

# パーソナリティ

パーソナリティとは、ある個人の行動は環境への適応において、その人らしい独自の一貫した適応行動様式があり、たえず遺伝と環境の相互作用により、変化、発達して再体制化されていくものである。  
個人の行動に現れる感情や意志の特徴であること。

# 目次

## パーソナリティ

I. パーソナリティ理論	1
1. 行動理論	2-3
2. 自己理論	4
3. 精神分析理論	5-6
(1)性的発達理論	7
(2)防衛機制論	8
4. 類型論・特性論	9-12
パーソナリティ形成の諸説	13
II. パーソナリティ発達論	14
漸成説図表	15
解説	16-24
(参考)発達課題	25-26
(参考)ユング	27
III. 特性因子論	28
<参考>	
ゲシュタルト心理学	29-31
心理アセスメント	31-37

# I . パーソナリティ理論

カウンセリングの原理・概念について分類し体系化したもので、クライアントの問題把握や援助方法を検討する際の材料とする。また、学習により、「客観性・共通理解・対処」の理解がはかれる。

- 1.行動理論
  - 2.自己理論
  - 3.精神分析理論
    - (1)性的発達理論
    - (2)防衛機制論
- 〈家族システム論〉

# 1. 行動理論

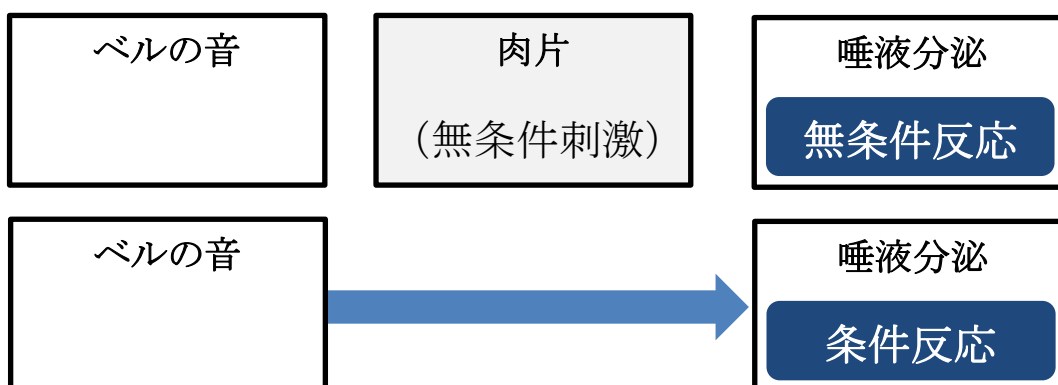
行動は望ましいか望ましくないかに関わらず、学習によって形成・維持されてきたものである。よって、行動を修正、或いは消去することは、学習によって可能である。

## (1) レスポンデント条件付け(古典的条件付け)

◇パブロフの犬

(イワン・ペトローヴィチ・パブロフ (1849-1936) ソビエトの生理学者)

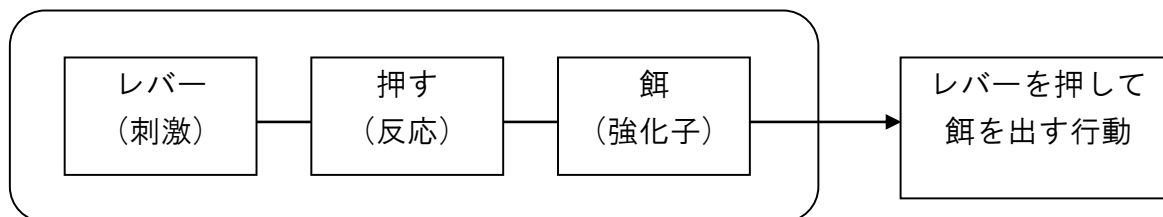
犬での唾液分泌の条件付け実験



## (2) オペラント条件付け(道具的条件付け)

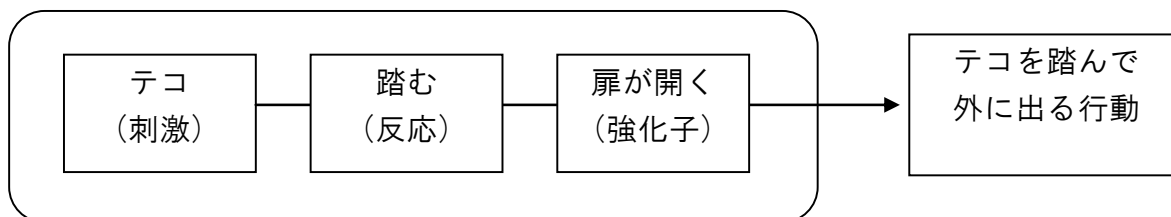
◇スキナーの実験

ネズミを使ったレバー実験



◇ソーンダイクの実験

ネコを使ったテコ実験



※自発的な行動に報酬を与えることを「強化」、報酬を「強化子」という。

# 1. 行動理論

## ■レスポナント条件付け の療法

### 系統的脱感作法

ウォルピが提唱

不安・恐怖という負の感情を段階的に脱感(低減)させる。

負の感情を感じる場面が多数ある場合、負の感情の強さを1から100の得点をつけた「不安階層表」を作成し、得点の低い方から高い方へイメージさせ、すべての場面において負の感情をなくしていく。

### 主張訓練法

対人恐怖症の人に、人前で自己主張するトレーニングを行う。緊張や不安の低減をはかる。

### 嫌悪療法

嫌悪刺激を与えて、不適応行動を抑制する。

## ■オペラント条件付け の療法

### トークン・エコノミー法

適正な反応に対して、正の強化子であるトークン(代用貨幣)という報酬を与え目的行動を起こす頻度を高める。

トークンは一定量に達すると、特定の物品との交換や特定の活動が許されるといふ二次的強化の機能を果たす。

### シェイピング法

目標行動(標的行動)に至るまでの行動を段階的に設定し、順次遂行し目標に近づける。

## 2. 自己理論

### 自己理論

アメリカの心理学者であるカール・ロジャース(1902-1987)により提唱。  
クライアント自身の成長力や自己実現力を信頼することを重要とした。

生命体である人間には、自らを維持し、強化する方向に全機能を発展させようとする内的な実現傾向が備わっている。

人間にとっての基本的欲求は自己実現である。

この実現傾向に基づく生命体としての全経験を自己経験という。

一方、認識機能の発達に伴って、その経験のうちから「自己」として象徴化・概念化される側面を自己概念と呼ぶ。

### 自己概念

自らが自己を対象(客体)として把握した概念。

自分の性格や能力、身体的特徴などに関する、比較的永続した自分の考え。

自分が自分自身に関して一貫して感じており、しかも意識化され、概念化されている部分である。

### 適応状態・不適応状態

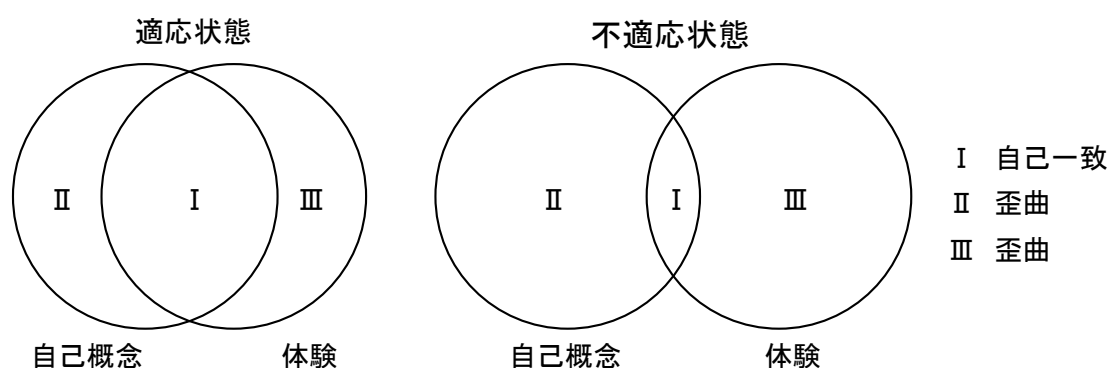
自己概念・自己構造・経験が一致している状態が自己一致。

自己一致はそのまま意識化することができる。

経験が何らかにより歪められている場合、或いは否認されている時は、自己一致しない。

何らかの適切な援助を与えれば、自己概念を作り直すことができる。

(=自己一致できるようになる。)



