

# 学校カウンセリングにおける自律性

藤原善美

## 1. 学校カウンセリングの研究における自己決定理論の応用

学校カウンセリングが対象とする子どもの抱える問題は増加していると言われて久しいが、教育現場での相談体制は十分とは言えず、教員の心理的支援の知識・実践の不足や、学校カウンセラー、医療機関等との連携の構築の不備で、教育相談という枠組みがうまく機能しているとは言えない現状がある。特に、カウンセリングを行う際の心情・態度であるカウンセリングマインドをもった対応によって、個々の子どもの心理を十分理解し、子どもの気持ちになって支援することが求められており、これは学校カウンセラーだけでなく、すべての教師に求められるものである。カウンセリングマインドをもつことによって、わかりやすい授業、適切な生徒指導に繋がる。その際に、悩みや問題に対して解決案を出したり、その問題自体を取り除いたりすることは難しいだろう。教員やカウンセラーと児童・生徒との間に望ましい人間関係を構築することにより、児童・生徒が自らの力を十分発揮し、自らの力で問題を解決していけるようにすることが求められており、こういったカウンセリングの前提になっているのが来談者中心療法である。

これは、学校カウンセリングにおいて、児童・生徒の自律性を促進することが重要であることを示す。自律性についての有用な理論として、自己決定理論が挙げられるだろう。Deci & Ryan (1985 a) によって提唱された自己決定理論 (Self-Determination theory: SDT: 以下SDTと表記) は、個人の行動が自己決定されている程度に焦点をあてた動機づけ理論のひとつである。

SDTの特徴的な見解は、従来のように動機づけを「内発的動機づけ (intrinsic motivation)」対「外発的動機づけ (extrinsic motivation)」と二分法的に区分するのではなく、両者を自己決定の程度によって連続体として捉えたことである。

「無力状態 (amotivation)」は、外発的動機づけ、内発的動機づけとはまったく別の状態である。目的意識がなく、報酬の期待もないので行動はまったく自己決定されていない段階である。「外的調整 (external regulation)」は、他者や外的要因によって決定している段階で、いわゆる外発的動機づけのことを指す。「取り入的調整 (introjected regulation)」は、完全に外的に調整されるのでなく、行動をある程度自己調整できるようになる段階である。「同一化的調整 (identified regulation)」は、自分にとって価値があると認めたことのために行動することで、「取り入的調整」より一層自己決定が肯定的に進んでいる。社会的地位の獲得や経済的安定などの手段であれ、自分にとって大切なことであるという自覚が個人内に成立すれば、その行動からたいして喜びや楽しみを得られずとも他者に指図されずに自分から実現のための努力を開始する。「統合的調整 (integrated regulation)」は、行動を起こす自己の内的な理由である自己調整と、自分についての比較的永続した考えである自己概念との間に矛盾がなく一致している状態である。選択された

行動と選択されなかった行動の間の調和の程度が統合の程度といえる。「内発的動機づけ (intrinsic motivation)」は、「楽しいから」などの理由でライフコースを展望する場合は、その行動自体が目的である。SDTにおいて、自己決定したいという欲求が人間には存在し、その機会が失われると動機づけや達成が低下し、非常に不健康な状態に陥る可能性が高いとされている (Ryan & Deci, 2007)。内発的動機づけによってライフコースを展望することは結果的に達成や精神的な安寧に結びつくと考えられ、内発的動機づけは重視されるべきものである。

このような自己決定を基準とした順位を想定する階層的なものとしての動機づけの捉え方は、SDTの下位理論のひとつである有機的統合理論 (Organismic integration theory; OIT, Deci & Ryan, 1985a; Ryan & Connell, 1989) で説明されている。

SDTは内発的動機づけに影響を及ぼす要因の研究から生じた理論である。Deci (1975) は自己決定の欲求 (need for self-determination) と有能さの欲求 (need for competence) を仮定し、外的要因による自己決定の認知や有能さの認知の変化が、内発的動機づけの高低にどのように影響するのかについて説明した。このような内発的動機づけに対する外的要因の影響に関する見解は、SDTの下位理論のひとつである認知的評価理論 (Cognitive evaluation theory; CET, Deci, 1975; Deci & Ryan, 1980) において説明されている。SDTには、以下のような5つの下位理論が存在する。これらの下位理論に、SDTの主要な仮説を見出すことができる。

- ・ 認知的評価理論 (Cognitive Evaluation Theory; CET, Deci, 1975; Deci & Ryan, 1980)
- ・ 有機的統合理論 (Organismic Integration Theory; OIT, Deci & Ryan, 1985a; Ryan & Connell, 1989)
- ・ 因果律志向性理論 (Causality Orientations Theory; COT, Deci & Ryan, 1985b)
- ・ 基本的心理欲求理論 (Basic Psychological Needs Theory; BPNT, Ryan & Deci, 2000)
- ・ 目標内容理論 (Goal Contents Theory; GCT, Kasser & Ryan, 1993)

## 2. 学校カウンセリングが促進する自律性と社会的価値の両立

SDTの下位理論の1つであるOITにおいて、内発的動機づけが最も自己決定の程度が高い状態であるとされる。したがって、データを解釈する際に「内発的動機づけは (外発的動機づけよりも) 価値が高いものである」というバイアスが影響する可能性が想定される。

