者様あるいはご家族にいろいろな医療上の情報を説明される場面がありますが，説明を受けた側は，ほぼ２，３割のことしか理解できていないという状況で，後で，私ども看護師に「先生はあの時何を話してくれたのですか？」という説明を求められるということがありました。積極技法を用いる時に，この１－２－３の原則をふまえることがいかに重要かということを，マイクロカウンセリングとの出会いで，私は気づかされました。

先ほどの荻野先生のご説明のように，積極技法を使うことによってクライエントの新しい反応を作り出すとしたら，余計慎重に使う必要があるということです。資料に書いてあります通り，まずは傾聴技法を使って相手との信頼関係を構築し，相手が，例えば情報の提供とか指示というものを受け入れる土壌ができた段階で，本命である積極技法を使う。それによってより効果的になっていく。そして，３番目，チェックアウトの部分ですけれども，相手にどのように伝わったか確認するということですね。これは私にとっては目からうろこでしたけれども，それを相手に求めることで理解度がどうなのかということと同時に，自分自身の説明の仕方がどうだったのか？ということを問われるということで，そういう意味ではこの１－２－３の原則は，医療従事者にとってはとても重要なものでございます。そしてこの３つの原則をふまえたかかわりができることは，ある意味では医療の質を高めることにつながっていくのではないかなと考えております。資料ありがとうございました。

最後に私の研究活動のことで少しお話しさせていただきたいですけれども，資料３をお願いします。



スライド４（資料３）

これは『マイクロカウンセリング研究』の第６巻第１号に掲載させていただきました論文に掲載したものです。これは精神障害のある患者さんと学生の２週間の実習でのかかわりをマイクロ技法を使って分析したものです。縦軸がその受け持った経過でございます。横軸にマイクロスキルを提示してございますけれども，どういう場面でどんなスキルが使われたかということを表したものです。この図の黒い部分は学生が使用したコミュニケーション技法を，相手の

患者さんがそれを認識できたものです。このグレーの薄い部分は，学生はその技法を使ったのですが，患者さんにはそれが伝わらなかったというものです。時間の関係であまりこの表を丁寧に見ることはできないのですが，この結果から私が１つ注目しましたのは，「開かれた質問」が出てくるのが非常に遅いということです。６日目と７日目にようやく出てきました。「閉ざされた質問」は非常に早い時期から出ておりますけれども。これは一体何だったのかというのを私なりに考えました。これはひょっとしたら看護の場面，あるいは医療従事者自体がそうかもしれませんが，現実的な問題として，患者様やご家族とお話をする時に，あまり時間的な余裕がないということで，結果として，傾聴技法を使ってじっくりと相手の話をきくという文化が少ないのではないかということです。それは致し方ないことかもしれませんが，そのことを知ることで何かが変わってくるかもしれないと思いました。この「開かれた質問」は基本的傾聴技法の非常に大事な技法の１つなのですが，それが，これだけの関係をふまえないと出てこなかったっていうことは，このAさんの特性もあるのですが，Aさんと学生の関係とは別の，何か普遍的なところに結びつく医療現場の１つの特徴かもしれないということに気づかされました。

日常的に積極技法を使用することが多い医療従事者にとって，マイクロスキルトレーニングは，非常に重要なトレーニングシステムであろうと考えております。そういう意味では，ますます臨床の現場での普及を願っております。

以上で発表を終わらせていただきます。ありがとうございました。

浅妻　ありがとうございました。先生のお話を伺って私も積極技法の，特に３番目の「チェックアウト（確認）」というのが非常に大事だなと言うのを痛感しております。今日の話題であります「メディア」というところで考えますと，私が患者さんに説明するような状況でも，患者さんはメディアでいろんなことを調べて，病気のことを知って治療のことを知って私たちと話をする。そういう時に，実際にメディアに書いてあることすべてがその方に当てはまるかと言うとそうではなくて，違うところもあるので，「こういうことが書いてあるけれども，先生の言っていることと違うじゃないか」ということが，のちのち出てくることがあるのです。そのような経験から，このチェックアウトというのが非常に大事だなということを，今痛感しているわけなのですが，そういった意味でも必要であると考えていいわけですよね？

影山　はい。マイクロカウンセリングが提示していることが，非常に，私にとっては意味のあることだなというふうに感じております。

浅妻　ありがとうございます。先生方いかがでいらっしゃいますか？

それでは山本先生，よろしいでしょうか。

山本　はい。私は「アイディアから基礎，そして実践へ」というテーマからインスピレーションを得て，面接の展開過程について考えてみました。

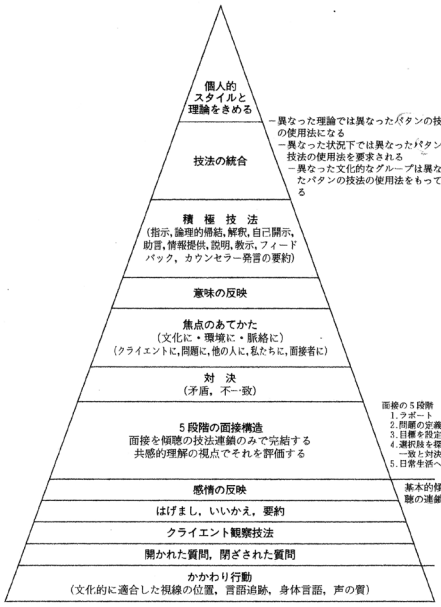
基本的かかわり技法の基本的な原則

- 行動したり忠告を与える前に、
  聴いて、
  聴いて、
  聴いて、
  さらにまた聴くこと。

スライド５

基本的かかわり技法の基本的原則のひとつに「行動したり忠告を与える前に，聴いて，聴いて，聴いて，さらにまた聴くこと」というものがあります。何よりもまず「聴く」ことが重要であるというアイビイ先生のメッセージが強く伝わってくる言葉だと思うんですけれども，それほ

ど「聴く」ということは簡単なことではないんだということですね。もんがまえの「聞く」とは違って，積極的に耳を傾けて「聴く」ということは，本当に訓練を積まないとそう簡単にできるものではないということです。それにはマイクロカウンセリング技法のトレーニングが非常に役立ちます。



マイクロ技法の階層表
福原眞知子，A. E. Ivey & M. B. Ivey
『マイクロカウンセリングの理論と実践』
（2004，風間書房，p.19より引用）

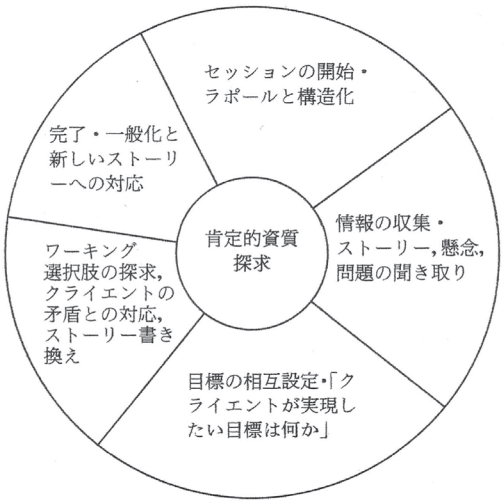
スライド６

スライド６は「マイクロ技法の階層表」と呼ばれるものですが，１番下にかかわり行動があります。４つの要素，文化的に適合した視線の位置，そして言語追跡，つまり相手の話にしっかりついていくということですね。それから身体言語，これはいわゆる非言語の部分です。例えば，悪い例でいうと，ちょっと首を傾げただけで相手に何か不安を感じさせてしまう，「何か変なことを言ってしまったかなぁ？」などと思わせてしまう。また，ちょっと目をそらしただけで，「私の話にあまり関心がないのかなぁ？」と思わせてしまう危険性があるなどですね。そして，声の質。これら４つの要素において適切なかかわり行動をしますと「あなたの話に関心がありますよ。もっと話してください。聴いていますよ」というメッセージが相手に伝わりやすくなります。そのことによって，話し手は安心感を得て話しやすくなるということですね。そして，その次の段に開かれた質問，閉ざされた質問がありますが，「その方は何歳ぐらいの方ですか？」とか，「その時どのように感じられましたか？」と，適宜質問しながら相手の話を引き出していきます。そして聴く際にはクライエント観察技法も大事ですね。相手の様子をよく観察します。そして次の段にありますはげまし技法，これは相手の語りをはげます技法です。例えば「なるほど」とか，「それで？」とか，そういう相槌の言葉やうなずきを示していく。そしていいかえ技法や要約技法。また感情の反映技法は，「腹が立ったんですね？」とか，「悲しい気持ちになったんですね？」などと，気持ちを映し出してあげる技法ですね。

これらの技法を連鎖的に用いて聴くことを，「基本的傾聴の連鎖」と呼んでいます。マイクロカウンセリングには傾聴の基礎を身につけるための訓練プログラムが準備されています。基本的かかわり技法の１つひとつについて理論を学んで，ビデオや実技を見て，実際にロールプレイをして日常で意識的に使ってみるという訓練を積んでいくことで，最初はぎこちない感じであっても，だんだん自然に効果的に使えるように身についていきます。これが基礎となります。ですから，私はこの基礎が非常に大事であると思うんですね。そして面接の基本となるこれらの技法を身につけるだけで，その上の段の５段階の面接構造にあるように，面接を傾聴の連鎖のみで完結することも可能になるわけです。階層表の右側にありますラポート，フランス語読みではラポールになりますが，関係作りがうまくいって，そして２番目問題の定義化，つまり何が問題なのかということを話し合い，そして３番目の目標の設定でゴールをどこにするかということを決めて，４番目の選択肢を探求し不一致と対決する，つまり目標に到達するため

に何ができるのかということを考える。そして５番目の日常生活への般化，実際にやってみるというところまで面接を展開していくことができるようになるわけですね。

それを「意思決定の輪」として表したものがスライド７です。



意思決定の輪
福原眞知子，A. E. Ivey & M. B. Ivey
『マイクロカウンセリングの理論と実践』
（2004，風間書房，p.117より引用）

スライド７

福原眞知子先生とアイビイ先生の著書であります『マイクロカウンセリングの理論と実践』の117頁から引用させていただいておりますが，セッションの開始・ラポールと構造化のところから右回りに，先ほどの５段階が輪になって表されています。その際にそれらの中心にあるのは肯定的資質の探求です。クライエントのストーリーを技法を用いて引き出し，その中に問題を解決するヒントとなる，その人の長所やさまざまな強み，可能性を発見できるように聴いていくんですね。

それは，基本的かかわり技法のもう１つの重要な原則としてもあげられています「肯定的資質に焦点をあてる―クライエントやクライエントの状況の中での肯定的資質を探す」というものです。そうすることで，カウンセラーはクライエントの話を聴いているうちに，解決へと導

基本的かかわり技法のもう一つの重要な原則

- 肯定的資質に焦点をあてる
  ―クライエントやクライエントの状況の中での肯定的資質を探す。
- それらは、問題を解決するヒントとなり、援助者は様々な援助のアイディアを思いつき実践へと結びつく。

スライド８

くさまざまなアイディアを思いつきます。

積極技法である自己開示をしてみたり，「もしそのような行動をとった場合，どうなるでしょうね？」と結果を想像してもらう論理的帰結技法を使ってみたり，意味の反映技法を用いて，クライエントの行動の背景にある価値観をあぶりだしてみたり，先ほどのマイクロ技法の階層表の上の部分にあります，積極技法等を駆使して面接を展開していくことができるようになります。そうすることでクライエントは問題を再構成して，人生のネガティブなストーリーをポジティブな名前に命名しなおして，新しいストーリーを生きていくことができるようになる。カウンセラーはそれを導いていくわけです。

そういう意味では「よく聴く」という基礎から始まって，どの積極技法を用いて面接を展開していけそうか，これを使えばより良さそうだというようなさまざまなアイディアが生まれ，そしてそれを実践するというふうにも言えるのではないだろうかと考えました。

その意味では

「基礎からアイディア、そして実践」
とも言えるのではないか。

スライド９

以上，私は面接の展開過程という観点からこのテーマについて考えたことを発表させていただきました。以上で終わります。

浅妻　ありがとうございました。先生のお話ですと，アイビイ先生と福原先生のお作りになられたこの階層表というのが基礎としてとても大事で，そこから実践，応用に使われていくという流れがすごくはっきりわかります。先生方，いかがでらっしゃいますでしょうか？　よろしいですか？　はい。

そうしましたら，松阪先生は法律の分野でご活躍されているんですけれども，先生のお立場からいかがでしょうか？

松阪　はい。では，私の方から若干，私とマイクロカウンセリングとのかかわりあいについてお話しさせていただきます。まず，マイクロカウンセリングとの出会いについてお話しさせていただきます。

私は1980年（昭和55年）に大学を卒業しまして，一般企業に勤めた後，法曹を目指して会社を退職しました。平成10年から弁護士として司法関係の仕事に携わってきております。

マイクロカウンセリングとの出会いというのは，福原先生との出会いが出発点になっております。福原先生と初めてお会いしたのは，平成17年頃のマイクロカウンセリング学会の立ち上げの少し前くらいの時期だったかと記憶しております。福原先生とお話をする中で，先生のご研究の基本にある個の尊重ということですね，このフィロソフィーに共鳴しました。私たち法曹の基本にあるのは日本国憲法なんですけれども，この憲法が最高の価値としているのが，個人の尊厳，個の尊重という価値観と全く一致する価値観，その基本を置いておられまして，そこに強い感銘を受けました。

マイクロカウンセリングのフィロソフィーである基本的姿勢というのは，関係性の中にある個の尊重と，その成長発展に関わる他者とのかかわりあいを重視する，ということなんですけれども，そのかかわりというのが相手と共にある，よく聴くと，これを具体化したのがマイクロカウンセリングであります。１人ひとりに向かい合って心を込めた付き合いというのがベースになる，そこでは自分も大切であり，かつ相手がやっていることを認め，尊重する心構え，かつそれを表す行動が必要であるということを教えられました。このような基本的姿勢は，司法の場においてもあてはまり，貫かれなければならないのではないかというふうに思いました。

私の弁護士としての仕事に，マイクロカウンセリングをどのように役立たせていただいているか，ということにつきましてお話しさせていただきたいと思います。私の弁護士としての大きな部分は，法律問題の相談を受けてアドバイスをしたり，あるいは事件の解決に向けた交渉や裁判をすることを通じて，法律問題の解決に向けた諸活動をしていくことがあります。事件の解決に向けた活動というのは，まず相談者からの聞き取りから出発します。そこではまず相談者との間で信頼関係を築くことが出発点となります。なんでも包み隠さず話してもらう信頼関係を築くためには，かかわり行動がとても重要な事項になってきます。視線の合わせ方とか声の調子，言語的追跡，うなずき，これらの身体的言語に気を配りながら，まずは聴く姿勢を示すことが大切です。相談者の中には話すことが苦手な方とか，あるいは弁護士への相談ということで緊張して来られる方もおります。その場合には，まずは話し易くする環境作りが大切で，きちんと話せなくてもまずは話せるところから話してもらうということになります。少しずつでもいいから時間をかけて話してもらう，その中で関連する記憶をゆっくり辿ってもらうのですが，その場合，励ましとか言い換えというのがとても効果的な手法になってきます。私が経験した事例で，最初相談に来られた時は無口でなかなか話ができなかった方がおられたのですが，粘り強く励ましや言い換え技法を使っていく中で，だんだんに記憶をたどって思い出したことを少しずつ語っていただき，その中で

事件の解決に直結するような決定的な事実を聞き出すことができたということがございました。これはマイクロ技法の大切さ，威力を痛感した事例でございました。

要約技法は事実関係を聞き取る上で大切な技法になってきます。相談者が話されたことについて正確に聞き取れているか，相手の意見にフィードバックすることによって事実関係の正確性を担保することができます。また，やり取りを通じて話し手の理解も深まっていきます。この要約技法はかなり集中力を要しますし，理解力も必要になってきます。込み入った話の場合は要約が難しいこともあります。そのような場合は正直に話し手の方に，理解が難しいということを伝え，図やメモを書いてもらったりしながら，話を整理していくというようなやり方をとっています。

質問技法も事実関係を聴き取る上で大切な技法になってきます。質問技法には開かれた質問と閉ざされた質問がございますが，まずは先入観なく事実を聞き取ることが出発点となるので，最初は開かれた質問を使うことが多いと思います。話を進める中で，法的に重要な事実については，ポイントを絞り込んで聴く必要があるので，閉ざされた質問が多くなるという傾向があるように思います。これは，話し手のタイプによっても異なってきます。どんどん自分から話される方については，開かれた質問で話を引き出すことができるのですが，話の苦手な方については閉ざされた質問を使いながら話を引き出していくというようなやり方をとっております。

感情の反映も有効な技法になってきます。感情の反映は聴き手がどのような感情として伝わっているかを話し手に知らせることですが，これはコミュニケーションや問題の解決，意思決定をする上でとても役に立ってきます。特に不当な被害にあったことへの怒りや悲しみを抱いている方には，感情の反映を適切に使うと，話し手が自分の感情に目を向け冷静さを取り戻すきっかけになることもあります。

積極技法については，これは法律相談の中で情報の提供とか説明，あるいは助言，アドバイスというのは相談者の方から一般的に求められておるものですので，通常法律相談の中でこういった積極技法を使う機会というのはかなり多くあります。ただ，先ほど，影山先生，荻野先生の方からご指摘がありましたように，この積極技法というのはかかわり合いを十分にし，基本的な傾聴を十分に取った上で行うことが必要であると，そうしないと相談者の方に的確に，その事案に適切な情報を伝えることが難しくなってきますので。あと，相談者の方の誤解を招くと，問題を非常に混乱させるということにもなりかねませんので，そこには十分な慎重さが要求されるというふうに考えております。

相談者の中には自分なりに結論をもって，あとは自分の決定が正しいかどうか，法的に認められるかどうかというアドバイスを受けるために相談される方もおられます。この場合気をつけているのは，相談者自身の思い込みによって，事実関係が相談者ご自身も気づかないうちに，自分の都合のいいように歪められているということがございます。その場合は，質問技法で新たな角度から光を当ててみることが大切です。相談者としては，自分の意にそわない話になりかねないため，十分に信頼関係を作っておくことが必要です。しっかり話を聞いた上で，感情の反映技法等を使いながら感情を出していただき，共感の関係を作っていくことが重要になってきます。気持ちをしっかりと理解してもらっているという信頼がないと，自らの意にそわない質問を投げかけられた場合に拒絶反応を招き，相談者の不信感を招いてしまうということになりかねないので，この点は注意しております。

相談者の立場というのはさまざまで，会社等の一員としてビジネスの相談もありますし，消費者問題や家族問題など，一般の方の相談もございます。相談者の文化的な背景はさまざまであります。このような相談者の個々の背景を尊重しながら関わっていくことが大切だというふうに感じております。そのような心構えを持ちながら今後とも仕事に臨んでいきたいと思って

おります。

今後の課題といたしましては，現在，リモートでのやり取りとか，メールでのやり取りなど，コミュニケーションの手段が多様化しております。リモートのやり取りについては対面とは違って，身体言語とか言葉のニュアンスが伝わりにくい，また，メールのやり取りについてもメールの文面が相手にどのように受け取られているか，相手の表情とか様子がわからないという問題がございます。ただ，他方ではメールは事実関係を正確にやり取りする上では有効な手段，口頭のやり取りでは気づかなかった問題が文章にしてみると明らかになるということがございます。こういった対面でのコミュニケーションとリモートによるコミュニケーションをうまく使い分けながら，両者の良いところを最も引き出せるような形で使いこなしていけることが，今後の課題であるかと考えております。

以上つたない話ではありましたが，ご清聴ありがとうございました。

浅妻　松阪先生，ありがとうございます。人を弁護するということに，このマイクロ技法が非常に大事であるということが良くわかりました。先生が今おっしゃったように，対面でなくメールでやり取りをされるということに触れていらっしゃいましたけれども，そういう機会というのはこれから多くなっていくんでしょうか？あんまり，そういうことは関係ないのでしょうか？

松阪　ええ。これからやはり増えていくんではないかと思います。メールの場合，ある程度短い文章の中で，相手の意図とか感情とか，それを読み解いていくということが，今後非常に重要になるんではないかというふうに思っております。

浅妻　わかりました。ありがとうございます。先生方は，いかがでいらっしゃいますか？　よろしいですか？　荻野先生は？

荻野　今，私は困っておりまして，実は何にも話せるものがない，というのが本音です。「アイディアから基礎，そして実践へ」という，このアイディアというのが何をさして言っているのかが，実は私，よくわからない。先生方のお話を聞いてもまだよくわからない。これは私の知識不足から来ていると思うのですけれども。

しいて私が考えたことを申し上げれば，例えば，初めてされたことではないと思うのですが，山本先生が以前に電話でのカウンセリングのことを報告されたことがあったように思います。また，松阪先生はメールで，カウンセリングと言いますか，メールでのやり取りをされたことを報告されています。こういうのをアイディアというのだろうか。私はよくわからないものですから，何をさしてアイディアととらえたら良いのか悩みました。そして思ったのですけれども，アイディアというのはオリジナルなもの，それまで存在しなかったもの，それを使ったらこんなことができる，それはこんなふうに役に立つ，それがアイディアといえるのではないかと考えました。そうだとしたら，マイクロカウンセリングの中でアイディアが取り込まれるのはどこなのだろう。こう考えますと，傾聴の仕方，積極技法の用い方，そこでのカウンセラーの話す内容，そういうところに，それぞれのカウンセラーのアイディアが働くのではないか。それくらいしか私にはわからない。

もう１つ考えたことは，アイディアというのは，ふってわくというのは言いすぎだと思うのですけれども，その人の体験を通してわいて出てくるようなものではないか，ですからたくさんのカウンセリングの体験を通して，「こんな方法があるのではないか」とかですね，「あそこで言っていたのはこういうことだから，こういうことをしてみたらいいのではないか」とか，これがアイディアなのかなと。

そうだとしますとアイディアというのは洞察学習に近いのではないか。私はすぐ「学習」に結びつける癖があります。洞察学習というのは，１回で成立するような学習，だけれども基礎が

なければ起こらないというのが私の考え方です。チンパンジーが檻の中にいて外のバナナがほしい。中に大きな棒があった。しばらくうろうろして，突然その棒を持って外のバナナを手繰り寄せた。これは一見試行錯誤学習とは違うのですね。これは洞察的に起こったのですけれども，後の研究者によって，過去に木の枝を使うことがなかったチンパンジーとその経験のあったものを比較すると，木の枝を使うことがなかったものには洞察は起こらなかったということが報告されています。

ですから，カウンセラーの方たちがたくさんの経験を積み，たくさんのカウンセリングを体験することを通していろいろなアイディアが湧き，その根拠を基礎に照らして検討し，そしてそれを実践に用いるということではないか，というようなことを考えました。これらが，私がこのディスカッションに加えていただくことになって考えた精一杯のことです。

私は「学習心理学って大切なんだよ」と学生たちに言っても退屈されてしまいましたけれども，看護師さんだった学生の１人が後に，「学習心理学を学んで良かった」と言ってくれた時には「したり！」と思いました。心理学について，基礎的な知識をたくさんもつということ，それから，私はもう１つ，心理学ではなくてこの領域について知ることが役に立のではないかと思っているのが社会学なのです。社会の変化によって，人がどんどん変わっているようなところがある。今の若者たちと50年前の若者たちは違うと思うのです。心理構造が。そういう意味では私は社会学的な研究に目を向けること，それがアイディアの元になるのではないかと，そのような取り留めのないことを考えています。

浅妻　ありがとうございます。先生方，何かございますでしょうか？　よろしいですか？

それでは，玉瀬先生，よろしくお願いいたします。

玉瀬　皆さん，こんにちは。私は玉瀬耕治と申

テーマ：　「アイディアから基礎、そして実践へ」

パネルディスカッション（テーマをふまえての自由討論）

＜玉瀬耕治の討論＞
- 午後のシンポジウムへの橋渡しとして
- 前回ワークショップ（一昨年日本応用心理学会大会）での討論と今回の講演者：横田正夫先生のご研究に関連して

１）マイクロカウンセリングとの関連性
- マイクロカウンセリングとどう関係するのか（聴くことの重要性と困難性）
- 発達カウンセリング・心理療法（対人援助職者としての発達の道筋理解の必要性）

スライド10

します。よろしくお願いいたします。私はこれまでの先生方のお話とは少し問題設定の仕方が違いますが，午後のシンポジウムへの橋渡しとしてお話しさせていただきます。

一昨年の日本応用心理学会大会におきまして，指定討論をしていただいた横田正夫先生からたいへん興味深いご指摘をいただきました。今回の全体テーマであります「若者とメディア」はその時に示唆を得てつけられたものであります。私はこのテーマはマイクロカウンセリングとどのような関連性を持つだろうかということを考えております。１つはマイクロスキルとどう関係するのか，すなわち聴くことの重要性と困難性の問題はどうなのかということです。もう１つは発達カウンセリング・心理療法との関係です。クライエントの発達の筋道をどう理解するのかという問題です。これらについては午後のシンポジウムを通して考えていきたいと思います。

今回は資料を配布できておりませんので，横田先生のご著書について触れておきたいと思います。アニメーションに関するご著書は多数ありますが，ここでは５冊の著書をご紹介しておきます。