### 自己実現

自己を受容して防衛性から解放され、より大きな自律性や統合性に向けて心理的に成熟していくことをいう。

### 3. 精神分析理論

#### 精神分析理論

オーストリアの医師であるフロイト(1856-1939)により始まる。

##### ■局所論

人間の心は、「意識」「前意識」「無意識」の3層から成り立っている

##### 「意識」

直接的に心の現象として経験していること

これは自分の経験だと感じることをできることを総体的に意識と呼ぶ

##### 「前意識」

意識されてはいないものの、思い出そうと注意を向ければ思い出せるもので、いつでも意識の中に入り込めるもの

##### 「無意識」

思考・感情に影響を与えながらも、自覚していない部分

##### ■構造論

心の構造は、「自我」「イド」「超自我」の3層から成り立ち、リビドーより動かされる

リビドー: 性欲動を意味する精神的エネルギーのこと。イドを突き動かすものである

##### 「自我ego」

イド、超自我、外界の要求から生じる精神力動的葛藤を現実原則に従って調整する機関。自我の強さが健全なパーソナリティの原点であるとする。

##### 「イドid」(エスes)

本能的性欲動の源泉。

不快を避け快を求める快楽原則に支配されており、無意識的であるという特徴を持つ。

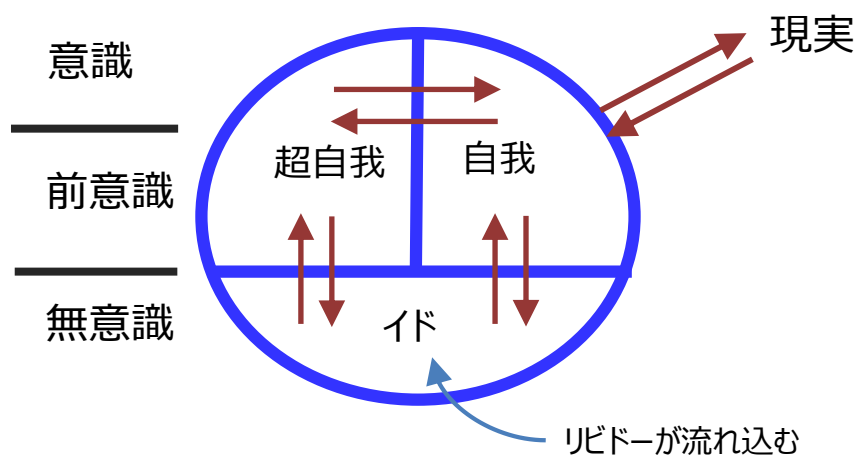
一次過程と呼ばれる非論理的で非現実的な思考や不道徳で衝動的な行動をもたらす。

##### 「超自我super ego」

良心あるいは道徳的禁止機能を果たす。

幼児期に両親との同一視やしつけなどを通して取り込まれた道徳律であって、快楽原則に従う本能的欲動を検閲し、抑圧する。

### 3. 精神分析理論



#### 無意識の発見

フロイトは人間の行動を支配しているのは、意識ではなく無意識の力によるものが大きいとして、その無意識の世界を知るための研究を積み重ねた。フロイトは夢には、その人の無意識に抑圧された欲求や不安の象徴的に現れるとしている。

またユングは夢にはその人の無意識の姿が物語りのテーマとして現れるとしている。



## 3-(1). 性的発達理論

### 性的発達理論 (フロイト)

子供の性的対象は口唇、肛門、男根、性器へと移行する。

#### 口唇期 oral phase ～18ヵ月まで

母親から乳を与えられ、吸うという行為を通して環境との交流が図られており、この段階での固着は依存的で受動的といった性格特徴の形成と深い関係をもつ。

固着：各発達段階における欲求が満たされなかった場合に、大人の時にその段階に戻ってしまうこと。

#### 肛門期 anal phase 1歳～3歳まで

環境への主張的で能動的姿勢が芽生える。

几帳面、頑固、儉約といった性格特徴の形成に関わっていると考えられる。

ここに、トイレット・トレーニングが影響するというものである。

トイレットトレーニングが厳しすぎると、ケチ、強情になりやすいというもの。子供は自分のウンチを溜めこむことを良しとするためである。逆に全くトレーニングをルーズにすると、無駄遣い、我慢しない、好き勝手にやり放題になるとも言われる。

#### エディプス期(男根期) oedipal phase 5～6歳頃

異性への関心が芽生え、男の子は母親に、女の子は父親に性的関心をもち、同時に同性の親を憎むようになるという。

またこの時期は、両親への性同一視を通して性役割を獲得する時期でもある。

口唇・肛門期における母との1対1の二者関係から、母父と三者の関係に移る

#### 潜伏期 latency period 6歳～思春期に入るまで

性欲動はエディプス葛藤をめぐって強く抑圧され、社会的規範の学習や知的活動にエネルギーが注がれ、思春期以降に再び出現するまでの間潜伏しているとみなされている。

#### 性器期 genital stage 思春期以降

口唇期、肛門期、エディプス期の部分的欲動が統合される。

(「性器性欲の優位」genital primacy)

心理的には、対象の全人格を認めた性愛の完成期と考えられている。

## (2). 防衛機制論

### 防衛機制論

強い葛藤を感じたり、身体的、社会的に脅威にさらされたり、自己の存在を否定されたりというように、自我が脅かされたとき、直接的な欲求の充足を求める衝動に対抗するとともに、不安の発生を防ぎ、心の安定と調和を図るためにとられる自我による無意識の調整機能のこと。  
このためにとられる手段を防衛機制(適応機制)という。

### 防衛機制の種類と働き

抑圧	受け入れ難い欲求や感情などを意識から無意識に排除する。
退行	幼兒的な段階に心理状態が退行して、未熟な行動や表現様式で欲求を表現する。
取り入れ	対象の持っている属性(感情・思考・印象)を取り込んで自分のものにする。
投影	自分の持っている属性(感情・思考・印象)を相手が持っているものとして投げかけること。
同一化	重要な他者の持っている特徴(属性)を数多く取り入れて、相手と同一化すること。
打ち消し	過去の行動や思考を、それとは異なる行動・思考によって打ち消す。
否認	不快な感情(不安・怒り)が生じる為に、対象を知覚していてもその存在を認めない。
知性化	不快な感情と直面する事を避ける為に、物事を過度に知的に考えて感情を統制する。
合理化	自分の行動や発言を正当化する為に、合理的なもつともらしい理由を考える。
反動形成	受け入れ難い欲求や感情を抑圧して、それとは正反対の態度や行動を表す。
昇華	本能的な欲求を社会的に承認される行動に形を変えて満足させること。最も生産的な防衛機制である。
逃避	不安を感じさせる場面から消極的に逃れようとする事 (1)退避 自己の評価の低下が予想される場面を回避する (2)現実への逃避 適応の困難な場面に直面するのを避けて、それとは直接的に関係の無い別の行動をはじめ、それに没頭することで不安を解消する (3)空想への逃避 自由な空想世界に逃げて、現実に満たされない自己表現を夢見ることで、代償的満足を得ること (4)病気への逃避 病気を理由に困難な事態から逃れようとする事

## 4. 類型論・特性論

分類	類型論	特性論
特徴	ドイツ・フランスで発展 型に分類整理する 全体から個を理解する 質的な理解をする	イギリス・アメリカで発展 構成されてる基本単位に分類 部位から全体を理解する 客観的・量的な測定を可能にした
代表的	1.クレッチマー 分裂・躁鬱・粘着気質の三つの類型 2.ユング 外向・内向型と四つの心的機能の 組み合わせによる類型	3.キャッテル 12の根源因子 4.アイゼンク 神経症者から二つの因子 五因子論(ビッグファイブ)

### 1. クレッチマー (類型論)

ドイツの精神医学者のクレッチマーは、精神病と体型の研究を基に、正常者における体格を3つに分類し、それぞれの性格(気質)の特徴について論じた。

#### ◆細長型—分裂気質 (内閉気質)

(一般的)非社交的、生真面目、静か、用心深い、変わっている

(過敏性)敏感、臆病、恥ずかしがり、神経質、興奮しやすい

(鈍感性)鈍感、従順、お人好し、温和、無関心

※(一般的)は基本的な特徴で、(過敏性)(鈍感性)は矛盾するものですが共存している。

#### ◆肥満型—躁鬱気質 (同調気質)

(一般的)社交的、楽天的、人付き合いがいい

(躁的)明朗、活発、ユーモアがある、激しやすい(躁状態)

(鬱的)落ち着いている、丁重、柔和、寡黙、気が重い(鬱状態)

※(一般的)は基本的な特徴で、(躁的)(鬱的)は交互に循環して表れてくる。

#### ◆筋骨型—てんかん気質 (粘着気質)

関連性は細長型、肥満型より密接ではないが、第三の気質としてこれが上げられている。ものごとくに凝りやすく粘り強い、秩序や整理整頓を好み、我慢強く、まじめな人物として周囲の人々から信頼され、自分自身も向上心を持って取り組むことを心がけている。しかし、万事几帳面で融通がきかず、ときたま怒りの大爆発を起こす。

一人で正義を背負っているような人で、正義感は強いが、さっぱりしたところはない。執念深く、いつまでたっても怨みを忘れない。

## 4. 類型論・特性論

### 2. ユング（類型論）

ユングは、人間の性格を『外向性・内向性』という2つの心理的態度に分け、『思考・感情・感覚・直感』という4つの精神機能と組み合わせることで人間の性格を理解。類型は8種。

