

別紙 4

報告番号	※	第	号
------	---	---	---

主 論 文 の 要 旨

論文題目
氏 名

クライアントの内面的自己開示を促進する要因
ーカウンセラーの Self-involving 技法および Self-disclosing 技法の視点からー

田中健史朗

論 文 内 容 の 要 旨

第 1 章 本論文の問題と目的

これまでのクライアントの自己開示研究において、カウンセラーに対する印象評価が高まるとクライアントが自己開示しやすくなること、カウンセラー自身が自己開示するとそれに対してクライアントも自己開示しやすくなることが明らかにされてきた (Farber, 2006)。しかし、これらの研究では、クライアントの自己開示量のみが焦点が当てられているという問題がある。一方、感情に焦点を当てた内面性の深い内容を話すことは、精神的健康を向上させる (Fratraroli, 2006)。したがって、これまで検討されていないクライアントの自己開示の内容を検討することにより、クライアントが自己開示しやすくなるカウンセラー側の要因を解明する必要があることを第 1 節で論じた。

相手に対する類似の認知がその相手に対する印象評価に肯定的な影響を与えることがこれまでの研究で明らかにされてきた (e.g., Byrne, 1971; 中里・井上・田中, 1975; Walster, Aronson, Abrahams, & Rottman, 1966)。また、被開示者に対する印象評価が肯定的になることで、自己開示が促進されることも明らかになっている (Jourard, 1959)。このことから、被開示者に対する類似の認知が印象評価を媒介して自己開示を促進させることが考えられる。さらに、カウンセラーに対する印象評価や好意感がクライアントの自己開示を促進することが明らかになっている (e.g., Simonson, 1976; Truax & Carkhuff, 1965)。以上のことから、第 2 節では、クライアントの内面的自己開示を促進する要因として、被開示者に対する類似の認知、カウンセラーに対する印象評価が挙げられることを論じた。

治療関係を的確に把握できている状況下で、治療者が逆転移の由来を十分に探索し、開示すべき内容とそのタイミングを慎重に選んだ場合は、臨床的に有用な介入になるのではないかと議論が行われている。特に、クライアントの自己開示を促進する効果があることが明らか

になっている (e.g., Kiyak, Kelly, & Blak, 1979; Simonson & Bahr, 1974; Watkins, 1990)。そして、カウンセラーが何を開示するかという内容により、カウンセラーの自己開示技法を“involving”, “disclosing”の2種類に分類して検討されてきている (e.g., Simonson et al, 1974; Watkins et al, 1989)。Self-involving 技法とは、クライアントの話聞いたことによりカウンセラーに湧き起った感情を伝えることである。一方、Self-disclosing 技法とは、カウンセラー自身の過去の体験や個人情報伝えることである。Self-involving 技法と Self-disclosing 技法では、カウンセラーに対する印象やカウンセラーに対する自己開示に与える効果に違いがあることが示されている。クライアントの内面的自己開示を促進するより効果的な自己開示について開示内容を分類して検討することで、実際の援助行動への提言ができ、臨床・医療・福祉・教育など様々な領域におけるカウンセラーの援助行動について新たな知見が提供できることを論じた。

第2章 被開示者に対する類似の認知およびカウンセラーに対する印象評価の効果

第2章では、クライアントの内面的自己開示を促進する要因として、被開示者に対する類似の認知およびカウンセラーに対する印象評価を取り上げて検討した。

研究1では、被開示者に対する類似の認知が開示者の自己開示を促進する影響について検討した。大学生を対象とし、仮想場面を用いた質問紙調査を行い、類似の認知を活性化することが、被開示者に対する対人魅力を媒介して自己開示に影響を与えることが示された。カウンセリング場面において、クライアントの自己開示を促すことは重要とされており (葛西・徳永, 2003)、カウンセリング場面においても、クライアントの自己開示を促進させる要因として、カウンセラーに対する類似の認知が挙げられる可能性が示された。

研究1では類似度のみを検討していたが、どの側面が似ているかという類似の内容を考慮する必要がある。先行研究では、どの側面が類似しているかということも、相手に対する認知を決定する上で、重要な要因となることが示されている (松井, 1990)。そのため、研究2では、大学生を対象とし、仮想の人物の説明文を読んでもらい、その人物とどのような側面が似ていると内面的自己開示促進に影響を与えるかを検討した。これらの結果、類似の側面としては、外面の類似が内面的自己開示を促進することが明らかになった。表面的側面の類似が内面的な自己開示を促進することから、クライアントのカウンセラーに対する興味や関心といった表面的側面の類似の認知を高めることは有効ではないかと考えられた。

研究3では、大学生を対象に、仮想カウンセラーに対する印象評価と、そのカウンセラーに対する悩みの自己開示の関連を検討した。カウンセラーに対する印象評価として、好意感、信頼感、専門性を取り上げた。その結果、カウンセラーに対する好意感と専門性がクライアントの内面的自己開示を促進することが示された。そのため、カウンセラーは、クライアントが温かみを感じるような関わりや、専門性を高める訓練を行っていく必要性が示唆された。