まず①の『アニメーションの臨床心理学』で

＜文献：横田正夫関連著書＞
①横田正夫著「アニメーションの臨床心理学」誠信書房（2006年）
②横田正夫著「アニメーションとライフサイクルの心理学」臨川書店（2008年）
③横田正夫著「マンガでやさしくわかる心理学―人の『心』と『行動』の不思議を読み解く正しい基礎知識」日本能率協会マネジメントセンター（2016年）
④横田正夫著「メディアから読み解く臨床心理学」サイエンス社（2016年）
⑤横田正夫著「大ヒットアニメで語る心理学―『感情の谷』から解き明かす日本アニメの特質―」新曜社（2017年）

スライド11

すが，この本が出版された2006年までに，横田先生が行ってこられた認知心理学的視点からの基礎研究が紹介されています。心理学的手法による，実に緻密な映像分析を繰り返しなさっています。この本はいわば横田先生の出発点と言えるのかもしれません。②の『アニメーションとライフサイクルの心理学』は，アニメーションの作家自体のライフサイクルがどのように変化し，それに伴って作品がどのように変化しているかを述べられています。特にチェコの人形アニメーション作家のイジー・トルンカ，そしてその影響を強く受けた川本喜八郎について述べられています。また水木しげるの「ゲゲゲの鬼太郎」の発達的変化についても詳しく述べられております。たいへん興味深いものです。③の『マンガでやさしくわかる心理学―人の「心」と「行動」の不思議を読み解く正しい基礎知識』は，マンガで心理学の実験方法や検査法，面接法などについて，物語の形で分かりやすく解説されています。④の『メディアから読み解く臨床心理学』ではたくさんのアニメ作品が紹介されています。例えば「パーフェクトブルー」,「ちびまる子ちゃん」,「おもひでぽろぽろ」,「新世紀エヴァンゲリオン」,「鉄腕アトム」などなどです。⑤の『大ヒットアニメで語る心理学―『感情の谷』から解き明かす日本アニメの特質―』については，午後の講演でお話しいただけるものと思います。最近の「進撃の巨人」や「君の名は」,「アナと雪の女王」などについて，横田先生はどのように見ておられるのでしょうか。

次に，若者の発達と「危機と克服」のテーマについてお話しいたします。

２）若者の発達と「危機と克服」のテーマ
- 壁に気づくこと、悩むこと、もがきながら経験を重ねること（師匠やモデルが必要）、壁を乗り越える技を身につけること、自分の進むべき道を見出すこと（③，④，⑤）
- 異性への関心と接近の難しさ、ジェンダーアイデンティティ・モデルの多様化による若者の混乱　（①，⑤）
- モデルの存在の重要性
- 闇への転落、師匠のもとでの修行、光への帰還、そして成長（⑤）
- 「感情の谷」（横田）に落ちることの意味（病理と健康な社会化）（⑤）
- 「進撃の巨人」における巨人と壁。訓練と病的体験、仲間の必要性（⑤）

スライド12

私は多くのアニメに見られる共通の問題として，「危機と克服」のテーマを考えてみました。アニメでは成長過程で壁にぶち当たり，悩みもがきながら厳しい経験を重ねます。そこで師匠やモデルに出会います。そして，それらの先人をモデルとしながら危機を乗り越える技を身につけ，自分の進むべき道を見出していきます。また異性への関心と接近の難しさや，ジェンダーアイデンティティのモデルと出会い，その多様性のゆえに混乱することもあります。アニメによってどのようなモデルが示されるかは，たいへん重要な要因であると考えられます。多くのアニメでは，主人公が闇の中に転落しそこで修行を重ね，やがて光のもとへと帰還し成長します。横田先生は「感情の谷」を想定して，そこに落ちることの意味を，病理性との関連で紐解いていかれます。例えば「進撃の巨人」における高い壁，訓練兵としての過酷な経験，仲間の必要性などが問題となるでしょう。

次に壁ともう１つの世界，すなわち異界の問題を考えてみましょう。

３）壁ともう一つの世界（異界）
- 子どもは親の枠の中で育つ（社会化）、枠の柔軟性の欠如による問題の発生、縦関係から横関係への移行の難しさ
- 「バケモノの子」におけるバケモノの世界（異界）での修行（⑤）
  「ブレイブ　ストーリー」におけるワタルとミツル（家族との離別、死別）（⑤）
- 若者の苦悩：「ゲド戦記」における主人公アレンの悩み（エディプス・コンプレックス）、光と闇のバランスの必要性
- 「太陽の子ホルスの大冒険」における迷いの森（転落とヒルダの救出）（⑤）
- 「千と千尋の神隠し」における湯屋（異界）での修行（①，⑤）
- 通じ合える人はわずかしかいない：「思い出のマーニー」におけるアンナとマーニー
- 光と闇：「スターウォーズ　エピソード１～９」の闇（ダース・ベーダー、カロ・レン）の力

スライド13

一般に，子どもは親の作った枠の中で育ちます。それは社会化の始まりです。その枠の柔軟性の欠如によって，問題が起こります。思春期に達すると，親は子との関係で縦の関係から横の関係へと移行しなければなりません。しかしその移行に失敗し，多くの問題が発生してきます。これらの問題に関連するアニメは数多く見られます。例えば「バケモノの子」にはバケモノの世界,「ブレイブストーリー」でワタルとミツルが経験した異界,「ゲド戦記」におけるアレンの悩み。このアニメでは，いきなりアレンが父親を殺すというところから物語は始まり

ます。すなわち，エディプス・コンプレックスの問題といってよいでしょう。そこから，世の中の光と闇のバランスが，崩れかけているという大問題へと発展していきます。「太陽の子ホルスの大冒険」では主人公のホルスは悪魔の妹であるヒルダを救出するという展開があります。「千と千尋の神隠し」では千尋が千となって異界である湯屋で修行することを余儀なくされます。「スターウォーズ」の９つの作品は，総じて光と闇の相克の問題を扱っています。これらは自己の内面に生じる葛藤の問題と考えると，受け容れ難い否定的な自己をいかに克服していくかの問題に置き換えることができるかもしれません。

以上に述べてきましたことは，まとめると次のようになるでしょう。

＜重要事項＞
- 現代社会と光と闇の問題（昭和世代と平成世代の違い）、死と再生（異界体験）
- 適切なモデルの必要性：モデルを発見する力の差によって発達の様相は異なる
- 「もののけ姫」「千と千尋の神隠し」「君の名は。」はなぜ流行ったのか（①，②，⑤）

「強い感情体験」　→　「感情の谷への転落」　→　「意識の変容」
→　「現実への帰還→新たな自分」

スライド14

現代社会と自己，あるいは自我における光と闇の問題。これは戦争による影響を受けて育った昭和時代と，その後の平成時代の違いに現れてくるのではないでしょうか。死と再生の問題，異界の体験をすることによって新しい自分を創成するきっかけがつかめるでしょう。子どもの成長・発達には適切なモデルが必要です。いかに適切なモデルを発見できるか，発見する力の差が，将来の発達差に繋がっていくのではないでしょうか。一体，「もののけ姫」や「千と千尋の神隠し」，「君の名は」は，なぜ流行ったのでしょうか。これらの問題は，午後の横田先生のお話を伺いながら，皆さんとともに考えていきたいと思います。

ご清聴ありがとうございました。

浅妻　ありがとうございます。

それでは時間になりました。ちょうど午後のセッションに繋がる内容を先生方から提供していただいてありがたいと思います。このセッションはこれでおしまいにして，30分の休憩で非常に短くて申し訳ないんですけれども，午後は１時ちょうどから福原先生の司会で講演を進めさせていただきたいと思います。では，１時にまたお目にかかります。

◆ 午後の部

テーマ：若者とメディア

1. 講演

演　題：映像メディアと臨床心理学

司　会　福原眞知子（常磐大学）
講　師　横田正夫（日本大学）

福原　それでは，午後のセッションを始めさせていただきます。日本大学教授，横田正夫先生によるご講演でございます。テーマは「映像メディアと臨床心理学」。先生におかれては，たいへんお忙しい中，時間を設定してくださいまして，私共たいへん喜んでおります。プログラムの都合で時間が１時間しかないのですが，いっぱいお話しいただくことがあると思いますので，全部先生に使っていただきます。私は長々と先生のご紹介とかはできません。できないほど本当に先生は立派なキャリアをお持ちで，どう言いましたらいいか，よく偉い先生方が業績等をお書きになるんですけども，それは「あぁ，そうか」っていうことで，縦に読んでいるんですけれども，先生のは本当に立体的に先生のキャリアが分かるんですよ。まさにこの学会のテーマである基礎，応用という，その分野を，先生ご自身のお気づきから，研究用の目標設定から完成ということで積み上げてこられた。だから，本当にいろんな分野，人間にまつわるいろんなことを勉強してこられた非常に数少ない，尊敬申し上げている心理学者の１人でいらっしゃいます。今日は，たいへん貴重なお話が伺えるかと思います。去年の段階で４，５冊先生の本を読ませていただいたんですけども，今一番感銘を受けているのが，2008年の『アニメーションとライフサイクルの心理学』です。これがまさに先生の，映像への関心から始まって，心理学でもって人をより深く知るというところで医学部での研鑽，そしてまたそれをまとめるために，文学部での心理学の追究をされています。そしてその間に，国際心理学の方でも名が知られるような業績を残されているアニメ研究家でいらっしゃいます。

先生よろしくお願いいたします。

◇

横田正夫

福原先生，ご紹介ありがとうございます。

画面共有でスライドを提供したいと思いますので，しばらくお待ちください。「映像メディアと臨床心理学」という題でお話ししたいと思います。

福原先生からご紹介がありましたが，簡単に自己紹介をさせていただきたいと思います。

自己紹介

- 日本大学芸術学部映画学科卒業。アニメーションを作ろうと考えていたことも。
- 日本大学大学院文学研究科入学、認知心理学的に映画理論を解明しようと考えた。
- 群馬大学医学部精神医学教室教務員就職。統合失調症の認知障害について研究。
- 日本大学に戻る。この頃からアニメーションの研究も始める。

スライド１

大学は，日本大学の芸術学部映画学科を卒業しています。映画学科にいる頃にはアニメーションを作ろうと考えていた時期もありました。その後日本大学大学院文学研究科心理学専攻に

入って，映画理論を心理学的に解明したいということで，実験心理学の方向で研究を始めました。認知心理学的な研究を行って，映画理論を解明しようとしたのですが，これはうまくいきませんでした。その後職先が決まらず，方向転換し，群馬大学医学部精神医学教室に教務員として就職し，そこで臨床現場に入りました。特に統合失調症の認知障害についての研究をここで行ってきています。群馬大学に 9 年いてから，日本大学に戻りました。日本大学に戻った頃からアニメーションの研究を始めたというような流れです。ですので，アニメーションについては大学の頃やっていたことが，中年期に入って復活したというような経緯です。ライフサイクル的に考えれば，中年期危機の頃にアニメーション研究が復活したということになります。

日本のアニメの特徴

- 複雑な物語
- 感情移入しやすい同年齢の子どもが登場
- キャラクターが魅力的
- 気持ち（感情）が語られる→場合によってはこころの混乱＝「感情の谷」
- 感情の谷からの救済物語（弱さを持った主人公）

スライド 2

そこでアニメーションの話を中心にしてマンガにも触れたいと思いますが，その特徴をまとめてみますと，スライド 2 に示したように，まずは複雑な物語が語られるということ，それに感情移入しやすいように同年齢の子どもが登場するということ，キャラクターが非常に魅力的に作られているということ，気持ち，感情が非常に重要視され，場合によっては主人公が混乱状態に陥るということがあげられます。それを私は「感情の谷」と呼んでいます。その「感情の谷」から救済される物語になっている。このことは主人公が，心が混乱する弱さを持っている，ということですので，同年齢の子どもたちにとっては，共感を寄せられるような対象だということになります。

感情の谷の構造

- 主人公が感情的な衝撃を受け、精神的な混乱をきたす。
- 場合によっては無意識に陥る。あるいは精神病状態を示す。
- しかしその奥底には心の避難場所がある。
- そこに隠れていると外部から他者が助けにやってくる。
- 他者の助けを受けて、悟りを得、現実に目覚め、英雄になったり奇跡が起きる。

スライド 3

「感情の谷」の構造はどういうふうになっているか，ということですが，それは主人公が感情的な衝撃を受けて，精神的な混乱をきたすということから始まります。そのために無意識に陥る，あるいは精神病状態を引き起こすということがあります。無意識の心の奥底には，心の避難場所があって，そこに隠れる。するとそこへ，外部から他者が助けにやってきて助けくれる。その他者の助けを受けて，現実に戻り，実は自分はヒーローだったことに目覚め，奇跡が起こる物語展開になる。心理学的に考えると心の構造が非常に単純化されて描かれています。

構造の単純さ

- 心の奥底の避難所（自閉する場所の存在）
- 救済者の登場（心の奥底まで来てくれることによる心の緊密な絆の形成）
- 救済され強くなる（仲間がいることの強さ）
- 弱さと強さの二面性を持った主人公に感情移入する観客

スライド 4

心の奥底に避難場所があるということは，自閉する場所が心の奥底にあるということです。そして救済者が登場するということは，心の奥底まで来てくれる他者がいるということですので，非常に緊密な心の絆がそこにできていると

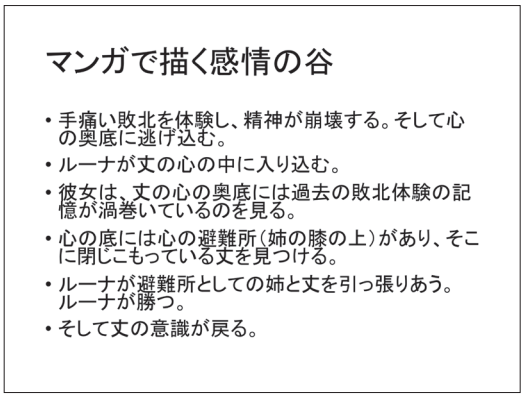
いうことを示しています。救済されて強くなるということは，要するに，自分を救ってくれるような人がいるので，仲間と一緒に強くなる，ということにもなるわけです。このように，弱さと強さの二面性を持った主人公が登場して，それに感情移入できるようにつくられているという特徴があります。

「感情の谷」を最初に描いたと思われるのが，1967年のマンガ「幻魔大戦」という作品です。この作品の原作はSF作家の平井和正，マンガは石ノ森章太郎，当時は石森章太郎ですが描いていました。週刊少年マガジンに連載されました。主人公は高校生の東丈（あずまじょう）という男の子で，背が低いことが劣等感になっています。頑張り屋ですが，野球の正選手にはなれない。一方プリンセス・ルーナという超能力者が登場し，彼女が幻魔という宇宙の破壊者の地球への襲来を予知し，地球の超能力者を集めて，戦おうと準備する。その１人が東丈なわけです。東丈は巨大な超能力を潜在させているということで，ルーナがその超能力を覚醒させる。すると，東丈は劣等感に悩んでいた少年ですので，突然巨大な超能力が目覚めたために，自分が全能者になったと思い，地球制覇をもくろむような，そういう心持ちになってしまいます。それはいけないということで，丈に向かってルーナが幻魔の幻影を見せます。東丈はその幻魔の幻影と戦って敗れた，と思い込んでしまいます。幻影ですから，戦っても勝てるわけはない。敗れたと思い込んだ丈は廃人のようになってしまって精神に異常をきたしてしまいます。それを紹介しているのがこのスライド５です。

このスライドはマンガのコマからとりました。真ん中で呆然としている少年が主人公の東丈です。この少年について宇宙戦士のベガが「ショックが強すぎて精神に異常を起こしています」と言っています。それに対してルーナは「幻の幻魔と戦って敗れたと思ってるのよ。心にもぐりこんでみる」と言います。そしてルーナはこの東丈の心の中に入り込んで東丈を救い出そうとします。丈の心の中にはいろいろな劣等感に

スライド５

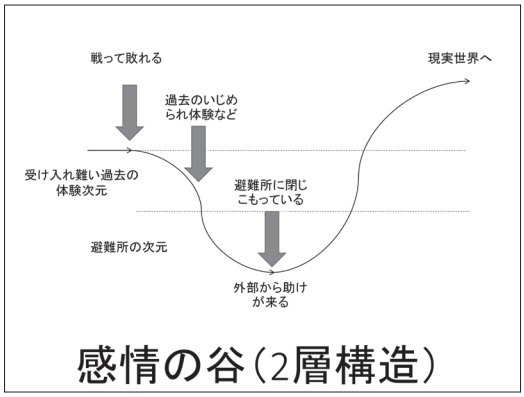
苛まれるような体験があり，弟よりも力が弱かったとか，虐められて泥を口の中に入れられたとか，両親からもダメな子というふうに言われたとか，というようなことが描かれます。そういう心の奥底で，東丈が姉の膝の上で泣いている。自殺企図し，姉に慰めてもらっている。唯一，彼を保護していたのはこの姉であったわけです。姉の膝の上が東丈の避難場所ということになります。そこへプリンセス・ルーナの心が入り込んできて，姉とルーナのそれぞれが丈の片方の手を持って引っ張り合います。「このままいたらあなたは廃人になるのよ」とルーナに言われて，東丈は目覚め，現実に戻り，実はルーナは仲間であったということに気づきます。



スライド６

このようにマンガで描いている「感情の谷」は手痛い敗北を体験し，自我が崩壊するということから始まります。その崩壊した自我は，心の奥底に逃げ込む。その逃げ込んだ先には保護者（姉）がいて，その保護者の膝の上に倒れこ

む。そこへ外からやってきたルーナが東丈の姉と引っ張り合う，というようなことがあって，結局丈の意識が目覚めるということが起こります。



スライド７

それを図式的に考えてみると，スライド７に示したように，最初は現実的なレベルにいて，戦って敗れるという体験があって，無意識世界に入っていく。そこでは過去の虐められ体験等が渦巻いていて，さらに落ち込んでいくと，姉の膝の上というような避難場所がある。そこに閉じこもっているとプリンセス・ルーナという救助者がやってきて助けられて現実世界に戻っていくと，自分は戦士であると目覚める。無意識世界に２層構造があって，非常に混乱し，受け入れがたい体験がある世界と，さらに自分が庇護されている空間があるというような２層構造が語られています。

「幻魔大戦」が公開されたのは1967年ですが，非常に象徴的なことは同時期的に河合隼雄の『ユング心理学入門』が刊行されたということがあります。アニメーションの人たちの中にはユングに対する関心が非常に強い人が多いですが，そのユング心理学の入門書で，無意識世界を紹介する本が同時期に出ていたわけです。

次にアニメーション版の「幻魔大戦」（1983）を見てみたいと思います。

マンガの原作から16年経ってアニメーション化されました。角川アニメーションの第一作です。エピソードはほぼ同様ですが，一部改変されて単純化されています。１つは名前がマンガではルーナとなっていますがアニメーションではルナ，というふうに短くなっています。原作者の平井和正は，アニメーションの出来にはとても不満だったようですが，結果的には高収益を上げた作品となっています。監督はりんたろうです。キャラクターの造形が高校生ということで，現実の高校生っぽいようなキャラクターに初めて作られました。アニメーションの世界でマンガマンガしたキャラクターではなくて，青年期らしいキャラクターが，初めて登場した作品です。そのキャラクターを作ったのが，若者に大人気だった大友克洋です。

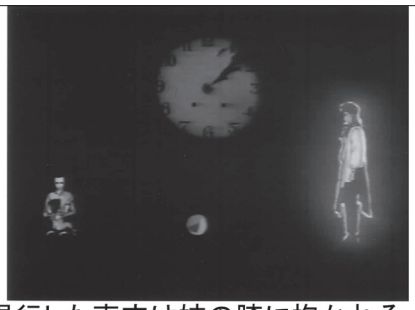
心の中で丈は、幼児に退行し、泣きながら逃げる。丈の身体は裸でどんどん若返る。

スライド８

マンガと同じように幻魔と戦って敗れたと思い込んだ東丈は自分の心の中に閉じこもってしまいます。その描き方が非常に面白いと思います。スライド８はアニメーション化された映画の画面を，マンガのようにした本（富士見コミック・アニメ版「幻魔大戦」２，1983，79頁）から取ったものです。東丈が裸体になって，体がどんどん小さくなって子どもになってゆく。「姉ちゃ～ん!!」「姉ちゃ～ん!!」と幼い声で姉を呼びながら，どんどん若返っていくというように描かれ，その行き着く先が姉の膝の上だったということになります。

次のスライド９は作品の１コマですが，姉の膝の上に乗った幼い丈と光り輝いているルナが示されています。真ん中には大きな振り子時計があります。背景は家の中だと分かるような合成になっています。そこで丈は姉の膝の上に乗って縮こまって，赤ちゃんのようになっていま

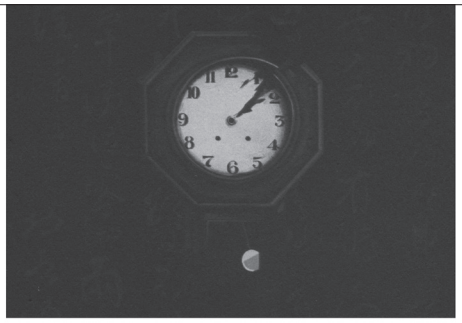
す。そういう空間の中に，プリンセス・ルナがやってきて姉と対面します。



退行した東丈は姉の膝に抱かれる。時計は動かないようになっている。そこにルナが出現。

スライド９

注目したいのは背後にある時計で，時計の文字盤が壊れていて，針が進まなくなっています。この心の中の空間は時計が進まない，つまり時間が停滞している空間であることが象徴的に示されています。



心の奥底の無意識の空間は壊れた時計が暗示するように停滞している空間であった。

スライド10

時間が停滞している空間ですので，東丈という存在は１人では恐らくそこから外へ出ることはできない。ルナのような外からの救済者が必要であるということです。実際に外から来たルナと東丈は心を通わせ，丈は子どもの姿から本来の姿に戻ります。そして現実に戻っていくわけです。

このようにアニメーションの特徴ということで考えると，幼児に返る，先祖返りする，ということが新しい表現として示されました。マンガで描かれていたような過去のいじめ体験などは，完全に省かれ，単純化されています。ただ，

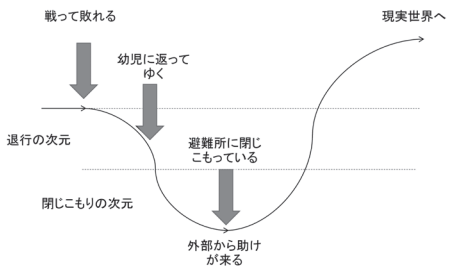
アニメの特徴

- 幼児に返る（先祖返り）：丈の過去のいじめ体験などとルーナがそれを見ているという関係は描かれない。
- 時間が止まった心の中の空間が避難所：避難所が心の奥底の空間に位置づけられた。
- そこへ入り込む。幼児は怯えたようにそこから出たがらない。

→感情の谷が、心の退行と心の奥底への避難という2段階で描かれた。避難所に外部から救助者がやってくる。そこから助け出される。

スライド11

心の奥底の空間は時間が止まった避難場所である，というように位置づけられている。そこに入り込んだ幼児は，怯えたようになり保護者のいるそこから出たがらない場所となっています。



感情の谷（2層構造）

スライド12

アニメーションの「幻魔大戦」の「感情の谷」を図に示したのがスライド12です。このスライドの図に示したように「感情の谷」が退行と奥底に避難し閉じこもるという２層に分かれています。先ほどと似たものですが，戦いに敗れるということがあって，退行していくというレベルがあって，その先に閉じこもる空間があるということです。外部から救助者がやってきて現実世界に戻れる，というような２層構造が作られています。「感情の谷」というところを抜けて，東丈はプリンセス・ルナが一緒に戦う同士ということを自覚します。

その後，アニメーションではテレパシーという超能力で心がつながり，救難信号を受けた丈はルナの救助にいくというように物語が展開し

ていきます。

ここでは直接関係がないのですが，アニメーションが公開された1983年の前の年，1982年にDSM-Ⅲの翻訳版が医学書院より刊行されています。医学の世界で診断基準の全く新しいバージョンがここに登場し，これが日本を席巻するという現象が起こりました。診断のマニュアル化が進行したのでした。

では今紹介したような「感情の谷」と類似した体験が現実にないのかというと，例えば統合失調症の発病経過が参考になると思われます。統合失調症の発病過程は，スライド13に示したように，コンラートによれば，トレマ，アポフェニー，アポカリオプスというような三段階を経て統合失調症の症状が発現する。

統合失調症の発病過程（コンラート、山口、安、中井訳、1994 ）

- トレマ：周囲に壁があるように自由が失われ、危急状態にある
- アポフェニー：意味が自明のものとして現れ、意味の啓示や意味の顕現がみられる
- アポカリオプス：緊張や無動の状態になる
- エネルギーポテンシャルの減衰

スライド13

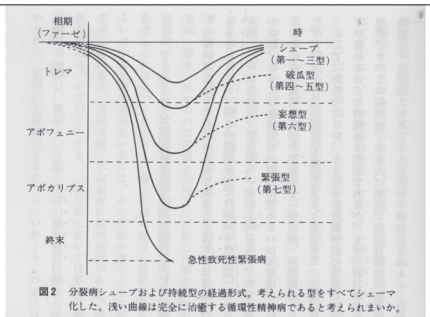
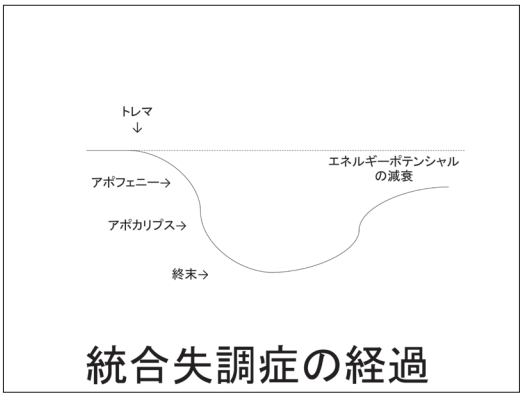