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. 外向的思考タイプ | 5. 内向的思考タイプ |
| 2. 外向的感情タイプ | 6. 内向的感情タイプ |
| 3. 外向的感觉タイプ | 7. 内向的感觉タイプ |
| 4. 外向的直感タイプ | 8. 内向的直感タイプ |

#### 外向性と内向性の違いとは

リビドー(心のエネルギー)が自我の外部に向かうのか(=外向)

内部に向かうのか(=内向)という『リビドーの志向性』の違いである。

もっと分かりやすく言えば、『自分の外部(他者)と内部(心理)のどちらにより多く興味・注意・関心を向けるか?』ということであり、『行動選択を決める物事の判断基準(価値観)を自分の外部に置くのか、内部に置くのか?』ということです。

#### 外向型性格

外部の対象・評価・賞賛を欲求する傾向が強い。

社交的で交際範囲が広く、社会的な行動力・適応力がある。

明るく陽気で対人スキルと実行能力が高いが、軽薄な行動を取って失敗したり、周囲の意見や評価に振り回されることがある。良く言えば、他人と協力して集団活動をすることが得意で状況に合わせて自分の考えを変えることができる。

#### 内向型性格

内部の価値観・感受性・信念を防衛する傾向が強い。

非社交的で交際範囲は限定的で、内面的な思考力・集中力がある。

控え目で大人しく対人スキルと実行能力は余り高くないが、慎重な判断と行動を取ることでミスが少なく、自分の意見や価値観をしっかりと持つことができる。

悪く言えば、他人の意見を聞き入れない頑固で理屈っぽいところがある。

思考タイプ	物事を理論的に捉える
感情タイプ	自分の快・不快、好き・嫌いで物事を判断し、喜怒哀楽をしめす
感覚タイプ	物事の形をそのまま感じ取る
直感タイプ	そのことから別のひらめきが思いつく

## 4. 類型論・特性論

### 3. キャッテル (特性論)

アメリカの心理学者キャッテルは、個人に特有の興味・態度によりなる独自特性とすべての人がある程度持っている共通特性、外部から直接観察可能な諸特徴(表面特性)の底に潜在する根源特性を見出した。12因子の根源特性に更に4因子を加えた16の根源特性を示す。

#### 共通特性

数量化できる他者と共通する人の一般的な特性。量的特性。

#### 独自特性

数量化できない個別的な固有の特性。質的特性。

#### 表面特性

客観的に外部から観察できる行動・発言・動作・表情などの表面的な特性。意識的過程から行動に変換される量的特性。

#### 根源的特性

表面特性を根源において想定する価値観・遺伝因子・環境因子などの内面的な特性。

外部からの観察は不可能で因子分析などの技術によって抽出される。

無意識的過程から表面的特性(観察可能な行動)へと変換される質的特性。

#### 16の根源特性

打ち解けない—打ち解ける

知的に低い—高い

情緒不安定—安定

謙虚—独断

慎重—軽率

責任感が弱い—強い

物怖じする—しない

精神的に強い—弱い

信じやすい—疑り深い

現実的—空想的

率直—如才ない

自信がある—ない

保守的—革新的

集団的—個人的

放縱的—自律的

くつろぐ—固くなる

## 4. 類型論・特性論

### 4. アイゼンク（特性論）

フロイトの神経症的傾向と精神異常は量的な差であるという考えに疑義を提出し、調査を行った。結果、神経症的傾向と精神異常とは別の次元であることを見出した。

さらに10000人に及ぶ健常者及び神経症者の研究から、内向－外向の因子、神経症的傾向の因子を見出した。

内向性	持続性、硬さ、主観性、羞恥心、易感性
外向性	活動性、社交性、冒険性、衝動性、表出性、反省の欠如、責任感の欠如
神経症傾向	自尊心の低さ、不幸感、不安感、強迫性、自律性の欠如、心気性、罪悪感

#### 神経性傾向にある内向性の特徴

不安や抑鬱の微候を現し、強迫観念や焦燥感、無感動、自律神経が不安定  
自覚症状として感情が傷つきやすい、自意識過剰、神経が細かい、劣等感  
をもつ、気難しい、空想家、非社交的、引っ込み思案

#### 神経性傾向にある外向性の特徴

言語動作がヒステリー的、むら気、精力的でない、興味の範囲が狭い、不平  
不満が多い、事故をおこしがち、苦痛に弱い

### 5. 特性5因子論（ビッグファイブ）

マクレアとコスタによって作成された特性論。

多くの特性論の特性の意味を5大因子の中に網羅されていると考えている。

神経症的傾向	不安、敵意、抑うつ、自意識、衝動性、傷つきやすさ
外向性	温かさ、群居性、断行性、活動性、刺激希求性、よい感情
開放性	空想、審美性、感情、行為、アイデア、価値
調和性	信頼、実直さ、利他性、応諾、慎み深さ、優しさ
誠実性	秩序、良心性、達成追求、自己鍛錬、慎重さ

## 4. パーソナリティ形成の諸説

### パーソナリティ形成の諸説

生得説 ②経験説 ③輻輳説(ふくそう) ④層理論 ⑤環境閾値説(いきち)がある。

#### ①生得説 (提唱 ゲゼル)

人のパーソナリティは生まれつきのものであり、遺伝的要素がその特徴の発達を既定する。環境によって変化しない。

#### ②経験説 (提唱 ワトソン)

人の心はもともと白紙であり、生後の経験や生育歴によってパーソナリティが決定する。

#### ③輻輳説

ドイツのシュテルンの考え方で遺伝と環境によって相互に作用しあって形成。

#### ④層理論

ドイツのゴットシャルトはパーソナリティが知性的上層と内部感情的基底層の2つの主要層から構成されていると考えた。知性的上層は環境の影響が強く、内部的感情的底層は遺伝による規定性が強いとしている。

#### ⑤環境閾値説

ジェンセンによって示され、遺伝に基づく素質が環境の働きかけの影響を相互に受け、その程度によって特性に差が生まれるという考え方である。遺伝的資質には環境が悪くても比較的そのまま発展しやすい資質と、環境が十分整ってはじめて生まれる資質があるとしている。

# Ⅱ. パーソナリティ発達論

## パーソナリティ発達論

エリクソンは「若い成人期から逆戻りというやり方で児童期にアプローチする」という方法をとっている。

エリクソンの理論の特徴の1つは、「成長するものはすべて『予定表』をもっていて、すべての部分が一つの『機能的な統一体』を形作る発生過程の中で、この予定表から各部分が発生し、その各部分は、それぞれの成長がとくに優勢になる『時期』を経過する」という漸成原理である。

人間は出生してから社会的な存在になるまで、予定された各発達段階に沿って成長していく。

各発達段階は予定されたものであるから、時期がくれば自然と現れる。その時、その発達段階で重要な部分機能を自覚するようになる。それならあまり意識や努力しなくてもみんな同じように自然に発達していくのだから楽だとも考えられる。

しかし、それは同時に「ある重要な部分機能やその機能に関する自覚のめばえが、本能エネルギーの移行と並行しておこり、しかもその部分に特有な傷つきやすさをひきおこす結果、その段階は、一つの危機」にもなるのである。個々人によって経験系列は異なるのであるから、せつかく発達段階が訪れているのにそれが自覚されなかったり、歪んで自覚されたり、間違っただ指導が与えられたりすると、「特有な傷つきやすさ」を引き起こす。分岐点あるいは転換点という意味での危機になるのである。

そして、発達段階を8つに分け「漸成説図表」(■次ページ参照)を作成した。各発達段階での危機を「対」で表している。ある発達段階の危機を克服すればその段階での同一化が達成され、次の発達段階の同一化も可能になる。

もし、ある発達段階で危機に直面しなかったり乗り越えられず同一化が達成できなかった場合、次の段階以降の成長に歪みが生じてくると考える。



# パーソナリティ発達論 漸成説図表

乳児期	基本的信頼 vs基本的不信	乳児は自分の欲求が外界か、特に母親によってどのように満たされるか、または満たされないかで信・不信を学習する
幼児前期	自律性vs恥と疑惑	子供は自分の意志の行使、選択の仕方、自己制御の仕方を学習するか、あるいは自分で何ができるかについて不安を持つか、疑問を抱くようになるかを学習する
幼児後期	積極性vs罪悪感	子供は自分で活動を開始し、やり遂げることを学習し、行為に方向性や目的を持たせることを学習する。自発性を発揮することが許されないと、自分でいろいろな試みをするに罪悪感を抱く
児童期	勤勉性vs劣等感	子供は勤勉性の意識と好奇心を発達させ、学ぶことに熱心になる。これがうまくいかないと、劣等感を持ち、自分の前にある課題に興味を示さなくなる
青年期	同一性vs同一性拡散	青年は自分の中に一定の思想を持った独自性で統一の取れた人間の姿を求める。これがうまくいかないと、自分の生活に何を求めるかの点で混乱した状態に陥る。
		アイデンティティ(自我同一性) 主体性、独自性、過去からの連続性、及び集団帰属感や社会受容感などの主観的実存的意識や感覚の総体。自分らしさを形成する
		同一性拡散 確立を目指したが失敗した状態であり、自己探求を続ける青年が、一過性的に経験する自己喪失の状態のことをいう
		モラトリアム 同一性の確立に向けた心理社会的な猶予期間。社会的な責任や義務がある程度猶予されている
成人期	親密性vs孤立	自分を自分以外の人と関わらせることができるようになる。これがうまくいかないと、孤立感を深め、この世は自分以外には何者も存在しないというような感じを抱くようになる
壮年期	世代性vs停滞	子供を持ち世話をすることや、仕事や共通の善のために尽くすことに意欲を示す。それとも、自己中心的で非活動的な人間になる
老年期	統合性vs絶望	自分の人生が有意義であったと確信し、静かな気持ちで死をむかえられる心境になる反省の時期。これが、うまくいかないと、目的を果たせなかったことや失敗、無意味な人生を悔いる絶望な時期となる

