

# 博士学位論文審査要旨

2011年12月22日

論文題目： マイクロカウンセリングによるカウンセリング技法の習得  
—モデリングと言語化の役割—

学位申請者： 河越 隼人

審査委員：

主査： 心理学研究科 教授 杉若 弘子  
副査： 心理学研究科 教授 青山 謙二郎  
副査： 帝塚山大学心理学部 教授 玉瀬 耕治

要 旨：

Ivey (1971) は、カウンセリングを構成する効果的な技法は、あらゆる学派や流派を超えて共通していると考え、カウンセラーの訓練プログラムである“マイクロカウンセリング (microcounseling)”を開発した。マイクロカウンセリングの特徴は、観察による学習を強調した社会的学習理論を背景に、習得すべき技法を細かなステップに区切って練習するマイクロティーチングの発想を取り入れた点にある。基本技法に始まり、上級技法へと進められる訓練プログラムでは、一度にひとつの技法だけを標的にして、“解説、モデリング、練習、フィードバック”の手順でトレーニングがなされていく。このうち、鍵となるプロセスがモデリングである (Daniels, 2003 ; 玉瀬, 2008)。本論文では、カウンセリングの基本技法の中でも応用範囲が広いとされる“いいかえ技法”を対象に、モデリングの効果を高める言語化の役割について検討している。

第1章では、マイクロカウンセリングの成り立ちを紹介した上で、これまでの関連研究を概観し、その訓練プログラムとしての有効性を示している。そして、マイクロカウンセリングのさらなる発展を目指すには、訓練プロセスの鍵となるモデリングに注目し、その効果を高める言語化の導入について検討することが重要だと述べている。

第2章では、モデルの遂行内容を観察者自身が言語化する条件と実験者が言語化する条件の比較を行い、前者はいいかえ技法の習得と維持に効果的であり、後者は習得された技法の維持に有効であることを示している (研究1)。さらに、モデリングによって獲得されたいいかえ技法は、実際のカウンセリング場面を想定した高難度の課題にも応用可能であることを明らかにしている (研究2)。

第3章では、モデリングにおける言語化が、習得された技法の維持に及ぼす効果について述べている。第1節では、言語化された内容と技法の習得度の対応について検討し、モデルの遂行内容に含まれるルールのうち、観察者自身によって言語化されたルールはその後のパフォーマンスにおいても維持されやすいことを示している (研究3)。続く、第2節では、観察者自身による言語化と実験者による言語化の組合せの効果を検討している。観察者自身による言語化はいいかえ技法の即時的な習得を促進する (研究1, 研究2) 一方で、言語化されなかったルールは時間の経過とともにパフォーマンスから消失していく (研究3)。そこで、観察者自身によって言語化されなかったルールを他者 (実験者) によって補うという方法を用いたところ、技法の習得と維持は促進されることが明らかになった (研究4)。

第4章では、弁護士を対象としたパイロットスタディにより、マイクロカウンセリングによる

トレーニングの拡がりを示している（研究5）。

第5章では、5つの研究によって得られた結果をもとに、マイクロカウンセリングにおけるモデリングに、モデルの遂行内容を言語化する手続きを導入することの有効性を述べており、今後の研究展開にも言及している。

以上より、本論文によって示された研究成果は、マイクロカウンセリングのさらなる発展に寄与するものであり、臨床心理学分野における実証的研究として評価できる。

よって、本論文は、博士（心理学）（同志社大学）の学位を授与するにふさわしいものであると認められる。

## 総合試験結果の要旨

2011年12月22日

論文題目： マイクロカウンセリングによるカウンセリング技法の習得  
—モデリングと言語化の役割—

学位申請者： 河越 隼人

審査委員：

主査： 心理学研究科 教授 杉若 弘子  
副査： 心理学研究科 教授 青山 謙二郎  
副査： 帝塚山大学心理学部 教授 玉瀬 耕治

要 旨：

上記審査委員3名は、2011年12月12日午後3時から約2時間にわたり、学位申請者に面接諮問を実施した。提出された論文に対する質疑に対して、適切な応答と説明がなされ、本論文の学術的な価値が確認された。また、マイクロカウンセリングに関する心理学はもとより、心理学全般についても十分な学力を有することが確認された。引き続き行った語学試験（英語）においても十分な学力を有することが確認された。