図2　分裂病シューブおよび持続型の経過形式。考えられる型をすべてシューマ化した。浅い曲線は完全に治癒する循環性精神病であると考えられまいか。

コンラート（山口、安、中井訳、1994 285頁より）の経過図

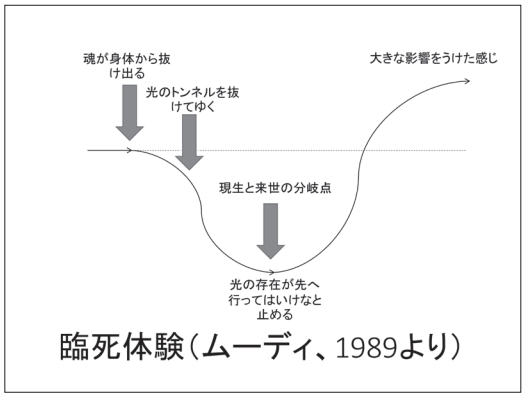
スライド14

コンラートの図をより単純化して示したのがスライド15の「統合失調症の経過」です。このスライドのように，最初トレマの段階があって，アポフェニーからアポカリプスの段階まで行って，回復に向かうという形です。こういう図の形は「感情の谷」と似ていると思えるわけですが，ただ統合失調症の場合には，回復に向かう曲線は最初のレベルより下がったところで止まっています。アニメーションのように現実の元のレベルを超えて悟りの境地に至るということはなく，そのレベルよりも下がったところに至るといったエネルギー・ポテンシャルの減衰が起こります。この点が違うわけです。ただ統合失調症の発症の初期のトレマでは緊迫困惑気分といったような，非常に強い感情的な混乱状態が現れると考えられ，その後に妄想，あるいは陽性症状が生じるということですので，この経過に関しては「感情の谷」と似ています。ということで，アニメーションで描かれる「感情の谷」は統合失調症の発病過程に似た特徴をもっていると思われます。しかし統合失調症には心の奥底に避難場所というようなものがあるわけではなく，また外部からの援助者が来るわけでもありません。統合失調症を経過すると，通例はエネルギー・ポテンシャルの減衰ということが起こる。そして，陰性症状が残るというようなことがありますが，アニメーションでは「感情の谷」を通過すると，人格が高くなって，悟り，英雄になるといった形で，結末が違ってきています。



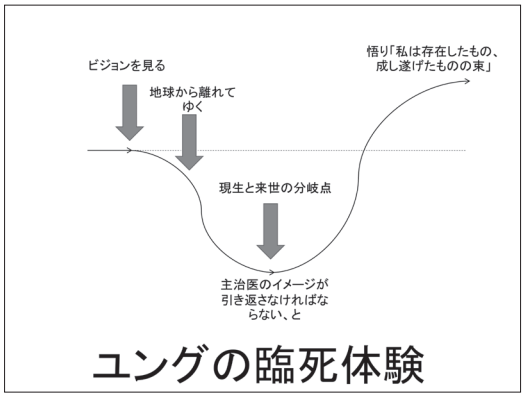
スライド15

さらにほかに似た現象として臨死体験があります。ムーディの1989年に出版された翻訳本によると，臨死体験をしている人の身体から魂が抜け出て，天井の方から自分の身体を見ている



スライド16

現象があって，光のトンネルを抜け，その先に行こうとすると，もうその先は行ってはいけないという光の存在が現われ，止められ，そして意識が目覚めて現実世界に戻って来る。この体験で大きな影響をうけて悟りを得たようになる，ということです。

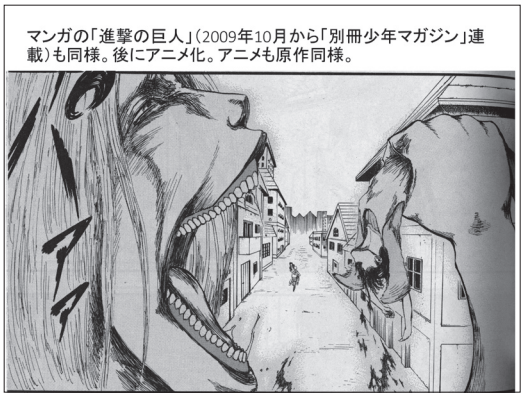


スライド17

臨死体験の具体例として分析心理学のユングのビジョンを見た体験があります。ユングが1944年に心筋梗塞を患って危篤状態に陥った時に，いろいろなビジョンを見ました。それによるとユングが地球外にあって，眼下に地球を見，地球から遠ざかっていくという自分を感じていました。目を転じると真っ黒な石の塊が見えて，入り口があってそこに近づきました。そうするとすべての自分の経験が走馬灯のように彼から消え去り，離脱していき，ユング自身は「私は存在したもの，成し遂げたものの束である」と悟ったといいます。こうした時に地球の方からイメージが浮き上がってきて，どのようなイメージだったかと言うとユングの主治医のようなものだったのですが，そのイメージがユングに「地球から離れる権利はなく，引き返さなければならない」と言った。そしてイメージが消えて，ユングは意識を回復したということです。こういうようなビジョンが紹介されています。

以上のような統合失調症の発病経過，あるいは臨死体験と似たようなものを，アニメーション，マンガの世界で「感情の谷」として描いているように見えるわけです。そういう表現が最近のアニメーション，マンガの中でも，形は変えていますが，登場してきているように見えます。この点について次に説明してみたいと思います。

「感情の谷」のさらなる展開として紹介したいのが大ヒットした「進撃の巨人」(2009) です。アニメーションの「幻魔大戦」から26年後，約四半世紀経っています。マンガの「進撃の巨人」(2009年10月から「別冊少年マガジン」連載) も大ヒットしましたし，アニメーション化されたテレビシリーズも，最近，NHKの深夜に放映され，大ヒットしました。スライド18はマンガのコマをコピーしたものです。



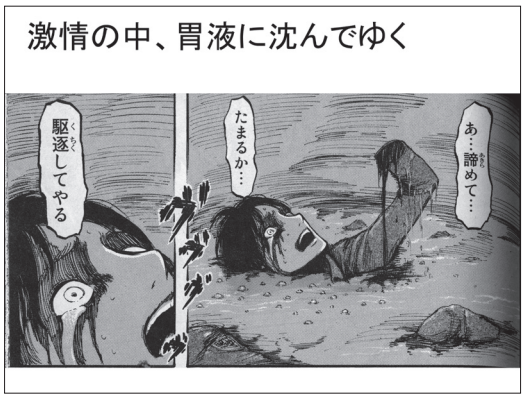
スライド18

手前にいるのが巨人で，その巨人が手にしているのが，主人公エレンの母親です。エレンは遠くの方に小さく大人に担がれた子どもとして示されています。エレンは顔をこちらに向け，自分の母親が巨人に食べられてしまうところを凝視しています。その様子を巨人の方を拡大して描いて見せています。このコマの表現からエ

レンの感じている衝撃の強さがわかります。

目の前で母親が巨人に食べられてしまう体験をして，エレンは巨人を倒す使命に燃え，戦闘訓練に明け暮れ，巨人と戦える技術を身につけたと思い，実際に巨人に戦いを挑んだその初日に，自分がいかに無力であったかを実感することになります。巨人に捕食され，その胃の中へ入ってしまいます。

スライド19は巨人の胃の中のエレンのマンガのコマを示しています。



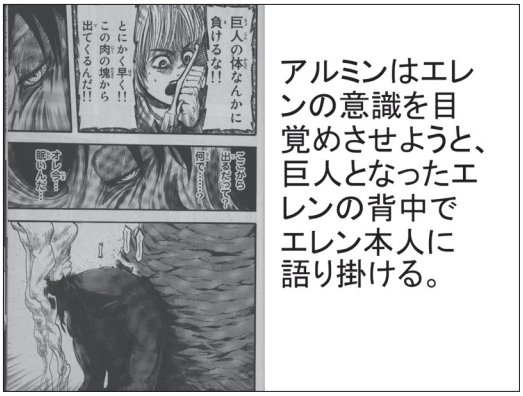
スライド19

エレンは，手を切り取られて胃液の中に沈んでいく瞬間でも「巨人をやっつけてやる，駆逐してやる」と叫んでいます。

胃液の中に消えていくと，底のところから手がニョキニョキっと出てきて，なんとエレンが巨人に変身して現れるという展開になります。スライド20で示したのは，手が巨人の中から出てきて，エレンの巨人が現れてくるところのマンガのコマです。

スライド20

巨人に変身したエレンは他の巨人たちを倒していきますが，ある時自分自身で自分の顔を殴りつけ，倒れて，巨人としての意識を失ってしまいます。そうするとどういうことが起こるかと言うと，巨人の体に同化しているエレンの意識が現れ，そのエレンが「おれは…」と戸惑いの言葉を発します。巨人の首の根元のあたりにエレンの身体があるのですが，「今…なにしてるんだ。座っているのか…」というように彼は徐々に自分の体について意識し始め，結果的に思い出すのは，巨人に食べられてしまって，いないはずの母親とその他の家族と一緒にいる平安の家庭の様子なわけです。彼は両親が健在でその中に自分もいると思い込んでいる。エレンは家族と一緒に平穏な生活を送っていると実感しているのです。そのようなエレンを目覚めさせようとするのは友達のアルミンです。スライド21はアルミンがエレンに語りかけている様子を示しているマンガのコマです。



スライド21

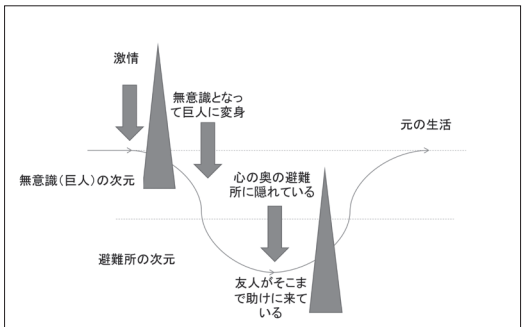
アルミンは巨人の体の首のところで，エレンの本体があるあたりに向かって声をかけます。「巨人の体なんかに負けるな!!とにかく早く!!この肉の塊から出てくるんだ!!」と言って目覚めさせようとします。目覚めさせようと非常に努力するんですが，なかなか届きません。エレンの記憶に関わるようなことをアルミンは言います。「お母さんを殺したやつが憎いんだろ！」などと言うわけですが，うまくいかない。当然です。エレンの目の前には母親がいるのですから。

エレンが見ているのは，自分が家の中にいて，母親がいるという平穏無事な家族の姿です。それが彼の現実ですので，それを否定することはできない。そんな家の中からエレンは窓の外から声をかけてくるアルミンを見ています。アルミンは，「どうして」と言って，「外の世界に行きたいと思ったの？」と根源的な問いをエレンにします。その場面を示しているのがスライド22のマンガのコマです。

次にアルミンはエレンに壁の外に出たかった理由を尋ねる。するとエレンは自身の存在意義に目覚める。

スライド22

それを聞いてエレンはやっと気づきます。「オレが，この世に生まれたからだ」と自我の目覚めが起こります。エレンの自我を目覚めさせるためには，根源的な問いかけが必要でした。この目覚めと同時に巨人の意識も目覚め，巨人は動きだします。



感情の谷の2重構造

スライド23

このようなエピソードの流れを見ると，「進撃の巨人」にも「感情の谷」のモデルが当てはまります。まずエレンは「激情」にかられます。「激情」にかられますが，それですぐに巨人になるわけではありませんでした。巨人になるには，ほぼ完全に死んだような状態で激情を体験しなければならなかった。そこまでならないと巨人にならなかったのですから，激情だけでは足りない，それでは乗り越えられないバリアがある。ほぼ完全に死ぬといった危機状態になって初めて乗り越えられるバリアで，それを超えてしまうと巨人になってしまいます。一度巨人に変身してしまうと，今度は心の奥底に平穏な家族がいるということが示すように，そこから出たいと思わない。つまり，ここにもバリアがあって，現実に戻さないような仕組みになっている。これを乗り越えるのには，相当のことをしないといけない。マンガでは親友のアルミンが外からやって来て，エレンの自我に語りかけ，根源的な自覚を促さないといけなかった。

無意識

- 無意識に入るには激情が必要（無意識世界に入りにくい）
- 無意識に入ると巨人が機能するようになる
- 無意識から出るには抵抗がある（無意識世界の方が居心地が良い）
- 外部からの援助者が来る必要がある。そして目覚め体験。

「進撃の巨人」は2009年から連載開始ですが、それより以前の2003年に「DSM-IV-TR」の翻訳が医学書院より刊行された

スライド24

このように，「進撃の巨人」で「感情の谷」を考えてみると，スライド24に示したように，まずは，無意識に入るには死に至るほどの「激情」が必要である。無意識世界に入りにくいというのは，当然のことですが，その無意識世界に入ると巨人が機能するようになる。意識と無意識が明確に区切られていて，その境界を越えていくためには相当の力が必要だ，死ぬほどの「激情」が必要だということです。無意識から出るにはまた抵抗があって，無意識世界の方が実は居心地が良い。親が生きている平穏無事な世界というイメージですから，そこから抜け出せない。外部からの援助者が来る必要があって目覚め体験が生じるということになります。

アニメの感情の谷のポテンシャルの壁

- 心の奥底へ落ち込む
- そこには平安の隠れ家がある。
- そこを出るためには外部からの援助者が必要。

→もし援助者がいなければ、感情の谷から出られない（ポテンシャルの壁：精神病状態に至る）。

スライド25

「進撃の巨人」の「感情の谷」にみられたバリア（スライド23中に三角形で示した）に相当するものが「ポテンシャルの壁」です。

「ポテンシャルの壁」は精神科医の中井久夫が統合失調症の発病過程と回復過程を妨げる壁として想定したものです。つまり統合失調症の発病をしにくくしている体のメカニズムと，発症してしまうと回復しにくくする体のメカニズムがあるという発想を「ポテンシャルの壁」という言葉で説明しています。その「ポテンシャルの壁」と似たようなメカニズムが「進撃の巨人」でエレンが巨人化する時と，意識が戻る時に働いていると思われるわけです。そのため，援助者がいなければ「感情の谷」から出られないことになり，そのままいれば巨人のまま，つまり精神病状態のままということになると思われます。

「進撃の巨人」は2009年から雑誌に連載が開始され，それより少し前の2003年に「DSM-IV-TR」の翻訳が医学書院より刊行されました。診断基準の改訂が行われて，操作的な診断法がますます広がりました。

「進撃の巨人」にさらなる展開がありました。2019年に第30巻が出版されました。非常に長い物語なので，かいつまんで，少しだけ話を取り出して語ってしまってはいけないのかもしれないのですが，また別の展開が起こります。

その場面を示しているスライド26です。

このスライドの右側にいるのが，成長した主人公のエレンです。そのエレンが，銃弾によって首をはじきとばされるコマです。首を切断されてしまっていますので，本来ならばここで死んでしまいます。マンガではこの後，目の前にいるジークがエレンの首を受け止めます。首を受け止められたエレンの意識は，自身の過去の記憶の断片化を目にし，そして別の世界にいることに気づきます。エレンとジークは，座標という別の世界にきています。座標という世界は巨人を作り出した始祖が二千年間住んでいる世界と説明されます。この始祖に対してエレンが語り掛けようとしますが，始祖は何も答えません。ただ，エレンが始祖に語りかけた時，現実世界の方ではエレンの首が体とつながるように伸びていくものがあり，そこから巨人が生まれて出てきます。

エレンは銃弾によって首を切断される。

スライド26

死の世界

- エレンは首を切断された。→死
- それもなお意識は二千年続く座標と呼ばれる世界に生きている。
- そこで始祖（巨人を作り上げた）に出会う。
- 始祖の意識を覚醒させる。
- エレンは巨人に

- 「感情の谷」が死の体験として描かれた。その底にはやはり援助者がいた（始祖の女性）。しかしここには外部からの救助者はいない。

スライド27

このようにエレンの首が切断されることからすると，これは死の世界が描かれているとみることができます。しかしそれでもなおエレンの意識は，二千年続くという座標と呼ばれる世界

で生きている。そこで巨人を作り上げた始祖に出会います。エレンは始祖の意識を覚醒させようとして，現実にはエレンが巨人になってしまったのですから「感情の谷」が死の世界に入ることによって示され，死の世界で異性（始祖）に出会いました。ただ，外部からの救助者がいるわけではない点が新しい展開です。

2019年にはアニメーション作品の「天気の子」が公開され，大ヒットしました。この作品の主人公は，16歳の家出少年帆高（ほだか）です。彼は雨の天気を晴れにすることのできる少女陽菜（ひな）に出会います。帆高と陽菜は晴れの天気を呼びこむ商売を始めて繁盛します。陽菜は天気が晴れて人々が喜ぶのをみて，生きている実感を味わいますが，天気にすればするほど自分の体が透明になっていきます。やがては陽菜は空に行ってしまって空と同化するようになります。

スライド28で示したのは陽菜の手から水滴が出てきているアニメーションの１コマです。

スライド28

陽菜の晴れ女の力は，巫女として，天と同化する運命を持ち，ある時，陽菜は，地上での肉体がなくなり，空の世界に行ってしまうということが起こったわけです。

空の世界に行ってしまって体が水のように溶けていくようになって雲と同化し始めるということは陽菜が死の世界に行ってしまったことを示しています。ところがこの世界に帆高が助けにやって来る。帆高が一生懸命陽菜に呼び掛けると，陽菜は空の世界から飛び出すことができ，２人は手を取り合って，一緒になって現実世界に戻ってくるというように描かれました。

そのあとのことについてアニメーションでは紹介されませんが，「天気の子」の小説の方では帆高の心理状態についての記述があります。少し長いですが紹介したいと思います。「まるで海の底を歩いているように，地上から遠く隔たれているような気分のまま僕は日々を送った。誰かの語る言葉は僕にうまく届かなかったし，僕の言葉も，人々にはうまく届かないようだった。今までなにも考えずに出来ていたことが，自然には出来なくなってしまっていた。無意識に眠ることも，当たり前に食事をすることも，ただ歩くことさえも，僕にはなんだかうまく出来なかった。油断していると右手と右足を同時に出して歩いてしまいそうだった。実際に僕は道でつまずき，授業では質問された内容を忘れ，食事では箸を持ったまま止まってしまうようなことが何度もあった」（p.275）

スライド29

帆高の体験は要するに離人感として知られている症状です。離人感をもって２年半後，「夜，濡れた窓ガラスの向こうに，朝，灰色の海の向こうに，僕は彼女の気配を探し求め続けた。雨音の中に，あの夜の遠い太鼓を探し続けた」（p.276），「違った，そうじゃなかった。世界は最初から狂っていたわけじゃない。僕たちが変えたんだ。あの夏，あの空の上で，僕は選んだんだ。青空よりも陽菜さんを。大勢のしあわせよりも陽菜さんの命を。そして僕たちは願ったんだ。そして僕たちは願ったんだ。世界がどん

なかたちだろうとそんなことは関係なく，ただ，ともに生きていくことを」（pp.290-291）というふうに書きます。「僕たちが変えたんだ」というふうに確信するわけです。確信して，２人が出会った時，お互いに「大丈夫」と言うわけです。

この作品が大ヒットしたわけですから，若い人たちにたいへんな共感を呼んだのだと思います。しかしよく考えてみれば，天の世界に行くということは死ぬことですから，死んだ陽菜を帆高が連れ帰った奇跡が描かれた。そして「世界を変えた」確信を持った。死の世界から帰還し，「世界を変えた」と根拠のない確信を持ったということは，まさに妄想と言ってもいいかもしれません。そして２人で「大丈夫だ」と思うわけですから，２人だけの孤立した世界で生きていくということになる。「世界を変えた」という妄想と「大丈夫，２人だけで。他者はいらない」という自閉的な世界への閉じこもりが描かれている。それが大ヒットした。

この作品の少し前，2014年にはDSM-５の翻訳版が出版されていています。再度診断基準が改訂され，診断のマニュアル化がより進みました。

2つのタイプの「感情の谷」

- 外部から援助者がやって来る。
- 「幻魔大戦」の東丈に対するプリンセスルナ（プリンセスルーナ）
- 「進撃の巨人」のエレンに対するアルミン

- 死の世界に入り込み外部の援助者がいない。
- 「進撃の巨人」の成長したエレンと始祖（2019）
- 「天気の子」の帆高と陽菜（2019）

スライド30

以上みてきたように「感情の谷」には，２つのタイプがあります。

「幻魔大戦」とか「進撃の巨人」のように外部から援助者がやって来てくる形のものと，「進撃の巨人」の座標のエピソードや「天気の子」のように死の世界にいる女性と出会うという形のものです。

次に「鬼滅の刃」について見てみたいと思います。「鬼滅の刃」は最近（2020～2021にかけて）大ヒットしました。

主人公は竈炭治郎（かまどたんじろう）という少年で，敵役（かたきやく）は鬼舞辻無惨（きぶつじむざん）という鬼です。その竈炭治郎と鬼舞辻無惨とが闘って最終的に鬼舞辻無惨を倒しますが，倒した時に竈炭治郎も死んでしまいます。死んでしまった体の中に鬼舞辻無惨の体の一部を埋め込むことによって，鬼舞辻無惨は竈炭治郎を鬼に再生させてしまいます。鬼になってしまった竈炭治郎の体を妹の禰豆子（ねずこ）が抱きとめます。禰豆子は鬼にされて，人間に戻ったという過去があります。その禰豆子が兄を人間に戻そうとします。そのシーンをマンガから引用したのがスライド31に示したものです。

炭治郎の心の中では

- 炭治郎の体を死の世界に引き込もうと無惨が地下に引きずり込もうとし、その一方で禰豆子の手が藤の花の間から出てきて、上に引っ張り上げようとする。

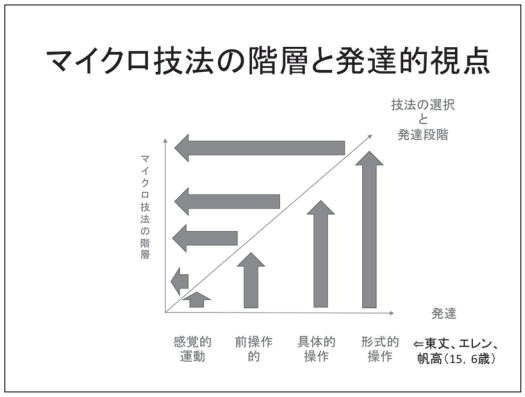
「鬼滅の刃」
23巻より

スライド31

このコマが描いているのは，真ん中に炭治郎がいて下に鬼舞辻無惨がいて，上に禰豆子の手があって禰豆子の手が引っ張り上げようとするが鬼舞辻無惨は死の世界に引っ張ろうとしている場面です。この場面からもわかるように，マンガでは生と死の境界を明瞭のものとはしていません。乗り越えられるものとして描いています。死んでもなお生き返る。先ほど紹介した「感情の谷」は無意識の世界から容易に現実に戻ってくるということでしたが，ここで示していることは死の世界で，そこからも容易に戻ってくることができるということです。「現実と無意識世界」，「生と死」の境界が明快ではなく，非

常にあいまいになっている。その際に必要なのは，現実世界の他者の存在です。

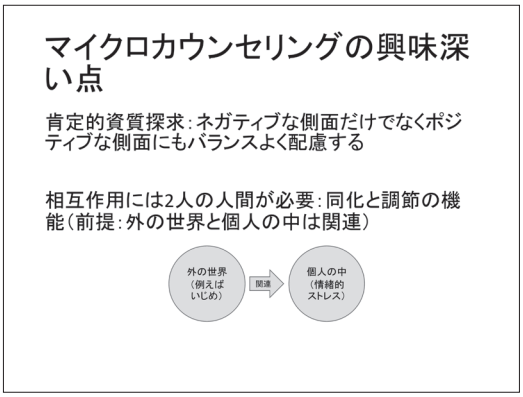
ここで，アニメーション，マンガと臨床心理学との関係に簡単に触れてみたいと思います。今までお話ししたように，心の病とか精神病理に近いものは非常にたくさんアニメーション，マンガに描かれています。そうした「感情の谷」から現実世界に戻ってくるというふうに描かれるわけです。



スライド32

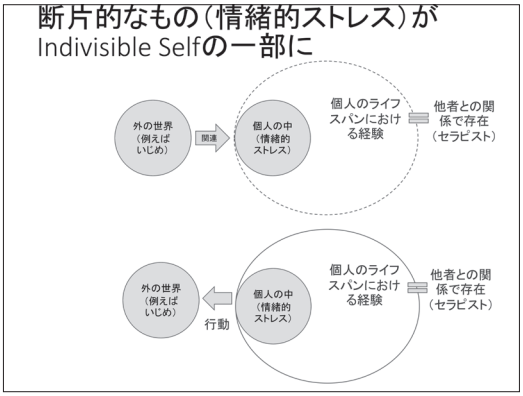
ここに示したスライド32は，応用心理学会のシンポジウムにディスカッサントとして参加した時に出した図です。横軸には発達段階が示してあり，縦軸にマイクロカウンセリング技法の階層があります。横軸の発達段階についてのアセスメントを行って，斜め線の現実レベルを評価し，それに対応したマイクロカウンセリングの技法を当てはめていく。発達段階のアセスメントと技法の対応ができるのでは？というような話題を提供しました。この図に，今日の登場人物を当てはめてみたいと思います。マンガの東丈やエレンは年齢がだいたい中高校生に設定され，形式的操作のレベルまで至っているでしょうから，これに対応したマイクロカウンセリング技法はかなり高度なもので大丈夫ということになると思われます。