乳児期	信頼感 vs 不信感							
幼児前期		自律性 vs 恥・疑惑						
同後期			自発性 vs 罪悪感					
児童期				勤勉性 vs 劣等感				
青年期					同一性 vs 同一性 拡散			
成人期						親密性 vs 孤立		
壮年期							世代性 vs 停滞性	
老年期								統合性 vs 絶望

## ◆乳児期 基本的信頼vs基本的不信

誕生から1才ないし1才半頃までを乳児期とする。

子どもが母親から母乳をもらったり、一方的に保護される状態にあつて、母親との一体感・相互信頼を体験する時期である。

子どもにとって親がすべてである。

やがて6カ月過ぎから人見知りが始まり、自他分離の第一歩になる。

この時期の危機は基本的信頼と基本的不信である。

基本的信頼とは「自分の外にいる提供者たちの同一と連続性をあてにすることを学ぶだけでなく、自分自身と、衝動を処理する自分自身の器官の能力を信頼する」、「提供者たちが警戒したり、立ち去る必要もない程に、自分自身を十分信頼に足るものであるとみなす」状態を意味している。いつでも、どこでも、自分がどんな状態でも、自分のすべてをあるがままに受け入れてくれる。他人がいるという安心感、そして自分は他人に受け入れられる価値のある人間なんだという自分自身に対する信頼感である。

それが得られないと＜基本的不信＞に陥り、他人や自分を信用できなくなったり、独特なやりかたで自分の中に引き込もってしまう。

## 発達課題の達成と失敗

この危機を乗り越え発達課題を達成すると、『これでいいんだ』という感覚や、自分が自分であるという感覚、他の人々から信頼されるものに自分になっていくという感覚」に満ち、自己肯定感や自信、社会的な期待にも応えていけるだろうという確信が獲得される。

もしこの課題を乗り越えることに失敗すると、受け入れてもらえない自分を合理化し自分や他人に対する歪んだイメージを作り上げてしまったり、他人に受け入れてもらおうという意欲を失い無気力状態に陥ってしまう。

ただし、課題を達成するとは、＜基本的信頼＞のみを与え＜基本的不信＞を完全に排除するのではなく、「基本的信頼が基本的不信を上回るバランスをもった永続的なパターンをしっかりと確立すること」を意味する。

＜基本的信頼＞だけに偏ることは不可能であるし、できたとしてもその後の発達に却って歪んだ影響を与えることになる。

## 養育者の援助

この時期の養育者は親、特に母親である。養育者がしてやる援助は、子どもの個々の欲求を敏感に感じとってあるがままの姿を受け容れてやることである。

また、親自身が「自分たちがやっていることは意味があるという深い確信、それもほとんど身体的ともいえるほどの確信」を持って子どもに接することが必要である。

ところで、援助する養育者の問題は、壮年期の発達課題でもあるという相対性に気づくだろう。因果関係で考えれば、養育者が自分自身の乳児期の危機を乗り越えられていない場合、その援助の仕方について様々な障害が生じることは想像に難くないだろう。

## ◆幼児前期 自律性vs恥と疑惑

1才ないし1才半から3才ないし4才頃までを幼児前期とする。

子どもの自立が始まり、自分の足で立ったり言葉を喋ったり、何でも自分のつもりで一人でしょうとする。

仲間と一緒にいるのは好きであるが、一人遊びを好む。

親は危険を避けたり社会性を身につけさせるために子どもに躰(しつけ)を始める。

それによって、子どもは自他分離の感覚が進み分離不安を感じるようになる。

また、自分のつもりを通そうと反抗するが、これが第1次反抗期である。

この時期の危機は＜自律性＞と＜恥と疑惑＞である。

乳児期に獲得した＜基本的信頼感＞によって自己評価ができるようになれば、それに基づいて自分をコントロールしようとするようになる。それは「自分勝手に選びたいとか、どん欲に自分だけのものにしたいとか、頑なに排除してしまいたいといった突然の激しい欲望によって脅かされない」ものであり、自分以外のことも考えてコントロールするようになる。

これが＜自律性＞である。

しかし、自己コントロールに失敗したり親の意志によって過剰にコントロールされたりすると、未熟で愚かな自分がさらしものになっているのではないかという＜恥＞の意識や、その意識によって自分は十分に発達していないのではないかという＜疑惑＞が2次的に起こり圧倒されてしまう。

## 発達課題の達成と失敗

この危機を克服すると、「後になっても挫折しないという自信に満ちた期待」を獲得する。

何事に対しても積極的に関わっていかうとする意欲の源が生まれる。

この時期の危機を乗り越えられないと、自分自身や環境に対して無力感に陥る。「退行や偽りの前進」によって強い憎しみを抱いたりわがままになったり、自信がないのに虚勢を張ったり、人に見られていなければ何でもうまくやってしまうおとしたりする。

また感じやすい子どもは、他人や環境を変えることを諦めて自分自身だけを過剰に調整しすぎたり、子どもらしいみずみずしい感覚を失って親のいいなりになってしまうりする。物事に対して消極的で受け身的な態度が養われてしまう。

## 養育者の援助

この時期の援助は、子どもの成長を見守る親の「断固たる態度をとると同時に寛大」である姿勢が必要である。

まず子どもの自主性を尊重して子どもが一人でやろうとすることは自由にさせることが大切である。

しかし、子どもが自分の生命を損おうとすることや、社会性から大きく逸脱したことに対しては、ある程度の制限や禁止が必要になってくる。そのバランスや判断が難しい。

放任しすぎると社会性の未熟なわがままな子どもになるし、過剰に制限すると自律性のない子どもになってしまう。

子どもを適切に援助するために親は「自分たちの生活から引き出すことのできる威厳と人間的自立の感覚」に支えられた「正当な権威と合法的な独立の感覚」が必要になってくる。

## 現代社会の問題

さらにそのためには、子どもや親の自律性や権威を保障してくれるような社会の仕組みが必要である。しかし、現代社会は「従順を望み、無制限の自律を好まない仕組み」になっている、とエリクソンは指摘している。

また、戦後の日本社会では価値観の急激な相対化が進み、社会性そのものが曖昧になっている。

このような状況においては親自身が自律性を持たず子どもの自律性を育てることは難しい。たとえ子どもに自律性を持たせることに成功しても、将来子どもが自分の力ではどうしようもない複雑な社会の現実と直面した時、深刻な慢性的失意に陥るだろう。自律性を奪われるのではないかという恐怖におびえたり、逆に絶えず他人に指示されていなければ不安になり、自ら自律性を放棄して不合理な社会に過剰に順応しようとしたり、ついには精神や神経の病気にまでなってしまうことも考えられる。

## ◆幼児後期 積極性vs罪悪感

3才ないし4才頃から6才頃までを幼児後期とする。

自分の意志で自発的に行動できるようになると同時に、自分から親に合わせるような自制心が発達してくる。

親を社会人のモデルとして、社会に積極的に出ていこうとする第一歩の時期である。仲間の要求にも合わせて共同遊びができるようになる。

この時期の危機は<積極性>と<罪悪感>である。

前発達段階で自分が一個の社会的な存在であることを確信した子どもは、失敗を恐れず欲しいと思うものに対して自主的積極的に働きかけるようになる。

そして、自分が将来どのような役割の人間になろうとしているのかを考え始める。

自分の未来像を最も身近な大人である親に求め、どうしたら両親に同一化し両親のようになれるのか考えながら遊ぶようになる。親から直接的に要求されなくても自分から親の期待を感じ取って行動するようになる。

これをエリクソンは<良心>と呼んでいる。

しかし、高じると「両親のどちらかに愛される地位を争う最終的な順位決定コンテスト」になる。

親の期待に反することに対しては勿論、誰も監視していないような考えや行為についてさえ罪の意識を感じるようになる。

### 発達課題の達成と失敗

この時期は言語能力も運動能力も活発になるので、自分で夢みたことや考え出したことに脅かされるのを避けるわけにはいかない。

しかしながら、この危機を乗り越えることに成功すると、「高遠でしかも現実主義的な野心や独立の感覚の基礎となる『傷つかない積極性』の感覚」を身につけることができる。

立場の違いを越えた真の平等観をもち、義務や規律や作業をともに分かち合う感覚が成長してきて、人間として生きる喜びを感じるようなものを求めるようになる。しかし期待が過剰になると、「子どもの良心は、原始的で残酷で非妥協的なもの」になり、この危機を乗り越えることに失敗する。そして、心身症や退行や深い憎悪を頻繁に起こすようになる。