以上より、総合試験の結果は合格であると認める。

# 博士學位論文要旨

論文題目： マイクロカウンセリングによるカウンセリング技法の習得  
—モデリングと言語化の役割—

氏名： 河越 隼人

## 要旨：

本研究は、カウンセリング技法習得のための訓練プログラムであるマイクロカウンセリングの発展を目指し、5つの研究を実施した。マイクロカウンセリングの訓練プログラムは、社会的学習理論を応用したものであり、“モデリング”というプロセスを特に重視する。本研究は、マイクロカウンセリングにおけるモデリングの効果を高める要因を実験的に検討し、その訓練プログラムをさらに洗練させることを目的とするものである。

マイクロカウンセリングは、Ivey (1971) によって開発されて以来、450 を超える研究によってその効果が検証されてきた。それらの結果は、マイクロカウンセリングがカウンセラー養成のためのプログラムとして、非常に優れたものであることを示している (Daniels, 2003)。マイクロカウンセリングは、学派を問わないすべての面接、カウンセリング、心理療法に共通する基本的傾聴技法を扱っており、カウンセリングの基礎を学ぶことに適している。また、その訓練手順もよく体系化されており、効率的にカウンセリング技法を習得することが可能である。

一方で、これまでのマイクロカウンセリングに関する研究は、マイクロカウンセリングで扱われる技法の性質や機能を明らかにすること、あるいはその訓練効果に着目したものが大半であり、訓練プログラムそのものの発展を目的とした研究は数少ない。Ivey and Authier (1978) や Daniels (2003) は、マイクロカウンセリングの訓練プログラムをより効果的なものへと改良することを奨励している。

マイクロカウンセリングの訓練プログラムは、解説、モデリング、練習、フィードバックで構成されているが、この中でも特にモデリングがカウンセリング技法を習得する上で重要なプロセスだとされている (Daniels, 2003; 玉瀬, 2008)。モデリングに関する基礎的な研究は、モデルの遂行内容を観察者が言語化することによって学習がより促進されることを明らかにしている (e.g., Bandura, Grusec, & Menlove, 1966; Gerst, 1971; 坂野, 1986)。このモデリングの言語化の有効性は、弁別課題や規則性のある動作を習得課題とする中で実証されたものであるが、マイクロ技法 (マイクロカウンセリングで扱われるカウンセリング技法) といったより複雑性の高い課題にも適用できるものだと考えられる。そこで本研究は、マイクロカウンセリングのモデリングに、モデルの遂行内容を言語化するプロセスを取り入れ、カウンセリング技法の習得が促進されるかを検討した。

研究1では、マイクロカウンセリングのモデリングにおいて、モデルの遂行内容を観察者自身が言語化する条件と実験者が言語化する条件、および言語化しない条件の3条件を設定し、マイクロ技法の1つであるいいかえ技法の習得度を比較した。その結果、観察者自身による言語化はいいかえ技法の習得と維持を、実験者による言語化は習得したいいいかえ技法の維持を促進することが明らかになった。これらのことから、マイクロカウンセリングにおけるモデリングでは、モデルの遂行内容を言語化すること、特に観察者自身が言語化することが有効であることが示された。

研究2では、モデリングにより獲得されたカウンセリング技法が実際場面を想定した難度の高い課題へも応用可能であるかを検討した。その結果、研究1の結果と同様に、観察者自身による

言語化はいいかえ技法の習得と維持を、実験者による言語化は習得したいいいかえ技法の維持を促進することが分かり、モデリングの際に難度の低い課題を用いていいかえ技法を習得しても、その技法をより複雑な課題に応用可能であることが分かった。習得したいいいかえ技法を難度の高い課題に応用できるということは、ただモデルを模倣しているだけではなく、モデルの本質となるルールを抽出しているためであると考えられる。モデリングの言語化は、モデルの本質となるルールの抽出を促進することが分かっており（坂野，1986）、マイクロカウンセリングにおいてモデルの遂行内容を言語化することは、習得したカウンセリング技法の応用可能性を高めるものといえる。

研究3では、観察者が言語化した内容とカウンセリング技法の習得度の対応を検討した。基礎的なモデリング研究においては、Bandura et al. (1966) がモデルの遂行内容が適切に言語化された場合にのみ学習が促進されることを、また Gerst (1971) は観察者によって言語化されたルールは言語化されなかったものよりもパフォーマンスにおいて再生されやすいことを明らかにしている。そこで研究3では、(1) 言語化の適切さがいいかえ技法の習得度に及ぼす影響、ならびに(2) 言語化されたルールといいかえ技法の習得度の対応を検討した。