しかし，アニメーションの東丈は退行していますので，その発達レベルをアセスメントして，例えば感覚的運動レベルとアセスメントされるとすると，使用可能なマイクロカウンセリング技法も制限されてくると思われます。



スライド33

マイクロカウンセリングをあまりしっかり勉強しているわけではないので，誤解があるかもしれないのですが，相互作用には２人の人間が必要であるということが書かれていて，そこには同化と調節の機能が働くということと思います。例えば，いじめにあって，それが個人の中の情緒的ストレスになる。



スライド34

そしていじめ体験が孤立し，断片化してしまうと社会的な不適応状態に陥ることも起こる。孤立している体験を，他者との関係で，例えばセラピストとの関係で，個人のライフスパンの中の１つの経験であると位置づけられるようなれば社会的な適応が可能になる。１つの体験が，例え受け入れにくいものであっても，人格の中に位置づけられ，社会的に適応的な行動が出来るようになると思われます。

このように考えてきますと，「幻魔大戦」の東丈や「進撃の巨人」のエレンには，彼らの「感情の谷」に外部からの他者がやってきて，そこ

Self-in-relationの立場

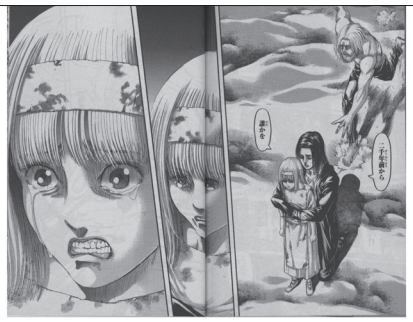
- 「幻魔大戦」の東丈、「進撃の巨人」の15歳のエレン→Self-in-relationが成り立つ（外部からの支援者の存在）。
- 「進撃の巨人」「天気の子」の死の世界からの帰還
- 社会（他者）から孤立している。しかしそれで良し（大丈夫）と考えている。
- Self-in-relationがそもそも成り立ちにくい状況がメディアに描かれている（外部からの支援者がいない）。

スライド35

から外に連れ出す役割を担っていました。二者関係の中で，主人公の断片化した体験が，援助者の支援によってライフスパンの中のひとつの体験として位置づけられるようになったと理解できます。

しかし，最近のアニメーションはこういう図の中のもっと前の段階，つまり，死のレベルまで行ってしまっています。「天気の子」では，２人だけの世界で「大丈夫だ」と言うのみで社会との関連性が全くなくてもOKのようです。とはいっても現実的にはOKなはずはないと思います。

ここで示したスライド36は「進撃の巨人」からのものです。



エレンと始祖の間に対話は成り立っていない！

スライド36

このコマも，エレンが始祖に後ろから抱きついていますが，両者の間に対話が成り立っているわけではないことを示しています。対話が成り立たず，宣言するのみで，他者との関係を必要としないというような自閉的な世界が描かれているように見えてしまいます。これは非常にゆゆしきことであると思います。

最近の動向

- 対話が成り立たない。
- 自己宣言するのみで、他者との関係を必要としない。

⇒自己の世界への閉じこもりが世界を変える方法（ゆゆしき事態）

スライド37

しかしその一方で，スライド31に示した「鬼滅の刃」ですが，最初，禰豆子１人の手だけが炭治郎を引っ張り上げようとするのですが，結局禰豆子１人では足りなくて，他の多くの仲間の手が一緒になって炭治郎を引っ張り上げようとします。それに対して鬼舞辻無惨の方は，彼１人なので，そうした力に抗しきれません。手を離してしまって，炭治郎が引っ張り上げられ，炭治郎は上の世界に行く。鬼舞辻無惨は１人死の世界に取り残されると描かれます。

「鬼滅の刃」では

- 死の世界から炭治郎を救うのは、多くの仲間の共通の願い。

→多くの人たちが無意識世界を共有する（仲間との一体化=依存）。
→死を乗り越える。

スライド38

「鬼滅の刃」では，死の世界から竈炭治郎を救うのは，多くの仲間の共通の願いなのです。共通の願いを持った人々が，死の世界との境界線のところに，手を差し伸べてくる，ということですので，多くの人たちが，死の世界（無意識世界）を共有することになるのだろうと思います。共有するような無意識世界，言い換えれ

ばそれだけ仲間との一体化が強いということです。炭治郎からすれば，それは仲間への依存と言い換えられると思うのですが，一体化，あるいは依存というようなものが，死の世界から現実世界に戻すという手段になっていると思えます。

まとめ

- 「感情の谷」に落ち込んで、そこに他者が救助に来る。
- 「感情の谷」は無意識世界あるいは死の世界。
- 救助者は現実世界から無意識世界あるいは死の世界にやってくる。
- このことは現実と無意識、生と死の境界があいまいになっていることを示す。
- 最近では「感情の谷」からでなくてもよい、あるいは多くの人が「感情の谷」を共通に体験する。
- 閉じこもりの方向と一体化（依存）の方向に二分化している（現実への適応の必要性を示していない）。

スライド39

現在のアニメーション，マンガの世界をまとめてみると，スライド39に示したように，「感情の谷」というところに主人公が落ち込んでいって，そこに他者が救助にくるというのが，パターンとしてあります。その「感情の谷」は無意識世界だったり，死の世界だったりするというように位置づけられます。救助者は現実世界から無意識世界，あるいは死の世界にやってくる。外部から他者がやってくるということで考えると，現実と無意識世界，生と死の境界が非常にあいまいになっている。最近では「感情の谷」から出なくてもよい，あるいは，多くの人が「感情の谷」を共通に体験するというふうになってきて，その「感情の谷」の中に居続けてもいいのだ，というような閉じこもりの方向性と，多くの人たちが無意識世界を共有するといったような，一体化の方向性との２つの方向性に，二分化しているというようなことがあるように思います。それは言い換えれば，現実への適応の必要性をメディアが示していない，現実に戻ってものをいうことをしない，現実にどのように適応するのかということに関しては何も語らない，ただ一体化する，閉じこもる，それで良しとする。

マンガ・アニメの映像メディアの特徴

- 同化と調節といった対人関係の間で生じる心の働きを考慮せず、他者との関係を切るか、依存するかのどちらかを強調。
- 葛藤を描かない。葛藤をどのように解消するのかの現実的なモデルとはならない。

⇒カウンセリングに必要な二者関係がそもそも成り立ちにくい状況が描かれる

スライド40

そうすると同化と調節といったような現実世界の対人関係の中で行っているような関わり，心の働きは，アニメーション，マンガでは考慮されず，他者との関係を切り孤立するか，依存するか，のどちらかを強調する。要するに葛藤をどのように解消するのかという現実的なモデルを示さないというのが，最近のアニメーション，マンガなどのメディアの特徴となっているように思えます。ということは，言い換えると，カウンセリングに必要な二者関係がそもそも成り立ちにくいような状況が描かれているということになると思うのです。

これで今日のお話は終わりにしたいと思います。ご清聴，どうもありがとうございました。

福原　横田先生，どうもありがとうございました。横田先生にはいろいろな考える材料を提供していただいたかと思います。マンガがはやったのは日本では1950年代くらいですか？　その頃は，世界でも珍しいことであって，先生はいち早く映像関係からそこに入り込まれて研究なさっていった。そこに，空想の世界とか，無意識の世界とか，意識の世界とか，そういうことに気づかれながら，人間を対象とした臨床ということを考えられた。そういうことを含め，多くの課題をもちながら外国に留学され，さらにオーストラリアとか，他の米国以外の国にも招待されると，そこで注目を浴びてご招待されるというようなことがあって。私は，そこいらへんにも非常に関心があるんですね。そもそも，

無意識の世界とか，意識の世界とか，ユングあたりもいろいろんな考えさせる材料を提供してくれましたけれども，こういう形で，私たちにそういうことを考えさせてくれるっていうのは，その1950年代くらいの頃からでありましょうし，それから，数少ない先生のようなアニメ研究心理学者っていう方がお出になって，世界にまた投げかけてくださる。そこで，「死の世界」だとか，先生もご関心のある国際的な見方っていうかね，そのあたりも私は非常に関心があるんですね。長年先生がその研究を続けられて，実際には臨床心理の世界に入られて，現実のものとしての人間とも対応されている。そこにはそういう流れを勉強してきておられる先生の学問的背景というか，それこそ，基礎，それから実践というものがコラボしていると。だから，今後先生が，そういう国際比較などについても教えていただければありがたいと思います。だから，幾重にも先生のお話を聞いていると本当に刺激的です。

私たち，応用心理学会のワークショップで先生にメインスピーカーになっていただいて，シンポジウムをさせていただいたんですけれども，それをきっかけにマイクロカウンセリング研究において，これは，多様性のある人間の同質性，異質性にきいていくというものであると自負していながら，さらにマクロ的な視野でマイクロカウンセリングを眺めるという問題を投げかけていただいていると思います。さらにまた今回，先生のこういったお話をお聞きし，奥深いなぁと思いますね。そのお話は奥深いし，それもたらしている背景的な学問と言うか，まあ，その一端に参加させていただいたというのは私たち幸せだ，よりマイクロカウンセリングの研究に励み，またもうちょっと広くこれを展開していこうと思います。

そこで，今では human-in-relation（関係性の中の存在としての人間）ということが非常に問題になっておりまして，これが，いまやそれが難しい，そのアニメ的な考え方によるとね。でも実際には今われわれは，コロナ禍の中ソーシャルディスタンス等，非常に寂しい思いをしているという中で，このような human-in-relation をどのように考えていき，それが望ましいものならば，アニメの世界とrelationの世界というものを融合させていくというか，そんなことを考えることも，私たち臨床家というか，援助の分野の人たちにとって社会のためにも大事なことかなぁと思っています。だから，先生，本当に貴重なお話をありがとうございました。

ついでながらこの席をお借りして，東京で７月に開催する予定の国際会議に先生は招聘スピーカーとしてご了承いただいております。また，よろしくお願いいたします。

横田　どうぞよろしくお願いいたします。この後，ちょっと所用がありますので，申し訳ないですけれども。

福原　どうも。それでは，後ほどお伝えし，ご指導をいただきたいと思います。ありがとうございました。

横田　どうもありがとうございました。

2. シンポジウム

司　　会　浅妻直樹
　　福原眞知子
話題提供者　藤田主一（日本体育大学）
　　寺川亜弥子（茨城県スクールカウンセラー）
　　田中道弘（埼玉学園大学）
指定討論者　玉瀬耕治（奈良教育大学）

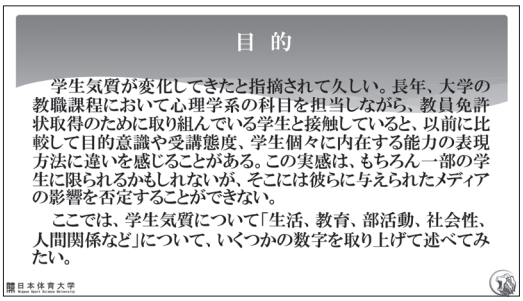
福原　こんにちは。お疲れ様です。本日お陰様で順調に進んでおりまして，横田先生にも良いお話を伺いました。玉瀬先生が聞きたいとおっしゃっていたことをピンポイントでお聞きすることができなかったので，また後ほど。

最終のセッションがシンポジウムです。これは，先にスピーカーとしてご予定していた横田先生が貴重なお話を残して去られましたが，また，そういうことも意識しながら，この「若者とメディア」というテーマで先生方にお話しいただくということになっております。司会は，お隣にいらっしゃる浅妻先生にメイン司会をお願いし，私はサブ司会で，共同司会をさせていただきます。急に決まったことですが，どうぞご承知おきくださいませ。よろしいでしょうか。はい，それでは浅妻先生，お願いします。

浅妻　はい。早速ですが「若者とメディア」というテーマでシンポジウムを始めさせていただきたいと思います。話題提供者としてお三方の先生にお願いをしております。最後に指定討論者として玉瀬先生にまたご討論いただきたいと思っております。

それではまず，藤田先生からスピーチをお願いいたします。

藤田　日本マイクロカウンセリング学会会員の皆様こんにちは。日本体育大学の藤田と申します。今日は，会長の福原先生，指定討論の玉瀬先生から「大学教育」，特に「学生気質」について話題提供をしてほしいとのことでございましたので，僭越でございますが，お話をさせていただきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



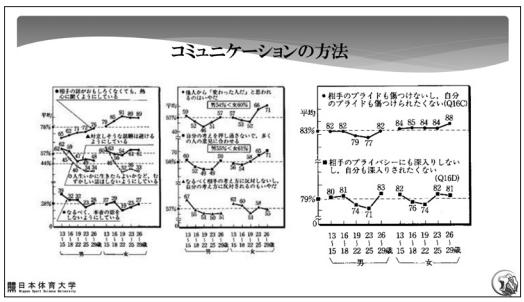
スライド１

私がお話する目的は，抄録集に概要が掲載されておりますので，ご確認ください。私は，大学の教職課程で仕事をさせていただいていますが，そこで接触している学生さんたちは，われわれの年代と若干違っている印象がありますので，それも含めて少し遡った話をさせていただきたいと思います。途中で脱線することがあるかもしれませんが，どうぞお許しください。

まず，「学生気質」について，今の若者たちと少し前の若者たちがどういう状態だったのかを調べてみました。だいぶ前になりますが，昭和60年にNHKが面接による調査を実施しています。それが１冊の本（『日本の若者：その意

スライド２

識と行動』1986）になって出版されています。その本には，面接を受けた方々の具体的な数字が載せてあります。この本を見ていますと，非常に面白いことがわかりました。昭和60年ですから，今では40代から60代くらいの方々です。若い時の様子が本の中にたくさん載っておりました。その中に，当時の若者たちが自分専用としてどのような持ち物を持っていたのかについて，イラストを描いて説明している箇所がありました。今日のようにパソコンが普及している時代ではなかったようで，パソコン５％，テレビゲーム９％という数字です。このような中で生活していたということが分かります。さらに，当時の中学生，高校生，大学生に「カッコイイ」と思うこと，例えば，いろいろなメディアの影響などを含め，当時の若者にとって何がカッコイイのかをチェックしてもらいました。そうすると，中学生と高校生にとって１番だったのは，外国語，特に英語が良くできると，その人はカッコイイという印象があるようですね。これに対して，大学生になると自分のやりたいこと，あるいは職業に生きがいがあるかどうかというところへ，カッコよさがシフトしてくることが

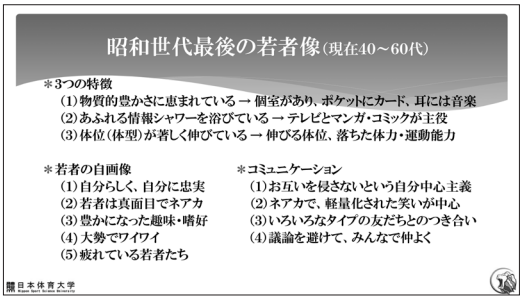


スライド３

分かりました。

一方，他者とのコミュニケーションの仕方はどのようであったかについて，年代ごとにグラフ化されておりました。スライド３の左側ですが，特に１番上のグラフを見ると，「相手の話がおもしろくなくても熱心に聞くようにしている」という比率が，年代と共に上がっています。この比率が発達の指標なのかどうかはわかりませんが，数字的にはその傾向が見えています。もちろん，他者とのコミュニケーション，他者とのかかわり方をきちんとできるのかと，あるいはできないのかというところが問題であるような気がします。

その本に書かれていたものをまとめると，下のスライド４のようになり，大きく３つの特徴があるかもしれないと思います。



スライド４

１つは，当時が物質的に豊かな時代に入っていたことです。個室があり，ポケットにはカードがあり……などといった具合です。２つは，外から多くの情報，メディア的な情報が押し寄せ，毎日，それを浴びているような日常生活らしいのです。先ほどのご講演にもありましたけれども，テレビとマンガ，アニメーションが生活の中心に入り込んでいるということになります。３つは，体格が良くなっていることです。

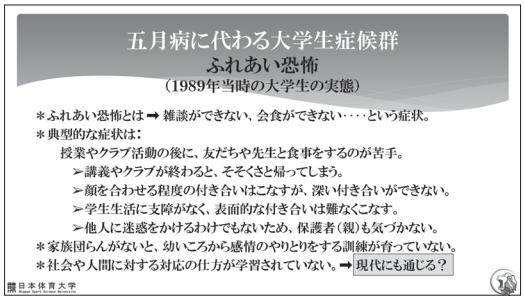
そして，この時代の若者に認められる自画像が５つくらいにまとめられると思われます。例えば，「自分らしく自分に忠実に生きる」「ネはまじめでネアカである」「大勢でワイワイするように頑張る」のです。しかし，「ワイワイすることで意外に疲れている」という自画像があるらしいのですね。

一方，コミュニケーションの問題ですが，「お互いがお互いを侵食しないような形で人間関係を保っていく」というあり方が，数字の上に表れているようです。面白いのが２つ目で，笑うということに対して，今までの笑いとはどこか違った笑いを求めていたようなのです。重たく意味深い笑いではなくて，ちょっととんでいるような軽い笑い，そういう笑いをいつも体験していたい，この時代，そういう若者がいる日本社会であったのかと思います。

下のスライド５は，1989（平成元）年５月９日付の朝日新聞の記事です。

スライド５

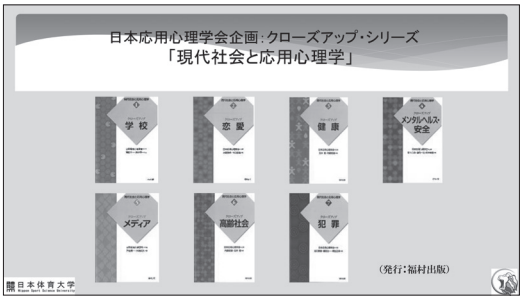
この新聞記事を保存しておいてよかったと思っていますが，当時の若者たちが「ふれあい恐怖」というものを持っているらしいということが分かります。ひところ五月病という言葉がありましたけれども，五月病に変わるものとして，この「ふれあい恐怖」という事実が，メディアをとおして日本社会へ発信されていたのかなと思います。



スライド６

新聞に掲載されていた内容をまとめると，ふれあい恐怖というのは，他者と「雑談ができない」「会食ができない」という症状です。典型的な症状では，授業やクラブ活動には出るけれども，その後は他者と群れず，自分の世界で生きてしまうということです。顔を合わせて軽い笑いはするけれど，深く付き合うことはなかなか難しいのです。表面的な付き合い方は何とかこなすけれども，中に入っていくことが難しいということらしいのです。しかし，それが他者に対して，特に保護者に対して迷惑をかけているわけではないので，保護者も，子どもが元気で生きているから，あるいは普通に生活しているからということで見過ごしてしまっていることがあるようです。これは当時の新聞記事ですが，今の私たちにも通じるものがあるように思いました。何人かの学校の校長先生に伺ったのですけれども，今の新採用の先生方はなかなか保護者と話ができないのだそうです。保護者の前に座ると，萎縮してしまったり，思うように言葉が出なかったりする……と。しかし，SNSを駆使したり，スマホ等で文字を打ち込んだりすることは得意なのですが，顔を合わせて相手の感情的な表情を見ながら話をするのは苦手になっている……，そういうことを，校長先生は新しい先生方，新人の先生方に対する評価とされているのです。

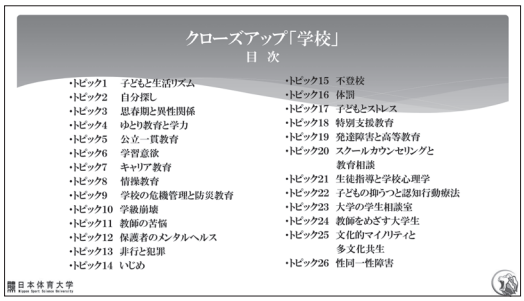
今回のテーマは「メディアと学生気質」ということですが，会長の福原先生も名誉会員でいらっしゃる日本応用心理学会が，今から数年前に『現代社会と応用心理学』という７冊のシリーズ本を出版しました。



スライド７

その中に『クローズアップ：学校』と『クローズアップ：メディア』という分冊本があります。もちろん，「学校」は教育心理学的なテー

マが多く，「メディア」は社会心理学的なテーマが多くなります。スライド７は，そのときの７冊の表紙を載せたものです。



スライド８

「学校」のテーマをご覧になっていただきますと，トピック26までは学校が今抱えている問題がまとめられています。後ほど，トピック24の話を少しさせていただきたいと思います。

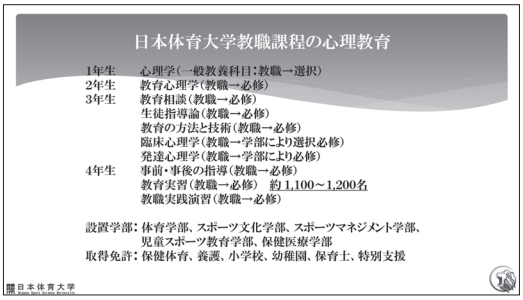
スライド９

「メディア」についてはもちろん，社会心理学的な問題が多く，マイクロカウンセリングの立場として考えているメディアと，若干違うかもしれないと思います。

スライド10

現在，私は日本体育大学に所属しています。この大学は創立から125周年が過ぎ，伝統のある大学の１つになっています。日体大について，皆様はどういうイメージを持っているでしょうか？　例えば，オリンピックで金メダルを取った数は，わが国の金メダリストの４分の１です。画像にも皆様がよくご存じのアスリートの名前があるかと思います。また，日体大独特の「エッサッサ」という応援のスタイルは，ライオンを形取ったものです。集団行動は，息を整えて一糸乱れぬ同じ行動をするということで，テレビ等でも中継されて大きな話題になっています。

私が日体大で担当している教職課程は，かなり大きい組織です。どのような心理教育を行っているのかについて，１年次から４年次まで特に心理系の科目を並べてみました。



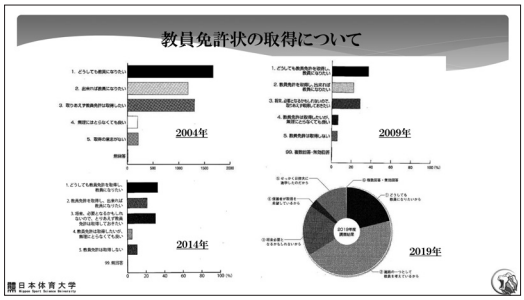
スライド11

１年次は，一般教養の心理学です。しか２年次になると教育心理学，そして３年次では，教育相談，生徒指導，学習指導，臨床心理学，発達心理学など，学生たちはこのような科目を履修することになります。このような心理教育の中で，いかに現場で，特に教師になったときに何が必要になるのかについて，学部の学生のときにしか学ぶことができないこともあります。したがって，具体的な実践教育，学校現場というものをいろいろ教えていきながら，現場に即した中身を学んでいただくようにしています。

また日体大では，５年に一度，１年生から４年生までの学生を対象に，生活実態調査を実施しています。かなり古い調査も残っていますが，ここでは最近である2004年調査から2019年調査までの５年に一度の調査結果を取り上げてみました。４月のオリエンテーションのとき，１年生から４年生までの学生に調査用紙を配り，回答していただく方法です。全員ではないのです

が，合計で4,000名から5,000名になります。調査した結果をデータ処理して平均値を算出すると，大まかですが，日体大の学生の様子がどのように推移しているのかが分かってきます。

日体大は，教職を履修する学生が非常に多く，７割～８割の学生が教職課程を取ります。トップアスリートの方でも，アスリートが終了した後に中学校，高校の指導者になりたいと思い，教職を取られます。毎年，約1,100名～1,200名の学生が，教育実習へ行きます。他の大学もそうだと思いますが，学生が全国に散らばりますので，北海道から南の島まで，実習校には必ず大学教員が訪問してご挨拶します。実習をお願いしている学校へ行ってご挨拶し，授業を見学して帰ってくることをしています。その学生たちは，教員免許状の取得をどのくらい望んでいるのかというデータがあります。スライド12に，５年に一度の調査データを並べてみました。



スライド12

統計の仕方が違っているので，お見苦しいかもしれません。棒グラフの長さに惑わされないでいただきたいのですが，2004年は人数になっています。それ以外はパーセントになっています。これをご覧になりますと，「先生になりたい」「できればなりたいと」と思っている学生たちは結構多かったのですね。ただ最近は，「取れるのだったら取っておこう」という学生が目立っているように思います。これが学生気質なのかどうか分かりませんが，「自分から進んで，ぜひ先生に」という学生以上に多いのです。「一応，取れるものなら取っておこう」という意識で，「教員になるかならないかはそのとき次第」と表現している学生たちが意外と増えていると感じています。ただ，中には本当に教師になりたいと思い，１年生のときから学内にある教職のための塾に通ってきて，例えば面接の仕方，事例の勉強，あるいは採用試験の準備など，そういう学習を自分から進んでやっている学生も，人数は多くありませんけれどもいるのです。しかし，大多数の学生たちは，これも学生の質的変化かもしれませんが，「取れるのだったら資格を取って，チャンスがあったら教師になればよい」と思っているようです。