### 養育者の援助

個人的にも社会的にも困難なこの時期に柔軟で融通のきく積極性を身につけさせるには、親が言葉や暴力的な圧力によって子どもを抑圧するのではなく、子どもと一緒に物をつくることによって、年齢や経験は違うが価値という点では平等であるという姿勢を示すことが必要である。この親子関係はやがて他人との関係にも広がる。

### 現代日本社会の問題

しかし、エリクソンは「多くのおとなたちは、人間としての価値はすべて『彼らが何をしているか』とか、『次に何をしようとしているか』にあると思っているのであって、人間としていかにあるべきか、にあるとは思っていない」と指摘している。

現代社会は、人間的なものに価値を認めず、能率とか実績とか結果だけに価値を認めようとする大人たちが多い。

そうした大人の期待を受けた子どもたちの良心は、柔軟性がなくあれかこれかの狭い範囲でしか働かなくなっている。

また、鑑は「罪の意識は、日本人である私たちにはなかなかわかりにくい。おそらく、私たちはここでいうような自主性や自発性が内的に希薄だからではないだろうか。日本では、個人や集団を超えた原理・原則ということがわかりにくい」と書いている。西洋が＜罪の文化＞であるのに対して日本は＜恥の文化＞であることは、ベネディクトが『菊と刀』で指摘している。

日本人が罪の意識について理解しにくいことは、その対概念である自主性や主体性についても本当の意味での理解が難しいことになる。とすれば、この時期の発達課題を達成することが本当にできるのかという問題にも直面することになる。それは現代社会の親たちが子どもに過剰な期待をしたり子どもが過剰な順応をし、それが社会問題化している事実からも明らかであろう。

さらに前発達段階の＜恥と疑惑＞についても、日本人特有の恥の感覚がエリクソンが考えたのとは違う問題を発生しているはずである。

## ◆児童期 勤勉性vs劣等感

6才頃から12才頃までを児童期とする。

生活の主な場は小学校である。子どもは親子の間に境界線を引くようになる。

小学校に入り新しい仲間との関係に不安を抱き、最初は教師に依存した仲間関係を作るが、やがて＜ギャング＞といわれる仲間集団を作るようになる。

この時期の危機は＜勤勉性＞と＜劣等感＞である。

親だけでなく自分を取り巻く自分以外のもの＝社会について関心が強くなり、自分なりに参加しようと試み始める。

そして勤勉にもものを生産するという方法によって認められることを学ぶようになる。

しかも、自分の欲望や気まぐれによって作るのではなく、道具のような無機的な法則にも自分を合わせ、生産を完成させることを目標にするようになる。

しかし、ものを生産しても周りの人から認めてもらえなかったり、生産の充足感を体験できなかった場合は、自分は何をやっても駄目だ、何もやれないという劣等感にさいなまれることになる。

## 発達課題の達成と失敗

この危機を乗り越えることに成功すると、親だけでなく他の人々ともうまくやっていると自信を獲得できる。

自尊意識を高まり、自分が社会にとって必要な存在であるという実感をつかんでいく。

生産性の特徴である「『分業』の感覚と『機会均等』の感覚」が発達し、社会へ出ていく基礎ができる。この危機を乗り越えることに失敗すると、自分の社会的価値を決定するのは、自分の願望や意志ではなく、自分ではどうすることもできない外的な諸条件であると感じるようになる。また逆に、自分たちのような優秀な人間が存在するためには自分たちより劣った人間がいなければならない、という劣等感の単純な裏返しである歪んだ優越感を持つようになる。

## 養育者の援助

この時期の子どもの生活の大半を占めるのが小学校である。子どもは親の影響と同じかそれ以上の影響を小学校教育から受ける。小学校教育には2つの面がある。

1つは「自己抑制と厳格な義務感を強調することによって学校生活をおとなの厳しい生活の延長にしようとする」側面である。したくないことでも自分の意志や気持ちを抑えてまでもしなければならぬという感覚を教えることである。

もう1つは「やりたいことを遊びを通して発見させ、一步一步段階をふんで、しなければならぬことを学ばせる」側面である。

自由にやりたいことをやらせる中から自主性や主体性を身につけさせようとすることである。両者は矛盾し両立させることは難しい。

前者に偏れば自分の意志や気持ちを表現できない人間になるし、後者に偏れば自分勝手な人間になってしまう危険性がある。

これは幼児前期の親の援助をさらに社会化したものであると考えることができる。エリクソンは両者をうまく両立できる教師の資質として、次のようなことを指摘している。

「遊びと仕事、ゲームと勉強をどのように交代させたらよいか知っている」

「特異な努力をどのようにして認め、特異な才能をどのようにして元気づけたらよいかを知っている」

「どのようにして子どもに時間を与えたらよいかを知っている」

「学校が重要に思えず、楽しいよりも苦しいことに思える子どもたちとか、先生よりも友達の方が、もっと重要な意味をもつ子どもたちを当面どう扱ったらよいかその扱い方を知っている」ことである。

## 現代日本社会の問題

現在の日本では、知育偏重、学歴重視、経済原理優先であり、本来子どもが児童期に獲得する勤勉性の方向が大きく偏り歪められている。

現代日本社会の子どもにとって生産するとは将来の受験に必要な学力を身につけることだけを意味していることが多い。

そのためにはどんな過酷な条件や手段でも勤勉に受け入れようとする。

鑪は「最近の子どもたちの勉強の仕方は、子どもたちの内的な要求を超えてどんどん要求されているので、子どもたちは勉強を義務感と苦痛の中で受け身的にやっているように見える」と書いている。

また、小学校での仲間集団も陰湿なイジメに象徴されるようなグロテスクな様相を呈している。

## ◆青年期 同一性vs同一性拡散

13才頃の中学時代から元来は22才頃の大学時代までであったが、最近の状況から30才くらいまでを青年期とする。一言で言えば子どもから大人になる時期である。

この時期の危機は＜同一性＞と＜同一性拡散＞である。

エリクソンはこの時期について、「自分が自分であると感じる自分に比べて、他人の目に自分がどう映るかとか、それ以前の時期に育成された役割や技術を、その時代の理想的な標準型にどうむすびつけるかといった問題に、時には病的なほど、時には奇妙に見えるほどとらわれてしまう。そして新しい連続性と不変性の感覚を求めて、ある種の青年たちは、子ども時代の危機の多くと改めて戦わねばならない」と書いている。

子ども時代を終結し大人として実社会に出ていくこの時期に、＜本当の自分とは何か＞＜自分は何をやりたいのか＞＜自分は何になりたいのか＞がテーマになってくる。

これまでの発達段階でそれぞれの課題を同一化し取り入れてきたしてきたものの中、自分自身の理想や基準にとって望ましいものを選択し逸脱したものを放棄する。

自分自身にとっても社会的な他者にとっても、自分は自分であるという確固たる自信を持つようとする。＜同一化＞から＜同一性＞へのプロセスである。

同時にこの時期は病的なほど慎重になり不安になる。

ただでさえ不安定な状態である上にさらに困難な状況が生じると、自分で自分がわからなくなる。そして、さまざまな形で逃避を企てるようになる。

これを＜同一性の拡散＞という。



## 対人関係の変化

サリヴァンは青年期を青春初期と後期に分けている。

青春初期には、前青春期の＜親密欲求＞をさらに洗練した形で愛し合う関係を求めるが、対象は異性の一人に変わる。

自分と非常に類似している者を求めることから、大きな意味で自分と非常に異なっている者を求めるようになる。この時期になっても自分した愛せない人は、前青春期的な発達がなかったか、発達は起こったが深刻な排斥を受けて解体してしまった人である。

この時期になっても同類しか愛せない人は、前青春期を越えて前進できなかった人である。

また、性器の関与や代理行為も問題になってくるが、「自分の性器および自分以外の誰かの性器を使って、あまりの不安や自己評価喪失を起こさずに、満足なことができるかどうか」がこの時期の最終テストになる。

青春後期は、「選好された性器的活動のパターンが定まった時点で始まり、無数の教育的、抽出変換的段階を経て、対人関係の全面的に人間的な、成熟したレパートリーが確立するまで」をいう。

