

産業カウンセラーの

“セルフ・リーダーシップ”向上方策の研究

—カウンセリング面接における自己課題と発見と対処のために—

研究者：江頭 尚子 (九州支部)

研究の背景

カウンセラーの多くは、カウンセリングにおける傾聴と観察の力量向上をめざし、積極的に学会や研修に参加している。しかし、それら外部での学習で取り上げられるのは多様な事例のごく一部でしかない。そのため、外部での学習への参加だけでは、産業カウンセラーの倫理綱領第3条に記載された「働く人への援助専門家として社会的識見とカウンセリング等の専門的スキルを保持」するあたっても十分ではないといえる。さらに同じく第3条で述べられている「人格の養成に努める」に至っては、限られた時間で事例のごく一部を取り上げるだけの学会や研修では十分な伸張は図りにくいであろう。むしろ、第14条にある「産業カウンセラーは、自己のカウンセリングの効果についてクライアントの立場から事実に基づいた検証を行い、改善に努める」方が、日常に根ざしており、力量向上に大きく寄与すると推察される。

そこで、本研究では、カウンセラーは傾聴や観察をはじめとした必要な能力について、学会や研修だけでは不足している分を、日常のカウンセリングにおけるクライアントとの関係の中で発見し、改善を重ねながら身につけていると仮定し、その検証を行うこととした。

セルフ・リーダーシップとは

「職務を遂行するための自らの方向性の模索や動機づけに対して、自分自身で影響力を及ぼす過程」はManz (1983) によって「セルフ・リーダーシップ」と呼ばれている。セルフ・リーダーシップは、他者からのリーダーシップの代替物となることも併せて述べられている。セルフ・リーダーシップは自らの信念や仮定、自己内対話、メンタルイメージといった方略によって実現される (Neck ら, 1998)。カウンセラーもまたこれらの方略を用いて自分自身で力量向上を図っていると

推測される。しかし、カウンセラーのセルフ・リーダーシップを構成する諸要素を明らかにした研究は未だ行われていない。

本研究では、まずカウンセラーのセルフ・リーダーシップを構成する諸要素を明らかにする。さらに、それらの諸要素がカウンセラーがカウンセリングにおける自己の課題の発見や、発見した課題への対処に影響を及ぼしているかを確認した。

研究の方法

調査は、日本産業カウンセラー協会（以下、協会と略）会員に対し、セルフ・リーダーシップにかかわると推定される具体的行動を列挙した質問紙を配布し、その結果を統計的手法で処理した。

調査項目は、協会九州支部に予備調査の協力を依頼した後、改訂をくわえて作成した。

回答者の募集は、メールマガジン発信、協会支部および本部でのチラシ配布およびウェブサイトでの告知、協会産業カウンセリング研究所からの一部会員への質問紙郵送によって2012年8月～10月に行われた。

回答者は185名（男性63名、女性122名）、回答者の年齢は20代0名、30代6名、40代34名、50代65名、60代59名、70代21名であった。

質問項目への回答は5段階のいずれに最も当てはまるかを尋ねる形をとった。

調査結果 1

—セルフ・リーダーシップ、自己課題の発見、自己課題への対処のなりたち—

セルフ・リーダーシップ

セルフ・リーダーシップに関する質問30項目について因子分析を行った結果、人の生き方に関する知識や日常での対人関係に関する見識を拡大する項目群である「人の生き方・振る舞い学習」、カウンセリングにおける実践力を伸ばす学習に関する項目群の「カウンセリング実践力学習」、カ

ウンセリングの専門的知識学習に努める項目群の「カウンセリングの専門的知識学習」、カウンセリングの実践を記録などの利用によりシミュレーションする項目群の「実践のシミュレーション」、自らの実践の記録を利用し自らのカウンセリングのあり方を客観視するための項目群の「実践の客観視」の5つの要素から成り立つことが示された。

自己課題の発見

次に、自己課題の発見に関する質問23項目について因子分析を行った結果、自己課題の発見は、カウンセリングの展開についての気づきに関する項目群の「カウンセリングの進展状況への気づき」、クライアント抱いた感情についての気づきに関する項目群の「クライアントに対するカウンセラー自身の感情への気づき」、カウンセラーがカウンセリングを行う際の意図に関する気づきに関する項目群の「カウンセラーとしての自らの意図への気づき」、カウンセラーがクライアントから受ける影響に関する気づきに関する項目群の「クライアントからの影響への気づき」の4つの要素から成り立つことが示された。

自己課題への対処

自己課題への対処に関する質問30項目について因子分析を行った結果、カウンセリングでの具体的な実践方法を変えてみることにに関する項目群である「クライアントへの応答改善」、自分のカウンセリングの実践方法を振り返って確認することに関する項目群である「自らのカウンセリングの問題点検」、カウンセリングの対する自らのあり方の振り返りに関する項目群である「自らの状態やあり方の振り返り」、カウンセリングにおける実践形式を客観視し改善するための行動に関する項目群である「カウンセリングの実践方法変更」、カウンセリングを実践する前に、起きると想定される事態について予め考えを巡らすことに関する項目群である「イメージトレーニング」の5つの要素から成り立っていることが示された。

調査結果 2

セルフ・リーダーシップが自己課題の発見に及ぼす影響

セルフ・リーダーシップの影響力について重回帰分析を行った結果、自己課題の発見については、

セルフ・リーダーシップの「実践のシミュレーション」を行うと、自己課題発見のすべての力が向上することが示された。その一方で、「カウンセリングの専門的知識学習」を行うほど、「カウンセリングの進展状況への気づき」と「クライアントからの影響への気づき」が弱まることを示された。

以上の結果は、自らのカウンセリングの流れを思い描くという実践に直結する試みは課題発見に有効である一方、他者の理論や方法論にとらわれると自らの力量や行動に目が向きにくくなることを示唆している。

セルフ・リーダーシップが自己課題への対処に及ぼす影響

セルフ・リーダーシップの影響力について重回帰分析を行った結果、セルフ・リーダーシップの「実践のシミュレーション」が自己課題への対処に最も大きな影響力を持ち、次いで「実践の客観視」が影響力を持っていた。実践のシミュレーションを行う人ほど、「クライアントへの応答改善」、「自分のカウンセリングの問題点検」、「自らの状態やあり方の振り返り」、「イメージトレーニング」を多く行っており、「実践のふりかえり」を行う人ほど「クライアントへの応答改善」や「自らの状態やあり方の振り返り」を頻繁に行っていた。そして「カウンセリング実践力学習」を行う人ほど「自らのカウンセリングの問題点検」と「自らの状態やあり方の振り返り」を行い、「実践の客観視」を行う人ほど「カウンセリングの実践方法変更」を頻繁に行っていた。以上の結果は、思考による実践の予習、復習が課題発見力向上への近道であることを示している。

本研究の調査結果から、カウンセラーが日常的に行うセルフ・リーダーシップ行動が、カウンセリングの課題解決と対処に有効であることが明らかとなった。

*論文の「本文」と「セルフ・リーダーシップ ガイドブック」は、協会本部の産業カウンセリング研究所のウェブサイトをご覧ください。