教師を目指す大学生について，先ほどの『クローズアップ：学校』の中の「教師をめざす大学生」というトピックを眺めると，いくつかのテーマが浮かび上がってきます。１つは，現在，教員免許状取得のために「介護等体験」の単位が必要になっています。学生は「介護等体験の意義は何なんだろう」と思っています。当初は，「面倒くさい」とか，あるいは「先輩の話ではかったるい」とか，そういうことを聞いて実習へ行くのですが，実習から帰ってくると「非常に良い体験であった」というのです。特に社会福祉施設や，特別支援学校での体験は「非常に役に立った」と主張しているのです。

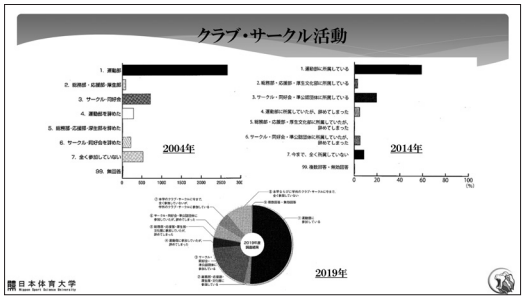
次のスライド13にある新聞記事は，皆様，ご覧になったかも知れません。20年前になりますが，朝日新聞に「介護体験」と「介護大変」の文字を引っかけて，実習に行っている学生たちのちょっとまずい，あるいはトラブルになった事例が記事になっていました。非常に話題になったテーマです。

スライド13

昔は「でもしか先生」という言葉がありましたけれども，最近は「なるには先生」です。「先

生になるにはどうしたらいいのだろうか？」ということを前向きに考えていく取り組みになります。一方で，OECDの調査を見ますと，日本の教員は非常に労働時間が長く，これは世界的にも話題になっているのです。授業をしている時間以上に，学校にいる時間が多いということです。例えば，生徒指導だったり，保護者との面談があったり，採点があったり，部活動の指導があったり，研修会に行ったりなど，そういうことで結構教員は忙しいのです。一方で，いろいろな保護者や児童生徒がいらっしゃると，その対応で教員が疲労困憊してしまうことがあるのです。このような体験もあって，最近，教員自身のメンタルヘルスの問題や，バーンアウトの問題などになっていると言えます。

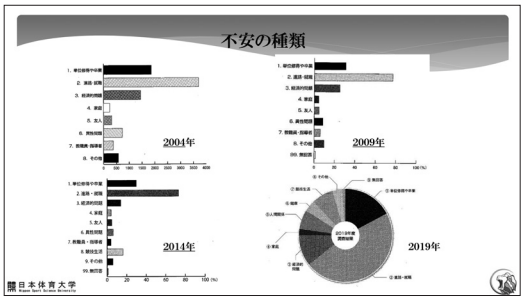
一方で，学生たちにとって授業の他の楽しみというと，クラブ活動やサークル活動になるかもしれません。2009年のデータがなかったのですが，2004年と2014年，2019年のデータを載せてみました。



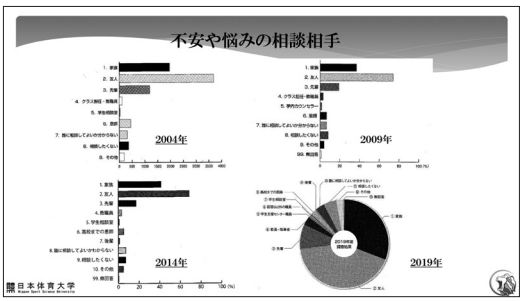
スライド14

日体大という大学を反映していると思いますが，運動部に所属している学生が非常に多いわけです。しかし，これは最近の特徴かもしれませんが，スポーツをやっている学生でも部活にあえて入らない，いわゆるフリーで大学生を体験し，そして大学以外のところでスポーツを体験する，そういう学生たちがいるように思います。

ところで，これはマイクロカウンセリングとの関係になるかもしれませんけれども，学生たちが抱えているいろいろな不安や悩みがあります。これを調査しますと，やはり「これから自分はどうしていったらいいんだろうか」「大学に入ったときまでは良かったのだけれども，入ってからどうしていいのかなかなかつかみ切れない」など，そういう意味で進路や就職などに対する悩みや不安を抱えていることが分かります。そういう学生たちが，では次に何をするのかと言いますと，誰かに相談するのかもしれません。



スライド15



スライド16

大学はどこでもそうですが，学生相談室があります。そこには専門のカウンセラーがいらっしゃいます。しかし，学生相談室にはなかなか足を運びにくいようです。予約制ということもあるのかもしれないのですが……。そうすると先ほどの話に戻りますが，仲の良い友だちとか，あるいは年長の家族とか，そういう人たちにこっそり自分の話を聞いてもらっているように思います。「学生気質」については，「時間は繰り返す」ということではないでしょうか。今日ご登壇の先生方が若いときと，現在の年齢になられても，あまり変わってないような気がするのです。ただ，置かれていた社会情勢にうまくマッチングするように，自分を上手に作り変えて頑張って生きている姿，そのように見えるよう

な気がしております。時間になってしまいました。ご清聴ありがとうございました。

浅妻　藤田先生，非常に興味深いお話をありがとうございました。藤田先生はここで，別の会議がおありになって退出されると伺っておりますけれども，ありがとうございました。

藤田　また，後ほど参加させていただきます。

浅妻　それでは，今のお話にもありましたように，学校の，あるいはそういうスクールの現場というところでご活躍されていらっしゃいます寺川先生から，スクールカウンセリングの現場についてお話をいただければと思います。よろしいでしょうか。

寺川　はい，よろしくお願いいたします。

浅妻　よろしくお願いいたします。

寺川　はい，それでは画面共有をさせていただきます。ただいまご紹介いただきました寺川と申します。現在茨城県内でスクールカウンセラーをしております。県の教育委員会からの委託で公立の小学校，中学校，高等学校といくつかの学校を担当しております。また私立の学校とは個人的に契約をして，高等学校に一校勤務しております。本日は子どもたちのインターネットとの付き合いということで，学校のスクールカウンセリングの中で，相談室の中で，児童生徒から聞いた話の中から「あ，子どもたちってこんなふうにインターネットと付き合っているんだな」とか，「こういうネットの使い方をしているんだな」とか，特に最近「SNSの使い方がわりと増えてきているなぁ」と気づかされたことについてお話をさせていただきます。特にリサーチをした結果ということではなく，あくまでも私が話を聞いた中からのお話ですので，非常に限定的な内容になってしまうかもしれませんけれども，先生方の興味に一致するお話ができればいいかなと思っております。

子どもたちがSNSをどういうことで使っているのかということですけれども，まず１つ大きなものとして，コミュニケーションの手段としてSNSを使っているということが挙げられるかと思います。友達とのコミュニケーション，特におしゃべりの場として使っているかなと。主にLINEとかTwitterを使う子どもが多いかなと思います。LINEですとトーク機能を使ったりとか，Twitterなどですとダイレクトメール，あるいはツイートしたことに対するリツイートであったりとか，コメントを相互に送り合うといったことでやり取りをするということがあるようです。代表的なSNSだとLINEとかTwitterになってくるかと思いますが，もちろんInstagramを使う子どももいますし，他にもいろいろな新しいツールが出てきていますので，さまざまなものを使ってやり取りをしているかなと。ただ，今のところ私が聞いている範囲では，日常的に多くの子どもが使っているのがLINEとTwitterであるかなぁというふうに感じております。単なるおしゃべりの手段として，私たち40代とかその前後では，中高生だった頃には家に帰ってからのおしゃべりというのは電話を使って長電話をしていたかと思います。長電話をして家の回線を占拠しているので，お母さんから「いい加減にしなさい！」なんて怒られる，そういうことがよくあったかと。それが携帯電話やスマートフォンの普及によって，家電（いえでん）からそれぞれの個人所有のスマートフォンであったり携帯電話であったり，年齢が低いお子さんですと親御さんのものを借りて通話をするといったようなことがあるようですが，最近は通話で楽しむというよりも，LINEやTwitterなどでメッセージのやり取りをするということが主流になってきているようです。ただ，LINEに関しましてはメッセージのやり取りだけではなくてインターネット回線を使って無料通話ができますので，電話で話したんだという話が時々出てくることがあるのですが，携帯電話とかスマートフォンの通話アプリ，

受話器のマークがついているあのアプリで通話しているのかなと思うとそうではなくて，LINEの通話機能を使っておしゃべりをしていることもあります。そういったおしゃべりの場としてSNSを使うだけではなくて，連絡手段としてもSNSがメインの手段になってきているようです。これは個人間の連絡，遊ぶ約束であったりとか「宿題何だったっけ？」というような質問であったりとかだけではなく，グループLINEでグループ間で情報を共有するということもあります。例えば「明日の部活何時からだよ～」，「みんなに連絡するよ～」というのを，昔だったら電話連絡網で伝言ゲームのように回していたものが，LINEのグループトークですと一斉に配信されて，いっぺんに連絡が完結してしまうのです。

今お話ししたことは，主に学校や塾などでリアルにきちんと顔を合わせている，実際に知り合っている友達とのコミュニケーションや，連絡についてでしたが，リアルな友達とのコミュニケーションだけではなくて，実際には会ったことのない友達とのコミュニケーションにも使っている，ということもよく聞きます。そこではおしゃべりをするだけではなく，そもそも友達を探す出会いの場所としてSNSがある，ということも決して珍しくはないようです。

特にTwitterなどでは，ハッシュタグというものを使ってキーワード検索をすると，共通の趣味とか興味のあるテーマを持っている，そういう人と簡単に知り合うことができるので，コメントしたものを読んで書き手をフォローしたり，友達申請をしたりとか，あるいは自分の感想をコメントに残したりして少しずつ知り合っていく，というようなことがネットの中で起こっている。そうすると，学校では出会えない人と出会う，ということもごくごく当たり前にあるようですし，あるいは友達を登録する時に，友達の友達を友達にするというような，そういう繋がり方も多いようです。これは，ユーザー側が友達の友達を求めて友達を探していくっていうことも当然ありますけれども，プラットフォームの側から「この人あなたの友達じゃありませんか？」というような形で紹介されるというか，「こういう人いるけど友達じゃありませんか？」というような情報が送られてくることもあるので，そうすると，「この人，友達の友達？じゃあ友達になっていこうかな」というふうに登録をするなんていうことも割とよくあるようです。

LINEとかTwitter，Instagram，TikTokといったさまざまなSNSがありますけれども，中にはコミュニケーションを取るためのものというのが，単に表現の場として設定されているのではなく，知り合うための場として用意されているものもあるようです。出会い系とかマッチングアプリなんて言うと，成人が使うものというように，ちょっと前まで私はイメージしていました。ところが，去年の７，８月頃に中学校３年生から「子どものためのマッチングアプリっていうものがあるんだよ」と聞かされまして，「実際そこで登録して友達を探して１つ年上の友達ができているんだ」とか，「１学年下のお友達がいるんだ」とか，そういうようなことを話していました。子ども向けのものとして「ひま部」とか「Yay！（イェイ）」とかがあって，今，他にもいろいろあるようですけれども，一応その参加条件としては，中学生限定とか高校生限定というような場が設定されて，そこに子どもたちが入っていて友達を見つけていくというようなことが行われているようです。あくまでも設定がそのようになっているというだけですので，中に入っている人が，本当に皆正直に中学生，高校生に限定されているかどうかっていうところまでは何とも言えないようですが，子どもたちとしてもネットの中の危険性ということを全く知らないわけではないでしょうし，やはり同年代の子とつながりたいというような気持ちもあるということかなぁと思います。その同年代の子限定というようなプラットフォームあるいはアプリを求めているというのは，同年代の子とつながりたいというような意識もあって，そういったニーズに企業側が応えているという

ようなこともあるのかなと思っています。

子どもたちからこういったような話を聞いていく中で，このようなことがありました。面談の中で「友達にこういうこと言ったんだ」とか「〇〇ちゃんにこういうこと話したんだ」というふうな形で表現された行為が，口頭での伝達ではない場合が決して珍しくなくなっています。LINEやTwitterなどでメッセージを送り合ってやりとりをしていることを「言った」とか「話した」というふうに表現するということが決して珍しくないので,「こんなこと言ったんだ」「こんなこと話したんだ」と聞いたことを,「あ，なるほど face to face できちんと会って直接伝えたのかな」と思い込んで聞いていると，ちょっと話がずれてくる。よくよく聞いてみるとちゃんと会って話したのではなくて，LINEやTwitterを介しての伝達であったということも結構あって，注意が必要だなと思うことがあります。

それからLINEがないと友達同士のやり取りから取り残されるリスクがあるということも，最近の子どもたちの置かれた状況の特徴の１つかなと思います。もちろんLINEがなくてもしっかり友達同士のやり取りをしていて，きちんと友達を作って楽しく学校生活を送っている子もいます。ただほとんどの子がLINEをやっていて，先ほどお話ししましたように個人同士のやり取りだけではなくて，部活の連絡や遊び仲間グループの連絡とかが，LINEのグループトークを通じて一斉にやり取りされるという状況の中では,「LINEのグループで一斉配信したんだから全員が連絡届いてて当たり前だよね」というような意識で連絡をやり取りする子がたまにいます。LINEを持っていない子が，そこから取り残されているということに，なかなか配慮してもらえないということも起こってきます。そうすると「LINEがないからなんとなく連絡も届きにくいんだ」とか,「LINEに入っていないから，LINEやってないから，スマホ持ってないから，なんとなく友達の話に入りにくいことがあるんだ」ということを面接の場面で話す子もいます。このことは，流行のものを知らないと話題にのれないという類のことが，まず１つはあると思います。

これは例えば，私が小中学生の頃でしたら，ファミコンとかゲームウォッチとか，そういったものをみんなが当たり前に持っていて，スーパーマリオとかをプレイしたことがある子がほとんどで，皆それを知っていて当たり前だったりするのに，私はやったことがないからスーパーマリオの話についていけないぞ，というようなことはありました。それと同じようなことが現代においては，スマホを持っていない，あるいはLINEやTwitterをやっていない，というようなことで起こるということがあります。ただそれだけではありません。私が子どもの時には，ゲームボーイやファミコンを持っていなくても，その話をしている子たちのいるその場に存在することはできたわけなんです。その話についていけるかどうかってことはまた別なんですけれども。LINEを持っている子たちが当たり前で，LINEの中で盛り上がっちゃっている子たちがいると，LINEを持っていない子は，そもそもその会話の場に物理的に存在することから不可能である，ということも起こってくるわけです。だから周りの子たちと環境が違うということが，以前よりもシビアな感じになってきているのかなぁというふうに感じることがあります。

さらに恐ろしいことに，LINEがないと新年度の友達作りに乗り遅れることさえあるそうです。この話を聞いたのはもう10年近く前のことなんですけれども。高校１年生が，高校に入学してどんな子がクラスにいるかなぁと，ドキドキわくわくしながら教室に入ったら，もうすでにクラスの中では友達のグループができあがってしまっていた。なぜそんなことが起こっていたのかというと，高校の入試の発表が終わると即座に，LINEやTwitter，インターネット上の掲示板の中で「ほにゃらら高校合格者集まれ！」みたいな場が設定されていて，そこにみんな集まっていて友達になっていて，入学式の時にガラッとドアを開けた瞬間にはもう，そういう掲

示板に登録している子たちは既に知り合いになっていて，そこに入っていない子は乗り遅れてしまうという……。そんな時代に生まれなくてよかったなと，私は思ってしまったんですけど，そういったようなこともあるようです。

次の話題に移りたいと思います。

おしゃべりをするため，コミュニケーションのためのSNSっていうことなのですけれども，仲良くなるということの要素の１つに，趣味が合うとか話が合うことがあるかと思います。趣味が合う人，話が合う人というのが，実際の学校生活の中で周りにいるかどうか，ということが問題になることがあります。周りに趣味が合う人，話が合う人がいないと，SNSの中に話や趣味が合う人を求めていくということもあるのです。ただリアルな場面での知り合いとも当然やり取りはするので，公式アカウントみたいな感じで「本アカ」と呼ばれている，学校の友達にオープンにしているアカウントと，「裏アカ」と呼んでいる知り合いには秘密にして匿名でやっているようなアカウントといったように，複数のアカウントを使い分けて「本アカ」で話すことと「裏アカ」で話すことを分けている，ということもよく聞きます。「本アカ」の方では学校の友達に聞かれてもかまわないことを話す，公式に話せることを話す。一方で，学校生活で感じた不満だとか，誰かに対する悪口だとか，愚痴のようなことを「裏アカ」でこっそりつぶやいてみたりする，ということも起こっているようです。当然その「裏アカ」はリアルの友達には秘密のアカウントで，リアルの友達には言えないようなことを言うわけです。友達の悪口だけではなくて，心の中で思っているんですけれども，みんなの空気を壊さないためには学校では言わない方がいいよね，というようなことも「裏アカ」でつぶやく，そういう使い方をしている子もいるようです。リアルの友達には秘密の「裏アカ」なんですけれども，中には，本人が信頼できるというふうに思っている一部の友達だけに，「裏アカ」を教えている場合もあるようです。SNSではリアルな知り合いとのやり取りということも当然しますし，会ったことがない人と共通の趣味や関心事を通して知り合って，そこでやり取りをすることもあるようです。興味関心のジャンルが細分化されているな，ということを最近感じます。以前ですと，アニメが好きとかマンガが好きという子たちは，アニメ好きでかたまれるし，マンガ好きでかたまれるし，アニメ好きとマンガ好きは一緒に仲良くできました。アイドルが好きだったら，ジャニーズのアイドルが好きっていう子たちはジャニーズのアイドルが好きな子たちで集まれるし，その中で自分のお気に入りのグループが違ったとしても，お互いに褒め合ったり，あるいはちょっとからかい合うような形で，一緒にそこで話題を共有して楽しむことができたと思うのですけれども，だんだん，興味関心のジャンルが細分化してきてるというか，話を合わせるということができない，許容範囲が狭くなってきているようなことが子どもたちに起こっているのかなと。ストライクゾーンが非常に狭いと言うか，アニメ好きならアニメ好きでかたまれるかと言うと，アニメ好きでも，「『進撃の巨人』が好きだっていう人とじゃないとしゃべれません」，「『鬼滅の刃』に興味がある人とはしゃべるけど，『鬼滅の刃』はまだ見てないんだよという人とは話が合わないよね」，というような感じです。自分が興味のある作品に，同じように興味を示している人同士じゃないと話が合わせられないとか，ジャニーズが好きって言っても，嵐が好きなら嵐が好きな人同士じゃないと嫌だ，Hey! Say! JUMPが好きな人と嵐が好きな人は相容れないとか，なんかそういったようなことが起こっていることを耳にします。そうすると当然身近に話が合う人が見つからない。確率的にそうなってくるかなと思うのですけど，特にマイナーなグループやマイナーな作品が好きな子だと，話が合う人が見つからないということが頻繁に起こってきます。そうすると話が合う人をどこで探すかと言うと，SNSにその場を求めるということが起こってくるわけです。

「本アカ」と「裏アカ」を使い分けるように，

直接知らない人にだからこそ話せることということもあるようです。学校では余計な気を遣ってしまって本音を言えないということもちょくちょくある。先ほどの先生方のご発表にもありましたけれども，周りの空気を読んで場の雰囲気を壊すような発言を控えるということは，年齢とともにだんだん増えていく。そういう気を遣うことが歳と共に増えていくということが，先ほどの藤田先生のご発表の中にもありましたけれども，あの傾向というのは2000年代初めだけではなくて，2020年代の現在でも同じように起こっていますし，私の感覚だとあの数字よりももっと中学生，高校生の段階では周りに気を遣って，本当に思っていることはなかなか話さないということはよくある話なのかなぁ，というふうに感じています。ただ，言わないでいると当然胸がいっぱいになってだんだん重くなってきてしまうので，言えない本音を「裏アカ」を使ってネットの世界で打ち明けるということが起こってきて，そのことによって気持ちをスッキリさせる，気分を楽にさせるということがあるようです。

コミュニケーション，人としゃべるということだけではなくて，余暇の楽しみとしてのネット利用というのもだいぶ幅が拡がってきたなぁというふうに感じております。スマートフォンやタブレットを使える子どもの多くは，テレビ番組よりも動画を視聴する方が多いかなぁという印象があります。当然テレビ番組を全く見ないというわけではないんですけれども，放映時間と同時にリアルタイムで番組を視聴するというよりも，どうしても見たい番組は録画しておいて後で見る。それよりも動画を視聴することに時間を割く子が多いなぁという印象があります。コンピューターゲームは，昔の子どもも今の子どももよくやっていると思いますけれども，最近の子たち，まあ子どもだけではなく大人もそうかなと思うのですけれども，コンピューターゲームは個人だけで楽しむというものから，オンラインの中で複数のメンバーで協力しながらミッションを進めていったり，あるいはオンラインの中にフィールドが設定されていて，その中で闘ったり，競ったりする。闘ったり競ったり協力したりする中で，チャットや音声を使って，会話をしながら遊ぶということがメジャーになってきている，そんなことが起こってきていると思います。オンラインでプレイする時に，学校の友達とオンラインゲームで遊ぶ待ち合わせをして，「じゃあ今日はみんな『あつまれどうぶつの森（いわゆる「あつもり」)』のどこどこの島に集まって遊ぼうね」みたいに約束をして，お友達とオンラインゲームで遊ぶということも当然ありますし，オンラインの中に入ってそこで遊ぶ人を探して，そこでたまたま出会った人と遊ぶことも当たり前に起こっているようです。あと，不登校の子たちも，子どもによってはオンラインゲームで遊んでいることがあります。不登校の生徒の動向を，学校にきてる子たちから「あの子とオンラインゲームで会ったよ」なんて，ちょこっと聞くこともあります。ただそうやってオンラインゲームの中で気楽に遊べる子もいれば，当然「学校休んでるくせに，ゲームなんかしているのはずるい，と思われてしまうのは嫌だ」ということで，不登校になってからオンラインゲームからも退いてしまうというケースもあります。

それから，ゲームだけではなくて音楽を聴くのにも，インターネットを利用することが増えてきています。オーディオ機器を持っていないということが珍しくないと，先ほどの藤田先生の資料の中で，若者が自分専用のものとして持っているものがいろいろ書かれていましたが，あの中にあったヘッドフォンステレオであったりとか，電話だったりとか，テレビやビデオなどもそうかもしれないですけれども，全てスマートフォンの中にアプリとして入っていて，ここから音楽も取り込めるし，見ようと思えばテレビを見ることもできるし，というようなことが起こってくるわけです。ヘッドフォンステレオはもちろん，コンポとかラジオ，CDラジカセも持ってないという話を聞くことも決して珍しくありません。「音楽を聴くと気分転換にな

るんだ」と話している子に，「気分が落ち込んだら，音楽を聴いてもう少しリラックスさせるのはどう？」というふうに提案すると，「あ，でも，スマホ使いすぎちゃって親に取り上げられちゃってるから，今音楽を聴くことができないんだ」と言われてしまって，これはまいったなぁと思わされてしまったというケースもありました。

最近の子どもたちはインターネットを利用して情報を受け取るだけではなくて，自分から情報を発信するということもだんだん増えてきているかなぁと思います。表現手段としてインターネットを使っている。TikTokとかInstagramとか，YouTubeなどなどですね。小学生ですでにTikTokに動画をアップロードして，「『いいね』をもらって嬉しかった」っていうようなことを言っていた子もいますし，「YouTubeチャンネルを持っていて，細々と自分たちで作った動画を公開してるんだ」っていうような話を中学生から聞いたこともあります。写真を撮ってInstagramにのせる，なんていうことも決して珍しくないですし，去年おととしあたり流行ったタピオカミルクティーなんかも，いかにインスタ映えするかを気にして写真を撮って，なんてことも，珍しい話ではなく聞いていました。いろいろな形で，前だったらプライベートに友達同士だけで共有していたことが，気軽にSNSを通して世界中に発信されてしまうという，ちょっと前には想像もしていなかったようなことが起こってきていると思います。

このような余暇のところだけではなくて，子どもたちの生活の中心であると望まれているらしい勉強に関しても，インターネットを活用するということが増えてきているなというふうに思います。自宅学習をしていてわからないことが出てきた時にどうするの？　と生徒に尋ねると，ちょっと前でしたら友達に聞くとか，親に聞くとか先生に聞くといった回答が大半だったのですけれども，最近は，ネットで解説動画をみると答える子が増えてきました。実際にインターネット上に無料で見られる解説動画というのが増えていまして，検索するとそういうものが結構たくさん出てきて，私が実際に自分で見たわけではないのですが，聞くところによるとプロの教員顔負けの上手な解説をしている，そういうYouTuberさんだとか，プロあるいはセミプロ的な方が，ネットで解説をしているというものもあるようです。ある意味，恵まれているのかなぁというようなことを感じることもあります。それから，自宅学習に使える便利なアプリが無料で手に入るということもあります。実際私も数年前に公認心理師の試験を受ける時に，大学受験の時には紙の単語帳を使ったんですが，紙の単語帳じゃなくてスマホのアプリで単語帳みたいなのがあるのかなと思って検索してみたらありまして，実際使ってみました。便利でした。そういうのがもう，今の子どもたちには当たり前になっているんだと感じます。

それからネットではないですけれども，市販の参考書にも解説のDVDと映像資料が付いてることが多くなっています。数年前に私たちのグループでマイクロカウンセリングの本を出させていただいた時に，DVD資料を付けさせていただきましたけれども，ああいったような事例場面を提示するといったようなことだけではなくて，解説を中心として，映像資料がついていたりするそうです。私たちが「いいくにつくろうかまくらばくふ」と呪文を唱えて覚えていたことが，初音ミクとかが歌うような歌になって，それがDVDとかCDとかに付録としてついていて，その歌を聴きながらさまざまな用語を覚えていくなんていうことを，中学生から聞いたこともありまして，時代も変わったなぁというふうに思ったこともあります。