そしてその人がその社会や文化の中でどこまでやっていけるかは、社会がどれだけ機会を与えてくれるか、その機会をうまく生かせるかどうかによって決まる。

## ◆成人期 親密性vs孤立

成人期は年齢によって規定できないが、就職して、恋愛をして、結婚をするまでの時期である。この時期の危機は＜親密性＞と＜孤立＞である。

青年期に自我同一性が獲得できていれば、自分自身にある程度の自信があり自分の関わる事柄に親密さを感じることができる。

親密性とは、自分の何かを失うのではないかという不安をもつことなしに、自分の同一性と他者の同一性を融合しあうことができることである。

親密性によって就職・恋愛・結婚というこの頃に起こる人生のイベントにもうまく対応でき、人生がより充実したものになる。

しかし、自己の同一性に確信がもてない人は、人間関係の親密さから尻込みし、自分を孤立させ表面的で形式的な人間関係しか結べなくなる。

## 現代社会の問題

成人期は就職、恋愛、結婚の時期であるが、鑪は「若い成人男女の独身主義や同棲主義、結婚しても子どもをつくらない、いわゆる『ディンクス』といわれる人々が見られるしかし、このような中で本当にここでいう心理・社会的な親密性を樹立していけるのだろうか」という疑問を投げかけている。

親密になってしまうと自分の何かを失ってしまうのではないかという不安が強いのであろう。

青年期の課題が未だに克服されていないともいえる。

## ◆壮年期 世代性vs停滞

壮年期は、結婚して子どもを生み育てる、親としての時期である。

この時期の危機は<世代性>と<停滞>である。

結婚をし自分たちの子どもを生み、育てることによって結合したいと願うようになる。それは「次の世代の確立と指導に対する興味・関心」であり、自分の子どもだけでなく、後輩や若手の教育や育成や監督、文化的遺産の継承などの意味も含んでいる。自分にとって最も親密な存在を自分たち自身で作り出していきたいという気持ちである。自分を犠牲にして成長を援助しなければならない場合も多いが、それを補って余りあるものが得られる。

子孫の繁栄に全面的に失敗した場合、「生殖性から偽りの親密さへの強迫的な要求への退行がおこるが、しばしばそれは、停滞の感覚の浸透と人間関係の貧困化を伴う。

生殖性の発達しない人物は、しばしば、自分本位になって、まるで子どもみたいに自分自身のことばかり考えるようになる」。子どもの不在を補うために非常な努力を必要とするが、ともすれば歪んだ親密さや対人関係における退行現象となって現れる。また、自分自身以上に大切な存在がないために、自分のことを中心に考えるようになる傾向もある。

## 現代日本社会の問題

この時期の発達課題は、青年期までの養育者の問題とも重なってくる。

この時期の大人が発達課題を達成していないことが子どもの発達の歪みにつながっている。

一人っ子が多くなり親が過剰に親密に関わったり、親が自分中心で子どもに十分に親密な態度で接しられていないことから、子どもが自分の発達課題を達成することを阻害されているという現象も起こっている。

## ◆老年期 統合性vs絶望

老年期は、子育てが終わったり退職したり、公私に渡って役割の方向の転換を迫られる時期である。また、自分の死を受け入れる準備をする時期である。

この時期の危機は<統合性>と<絶望>である。

人生の完成に当たって、今まで獲得してきた同一性を振り返る。

そして「自分自身のただ一つのライフ・サイクル」「自分のライフ・サイクルにとって存在しなければならないし、どうしても代理のきかない存在として重要な人物」「自分の人生は自分自身の責任であるという事実」を受け入れなければならない。最後まで自分のライフ・サイクルを人生の究極として受け入れられない人は、別の人生を始めようとしたり、人生を完全な形で終結させるために別の道を試そうとするが、時間的にも不可能でありますますます不完全感が強まって深い絶望に陥る。

# パーソナリティ発達論 (参考)発達課題

## 一般的な発達段階

発達段階	段階区分の目安	大体の年齢
胎児期	受精～出生	——
乳児期	～歩行し始める。言語を使用し始める。	誕生～1、2歳
幼児期	～運動・会話が一応自由に出来るようになる。	1、2歳～6歳
児童期	～第二次性徴が現れ始める。	6歳～12歳
青年期	～生理的成熟と心理的諸機能の一応の完成を見る。	12歳～22歳
成人期	～家庭生活、職業生活の一応の安定を達成する。	20代～30代
中年期・壮年期	～社会の中核を担うと共に、次世代の教育をし一線を退く準備をする。	40代～50代
老年期	～自分の生涯を振り返る～死の受容	60歳代以降～

## 発達課題

それぞれの発達段階において、獲得・達成することが期待され相応しいとされる課題を『発達課題』という。

ハヴィガースト(Havighurst,R.J. 1900-1991)という心理学者は、発達課題について次のように言っている。

『人間が健全で幸福な発達を遂げる為に各発達段階で達成しておくことが望ましい課題を発達課題という。次の発達課題に問題なくスムーズに移行する為に、各発達段階で習得しておくべき課題がある』

ハヴィガーストは、基本的な発達課題として様々なものを列挙しているが、その根底にあるのは

- ・他人との情緒的なつながりを持つコミュニケーションスキルと
- ・両親からの精神的・経済的自立であり、

その他には、自己に対する正直で健全な態度、倫理的な良心や謙虚さ、男性・女性の性役割の受容などがあります。

発達課題の持つ役割は、まず、自己と社会に対する健全な問題を抱えない適応にとって必要な学習であるという事です。その発達課題は、原則として平均的な一定期間内で学習される事が望ましく、それぞれの発達課題はその年代の人たちから興味や関心を引かれ易いものになっています。もちろん、発達課題は、社会の大多数の人が正しいと信じる社会通念や時代の風潮や流行、文化的な習慣などに大きく影響されますから、絶対的なものではなく、あくまでも相対的なものであるという事を忘れてはいけません。

# パーソナリティ発達論 (参考)発達課題

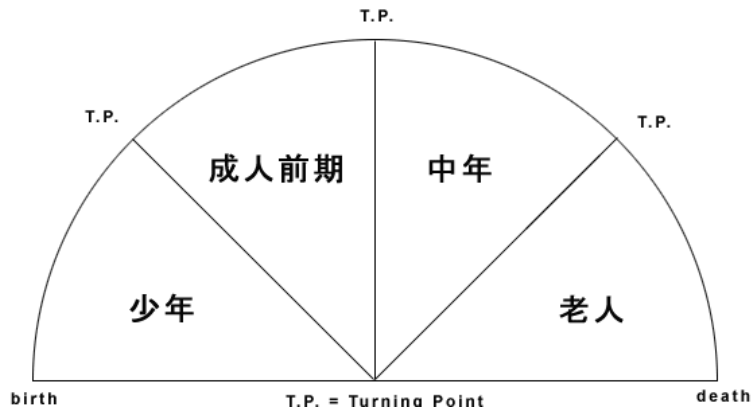
## ハヴィガーストの発達課題(1953)

発達段階	発達課題
乳幼児期	歩行の学習 固形食を食べる学習 話すことの学習 排泄の学習 生理的安定の達成 性差と性的慎み深さの学習 社会的・物理的現実についての単純な概念の形成 両親兄弟の人間関係の学習 善悪の区別、良心の学習
児童期	日常の遊びに必要な身体的技能の学習 生活体としての自己に対する健康な態度の形成 遊び友達を作って、うまく付き合う学習 男子・女子の区別の学習とその社会的役割の適切な認識 読み・書き・計算の基礎的学力の習得と発達 日常生活に必要な概念の発達 良心・道徳性・価値観の適応的な発達 個人的独立の段階的な達成・母子分離 社会集団や社会制度に対する態度の発達
青年期	両性の友人との交流と新しい成熟した人間関係を持つ対人関係スキルの習得 男性・女性としての社会的役割の達成 自分の身体的変化を受け入れ、身体を適切に有効に使うこと 両親や他の大人からの情緒的独立の達成 経済的独立の目安を立てる 職業選択とそれへの準備 結婚と家庭生活への準備 市民として必要な知的技能と概念の発達 社会人としての自覚と責任、それに基づいた適切な行動 行動を導く価値観や倫理体系の形成
壮年期	配偶者の選択 配偶者との生活の学習 第一子を家庭に加えること 育児の遂行 家庭の心理的・経済的・社会的な管理 職業に就くこと 市民的責任を負うこと 適した社会集団の選択
中年期	市民的・社会的責任の達成 経済力の確保と維持 十代の子どもたちの精神的な成長の援助 余暇を充実させること 配偶者と人間として信頼関係で結びつくこと 中年の生理的変化の受け入れと対応 年老いた両親の世話と適応
老年期	肉体的な力、健康の衰退への適応 引退と収入の減少への適応 同年代の人と明るい親密な関係を結ぶ事 社会的・市民的義務の引き受け 肉体的に満足な生活を送る為の準備 死の到来への準備と受容

# パーソナリティ発達論 (参考)ユング

<参考>

ユングは人生を一日の太陽の運行になぞらえて理論を考えました。そして人生は4つの時期に分かれ、それは図のように表されます



ある時期から次の時期に行く間には「転換期」があり、それは危機の時期です。最初の少年期はまだ自己を客観的には捉えることができないために問題は少ないとされます。

また、最後の老人期も自己の意識状態に無頓着になっていくので、問題がないとしました。

つまり、大事なものは成人期と中年期ということになります。

ユングはこの時期を人生の午前(前半)から午後(後半)への移行期として、特に中年期の転換期が人生最大の危機となるだろう、としました。

午前は自分が上昇し、拡大していく時期です。体は大きくなり、力も強くなり、世界も広がります。この時期は、個体として発展することと、世の中に定着すること、そして生殖、社会的達成にその意義があります。それが12時、つまりお昼になると下降しはじめる。