まず、(1) 言語化の適切さがいいかえ技法の習得に及ぼす影響を検討したところ、モデルの遂行内容を適切に言語化した者と適切な内容と不適切な内容を混合して言語化した者の習得度には有意な差がなかった。このことから、適切なルールだけでなく、不適切なルールを混合して言語化した場合でも、観察者のパフォーマンスはそれほど低下しないことが分かった。ただし、研究3では不適切なルールのみを言語化した者はいなかったため、その場合のパフォーマンスは検討されておらず、さらなる研究が必要である。次に、(2) 言語化されたルールといいかえ技法の習得度の対応を検討した。その結果、言語化されたルールは観察者自身の遂行においてもより維持されており、言語化されなかったルールは、モデリング直後であれば遂行可能であるが、時間の経過によってパフォーマンスが低下することが分かった。このことから、マイクロカウンセリングにおけるモデリングの言語化では、モデルが示すカウンセリング技法のルールを適切により多く言語化することが望ましいことが分かった。

研究4では、マイクロカウンセリングのモデリングにおける、観察者自身による言語化と他者による言語化の組み合わせの効果を検討した。研究1から研究3の結果において、マイクロカウンセリングのモデリングでは、観察者自身がモデルの遂行内容を言語化することが望ましいが、言語化されなかったルールは時間経過とともに観察者のパフォーマンスから損なわれていくことが明らかとなり、観察者の言語化をサポートしていく必要性が示唆された。観察者の言語化をサポートする方法の1つに、指導者といった他者の言語化によって観察者の言語化を補完する方法が挙げられる。そこで研究4では、いいかえ技法のモデリングにおける、観察者自身によるモデルの遂行内容の言語化と実験者による言語化の組み合わせの効果を検討した。その結果、モデリング直後では、観察者言語化のみの条件と観察者言語化と実験者言語化の組み合わせ条件のいいかえ技法の習得度は同程度であったが、モデリングから1週間後では、いいかえ技法の習得度の維持の程度に差があり、観察者言語化と実験者言語化の組み合わせ条件がより優れていた。これらのことから、マイクロカウンセリングのモデリングにおいて、モデルの遂行内容を言語化する際は、観察者と指導者といった他者の両者によって行われることが最も効果的であることが分かった。

研究5では、弁護士を対象に、マイクロカウンセリングによるカウンセリング技法の訓練を実施した。近年、司法領域では、法律相談場面に役立つものとして、カウンセリング技法への関心が高まっており（下山，2007）、その習得にはマイクロカウンセリングが推奨されている（井上，2006）。研究5では、相談業務を実践する弁護士を対象に、モデリングの言語化を取り入れたマイクロカウンセリングによる訓練を実施し、法律相談におけるいいかえ技法の有効性を検討した。その結果、弁護士は、モデリングの言語化を取り入れたマイクロカウンセリングの訓練によって

いいかえ技法の習得が可能であること、習得したいいいかえ技法は実際の法律相談場面でも有効に機能することが明らかになった。これらのことから、モデリングの言語化を取り入れたマイクロカウンセリングは、弁護士に対しても有効な訓練プログラムであることが示された。

以上、本研究は、マイクロカウンセリングの訓練プログラムの発展を目的とし、モデリングのプロセスにモデルの遂行内容の言語化という手続きを取り入れ、5つの研究によってその効果を検討してきた。これらの結果を総括すると、以下のようにまとめられよう。

- (a) 観察者によるモデルの遂行内容の言語化はカウンセリング技法の習得と維持を、他者によるモデルの遂行内容の言語化は習得したカウンセリング技法の維持を促進する(研究1, 2)。
- (b) 観察者がモデルの遂行内容を言語化する際は、言語化したモデルのルールがパフォーマンスにおいてもより維持される(研究3)。
- (c) 観察者による言語化と他者による言語化を組み合わせることが最も効果的である。観察者が言語化しなかったモデルのルールを指導者といった他者が補完し、習得した技法の維持を促進することが有効である(研究4)。
- (d) マイクロカウンセリングの訓練によって習得したカウンセリング技法は、実践で出会うであろうより複雑な話題にも応用可能である。モデリングの言語化は、モデルの本質となるルールの抽出を促進するため、習得したカウンセリング技法の応用可能性を高めるといった点でも有効である(研究2)。
- (e) モデリングの言語化を取り入れたマイクロカウンセリングによる訓練は、相談業務を必須とする弁護士にも有効であり、実践場面でも活用できるトレーニング法である。(研究5)。

以上より、マイクロカウンセリングのモデリングに、モデルの遂行内容を言語化するプロセスを取り入れることは、その訓練効果を高めるものであることが明らかになった。マイクロカウンセリングにおけるモデリングの言語化は、カウンセリング技法の習得を促進する一助となる。