それから，だいぶ前から塾での授業が一斉授業だけではなくて，DVD視聴とか衛星中継とかによって学習するのがメインになっているコースというのもありました。学校教育においても，インターネットを活用したプログラムが導入されつつあります。このPower Pointの資料は，大枠を１年前に準備していたんですけれども，この１年の間にガラッと変わりました。GIGA

スクール構想はもうすでに本格的に始動していますし，実際に公立の学校でも，１人１台のタブレット端末の購入が進んでいまして，おそらく来年度あたりからは，本格的にぼちぼち使われるのではないかなと思っています。それから今私が勤務している私立の学校ですが，去年の４月５月と休校になった時と，今年の１月に茨城の感染状況が悪化したために休校措置を取った時に，授業をオンラインで実施しました。その学校ではGoogle Meetを主に使っているのですが，先生方が授業をするその様子をライブ配信して，自宅にいながら生徒たちが授業を受ける，そしてその場で課題をもらって，課題をやったら締め切りの時間までにメールで課題を送信して提出する，というようなやり方をしていました。この１年の間に，インターネットの利用状況というのは非常に大きく変わったなと思います。学校の授業もそうですし，今，まさにわれわれが体験しているオンラインで研修を受けるということもそうです。１年前には考えてもいなかったことが少しずつ当たり前になって，今，歴史の転換点にいるのではないかなぁというふうに思うこともあります。生徒たちの中には一斉授業が苦手で，オンライン授業の方が楽だったという子もいますし，逆にインターネット授業はちょっと苦手だという感想を述べる子もいます。いずれにしろ，これからインターネットを活用した学習というのは，当たり前になっていくのではないかなと思います。

それから親子の会話にもインターネットが使われることがあります。親への連絡手段として電話やメールよりもLINEが優先される傾向があるとか，親に言いにくいことをLINEで伝えるというケースもあります。それから，悩み相談などの込み入った内容を親にLINEで伝えるという話を聞いたこともあります。ここにおいて友達同士のコミュニケーションと同様に,「言った」とか「話した」というふうに報告された行為が，実は口頭での伝達ではなくてLINEのトーク上であるというのも珍しくない，そういう状況になっております。

このように子どもたちの生活の中に当たり前にインターネットというものがあって，インターネットなしに生活するということが，どのくらい現実的なんだろうなというようなことを考えてしまうこともあります。インターネットなしでは，友達とのコミュニケーションが不便であるということだけではなくて，そもそも友達を作るところから不便になってしまうということも起こっています。それからコミュニケーションツールとしてだけではなくて，余暇を過ごすための道具や勉強道具でもあって，インターネットの存在というものも大きくなっているのかなと思います。ゲームをするとか勉強をするとか，音楽を聴くとか映像を見て楽しむとか，何を楽しみ何をするのかという目的やその本質的なものというのは，私たちが学生だった頃とそう大きく変わっていないのかもしれません。しかしそのコンテンツをどこから入手するのか，何を媒体としてそれを体験するのか，というところは大きく変化してきているのかなぁと思います。そして，こうした状況は非常に便利なんだろうなぁとも思います。グループ内，部活やクラスの連絡事項を，昔だったら電話を使って連絡網で伝言ゲームのように時間をかけてやっていたことが，同じメッセージを全員に一斉に送ることができるので，みんなが同時に同じ内容のことを受け取れるので，誤解が少ないというようなこともありますし，手間が省けるという意味では非常に便利だなと思います。

ただ，一方ネット上のコミュニケーションが主流になっている中で，文字として伝達されることはみんな同じものだけれども，それは皆平等に受け取れるのだけれども，その文字から受け取ることをどのように解釈するのかというところでは，非常に受け手の主観や置かれている状況などで変わってくることもあります。また文字情報しかない分，視覚情報，聴覚情報，あるいは触覚的なものであったりとか，嗅覚的なものであったりだとかが不足している分，情報が限られている中から，いろいろなことを解釈するので，ミスコミュニケーションが非常に起

こりやすいということがあります。

さらには，メッセージを送ったのにすぐに読んでくれないとか，すぐに返事をくれないということからトラブルに発展することも珍しくはありません。最近ではそこから一歩進んで，メッセージが来たらすぐに読んで送らないと相手の機嫌を損ねてしまうから，片時もスマホを手離すことができないので勉強に集中することができない。けれども，勉強にスマートフォンを使っているのでスマートフォンを手放すと勉強することができないといった，非常にこんがらがった状況も起こってきています。

子どもたちは，リアルな友達とインターネットの中でつながるだけではなくて，インターネットの中で友達を探すということも当たり前に行っています。そうするとLINEやTwitter，Instagramなどで，友達として登録している人は非常に多いということはよくあるようです。ただ，登録している友達が本当の友達なのかどうかというと，必ずしもそうではないかもしれません。私の感覚からするとそれは単なる知り合い程度のもので，友達とは違うんじゃないのかな？　というふうに感じることも結構あるのですが，それでも，彼ら／彼女らはそういう人たちを友達と表現するので，友達をどのように定義するのかということは，面接の中で丁寧に確認していかなければならないなぁと思うことも多々あります。

このようなことを通して，子どもたちの置かれている状況は，インターネットなしでは生活がだいぶ成り立たないところもあると感じています。学習もコミュニケーションもオンライン，インターネットの比率が高まっているってことは事実ですし，学校に行かなくても人と会わなくても勉強できてしまう，ということを子どもたちは体験してしまいました。先生たちも体験したわけですけれども。それから，友達とも会わなくても話せるということも体験してしまっている。そうすると，特に学校が楽しくない子どもたちの中に，「なんで学校行かなきゃいけないの？」とか「学校なんて行く必要あるの？」っていうことを言ってくる子がいなくはないわけです。また，学校は必要だというふうに感覚的に思っている私自身も，勉強するだけなら学校に来なくてもできてしまう，友達とのコミュニケーションも，インターネットがあれば会わなくてもできてしまうとなった時に，「じゃあ，学校って一体何なのだろう？」と考えてしまうのです。私は学校というものの存在意義を信じていますし，まだうまく説明できるだけのものはありませんが，やはりきちんとリアルに会ってコミュニケーションをとるということは，インターネットで体験できることとは比べ物にならない，ということを実際に体験してもいますので，それは間違いないことであると確信しています。そもそも人に会わないままで人間生活が成り立ってしまったら，学校どうのこうの以前に社会の在り方を考える必要が生じてくるようにも思うのです。直接人と会うということは絶対必要なことではあると思うのですけれども，子どもたちに「学校ってなんで必要なの？」っていうふうに問われたときに，それをどのように受け止めてどのように応答していくのか。もちろんこちらが答えを提供することだけが正しいわけではないと思うのですが。私たち１人ひとりが人と会って話をするということ，メディアに頼らない人とのコミュニケーションというものに，常に関心を持ち続けていくということは必要なのかなと思います。

それから，先ほどの横田先生のお話の中で，アニメの描かれ方として，依存するかあるいは孤立するかというふうに，描かれ方が二極分化しているというお話があったかと思います。確かに子どもたちの友達の付き合い方を聞いていると，ものすごく依存して気を遣いすぎて遠慮してなかなか本音が言えないということもあるかと思うと，一方では言えないからとか言って傷つかないようにと，適当に距離を置くというように孤立を選ぶ子もいます。確かにアニメの描かれ方と現実の子どもたちのあり様というのは，共通するところがあるのかなぁというふうに思ったところです。

すみません，予定の時間を超過してしまったかもしれません。以上で私からの発表を終わりにいたします。ありがとうございました。

福原　ちょっと私の方から一言。寺川先生はスクールカウンセラーをやってらして，中高全部網羅して活躍してやってらっしゃる経験から，いろいろたくさんのことが出てきて，今日の話はSNSとか，そういうメディアを通しての人間関係の問題だったり，とっても豊富な材料なのでね，私，それを聞いていて，それらをまとめられるとすごくいいなぁと思いました。ありがとうございました。

寺川　はい，ありがとうございます。

浅妻　ありがとうございます。それでは次の方，田中先生，お願いします。

田中　それでは，画面の方を共有させていただきます。

本日，話題提供させていただきます田中道弘と言います。本日の話題提供ですけれども,「メディアと若者」に関する話題といたしまして，情報の特性というものを踏まえながら，若者の倫理観あるいはメディア心理学の視点で議論を進めていきたいと思います。

本日ご説明させていただく内容は，この順番で説明させていただきます。

最初に,「若者の情報倫理観」ということで,

情報教育・メディア心理学の視点から
１．若者の情報倫理観
（１）「情報の改ざん」の問題
（２）「情報の複製」に関する問題
２．騙されやすい若者の特徴
「量産されるフェイクニュース」の問題
３．情報教育の現状と課題
（１）軽視される情報教育
（２）著作権の知識不足（引用の基準の理解）、
（３）情報信頼度の知識不足
（４）機能的識字率の克服

スライド17

「情報の改ざん」の問題や「情報の複製」に関する問題，２番目に，近年問題になっている「量産されるフェイクニュース」の問題です。特に若者はフェイクニュースに騙されやすいことが指摘されます。その特徴について簡単に説明をさせていただきます。それから，そのようなことを踏まえ，現在情報教育で問題になっている課題について，４つの視点から説明をさせていただきたいと思います。

最初に「若者の情報倫理観」ということで,「情報の改ざん」の問題についての事例をあげながら説明をさせていただきます。

１．若者の情報倫理観
（１）情報の改ざん

＜例１＞
高一ハッカー世界140ホームページ改ざん

インターネットを通じて世界23カ国140件のウェブページを改ざんしたとして、静岡県浜松市の私立高1年の男子(15)を不正アクセス禁止法違反容疑で東京地検に書類送検。「ゲーム感覚でやっていた。世界中のハッカーに自慢するためにやった」（「日刊スポーツ」　2003年6月10日）

スライド18

最初の例は，少し古い事例です。2003年に起きた事件で，インターネットを通じて世界23カ国で140件以上のWebページを改ざんしたとして，当時静岡県の私立高校１年生，15歳の男子生徒が東京地検に書類送検されたという事件が起こっています。当時イラク戦争が起こっており，イラク戦争反対を謳う内容で，Webページを改ざんしたというものです。この時の少年のハンドルネームは，GTOでした。GTOというのは，当時非常に人気であったマンガです。こちらはアニメにもなりましたし，テレビドラマにもなりました。そのGTOから取ったハンドルネームを使って，世界各国のホームページに残していったというものです。ハンドルネームというのは，インターネット上のその人の名前に相当します。犯行理由は，ゲーム感覚でやっていたこと，また世界中のハッカーに自分がこんな技術があるんだぞってことを自慢したか

ったようです。このことは，仲間に自分のことを自慢したいとか，いわゆる自己顕示欲ですね。ゲーム感覚という視点からは，非常に少年らしい犯罪ではなかったか？ということが考えられます。

もう１つの事例ですが，こちらも同じように中学生，同じぐらいの世代の事件です。

１．若者の情報倫理観
（１）情報の改ざん

＜例２＞
中学生 スマホで教員用サーバーに
不正アクセス成績表を改ざん

教職員用パソコンを借りた際、解析用のプログラムを使ってサーバーのアクセスに必要なIDとパスワードを入手

「親によい成績を見せたかった」生徒は現在も登校しており「好奇心が勝り、悪いことをしてしまった。いろいろな人に迷惑をかけ申し訳ない」と反省している。

「朝日新聞デジタル」　2019年12月18日、20日

https://www.asahi.com/articles/ASMDL6306MDLUOHB01B.html?iref=pc_rellink_01
https://www.asahi.com/articles/ASMDM5CQGMDMUOHB00T.html

（いずれも、2020年2月17日現在）

スライド19

こちらは2019年に起こった事件です。当時，新潟県長岡市の中学校に通う３年生の男子生徒が，教職員用のパソコンを借りた際に，自ら自宅から持ってきたような解析プログラムを使って中学校のサーバーにアクセスして，そこから中学校で利用しているコンピュータのID，パスワードを入手し，その結果，教員が使用しているコンピュータにもアクセスできるようになり，自分の成績を改ざんしたというものです。このコンピュータですが，通常は当然学校の備品のため，生徒たちが使えるものではありません。教員が委員会活動のためということで，教員用のPCをこの生徒に貸していたというものです。この委員会活動というのは，具体的には給食時間に発表するスライドショーの準備のことを意味しています。どんなことをやっていたかと言うと，全校生徒に学校行事の写真を見せるというものでした。生徒は自分のコンピュータの性能では作業が追いつかないということで，教員側にそのことを訴えて借り，通常は教員に脇に寄り添ってもらいながら，そのコンピュータを使うということでした。時々生徒から教員が離れてしまうといったこともあったようです。そのわずかな隙に，中学校のサーバー内にもぐりこんだということになります。この生徒が成績に関して改ざんを行ったのは，社会や美術，技術家庭で，５段階評定で例えば３であったものを４にするとかというものでした。インターネット上の，フェイクニュースでも流れていましたが，例えば５段階評価の１を５にするとか，２を５にするというものではありませんでした。教員用のサーバーの不正アクセスをした理由ですが，当初は，学校のコンピュータの中に保管されている内容を見るためだったようです。多くの場合は，彼が所属している委員会活動で使う学校の生徒たちの写真を見るのが大きな目的だったようです。それがだんだん好奇心が勝っていって，その後，成績表なども閲覧することになったようです。成績表の改ざんを行った理由は，親に良い成績を見せたかったとか，高校入試が有利になると思ったようです。ここではやはり好奇心が勝っていた，ゲーム感覚，こういったことが影響をしているようです。

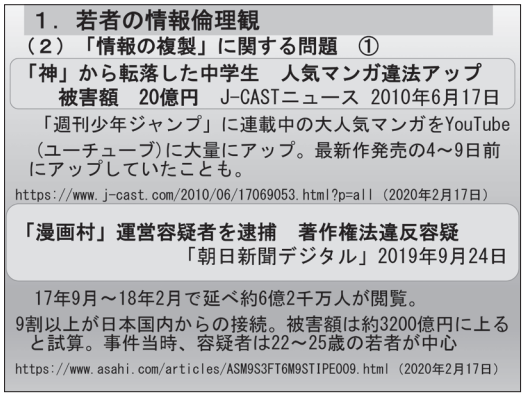
次に，「情報の複製」に関する問題です。

１．若者の情報倫理観
（２）「情報の複製」に関する問題
著作権（知的財産権）の問題
インターネットやデジタル技術の発展により
著作物を手軽にコピーし公開できる。
（広告費により収入が得られることもある）
書籍（文字情報）
漫画、雑誌など（文字、画像情報）
音楽（音声情報）
動画（映画やＴＶドラマ）
例：週刊少年JUMPなどは発売後１時間以内に人気漫画がネット上で公開されている（著作権者とは別人）。
雑誌の発売前に公開されることもある。
⇒　深刻な売上ダメージ

スライド20

こちらは，著作権，知的財産権の問題と関係しているわけですけれども，インターネットやデジタル技術の発展によって著作物を手軽にコピーし公開できる，そして，公開することが簡単にできるようになっています。さらに情報を公開することにより広告費によって，収入を得られることもあります。YouTubeの場合であれば，動画の再生回数によって収入を得られる，いわゆるお小遣い稼ぎができるというわけです。

デジタル情報ですから，絵も本物とそっくりに表示できるわけです。音楽情報の場合は音楽の音質を落とさないまま簡単にコピーし，しかも大量にそのコピーを全世界に拡散させることができるわけです。しかもネットの特性として，一度流れたものは消えません。そういった問題が起こっていると。最近では，人気の週刊誌，マンガとか，雑誌のコピーが発売後１時間以内にネット上で無断公開されています。音楽もそうです。その結果，マンガ家や音楽の演奏家とか，この著作権に関係する人たちに深刻なダメージを与えています。その一方で，不正にアップした側は，動画の再生回数等によって利益を得ているということが現状の問題になっていると言えます。

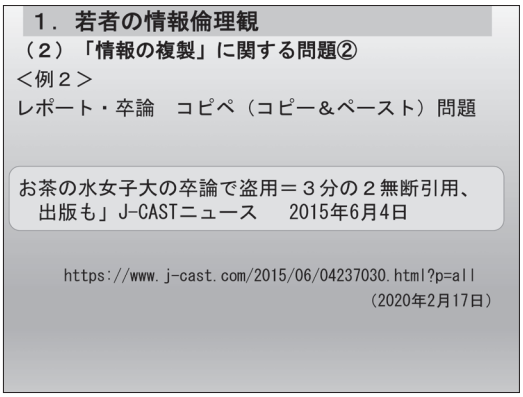


スライド21

スライド21の例を少し見ていこうと思います。

１つ目の例は「神」から転落した中学生。人気マンガ違法アップと，「漫画村」運営容疑者を逮捕というものですけれども，いずれもこちらは，週刊誌や週刊の雑誌，あるいはDVD等を違法にコピーして，インターネット上にアップして，その結果，著作権法違反で逮捕されたというものになります。例えば，この被害総額を見てください。この中学生が違法アップロードしたものは，およそ20億円の被害総額と試算されています。「漫画村」は，アニメーション専門にインターネット上で違法アップロードして，誰でも閲覧できるようにしたサイトです。ここでの被害総額は約3,200億円と試算されています。そして，延べ約６億２千万人がこの動画を閲覧し，その９割以上が日本国内からのアクセスだったということがわかっています。この事件の容疑者は当時22歳～25歳の若者が中心でした。

次に，２つ目の情報の複製の問題で，例えば学校で行っているレポートだとか卒業論文のコピペの問題があります。



スライド22

例えば，お茶の水女子大学で卒論の盗用というのがありまして，その３分の２が無断引用になっていたと。この卒業論文は書籍として出版され，その結果により事件が発覚したというものになります。

この卒業論文は，2013年３月にお茶の水女子大学を卒業した学生のものでした。大学側は，この盗用に気づかずに最高評価を与えていたということで，当時の指導教授に対して厳重注意処分を与えています。一方で，当該学生は，大学側の事情聴取には応じておらず，また，罰則規定がなかったとうことで処分は行われていません。その後，この卒業生が出版した書籍は，版を重ねるにしたがって正しい引用方法になっていったようです。

次に「騙されやすい若者の特徴」ということで，簡単にフェイクニュースの話をしていきたいと思います。

例えばフェイクニュースは，個々での作成者の他に，それを作成するような，専門の機関があったりするわけです。問題は，この偽情報，フェイクニュースを本当かどうか検証できない若者が増えてきており，同時に，この検証記事

２．騙されやすい若者の特徴

（１）急拡大するフェイクニュース
国際経済研究所（2017年12月コラム）

（２）（フェイクニュース）検証記事を理解できない人が増えている？　一田（2018）

（３）AIvs教科書が読めない子どもたち　新井（2018）

・基本的な文書読解能力が欠落した人々がいることを調査等により紹介。
・中高校生の読解力テスト結果からも危機的状況にあることを指摘。⇒　機能的識字率の欠如。
・基礎的読解力テストの結果、偏差値が特別高い国立大学以外では、正答が少なく深刻な誤答も少なくない。
※新井は他の世代として中高生が特別低いレベルとは考えておらず、全世代共通の問題の可能性を指摘。

スライド23

の説明を理解できない若者も増えていることが指摘できます。

さらに，『AI vs. 教科書が読めない子どもたち』という書籍を出版した，新井という教育心理とか教育学の研究者がいます。彼女らの研究・調査からは，基本的な文章読解能力が欠落した人々がいることがわかっています。特に現在の中高生に対して読解力テストを行うと，危機的な状況にあることも指摘されています。このことは機能的識字率の欠如と紹介されています。先生方もご存知の通り，機能的識字というのは，文章を理解し読み書きできる，あるいは計算を使いこなせるのが機能的識字になります。一方で，いわゆる，機能的非識字の問題です。こちらはごく簡単な文章の読み書きや計算もできないような状態，あるいは文字自体を読むことはできても文章の意味や中身，内容を理解できないような状態を機能的非識字と呼んでいます。近年の共通テストで話題にもなりましたけれども，共通テスト対策の中で，国語の中に契約書の読み方などが出題され話題となりました。機能的非識字は，実はこういったものと関連していると言われています。

さて，こういった問題がありますけれども，じゃあ，どういうふうに克服していくべきか，課題，現状を説明して，私の問題提起を終わらせていただきたいと思います。

１つ目は「軽視される情報教育」の問題です。1993年から2003年までのおよそ10年間，「情報」が高校で必修になりました。政府は情報モラル

３．情報教育の現状と課題

（１）軽視される情報教育

2003（平成15）年に高校で「情報」が必修科目になって10年。情報通信技術（ICT）を活用した学習や，情報モラル教育を推進する政府方針とは裏腹に，受験科目でないために軽視されがちだ。

「毎日新聞」2013年12月19日

AI・IT人材育成で重要な役割を担う高校。2022年には共通必履修科目「情報Ⅰ」が新設される。しかし現状では、情報科専任教員の配置が進まず、特に地方ほど情報教育が軽視されている。

中山（2019）月刊先端教育

⇒　情報メディアに関する人材育成が急務だが、依然としてその重要性が軽視されている。

スライド24

教育を推進していますが，こういったこととは裏腹に，受験科目ではないということでこの情報教育が軽視されていることが問題になっています。また，2022年から高校で「情報Ⅰ」というものが新設されます。こちらも現状では，情報科専任教員の配置が進まず，特に地方ほど情報教育が軽視されているという傾向が指摘されています。このように，情報メディアに関する人材育成は急務ですけれども，依然としてその重要性が軽視されているという問題があります。

２つ目は，「著作権，あるいは知的財産権の知識不足」という問題があります。

３．情報教育の現状と課題

（２）著作権（知的財産権）の知識不足

１）アニメや漫画の違法コピー（無料で閲覧可能）
アップロード者には罰則規定があるが、
視聴者には基本的に罰則規定はない。
⇒　**視聴者へも罰則規定の強化が必要**

２）レポートの書き方、卒論の書き方など多くの書籍があり、大学でも指導がなされているが浸透しない。コピペがあまりに簡単。
⇒　**引用の方法など教育の徹底と同時に、コピペチェッカー・剽窃チェッカーを活用し、教員側も厳しく対処。**

有料版：コピペルナー、コピペリン、等
無料版：剽窃チェッカー、こぴらん、等

コピペ判定支援ソフト
コピペルナー

スライド25

まず，アニメや漫画の違法コピーの問題です。先ほども説明しましたように，雑誌が発売されてから，わずか１時間でその内容がインターネット上に拡散しているというような状況です。アップロード者，いわゆるインターネット上にあげた人には罰則規定がありますが，視聴者には現状では，事実上，罰則規定はありません。

こういったことからも視聴者へも罰則規定が必要だと考えられています。

「著作権，あるいは知的財産権の知識不足」のもう１つの問題は，レポートの書き方，あるいは卒論の書き方の問題です。当然大学では，こういうことは指導していますし，真面目にやっている学生はきちんとやっています。けれども，そうではない学生が多く，実際には十分浸透していません。また，遠隔授業の影響で例えば遠隔での試験などを実施した場合ですが，コピペとか，カンニングが楽勝だということが，一部のインターネット用語で「まつり」とかそういうふうに言われています。この問題に関しては，引用の方法など情報倫理や著作権に関する教育を，今まで以上に徹底することと同時に，教員側もコピペチェッカーだとか，剽窃チェッカー等，専用のソフトがあるので，こういった対策ソフトを面倒がらずに導入すること，学生にも伝えることでいわゆる防止策になるのではないかと思います。実際に私もこういったものを利用していますが，残念ながらいくつかの大学でコピペ反応がありました。しかし，それでも防止策としての一定の効果はあったものと考えています。

３つ目に「情報信頼度」の問題です。

３．情報教育の現状と課題

（３）情報信頼度の知識不足

情報の信頼度に無頓着

・単に機械検索（検索窓口にキーワードを入れ検索）るだけでは、信頼のおける情報にたどり着けない。

・情報検索サイト（データベース）の活用
Wikipediaを鵜呑みにするのではなく、情報検索サイトを活用し、専門書や研究論文などを複数の情報源を確認。
※　有料版のデータベース（EnscoのPsycINFO等）とまでは言わないが、せめてCiNiiやWebcat Plus程度は使えることが必要ではないか。

スライド26

情報を検索する時に，単に検索窓口にキーワードを入れて検索するという問題があります。これは確かに関連の情報が検索されます。この検索窓口にキーワードを入れて検索するのは，ロボット検索と呼ばれるものです。こちらは，例えばアップロードの早さだとか，閲覧数の多さによって順位が決められてきます。したがって，その検索窓口から検索した情報の順位は，信頼性の高さを意味しているわけではありません。

こういったことが正しく理解できていない若者が多いのではないかと思います。対策としては，例えば，上位検索されやすいWikipediaなどのサイトを鵜呑みにするのではなくて，専門の情報検索サイトを活用するとか，専門書や研究論文など，複数の情報源を必ず確認するという習慣を付けることが重要ではないかと思われます。