☞ 以下、ユングの言葉。

「太陽は、予測しなかった正午の絶頂に達する。予測しなかったというのは、その一度限りの個人的存在にとって、その南中点を前もって知ることができないからである。正午12時に下降が始まる。しかも、この下降は午前すべての価値と理想の転倒である。太陽は、矛盾に陥る」

このとき、人間は自己を真剣に考えることになりす。

午前と同じ生き方はできない。ここで大事になるのがユングの言葉で言えば「個性化」であり、そのためには生き方や価値観の転換しなければなりません。

# VI.特性因子論

## 特性因子論

### 心理テストの理論。

特性因子理論というのは、人間の性格を観察可能な『特性・属性』の集まりとして理解しようとする立場であり、『直観的・経験的な類型論』よりも正確で詳細な性格理論を構築することができる

特性・・・観察し測定できる反応のこと  
因子・・・特性の背後にある抽象的なもの

### 特性因子理論の長所は

『観察可能な特性に基づくより客観的な性格理解』に近づけるということであるが、特性因子理論は複数の特性の集まりとして性格を理解するので、直感的にその人がどういった性格の人なのかを理解することが難しくなる。  
『因子(factor)』というのは表面的な特性の背後にある本質的な能力・個性のことである。

### 人間観・性格論・病理論

人間は特性と因子の束である。そして、その束は人様々である。  
特性の中にはいいものも悪いものもあるので、人間は本来、善であるとも言い切れないし、悪であるとも言い切れない。  
人は様々な特性の組み合わせと、各特性の量的差異により、特徴が表現できる個人の特性の違いが個性の基礎となる。  
テストの結果、数量的に性格を測定することはできるが弱い。

### ◆特性因子論によるカウンセリングの限界

結果を絶対的に捉えると、クライアントの能力・考え方の決め付けや変化の可能性の軽視につながる場合がある。

## 参考1. ゲシュタルト心理学

ドイツの精神科伊フリッツ・パールズが提唱  
前提は、心に染み付いている未完の行為(ゲシュタルト)が固着していると様々な症状が発生すると考えられている。

### 概念

ゲシュタルト心理学は、一般的に、人間の知覚特性(物体認知の法則性や体制化)に関する科学的研究を取り扱ったが、ゲシュタルト療法では、過去の記憶や情動に執着せずに「今、ここから」始めて心の直感的・感覚的・身体的な全体性(ゲシュタルト)を回復することが心理療法の目的とされた。

ゲシュタルト療法は「言語的な分析や解釈(言葉で語り合い理解すること)」ではなく「身体的な体験や感覚(実際にやってみて身体で感じることを重視する体験的技法(気づきの技法)である。

ゲシュタルト療法では、(薬物療法が妥当と思われる精神疾患や器質的障害を除いて)心理アセスメントによる診断と医学的な治療よりも、非言語的なコミュニケーションやありのままの自然な感情の表出に治療効果があると考えている。ゲシュタルト療法が理想とする人間観は「身体と精神が調和的に成熟した人間」であり「今、ここからの人生を懸命に生き抜く人間」である。「私は私のやるべきことをやり、あなたはあなたのやるべきことをやる」といった実存主義的かつ個人主義的な人間観に基づいた人生を意欲的に生きるような方向へと支援するのが原則である。

この「自分自身であることを忘れずに、自分自身の人生を生きよ」という原則を「今」の原則と合わせて、「ゲシュタルトの祈り」と呼ぶこともあるが、ゲシュタルト療法では他者への依存や執着を乗り越えて人格が統合された「全人的な存在(whole person)」へと自分を向上させていくことになる。

# 参考1. ゲシュタルト心理学

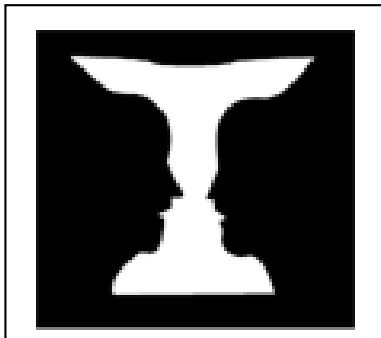
## ゲシュタルト心理学

ゲシュタルト心理学の基本的な考えは  
知覚は個別的な感覚刺激によって構成されるのではなく、それら個別的な  
刺激には、還元できない全体的な枠組みによって、大きく規定される。  
というものである。ここで、全体的な枠組みにあたるものをゲシュタルト(形態)  
と呼ぶ。(全体・統合・形態を表すドイツ語)

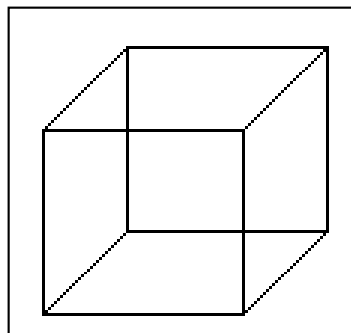
### 反転図形

客観的には同一の図形でありながら、知覚的には二つあるいはそれ以上の形  
が成立する図形のこと。

1. ルビンの盃



2. ネッカーの立体図形



3. 妻と義母



#### 1. ルビンの盃

図となる領域と地となる領域が交替する図形。

観察者がどちらか一方の見え方を維持し続けることは困難。

何か一つものを意識すると(図と言う)、その他のものは背景(地と言う)と  
感じる性質があります。

#### 2. ネッカーの立体図形

立体視の成立に二通り以上の可能性のある奥行反転図形。

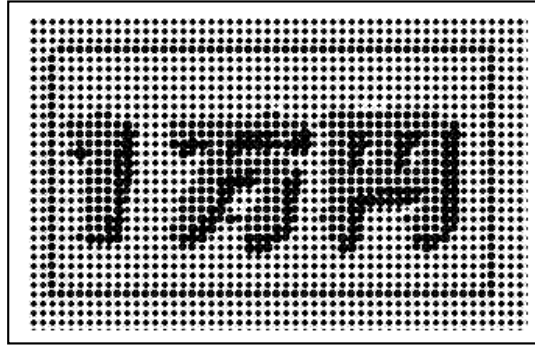
#### 3. 妻と義母

一つの図形が意味的に馴染み深い二つ以上の対象を見出すことができる  
意味反転図形。

気づかなければ初めに知覚したものだけが見え続けることもある。



## 参考1. ゲシュタルト心理学



1つ1つの点には何の意味もない。

この点が、この絵のように集まって初めて、「1万円」という文字が浮かび上がる。この絵では、点がいくつあるかが重要ではなく、点の集まり具合が重要なのである。

一つ一つの点には意味はないが、たくさんの点が集まった、その全体の形には意味があるのです。

知覚の性質の研究から、記憶、思考の研究へと、人の心を探っていこうというのがゲシュタルト心理学です。

## 参考2. 心理アセスメント

### 心理アセスメント

クライアントの問題に対して、心理的な側面を多様な方法で査定していくものである。方法には、1.面接法・2.観察法・3.心理テストがある。

#### 1. 面接法

クライアントや同行者と面接者が対面し、相互コミュニケーションを通して、情報を収集し理解し合う方法。  
表情・表現に対してタイムリーに把握し、必要に応じて応答ができる。

種類として、「構造化面接」「半構造化面接」「非構造化面接」となる。

##### 構造化面接

事前に質問が準備されており、目的とするデータを系統的に収集する

##### 半構造化面接

予め質問データは準備するが、面接の流れにより、質問を変更したり追加したりしながら、目的とするデータを収集する

##### 非構造化面接

質問事項は事前には準備せず、自由な会話の流れから、面接の目的となる情報を収集していく

#### ◆コミュニケーションの3要素

- 1.バーバル・コミュニケーション（話しの内容、言葉）
- 2.ノンバーバル・コミュニケーション（話し方、(声の大きさ・抑揚など)
- 3.ノンバーバル・コミュニケーション ボディランゲージ(視線・仕草・態度など)

(参考)