第3章 カウンセラーの Self-involving 技法の効果

カウンセラーの自己開示研究の中で、カウンセラーが自己開示を行うことでクライアントの自己開示を促進したり、印象を肯定的に評価されたりといったポジティブな影響を与えることが示されてきた。しかし一方で、カウンセラーが自己開示を行うことでクライアントの自己開示が抑制されたり、印象を否定的に評価されたりするというネガティブな影響を与えるという結果もみられている。このように、一貫した結果が得られていないのは、開示内容が異なるためではないかと考えられる。そこで、第3章では、カウンセラーの自己開示の中でもクライアントの話に対して湧き起ったカウンセラーの感情を開示する **Self-involving** 技法に着目し、クライアントの内面的自己開示に与える効果を検討した。

研究4では、仮想のカウンセリング場面を設定し、研究協力者に仮想カウンセリングの逐語録を読んでもらい、その仮想カウンセラーに対してどの程度自己開示すると思うかを尋ねた。その結果、カウンセラーが自己開示を抑制するよりも、カウンセラーの **Self-involving** 技法を行った方がクライアントの内面的自己開示促進には効果的であることが示された。そのため、**Self-involving** 技法の方が効果的なコミュニケーション技法になることが考えられた。

Self-involving 技法で開示される感情には、肯定的な感情と否定的な感情がある。より効果的な **Self-involving** 技法について検討するため、研究5では、**Self-involving** 技法で開示される感情が肯定的な感情か、否定的な感情かの違いにより、クライアントの内面的自己開示に与える効果に違いがあるかを検討した。研究4と同様に、仮想カウンセリングの逐語録を用いた質問紙調査を行った。その結果、肯定的な感情を開示することで、クライアントの内面的自己開示を促進することが示された。また、否定的な感情を開示することがクライアントの内面的自己開示を抑制することは示されなかった。このことから、肯定的感情を伝える **Self-involving** 技法は、クライアントの内面的自己開示を促進する効果が高いと考えられた。

第4章 カウンセラーの Self-disclosing 技法の効果

第4章では、クライアントの内面的自己開示を促進する要因として、カウンセラーの **Self-disclosing** 技法を取り上げた。

研究6では、仮想のカウンセリング場面を設定し、研究協力者に仮想カウンセリングの逐語録を読んでもらい、その仮想カウンセラーに対してどの程度自己開示すると思うかを尋ねた。その結果、カウンセラーが自己開示を抑制するよりも、カウンセラーが **Self-disclosing** 技法を行った方がクライアントの好意感を高めることが示された。それと同時に、信頼感を低めることが示された。カウンセラーの **Self-disclosing** 技法は、**Self-involving** 技法と比較すると、リスクの高い自己開示であることが示された。

Priester, Azen, Speight, & Vera (2007) は、クライアントに対してカウンセラーが過去に同じようにアルコール依存から回復した経験があることを開示した群と開示しない群でカウンセラーに対する印象への影響を検討している。その結果、経験を開示した群の方が有意にカウ

セララーの魅力、信頼感を高く評価したとされている。このように、**Self-disclosing** 技法であっても、クライアントの体験と似ている体験の開示であればカウンセラーに対する印象評価にポジティブに働くことがある。そこで、研究7では、カウンセラーの開示する体験がクライアントの体験に似ているか似ていないかによる効果の違いを検討した。その方法として、研究4と同様に、仮想カウンセリングの逐語録を用いた質問紙調査を行った。その結果、似ている体験の開示によってクライアントの内面的自己開示は促進されないことが明らかになった。一方、似ていない体験を開示することで、カウンセラーに対する印象評価を低め、内面的自己開示を抑制することが明らかになった。以上のことから、**Self-disclosing** 技法はリスクの高いコミュニケーション技法であり、クライアントの内面的自己開示を促進させる効果は認められないと考えられた。さらに、注目すべきは、クライアントと似ていない体験を開示することで、クライアントの内面的自己開示を抑制することであった。このことから、クライアントの体験と似ていないカウンセラー自身の過去の体験を伝えることは、慎重であるべきことが示唆された。

第5章 総括的討論

この章では、以上の研究を整理し、「本研究の意義」「本研究の限界と展望」について議論を行った。

まず、カウンセラーの自己開示研究に対する意義について議論した。カウンセラーの自己開示の効果に関しては、社会的背景や文化の影響を受けることが見出されており (Constantine & Kwan, 2003) , 海外の研究が日本において適応できるとは限らなかった。しかし、本論文の結果からも、同じカウンセラーの自己開示であっても、**Self-involving** 技法と **Self-disclosing** 技法ではクライアントの内面的自己開示に与える効果に違いがあり、さらには開示感情の質や開示体験の類似性によっても、クライアントに与える効果に違いがみられた。そのため、日本におけるカウンセラーの自己開示研究においても、自己開示が良いか悪いかの議論ではなく、どのような自己開示であれば良いのか、どのような自己開示は禁忌なのかという議論を行う必要があるだろう。本論文は、そのような議論を行う必要性を示すことができた点において、カウンセラーの自己開示研究に貢献したと言える。

次に、カウンセリング実践に対する意義について議論した。Edwards & Murdock (1994) が明らかにしているように、実際のカウンセリング場面でカウンセラーが自己開示を行わないということは不可避的である。避けられないカウンセラーの自己開示がクライアントにどのような影響を与えるか不明なままカウンセリングを行うのは非常に危険であるだろう。この不明とされていた問題を少し明確にすることができたことは、カウンセリング活動の一助となると考えられた。

そして最後に、本研究の限界と問題点について議論を行った。具体的には、本論文の知見を実践に応用する際の制限についてと、実践研究の必要性について論じた。