最後に４つ目ですけれども，「機能的非識字率の克服」という問題があります。

３．情報教育の現状と課題

（４）機能的非識字率の克服

榎本（2017）

日本人の英語教育熱は高まる一方、小さいうちから英会話を覚えると、日本語力が身につかず、読解力・考える力が養われないだけでなく、肝心の英語力も向上しないことを指摘

⇒義務教育での日本語教育（読解能力）を向上させることが重要なのではないか？

スライド27

榎本博明氏は，『その「英語」が子どもをダメにする』という書籍の中で「日本人の英語教育熱は高まる一方で，小さいうちから英会話を覚えると，日本語力が身につかず，読解力・考

＜引用文献＞

新井 紀子（2018）．AI v.s. 教科書が読めない子どもたち
東洋経済新報社
榎本 博明（2017）．その「英語」が子どもをダメにする
青春新書インテリジェンス
一田 和樹（2018）．フェイクニュース　角川新書
中山 泰一（2019）．軽視されてきた高校の情報教育
先端教育機構出版部（編）．「月刊先端教育 vol.1（AI人材育成への道筋）」 株式会社日本ビジネス出版

スライド28

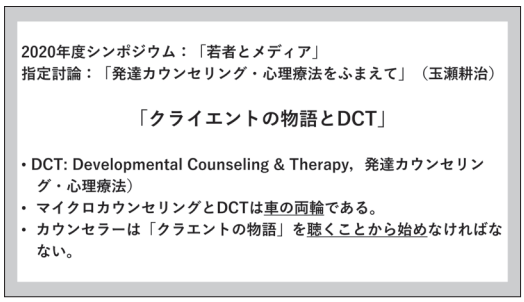
える力が養われない，育成されていないだけではなくて，肝心の英語力も向上しない」ことを指摘しています。義務教育での日本語教育（読解能力）を向上させることがまずは重要ではないか，フェイクニュースに流されないような人材育成が急務ではないか，と考えています。

それでは，私の方の発表を終わらせていただきます。

浅妻　ありがとうございました。ここまで，それぞれ活躍される場の違う３人の先生方から「若者とメディア」ということでお話をいただきました。いろいろディスカッションはまた，のちほどにさせていただきたいと思います。次に指定討論としまして，玉瀬先生にご討論をお願いしていますので，玉瀬先生，よろしくお願いいたします。

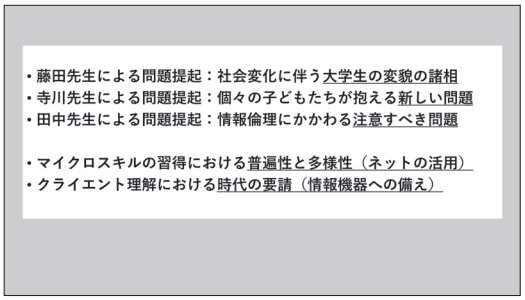
玉瀬　はい，ありがとうございます。皆さん，こんにちは。私は玉瀬耕治と申します。よろしくお願いいたします。私は指定討論ということでお話をさせていただくことになっておりますが，３人の先生方のお話に対して，それぞれコメントするということではなくて，これから私がお話しすることに対して先生方がお気づきのことをお話しいただければと思っています。

私はアレン・アイビイの発達カウンセリング・心理療法に関心をもっております。これまでにもこの学会で何度かお話しさせていただいております。アイビイはマイクロカウンセリングでスキルズアプローチを取りながら，その一方でこのDCT：Developmental Counseling & Therapyを提唱しております。



スライド29

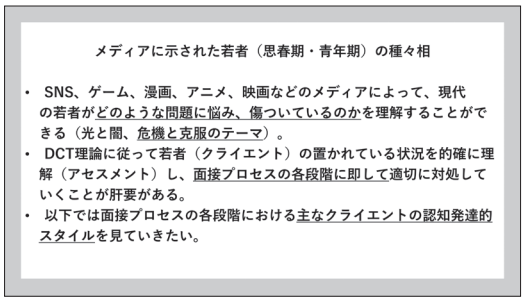
私はこれをカウンセラー養成における車の両輪であると理解しております。カウンセラー養成においては，まずどのようにクライエントに対峙すれば良いのかが問題になります。面接の技を身につけていなければ，いくら高度な理論を学んでいても実践には役立ちません。しかし，逆にいくら技を身につけていても，その技をどのように使えば良いのかが分からなければ，クライエントにとって意味のあるカウンセリングを行うことは難しいでしょう。クライエントが，どの時期のどんな問題に遭遇しているのかを想定できなければ，不毛な面接を繰り返すことになりかねません。



スライド30

先ほど，藤田先生には，社会変化に伴う大学生の変貌について，さまざまな実態に即してお話しいただきました。寺川先生にはスクールカウンセラーのお立場から，学校における個々の子どもたちが抱えるインターネットに関連する新しい問題をお話しいただきました。また，田中先生には，情報倫理の観点から今起こっている厄介な倫理的問題についてお話しいただきました。これらの問題は，マイクロカウンセリングとの関連で言えば，マイクロスキル習得の普遍性と多様性の問題になろうかと思います。すなわち，私どもがこれまで取り上げてきたスキルは，きわめて普遍性の高い基本的傾聴技法でありますが，インターネットに関わる最近の問題は，今後いかに基本的スキルの中にITリテラシーを組み込めるかにかかっているものと理解されます。また，DCTとの関連では，時代とともに，いかにクライエントの発達の様相が

IT環境によって変質しつつあるかを探ることが必要であり，思春期・青年期の若者のさまざまな様相について考えてみたいと思います。



スライド31

SNS，ゲーム，漫画，アニメ，映画などのメディアを通して，私たちは現代の若者がどのような問題に遭遇して悩み，傷ついているのか想像し理解することができると思います。

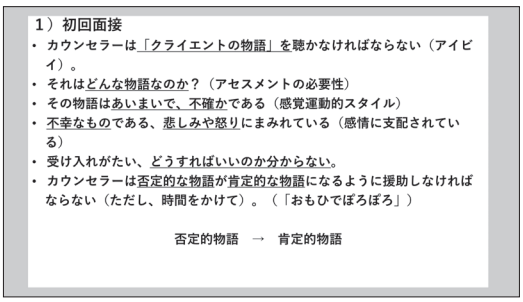
先ほどのご講演で横田先生には，「感情の谷理論」をご紹介いただき，その中で若者はいきづまって谷に落ち込んでいるというお話をしていただきました。われわれは自我とか自己を考える場合，その肯定的側面と否定的側面を見ることになります。言い換えますと，光の当たっている部分と闇に隠れている部分，ということになります。若者はその光と闇のバランスが崩れやすいのが常であります。闇の世界に落ち込みやすいといってもいいでしょう。その闇に落ちてそこから抜け出すプロセス，すなわち危機と克服のテーマが重要なものとなります。DCTに従って，カウンセリングにおいてはこのような危機に陥っているクライエントの状況を的確に理解し，面接プロセスの各段階に即して適切に対応していくことが求められております。

以下では面接プロセスの各段階におけるクライエントの状態を認知発達的スタイルという観点で見ていきたいと思います。カウンセリング面接のプロセスは，普通，次のように考えられていると言えるでしょう。

すなわち，まず，インテーク面接と呼ばれる面接があります。ここでは，どのようなクライエントが来談したのか，何を話したいのか，今

スライド32

の状態はどうなのか，どのような生活状況にいるのかなどなど，カウンセラーとして知っておきたい多くのことがあります。しかし，この段階から流派によって情報収集についての考え方はさまざまです。こちらからどの程度聴いておく必要があるかについては統一された見解はありません。インテーク面接の結果，面接を継続すると決まった場合，その次の面接からが本格的な面接となります。後ほど，その初期の段階についてお話しいたします。物語に起承転結があるように，この後の面接には起承転結があると言えるでしょう。ここでは初期の段階，中期の段階，後期の段階，終結の段階として考えてみたいと思います。これらの各段階をDCT理論ではどのように見ていくかをお話しいたします。以下ではDCTの４つの認知発達的スタイル，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という言葉が出てきますのでご注意ください。



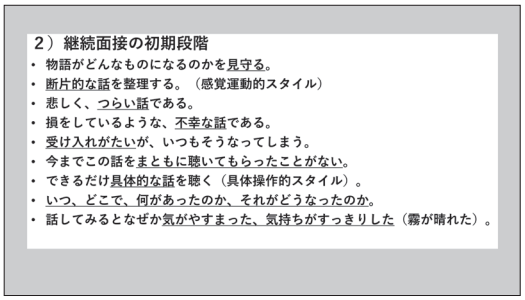
スライド33

まず，初期面接についてですが，アイビイ先生は福原先生が監修された日本語版の『発達心理療法』のビデオの中で，「カウンセラーはク

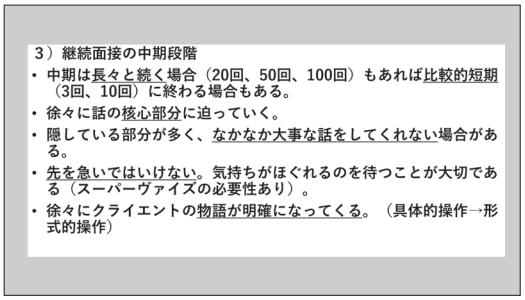
ライエントの物語を聴くことから始めなければならない」と言っています。それはどんな物語なのかということです。ところが多くのクライエントは，自分の物語をうまく語ることができません。その物語は曖昧で要領を得ず，分かりにくく不確かである場合が多いのです。このような状態をDCTでは感覚運動的スタイルと申します。クライエントは感情をあらわにし，悲しみや怒りを前面に出して表現する場合が多くあります。感情に支配されていると言ってよいでしょう。そしてその状態はクライエントにとって，受け入れがたいものであり，クライエントは自分でもどうすればいいのか分からないと言います。私の経験でも，面接の初期にはこのようなクライエントが多いと言えると思っています。

１つアニメからあげますと，高畑勲の「おもひでぽろぽろ」という作品の主人公の女性は，このような初期状態を示していると考えていいでしょう。この女性は27歳になっているのに，過去の未整理な問題を解決できず，しばらく仕事を休んで都会から田舎に移って考えてみようとします。自分の問題をどうしたらいいのか分からなくなったのです。そこで田舎の親戚に行ってそこで出会った青年に話を聴いてもらううちに，次第に自分がどうすべきかが見えてくるのです。この時期のクライエントは，物語を作ったとしても，それはかなり否定的な物語である場合が多いのです。先ほどのアニメの場合は，カウンセラーではなく田舎で出会った男性に聴いてもらうのですが，カウンセリングにおいては，カウンセラーが時間をかけてじっくりと聴いていき，否定的な物語がより肯定的なものになるように手助けをします。

面接の初期段階は，物語がどんなものになるかを見守っていきます。クライエントは断片的な話をするでしょう。それは人に言いたくない，悲しい話や恥ずかしい話，不幸な話であることが多いでしょう。同じ話を何度も何度もします。許せない話や受け入れ難い話です。いつもそうなってしまいます。よく話せると，クライエントは今までこの話をまともに聴いてもらったことがないと言います。カウンセラーはここで焦らないことが大切です。できるだけ具体的な話を聴き，一緒に同じ場面を共有できるようにします。これは具体操作的スタイルに導くためです。いつ，どこで，何があったのか，それがどうなったのかを聴いていきます。これができるようになると，クライエントは話をしていると気が休まった，気持ちがすっきりしたと言うでしょう。霧が晴れたような気持ちです。これは認知的な操作ができたことを意味します。



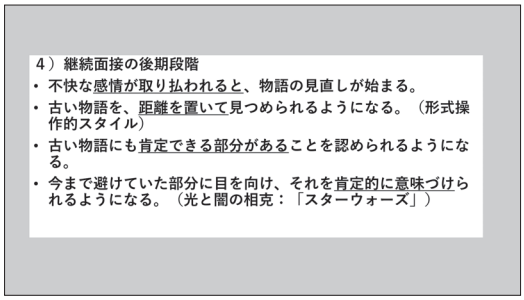
スライド34



スライド35

継続面接の中期は人によって長さがさまざまです。20回，50回，100回というように長々と続く場合があれば，３回とか10回など，比較的短期に終わる場合もあります。徐々に話の核心部分に迫っていきます。クライエントは隠している部分が多く，なかなか大事な話をしてくれない場合があります。ここでは，話そうとする気持ちが高まってくるのを，十分に待たなければいけません。気持ちがほぐれてくるのを待つことが大切です。初心のカウンセラーはこの段階で，今は待つべきなのか，もっと先を聴いた方がいいのか，迷うかもしれません。スーパー

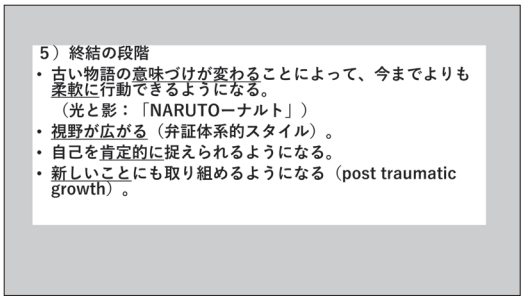
バイズが必要になるのはこんな時です。スーパーバイザーに話して，待つべきか先に進むべきかを決める必要があるでしょう。このようにしてクライエントの物語は次第に明確になり，うまく面接が進んだ場合は，具体操作的スタイルから形式操作的スタイルへと移行していきます。



スライド36

面接の後期ではどうなるのでしょうか？　初期の面談で不快な感情が取り払われて物語の見直しが始まります。新しい物語の始まりです。今までかたくなに抱き続けていた古い物語を，距離を置いて見つめられるようになってきます。この段階の思考様式は，形式操作的スタイルであると考えられます。古い物語にも肯定できる部分があることを認められるようになってきます。アニメや映画でも，このようなことが見られます。例えば，今大人気の「鬼滅の刃」は，家族を鬼に襲われた若者が，鬼になってしまった妹を連れて鬼退治をする物語です。若者は毎回毎回新しい鬼を倒し，より強い鬼へと迫っていきます。これは具体操作的スタイルの話です。鬼を倒すことの意味については，あまり問題にされていません。しかし憎むべき敵としてしか見ていなかった鬼に対して，少しずつ鬼への見方が変わってきます。鬼を受け入れられるようになっていくのです。この部分は先ほど，横田先生のお話だと，ちょっと違っているかもしれませんけれども，ここは想像で考えております。鬼はある意味で，自分の中にいる影の部分と関連づけて捉えることができるでしょう。そう考えると，自己の否定的な部分を受け入れていく物語として見ることができるかもしれません。光と闇，光と影の相克の物語として捉えてみると面白いのではないでしょうか。スターウォーズのシリーズも，そのような物語として見ることができるでしょう。

終結の段階では，古い物語の意味づけが変わることによって，今までよりも柔軟に行動できるようになってきます。

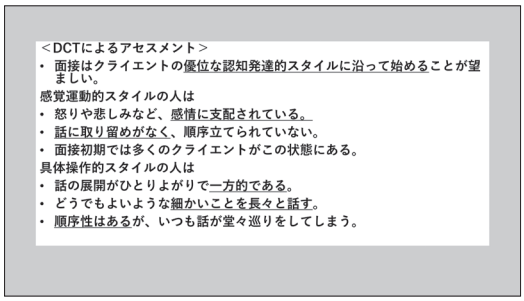


スライド37

アニメの「NARUTO」ではナルトとサスケの関係が徐々に変化し，自分の中の光と影の関係になっていることが分かってきます。物語を語ることによって視野が広がり，自己を肯定的に捉えることができるようになります。より抽象的な思考が可能になると言ってよいでしょう。いわゆる，メタ認知が可能になってくるのです。今まで否定していた自己を肯定的に捉え，受け入れることができるようになるのです。そうなると，より積極性が増してきて，今まで取り組めなかった新しいことにも取り組めるようになります。心的外傷後の成長，ポスト・トラウマティック・グロウス（posttraumatic growth）というのもこのような段階で起こるものと考えられます。

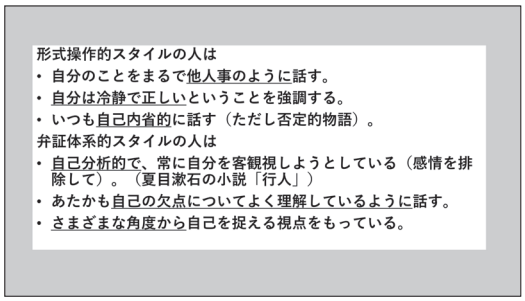
以上，述べたことをまとめてみますと，次のようになるでしょう。

まず面接では，クライエントのいま優位になっている認知発達的スタイルを見極め，そのスタイルに沿って面接を始めることが望ましいと考えられます。感覚運動的スタイルの人は，怒りや悲しみなどの感情に支配されています。話にとりとめがなく，順序立てられていません。面接初期では多くのクライエントがこのような状態にあると言えるでしょう。具体操作的スタイルの人は，話の展開が独りよがりで一方的な



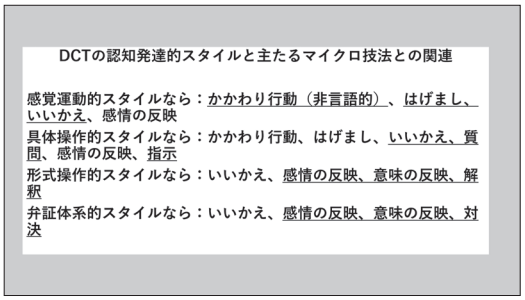
スライド38

ものになりがちです。どうでもいいような細かい話を，いつまでも長々と話す傾向があります。しかし順序性があるので，話は分かりやすく理解はできます。ただ，いつも同じような話が繰り返され，いつのまにか堂々巡りになっていることが多いでしょう。



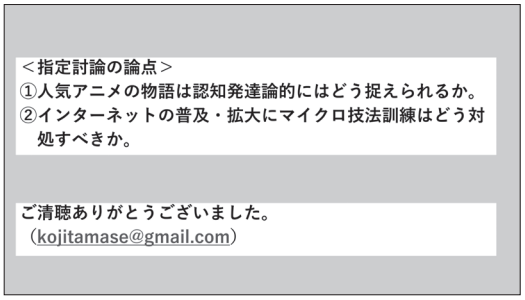
スライド39

形式操作的スタイルの人は，自分のことをまるで他人ごとのように話す傾向があります。自分では冷静で，正しいことを話していると思っています。そして自己反省的に話します。ただし，話は否定的な物語で，そこから抜け出せないと訴えます。弁証体系的スタイルの人は，自己分析的で常に自分を客観視し，高い位置から自分を見つめようとします。そこには温かい感情が宿っていないかのようです。夏目漱石の小説『行人』に出てくる「一郎」はまさにこのような一面を持っています。あたかも自己の欠点について，よく理解しているように話します。しかし「一郎」は重篤な病を抱えているのです。健康な人では，さまざまな角度から自己を捉える視点を持っており，弁証体系的スタイルが優位な人は，自分の力で環境に合わせて自己変革できる力を持っています。



スライド40

DCTの認知発達的スタイルと，主たるマイクロ技法との関連については，スライド40に示した通りです。これについては，昨年の日本応用心理学会のワークショップでご紹介しております。要するに，高次の認知機能が働く状態に進むにつれて，マイクロ技法階層表の，より上位のものを必要とするということになります。先ほど横田先生は，あの図によってこの事をお示しくださいました。たいへんわかりやすい図を，あれは横田先生が，昨年のワークショップで自らお考えいただいたものであります。



スライド41

以上，私の指定討論の論点は，１つは人気アニメの物語は，認知発達論的にはどう捉えたらいいのか，という問題です。もう１つは，インターネットの普及拡大に対してマイクロ技法訓練は，どう対処すべきなのかという問題です。

ご清聴ありがとうございました。

それから，スライド42の文献ですけれども，①から④は午前中にご紹介をした，横田先生のご著書です。それから⑤番目は今回のテーマであります『発達心理療法』，あるいは『発達カウンセリング・心理療法』と言います。⑥番は私が大学を退職した時に書いた紀要論文です。

＜文献＞
①横田正夫著「アニメーションの臨床心理学」誠信書房（2006年）
②横田正夫著「アニメーションとライフサイクルの心理学」臨川書店（2008年）
③横田正夫著「メディアから読み解く臨床心理学」サイエンス社（2016年）
④横田正夫著「大ヒットアニメで語る心理学―『感情の谷』から解き明かす日本アニメの特質―」新曜社（2017年）
⑤A.E.アイビイ著（福原眞知子・仁科弥生訳）「発達心理療法（新装版）」川島書店（2019年）
⑥玉瀬耕治「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」帝塚山大学心理学部紀要３，1-9，（2014年）

スライド42

以上です。ありがとうございました。

浅妻　ありがとうございました。３人の方の話題提供とその話を上手にまとめて問題点を出していただきました。玉瀬先生，皆様，ありがとうございました。少し残った時間で討論ができればと思いますけれども，いかがでしょうか？演者の先生方で何かコメント，あるいは他の先生のご講演に対してのディスカッションがおありになりましたらおっしゃってください。（寺川先生挙手）寺川先生どうぞ。

寺川　玉瀬先生，ご討論，ありがとうございました。マイクロスキルの習得における普遍性と多様性，ネットの活用が広がる中でどうかという非常に重要なテーマをご提示いただいたかなと思います。あと，クライエントの理解における時代の要請，危機への備えということも，やはり考えていかなければいけない重要な問題かなというふうに思っております。

子どもたちがインターネットを使うことが多くなって，特に友達同士のコミュニケーションに，インターネットを活用することが多くなってきている中で，ミスコミュニケーションが多く発生しているように感じる，と先ほど私は申し上げました。子どもたちのコミュニケーション・スキルが，未熟であるとか，ちゃんと理解しきらないで満足してしまう，あるいは諦めてしまうようなことが，結構増えてきているのかなと感じています。

だからこそマイクロスキルを援助者がしっかり身につけて，きちんと関わるということが重要になっていくのかなと。こういうふうに関わってもらうとこんな感覚になるんだ，ということを子どもたちに感じてもらう，援助者が良いコミュニケーションのスタイルを示す，面接の中でそれを示すことが，良いロールモデルになるということに，普遍的な意味はあるのかなということが１つにはあります。

それともう１つ。先日，LINE相談を試みている方たちの話を聞く機会がありました。元々電話相談をしている方々だったのですけれども，最近その電話相談のかけ手がだいぶ高齢化してきているが，本当はもっと若い人にも相談のニーズがあるのではないか，ということでLINEを活用した相談を始めてみようっていうことで，始めたというふうに伺っています。そして実際にやってみると，LINEの相談であろうとも，それはその媒体が電話であるか，対面であるか，ネットであるかということの違いであって，やはり基礎となるのは傾聴である，基礎的な傾聴ができていなければLINE相談はできやしない，ということを実感したということを話されていました。

そのことを伺って，やはり援助者として対人援助に関わる場面では，マイクロスキルをしっかり習得していくということは，変わらず大事なことであるし，役に立つ重要なことであるのかなというふうに思いました。そしてマイクロスキルを活用しながら，クライエントがどのような状況に置かれているのかということを，これまでと同様に丁寧に聴き取っていく中で，クライエントの置かれている状況が，ネットとの関連においてそのようであるのか，それともネットとの関連とは関係なしにそのようであるのか，ということをしっかり聴いていくということは非常に大事なことかなと思いますし，ネットとの付き合いにおいて，どのようなことが起こっているのかということを，よく聴いていくことが大切かなと思います。

子どもたちがネットを活用することが多くなって，知らない人とコミュニケーションをとるということは，非常にリスクの高いことである

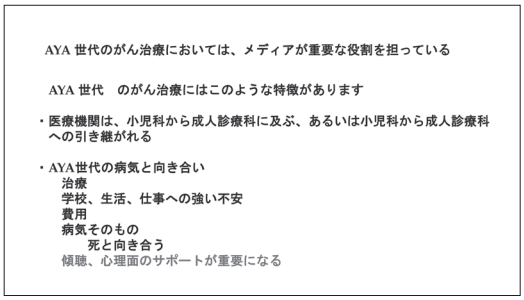
と思います。ただその一方で，それは危険なことだけではなくて，子どもたちを実際に支えているという面も確かにあるようです。身近な人には言えないことを，全く知らない人がとにかく受け容れて聴いてくれたことで，非常に傷ついた気持ちが救われて，本当に助かったということを実際に話している子も時々います。ただそのことは一方で，先ほどの「孤立と依存」の問題と関連するのがここなのかなとも思いました。身近な人には言えないこと，遠慮してしまってとか，空気を読みすぎてしまって言えない，ということから諦めてしまうことは，孤立しているようなことなのかなと思います。一方で，「ネットの中の友達は私の話を，全部とにかく聴いてくれるんだ。だから何でも話せるんだ」というような依存的な状況なのかなと，先ほどふと思いつきました。そんな話を聴いていく中で，その人の置かれている状況というものを整理していくことも大事ですし，リアルな世界の人たちが必ずしも，拒否的なだけではなくてもうちょっとつながれるようなところもあるのではないかというふうに，子どもたちがリアルな人とのかかわりの肯定的な側面に気づいていけるように話を聴いていく，そこをサポートしていく，ということも援助者にとって必要なことなのかなというふうに考えております。

以上です。ありがとうございます。

浅妻　先生方，いかがでいらっしゃいますか？

私もマイクロカウンセリング技法の普遍性と，時代とともに多様性というのが大事なテーマになってくるのではないかと思います。２，３分ですけれども，私がやっておりますがん治療について，マイクロカウンセリングとの関わりについて数枚スライドを使ってご紹介しようかと思います。