メラビアンの研究

受け止め方 言語情報 7% 聴覚情報 38% 視覚情報 55%

#### ※面接における留意点

積極的に聴く・ラポール形成・プライバシーの保護

## 参考2. 心理アセスメント

### 2. 観察法

クライアントの行動を注意深く観察し、記録、測定、分析して規則性や特徴を調べていく方法である。

#### ◆観察の分類

##### 自然観察法

状況に対して何ら操作を加えず、自然に生起する行動をありのままに把握しようとする現象をなるべくそのままの形ですくい取る。

##### ・偶発的観察法

あらかじめ明確な目標を設定せずに偶発的に生じる種々の行動を観察することで徐々に対象を明らかにする。

##### ・組織的観察法

あらかじめ目標を定めた上で、見る状況や場面を選び取り対象を明らかにする。

##### 実験的観察法

ある特定の行動が生起しやすい状況を観察者があらかじめ設定する短い時間のうちにターゲット行動の特質を捉えることができる。

##### 参与観察法

観察者が現象の中に入り込む。文化人類学的な調査など。

#### ◆観察法の種類

##### 日誌法

観察対象にはりついて、印象的な行動のエピソードを日誌などに記述。

##### 事象見本法

特定の種類の出来事に着目し、現象を選択する。

出来事をひとつの単位としているので出来事全体を捉えることができる。

焦点を当てる出来事が生起するまで待つ必要がある分、非効率的。

##### 時間見本法

時間単位での切り分け、そこで生じている現象を観察。

日常の行動にある法則性を観察するのに適する。

もともと生起頻度の低い行動を把握しにくい。

##### 場面見本法

研究対象とする出来事や行動が反復して生起しやすい代表的な場面を選択して観察する。

#### ※観察法の留意点

観察を受ける対象者が、観察者の対象を意識すると行動に変化が現れるため観察者は注意をはらう必要がある。

## 参考2. 心理アセスメント

### 3. 心理検査

心理検査は、個人の精神、メンタルな部分を測定する精神検査や、性格や態度、いわゆるパーソナリティを測定する人格検査(性格検査)。図形や数字、言語、絵などを利用する知能検査なども含まれる。行動標本について標準化された測定基準を用いて、面接や行動の観察では把握しにくい人間心理のいくつかの側面について、比較的短時間で情報を得る方法。

心理検査には「性格検査」「能力検査」があり「性格検査」には「質問紙法」「作業検査法」「投影法」がある。

#### テストバッテリー

複数のテストを組み合わせることをいう。

個々のテストでは、それぞれに限定された測定目的をもち、単一テストでは個人特性の一面しかとらえられない。そこで、目的に応じて複数のテストを組み合わせて実施し、より広い角度から個人を理解しようとする。

#### 検査の順序

- ・不安や緊張を生じないようなテストを先に行う
- ・刺激が明確に構成されたテストを先に行う
- ・客観テストを投影テストの先に行う
- ・動作的なテストを言語的なテストの先に行う

#### ◆心理テストの留意点

十分な知識を有していること

検査の意味・分析方法・結果測定・解釈の仕方・捉え方

検査前にクライアントの了解を得ること

検査目的を説明し了解を得る

クライアントとの信頼関係が構築できた後にすることが望ましい

検査結果でレッテルを貼らない

あくまでも検査結果はクライアントを理解するものにすぎない

結果をクライアントにつげるときはクライアントの感情に配慮する

クライアントが前向きになるような伝え方をしていく

一方的な伝えになるのではなくクライアントの感情を確認しつつ伝える

#### ◆心理検査の限界

- ・あくまでも補助的な道具である
- ・テストによっては信頼性が乏しい
- ・投影法は査定が難しい
- ・クライアントの気分に左右される
- ・年齢や能力によって実施できないものがある

## 参考2. 心理アセスメント

### 性格検査の種類

#### 性格検査の方法と特徴

投影法	漠然とした形や言語を見せたときの被験者の反応、解釈を分析し、行動、性格の無意識な部分を把握する方法。 被験者が意識的に回答を歪曲することがない。解釈に診断者の主観が入ってしまう。熟練と経験が必要。
質問紙法	アンケート調査など質問形式で自己評価を求める方法。調査に基づいて統計分析などを行う。 統計学的に信頼性を実証でき、客観的にデータを把握できる。被験者が故意に、または、無意識に回答を歪めることができる。統計処理に時間がかかる。
作業検査法	一定の作業(計算や動作、器具の操作など)を被験者に与え、作業量や経過を測定し、行動、性格を診断する。 被験者が意識的に回答を歪めることがない。結果の処理が単純で客観的にできる。ライフスタイルなど、人間の細かい部分を把握できない。

#### ■ 投影法

##### ロールシャハテスト (H.ロールシャハ)

無作為に作られたインクのシミが何に見えるかで、被験者のものの見方、意味づけや外界とのかかわり方を調べる検査。見せる図版は10枚で、5枚は無彩色、5枚は彩色。何に見えるか以外に、シミのどこに(反応領域)、どのようなものが(反応内容)、どういう理由(反応決定因)で見えるかも調査し、これらの結果をもとに反応構造と反応過程の分析が行われる。

所要時間30～40分程度

##### TAT(主題統覚検査) (H.A.マレー、C.D.モーガン)

刺激図版と呼ばれる20枚程度の絵から、自由に物語を作らせ、その物語の主人公の感じる欲求や圧力、行動のレベル、問題解決の方法、物語の結末が明るいか暗いかなどを分析し、人格の各側面解明する検査。ファンタジー分析のすぐれた技法ともいわれ、犯罪学や文化人類学などの方面で各国で広く活用されている。分析・解釈をするためには専門家が必要となるが、日本では専門家の数が少なく、知名度は比較的低い。

## 参考2. 心理アセスメント

### ■ 質問紙法

#### Y-G性格検査(矢田部・ギルフォード性格検査)

D(抑うつ性)、C(回帰性傾向)、1(劣等感)、N(神経質)、0(客観性欠如)、Co(協調性欠如)、Ag(愛想が悪い)、G(一般的活動性)、R(のんきさ)、T(思考的外交)、A(支配性)、S(社会的外交)の12の尺度ごとに10の質問がされ、「はい」「わからない」「いいえ」の三者択一で答える。結果として①平均型、②不安定積極型、③安定消極型、④安定積極型、⑤不安定消極型の5つの性格類型を導きだす。

#### ミネソタ多面人格目録

ヒステリー、うつ、統合失調の傾向を測定する。550問からなる。15才以上。

#### 東大式エゴグラム

交流分析における各自我状態のエネルギーの割り振りを視覚的につかみ、対人関係におけるあり方を明らかにする。質問総数は60問。15才以上。他に、MPI(モーズレイ性格検査)、16PF、EPPS性格検査、PILテスト等がある。

### ■ 作業検査法

#### 内田・クレペリン精神検査(内田勇三郎(ドイツ:E.クレペリン))

意識的な部分よりも前意識的な精神機能の基底を診断する検査。人の行動特性や性格特性を客観的に判定、職種に適した人材を見つけだす検査に使われる。1桁の数字の連続加算作業を、1行1分で前半後半15分ずつ行い、各行の到達量、平均作業字の連続加算作業を、1行1分で前半後半15分ずつ行い、各行の到達量、平均作業量、加算の誤り、飛び越しの有無などにより性格特性を診断する。実施者による立ち会いが必要。

## 参考2. 心理アセスメント

### 能力検査の種類

#### ◆個別式知能検査

##### 全訂版田中ビネー知能検査

知能状態、発達水準を明らかにする

2才～成人

##### ウェクスラー式知能検査

知能を精密に診断し、知能構造を明らかにする。全体知能水準に加え、言語性、動作性と

いう個人内差で知能構造を明らかにする。

(WPPSI 幼児用 WISC 児童用 WISC 成人用)

##### (その他の個別知能検査)

- ・ITPA言語学習能力診断検査
- ・K-ABC心理・教育アセスメントバッテリー
- ・CMMSコロンビア知的能力検査
- ・教育的ピクチャ・ブロック知能検査
- ・グッドイナフ人物画知能検査

#### ◆集団式知能検査

##### 京大NX知能検査

全体的な知能水準を知るとともに、プロフィールによって知能の内部構造を明らかにする。

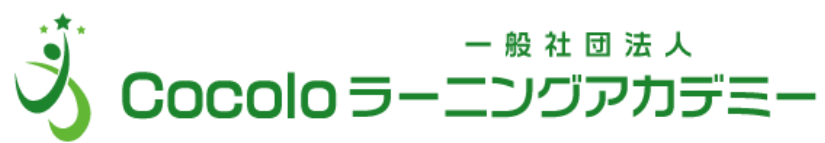
5才～成人

ほかに、田中A2式知能検査、新制田中B式知能検査がある

## 参考図書

自我同一性 誠信書房  
アイデンティティの心理学 講談社  
はじめて学ぶ人のための臨床心理学 中央法規  
心理テスト法入門 日本文化科学社  
心理学辞典 有斐閣  
カウンセリングの理論 誠信書房  
カウンセリングテキスト ほんの森出版  
徹底図解 うつ病 法研  
心でおきる身体の病 講談社  
自分が変わる交流分析 学事出版  
人生ドラマの自己分析 創元社  
対人スキルズ・トレーニング ナカニシヤ出版  
TA TODAY 実務教育出版  
自己実現への再決断 星和書店  
学校グループワークトレーニング  
パーソナリティ発達論 金子書房  
人間関係論入門 金子書房  
カウンセリングの技法 誠信書房  
カウンセリングのための六章 誠信書房  
認知行動療法実践ガイド 星和書店  
うつ病の認知療法 岩崎学術出版社





一般社団法人

Cocoloラーニングアカデミー