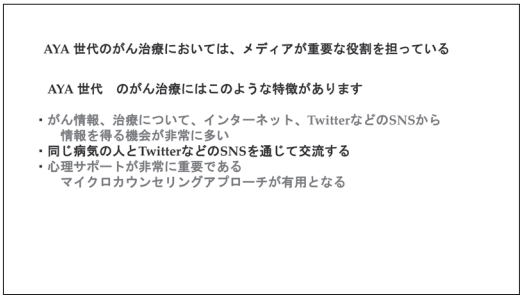
私は病院にてがん治療をやっております。今，私たちの分野ではこのAYA世代（Adolescent and Young Adults）のがん治療ということが非常に大事なテーマになっています。AYA世代というのは15歳から30歳ぐらいまでの若い人



スライド43

たちのことを指し，この世代に起こるがん，がん治療についてお話しします。

どんな特徴があるかと言うとですね，だいたい毎年２万人のこの若い世代がこのがんになっている，この数は私たち日本人全体の人口の２％にあたります。そして，そのAYA世代というのはですね，15歳から30歳代ということで，病気を治療していくとなると環境も変わっていくし，家庭や学校とかそういった環境，さらに成人になって社会に出ていくと，社会生活の中でがんと付き合っていくことになります。成人のがんと比較することはなかなか難しいんですけれども，私たち，いろんな施設で見ていますと，大人が向き合うがんと違って，非常に心身の影響を大きく受ける。それから，今，私たちががんの情報としてもっているものというのは，多くは大人の情報なんですね。実はこういう若い人たちのがんの治療の情報っていうのが意外と少ない。彼らは，私たちもそうですけれども，彼らがどこで医療情報を手に入れるかというと，いろんなメディアの発展というものがとても欠かせないんです。今は昔と違ってメディアで情報をとるということがだいぶできるようになっ



スライド44

ている。

それからこのAYA世代が病気と向き合っていくというのは，私たち大人が病気と向き合っていくのとずいぶん違います。彼らは，治療はどうなるのか，学校や生活，それから自分の就職，仕事への強い不安とか，それから病気そのものについて考えるところが多いと言えます。さらに，大人が死と向き合うのとまた違う意味合いで，このAYA世代が自分の死と向き合うことになっていくということで，傾聴，心理的サポートというのが非常に大事になってくるというのが，私たちの思うところであります。そして，こういう傾聴や心理サポートに取り組みながらがん治療を進めて，さらにいろんなサポート体制を，本当にやっと今，取り始めたというところです。インターネットとか，メディアの関わりっていうのが非常に大きいというところが今の時代であります。一端ですけれどもご紹介させていただきます。

先生方いかがでしょうか？　他に何か，ご発言ありますでしょうか？

それでは私の方から寺川先生に質問したいんですけれども，先生がカウンセリングをされる時というのは，これから対面ばかりでなくて文字でカウンセリング，先ほどお話しされていましたけれども，SNSとかそういったことで，カウンセリングを継続していくということもこれからはあると思われます。カウンセリングでそういったツールを活用されていく状況はおありになるんでしょうか？

寺川　はい。私自身の実践の場で，文字でのやり取りでカウンセリングをするということは今のところないですし，私は多分，文字にしてしまうと考えすぎてしまうので，すぐには難しいかなというふうに個人的には感じているところです。ただこれは，私の資質の問題でもあります。一方で実際に，文字でのやり取りでカウンセリングをするという試みも既に実施されているようです。たとえば自殺予防であったりとか，教育委員会でLINE相談というものを実施しているという，そういう事例もすでにあります。やはり子どもたちだと電話でも敷居が高くなってしまって，でもLINEだと利用しやすいのではないかということで，LINEで相談を受けるという，そういう取り組みももうすでに始まっています。文字でのやり取りに限らず，インターネットを使うということであれば，オンラインでの面接を実施したという話も聞いております。

私の行っている学校のひとつでも，オンラインでのカウンセリングができるように準備を整えつつあったところはあります。先ほど少しお話した，Google Meetで授業を実施していた学校なんですけれども，カウンセリングもプライバシーが保たれている部屋で，Wi-Fiが使える部屋を用意できれば，こちらはオンラインのツールを使って，生徒の方もあのスマホであったり，タブレットであったり，オンラインで会話できるツールを持っていますので，生徒が自宅にいてカウンセラーが学校にいて，そしてオンライン上で面接をするということも技術的には可能，こちらのスキルというよりは，物理的・技術的には可能です。それが実践できると，実際もうすでに実践しているという例も聞いたことがありますが，例えば，不登校で学校にこられない子，カウンセラーと話をしたいと思っても，学校という所に行くことに抵抗があって面接が実施できない子にも会うというか，直接話を聞くことができる，という可能性もあるかなと思います。

ただ一方で，休校期間中に，ネットを使って遠隔のカウンセリングもできますよ，希望があればどうぞ，とアナウンスはしてみたものの，実際私の勤めている学校では，オンラインでのカウンセリングを希望するというような申し出はなかったので，私自身はまだ遠隔のカウンセリングを経験はしていないという状況です。ただ，これからはどんどん広がっていくっていうことも，可能性としては高いかなというふうに考えております。

浅妻　そうですね。ありがとうございます。よろしいですか？

福原　玉瀬先生が検討課題の１つとして挙げられているインターネットの普及，拡大に対してマイクロ技法訓練，あるいはマイクロ技法はどう対処すべなのかという問題にいろいろ関わってきますよね？

寺川　はい。

福原　だから今後，いろいろ変わってくるかもしれないけど，プリンシプル（原則的に）はやっぱりface to faceだという感じでしょ？　仮にオンラインにして，マイクロ技法をどのように使いこなすかというね……。いろいろありますよね。寺川先生の長い経験，20年の経験，さらには国資格の資格をもたれるようになった臨床心理師が，さすがたくさんのデータ，事例を集められてその視点からそれをまとめていただくっていう一端を担っている。たいへん，心強く思っています。お願いします。

浅妻　そうですね。私もさっきちょっと触れそびれたんですけれども，子どものAYA世代に，こういった病気の説明をしていくというのは，大人に説明していく以上に時間がかかってですね，対面以外の方法っていうのは考えられないんですね。影山先生がおっしゃったように，その時間が限られているとは言ってもですね，本当にその対面で，それこそマイクロカウンセリング技法を使って話をしていくということがどれだけ大事かということを，私たちは痛感しているというところです。こういった分野でも，多様性ももちろんですが，やっぱり，普遍的なところがこれからも非常に大事になっていくだろうと思っています。

先生方，ご発言，何か？　あ，藤田先生。

藤田　田中先生，最後にひとつ教えていただきたいのです。私が所属する大学でも，何のためらいもなくコピペしたレポートを提出する学生がいるのです。どうすれば防げるのでしょうか？　また，学生をどのように指導したらよいのでしょうか？　何かサジュスチョンがございましたら教えていただきたいのです。よろしくお願いいたします。

田中　例えばですね，コピペをしたことがどんな形で結果が出るかを見せるというのもいいんじゃないかと思います。

どこの大学だったかとは言えませんが，私が担当した授業の中で，どう考えてもおかしいのでチェックをかけると，コピーの疑い100％で出てきました。こういったことで，例えばレポートなんかは，最近はもう手書きっていうのはほとんどないとは思いますから，データでもらった物は全部こういうふうにチェックをかけて，これだけはっきりわかるんだよってことを見せると防止策の１つになるのではないかと思います。

浅妻　ありがとうございます。よろしいでしょうか。はい。

それでは，こういうオンラインという形で，少々皆さんやりにくいところもおありになってたいへん恐縮でしたけれども，これでシンポジウムを終わらせていただきます。ありがとうございました。

閉会の辞

浅妻　最後に福原先生から閉会のことばをお願いします。

福原　本当にありがとうございました。初めてのZoomカンファレンスが正直どのようにうまくいくかということで，たいへん緊張していましたし不安でした。先生方のご協力，熱心な討論に本当に私も励まされました。

カウンセリングを教えていて，ジェネレーション・ギャップはあるけれども，コミュニケーション・ギャップはないと言い張ってきました，ずっと。今もそう信じているのですけれど。そしてそれにはマイクロ技法が役立つと。少なくとも私たち，援助関係に携わる人たちとしては。

たしかに，よく見ると時代を追って人々の行動は変わってきているのですよね。特に若い人々の間では。たとえば，アニメとかファミコンが流行ったのは今の50歳代くらいの方のお若い頃ですね。その人々は，新人類なんていわれていましたね。私はちょうど学生相談室で学生さんの対応をやっていた頃で「新人類だからしょうがないわね」とか言いながら，一生懸命マイクロ的技法を用いて頑張っていたということがありました。その次が今40代の方たちで，入試難な上に就職難といういわゆる氷河期でした。でも，よく頑張っているなと見ていました。そしてその方たちは，個々にモラトリアムとかそういう悩みを抱えながら過ごしていたようです。そのような中で，ファミコンとかパソコンへの関心とかが発達してきたかもしれません。そんな中，今30歳代くらいの方の間では，マンガとかアニメとかへの関心が高まってくるんですよね。これらの傾向は社会的要因によるものと言えるでしょうね。

さらに言うと，現在はコロナ禍という要因がありまして，人の言動が変わってきたと思われることもあります。コロナという敵（環境的要因）から自分を守らないといけないわけです。そこでは「自分 first」となるでしょう。たとえば先日も私はコンビニで，レジのため並んで順番を待っていたのですが，ふと列の横にある陳列棚の品物に関心を持ちよそ見していましたら，若いアルバイトの学生さんに「並んでください」って言われました。一瞬複雑なネガティブな感情が起こりましたが，理解しました。この世代はゆとり世代といわれてきたのです。それまでの詰め込み教育から解放された，だからのんびりするという若者ばかりではなく，自分なりに何かを持ち，良くも悪しくも主張することを学んでいるのではないかと思います。まあ望めばなにかできるんじゃあないかって。時代的にも社会的にも教育的に見てもチャンスは増えている。そのような中，思考の形態も変わってきているのではないかという気がします。どのように？　あのつめこみ的な集中的思考を駆使するだけではなくて，それこそ玉瀬先生のお話にも出てきたあの形式的操作期の，自己実現的なものへの思考ですよね。しかもクリエイティブな。それならば「若者が老人に対し何を言うか」といって嘆いていないで，その若者の傾向をポジティブに励ましていくことが大事かもしれないし，それと共存していくことが大事なのかなと。人間はマルチな存在です。とにかく個の背景にあるさまざまな要因から生じるジェネレーション・ギャップはあり，それゆえのコミュニケーション・ギャップも生じるでしょう。でも私たちは human-in-relation の関係で生きています。双方向の丁寧なかかわりによって，コミュニケーション・ギャップは生じないと信じています。これは若者世代との関係ばかりではありません。その対象は世界のすべての人々です。手前味噌になるかもしれませんがそこにはマイクロカウンセリング的な姿勢がたいへん有効だと思っております。私自身はその研究をさらに積み重ねていきたいと思っております。ご一緒に学ばせていただければありがたいと考えております。

本日は長時間のご臨席を有難うございました。先生方も引き続き健康をお大切になさり，コロ

ナに負けず，頑張ってくださいませ。本当に対面でお目にかかれますように。

皆様ありがとうございました。登壇の先生方，ありがとうございました。最後に業者というより，仲間という感じで，このZoomカンファレンスを支えていただいた旅工房の皆様も――いわゆる若い世代ですが――頑張ってくださいました。御礼を申し上げます。

＊世代分類については，市川氏のものを参照した。

会務報告

コロナ禍下の対応として，日本マイクロカウンセリング学会事務局は令和２年４月より，テレワークを主としております。皆様にはご迷惑をおかけしていることもあるかと存じますが，何卒ご寛容のほどをよろしくお願いいたします。

理事会

○令和元年度第３回拡大理事会

日　時：令和元年12月６日(金)　15:00～17:00
場　所：ホテルグランドアーク半蔵門　会議室
出席者：福原眞知子（会長），荻野七重，
影山セツ子，玉瀬耕治，藤田主一，松阪健治，
山本孝子（以上，理事）山口忠厚（相談役），
羽瀧義治（監事），田村真知子，株本和佳子
（事務局）

これ以降，コロナ感染拡大により，政府による緊急事態宣言発出なども行われたため，本学会では，通常の対面式での理事会ではなく，福原会長からのメール，または理事会資料の郵送などによる持ち回り形式で理事会を開催した。該当する持ち回り理事会日程と議題は以下の通り。

〈令和元年度持ち回り理事会〉

１）令和２年２月19日(水)
　令和２年２月28日(金)
・令和元年度第12回学術研究集会（令和２年３月１日(日)予定），及び令和元年度第２回研修会（２月29日(土)予定）の中止について。
・変更の了承と確認
・役員任期の延長の件
２）令和２年３月６日(金)
・対面による理事会開催日程うかがい
３）令和２年３月27日(金)
・４月12日(日)予定の対面理事会の延長

〈令和２年度持ち回り理事会〉

１）令和２年４月11日(土)
・紙媒体による総会開催の件，了承を得る。
２）令和２年６月18日(木)
３）令和２年７月２日(木)
・紙媒体による総会資料を会員に配布したことを報告
４）令和２年７月10日(金)
・紙媒体による総会開催の件，了承を得る。
５）令和２年８月19日(水)
・紙媒体による総会の結果報告
６）令和２年11月14日(土)

上記期間を通し，福原会長と理事の諸先生がたはメール，電話などによる話し合いを重ねた。
内容は延期となった研修会，学術研究集会について，理事・役員の任期延長や，その職務についてなどが主であった。

〈令和２年度オンライン理事会〉

○令和２年度拡大理事会（１）

日　時：令和２年11月17日(火)　14:00～15:30
場　所：Zoomによる
出席者：福原眞知子（会長），浅妻直樹，
荻野七重，影山セツ子，玉瀬耕治，冨安玲子，
藤田主一，松阪健治，山本孝子（以上，理事）

○令和２年度拡大理事会（２）

日　時：令和２年12月19日(土)　14:00～15:30
場　所：Zoomによる
出席者：福原眞知子（会長），浅妻直樹，
荻野七重，影山セツ子，玉瀬耕治，冨安玲子，
藤田主一，松阪健治，山本孝子（以上，理事）

○令和２年度拡大理事会（３）

日　時：令和２年12月30日(水)　14:00～15:30
場　所：Zoomによる
出席者：福原眞知子（会長），浅妻直樹，
荻野七重，影山セツ子，玉瀬耕治，冨安玲子，
藤田主一，松阪健治，山本孝子（以上，理事）

○令和２年度拡大理事会（４）
日　時：令和３年１月30日(土)　14:00～15:30
場　所：Zoomによる
出席者：福原眞知子（会長），荻野七重，
影山セツ子，玉瀬耕治，冨安玲子，藤田主一，
松阪健治，山本孝子（以上，理事）

○令和２年度拡大理事会（５）
日　時：令和３年３月20日(土･祝)　14:00～15:30
場　所：Zoomによる
出席者：福原眞知子（会長），浅妻直樹，
影山セツ子，玉瀬耕治，冨安玲子，藤田主一，
松阪健治，山本孝子（以上，理事）

〈令和３年度オンライン理事会〉
○令和３年度拡大理事会（１）
日　時：令和３年５月29日(土)　14:00～15:30
場　所：Zoomによる
出席者：福原眞知子（会長），浅妻直樹，
影山セツ子，玉瀬耕治，冨安玲子，藤田主一，
松阪健治，山本孝子（以上，理事）

○令和３年度拡大理事会（２）
日　時：令和３年８月７日(土)　14:00～15:30
場　所：Zoomによる
出席者：福原眞知子（会長），浅妻直樹，
影山セツ子，玉瀬耕治，冨安玲子，藤田主一，
松阪健治，山本孝子（以上，理事）

〈令和３年度持ち回り理事会〉
１）令和３年９月９日(木)
・他学会との関連業務

学術研究集会

○令和元年度第12回学術研究集会
令和２年３月１日(日)　アルカディア市ヶ谷(私学会館)での開催予定をコロナ禍により延期。但しこれについては，日本学術会議からの名義後援もいただいており，プログラムは完成されており，次回においてはそれを踏襲する予定。

○令和２年度第12回学術研究集会
日　時：令和３年３月14日(日)　10:00～16:40
全体テーマ：若者とメディア―マイクロカウンセリングの視点から―
場　所：Zoomによる
〈午前の部〉
テーマ：アイディアから基礎，そして実践へ
内　容：１. 講演　（荻野七重先生）
２. パネルディスカッション
（テーマをふまえての自由討論）
〈午後の部〉
テーマ：若者とメディア
内　容：１. 講演　（横田正夫先生）
２. シンポジウム

研修会

令和元年度第２回研修会（令和２年２月29日(土)　アルカディア市ヶ谷（私学会館）にて開催予定）をコロナ禍により中止して以降，開催を希望するお問い合わせ数多くいただいており，コロナ禍下の研修方法を検討している。

総会

令和２年度，及び令和３年度の日本マイクロカウンセリング学会総会については，コロナ禍のため，報告及び審議事項を書面で会員の皆様に郵送し，内容に対する賛否に関して同封のハガキの返信をもってご回答いただいた。さらに，令和２年度，及び令和３年度の報告及び審議事項について，過半数の承認が得られたことを，会員の皆様にはがきでご連絡させていただく形をとった。

○令和２年度総会　報告
１．会長挨拶　福原
２．報告事項
１）令和元年度活動報告
⑴研修委員会　影山
⑵機関誌編集委員　山本
⑶広報委員会　森山
⑷倫理委員会　浅妻

⑸財務委員会　松阪
⑹他学会との関係　藤田
⑺令和元年度学術研究集会　福原
⑻任期満了に伴う役員の選出　福原

3．審議事項
1）令和元年度収支決算及び同2年度予算（案）　松阪
2）役員の任期　福原

○令和3年度総会　報告

1．会長挨拶　福原
2．報告事項
1）令和2年度活動報告
⑴研修委員会　影山
⑵機関誌編集委員　山本
⑶広報委員会　森山
⑷倫理委員会　浅妻
⑸財務委員会　松阪
⑹他学会との関係　藤田
⑺令和2年度学術研究集会　福原
⑻任期満了に伴う役員の選出　福原

3．審議事項
1）令和2年度収支決算及び同3年度予算（案）　松阪
2）役員の任期　福原

学会費について

日本マイクロカウンセリング学会では，コロナ禍という状況を鑑み，令和2年度から令和3年度までの学会費については頂戴しないことを決定している。

〈本誌の内容にかかわる「人間の発達」を多面的に眺めてカウンセリングを考える新装版の紹介〉

『発達心理療法』
福原眞知子・仁科弥生 共訳 （1991）丸善出版 ／〔新装版〕（2019）川島書店

原著はIvey, A. E.,（1986）, *Developmental Therapy*（Jossey-Bass Inc., Publishers）翻訳版の再販です。翻訳の初版はちょうど30年前のことです。翻訳は難解であり時間を要しました。当時はあまり多くの読者に読んでいただけなかったようです。

発達といえば心理学には伝統的な「発達心理学」のジャンルがあり，すでに人間の発達（年齢にともなう心身の変化，すなわち縦の発達・変化）は自明のこととし，対象となる人間の発達にかかわる諸条件を意識した発達（すなわち横の発達・変化）と「カウンセリング」は結びつかなかったのではないかと思います。

後者はいわゆるマルティカルチュラル（多重文化的）人間の発達的変化を意識したものです。原著者アイビイは早くからこれに関心を持ち，カウンセリングや心理療法に取り入れました。そしてこれをカウンセリング心理学の柱の一つとして重要なものとしています。一方「カウンセリング心理学」ということばが日本で用いられるようになったのは少しあとの1980年代です。

米国より到来した「カウンセリング心理学」はそもそも，開発的，教育的カウンセリングを基本としており，当然人間の全人的発達のプロセスを無視することはできないものなのです。1950-1960年代に米国で，心理学とカウンセリングを学んだカウンセリング心理学者のアイビイ博士はこのコンセプトをいかに実際に結び付けるかを考えたようです。そして彼には理論と実際を一体化（統合）するという考えを展開していくためには，納得のゆくものが必要であったのです。カウンセリングは，人間および発達する人間を対象とすることへの認識が必要であると意識したのです。これがこの『発達心理療法』（*Developmental Therapy*, DT）と彼が命名した本著です。カウンセリングや心理療法には「理論と実際」に関する書物は多数あるようですが，彼のこの試みは，画期的なものといえると思います。個人尊重を掲げるマイクロカウンセリングの開発者ならではの所産であり，マイクロカウンセリングと両輪になるものであると考えるようになったようです。アイビイはこのようなコンセプトを温存しながら，その構想をかためたようです。ちょうどそのころ，“Is Love Universal？—From the Viewpoint of Counseling Adolescents”（Fukuhara, M., 1984, Paper presented at the 42nd annual conference of International Association of Psychologists, Mexico）を読み狭・広義の文化理解/通文化的，多重文化的人間理解に拍車がかかったようで，拙著論文がのちのアイビイによる著作に役立ったのは光栄の至りです。

原著draft 執筆のプロセス（1982-1986）で，コメントを求めて彼から送られてきたファックスはいまだに貴重な資料として福原は温存しております（当時はインターネットもなくこれが最速の唯一の手段でした）。

さてこのようにして完成された原著には，*Developmental Therapy*との表題がつけられました。これを翻訳するのに，とくに ‘Therapy’ をどうとらえるか，そのままいわゆるセラピイではない，まして日本語の「治療」ではないと私は考えました。直訳ではアイビイのカウンセリング心理学における情熱が伝わらないのではないかと。アイビイとの再三のやり取りの果て私はそのコンセプトを最大限に生かすものとして，『発達心理療法』と題しました。したがってここでの心理療法にはカウンセリングを含めて，「発達カウンセリング・心理療法」の意味をもっています。

原書出版直後アイビイはこのコンセプトへの理解を促すため，*Developmental Counseling and*

Therapy（DCT）と題するビデオテープを出版し, 福原にその翻訳を依頼してきました。これは拙訳・監修のもと丸善出版から出版され，各種の教育機関でも多用されているようです（Ivey, A.E. & Ivey, M.B., 福原眞知子訳・監修, (1994),『発達心理療法』（全 4 巻, VHS），丸善出版）。

これらをもってしてもこのコンセプトには著者の人間についての奥深い哲学，カウンセリング，対象者としての人間への深い洞察，それへの多重文化的カウンセリングがつながった，難解なものですが，読者諸氏におかれては，丁寧な指導をうけられ，深く洞察され，学習されることを期待しております。マイクロカウンセリングの姿勢, この発展的所産としての発達心理療法（発達カウンセリング・心理療法）は，カウンセリング心理学，臨床心理学，発達などを学ばれる方の必読書と思います。

このような書籍が，川島書店のおはからいで，2019年に再販されることになりましたのは，至上の幸いと言わざるを得ません。本書の重要性に気づきその再販をうながしてくださった川島書店，杉秀明氏，およびそれを快く受諾してくださった川島書店社長中村裕二氏に感謝申し上げます。現在コロナ禍を経験した人々がその人間性を再認識し，危機的状況にポジティブに対処していくうえでも貢献しうるものであればと思う次第です。

ちなみに川島書店は, 福原がfirst author（筆頭執筆者）として手掛けた『マイクロカウンセリング』（1985）の出版会社です。その他,『マイクロカウンセリングの歩みと展望』（2007）および『マイクロカウンセリングの展開』（2012）など（いずれも福原眞知子監修, 日本マイクロカウンセリング学会発行）を出版しています。これらはマイクロカウンセリング，日本のマイクロカウンセリング，その拠点である日本マイクロカウンセリング学会を理解する上で役立つ資料かと思います。ご高覧ください。

福原眞知子

編集委員

委 員 長　山本　孝子
委　　員　冨安　玲子　玉瀬　耕治

編集協力　藤田　主一　株本　和佳子

マイクロカウンセリング研究　第16巻 第1号

The Japanese Journal of Microcounseling Vol.16, No.1

©2021年10月31日発行

編集責任　日本マイクロカウンセリング学会
会長　福原眞知子
発　　行　日本マイクロカウンセリング学会
事 務 局　〒102-0083　東京都千代田区麹町３－５－２
ビュレックス麹町302号
TEL 03-5215-7950
FAX 03-5215-7953
印刷・製本　厚徳社

無断複製・転載を禁じます。

ISSN1881-6029　Printed in Japan

ISSN1881-6029

The Japanese Journal of Microcounseling

Vol.16, No. 1 October 2021
edited and published by
The Japanese Association of Microcounseling
302 Burex Kojimachi, 3-5-2 Kojimachi,
Chiyoda-Ku, Tokyo, 102-0083 Japan

President：Machiko FUKUHARA
Editorial Committee：Takako YAMAMOTO
Reiko TOMIYASU
Koji TAMASE

Editorial Associates：Shuichi FUJITA
Wakako KABUMOTO

Contents

Foreword：
Machiko FUKUHARA …… 1

Outlook of the 12th Annual Convention of the JAMC
Theme：Microcounseling—From the Perspective of Youth and Media—
Program…… 3
Opening Address…… Machiko FUKUHARA 4

Morning Session
Theme：Developing Idea to Practicum and Microcounseling
1. Speech Theme：Behavior Therapy
—From the Viewpoint of Learning Psychology—
…… Nanae OGINO 5
2. Panel Discussion …… 15

Afternoon Session
Theme：The Youth and Media
1. Lecture Theme：Clinical Psychology and World of Animation
…… Masao YOKOTA 29
2. Symposium…… 45

Closing Address …… Machiko FUKUHARA 73

Reports from the Secretariat …… 75

The Japanese Association of Microcounseling
日本マイクロカウンセリング学会