しかし、このような内発的動機づけに価値をおくSDTを基盤とした研究への批判として、「個人の内的充足に拘泥しているのみで、社会的価値への寄与を軽視していないか」という視点が挙げられるだろう。

学校カウンセリングにおいて、目指す心理的状态が社会にとって有益なのかどうかという価値的な問題を避けて通ることは難しいだろう。

個人の内的充足と社会貢献の両立は可能だろうか。内発的動機づけの段階にある人は仕事をどのように捉えるか考えてみると、内発的に動機づけられている人は「私は仕事をするのが楽しい。」と認知するだろうが、問題はその際に社会的価値とのすりあわせをする心理的過程があるかという点である。言い換えると山にこもって一生懸命何かの課題に専念

しているが、自分以外の他者にとって有用であることを目指さずに自分の内に閉じこもるような場合も、最高の自律性の段階と言っているのかという問いである。

当初Deci & Ryan (1991)において、自律性の欲求と有能さの欲求を生得的欲求であるとしたが、内発的な社会的欲求 (intrinsic social needs) が考慮されていないことが問題視された。したがって関係性の欲求も生得的欲求のひとつであるとされた。関係性は愛着 (attachment) に基づいた概念であり、親や教師との対人的関与を意味する。人とのつながりやコミュニケーションについての、肯定的で、安定した感覚である。有機的統合理論では内発的動機づけが最も自律的な状態であるとするが、社会的価値が欠如しているのではないかという批判から生じた概念である。関係性の欲求は、情緒的安心 (emotional security) と親密欲求 (emotional security) の2側面がある (Connell & Wellborn, 1991)。情緒的安心は社会とつながりをもっているという安心への欲求であり、親密欲求は愛情や尊敬への欲求である (Connell, 1990)。すなわち関係性の欲求は、「他者と親密なつながりをもりたい」という親密欲求だけではなく、「他者と親密なつながりをもっているという安心感をもりたい」という安心感への欲求も含むということである。

このように、SDTにおける社会的価値の欠如という批判から生得的欲求として想定されるにいたった関係性の欲求だが、実際に社会的価値を内在化する過程で関係性はどのような役割を果たすだろうか。

Ryan & Connell (1989) の認知された因果律の所在と内在化の研究では、向社会的行動 (prosocial behavior) の3つの理由 (外的・取り入的・同一化的) と、共感性 (Empathy) ・道徳判断 (moral judgment) ・肯定的な個人間の関係性 (positive interpersonal relatedness) の関連について検討している。

この研究では3つの仮定が提起された。第一に、向社会的行動の理由が自律的であればあるほど共感性 (empathy) が高いと仮定して、共感性テスト (Index of Empathy, Bryant, 1982) を用いて相関分析を実施した。

第二に、理由がより自律的である向社会的行動は道徳的推論 (moral reasoning) の成熟した発達に関連していると仮定した。道徳的推論を測定するために用いた葛藤価値定義づけテスト (Defining Issues Test: DIT, Rest, 1979) は、Kohlbergの道徳判断の発達理論に基づいて道徳的推論の判断を自己報告するものである。Piaget (1932) の他律から自律へという道徳性の認知発達の立場に基づいて、Kohlberg (1971) は道徳性の発達段階として3水準6段階を示した。DITにおけるPインデックスは道徳性の発達段階の5、6段階を指し、「原理に基づいた」道徳的配慮 (“principled” moral considerations) を示す。Aインデックスは反体制的な態度 (antiestablishment attitudes) を示す。

第三に、特に両親のような重要な他者 (significant others) との肯定的な関係性は、向社会的行動の同一化的理由と関係があると仮定した。重要な大人との関係性が、どのように向社会的価値 (prosocial values) の内在化と関係するかに関心をむけたのである。社会的に適切な規範 (socially relevant prescriptions) を同一化していく要因は、重要な他者との感情のつながり (affective tie) であると想定した。

そこで他者との関係性テスト (Self-Reported Relatedness to Others, Wellborn & Connell, 1987) を用いて相関分析を実施した結果、共感性は同一化的理由や取り入的理由と

の間に相関がみられた。また、道徳的推論における普遍的倫理志向は同一化的理由とだけ相関があった。そして、道徳的推論における反体制的志向は取り入れの理由と弱い負の相関がみられ、同一化的理由とも有意な負の相関が示された。最後に、父や母、教師との関係性は同一化的理由とのみ相関がみられた。

このような結果から、社会的価値を内在化する過程で関係性は、外的理由や取り入れ的理由ではなく、特に同一化的理由と関連があることが示された。そして重要な他者との肯定的な関係性があるほど向社会的価値の内在化がすすむことが明らかになった。社会的行動がより自律的に実施されるためには親や教師との心理的つながりが大きな影響を及ぼした。

以上のようなことから、人は尊敬や好意を抱いている重要な他者が伝達する価値観は取り込みやすいと想定される。また、社会的活動に従事することが関係性の欲求の充足にもつながる。

Reis, Sheldon, Gable, Roscoe & Ryan (2000) は、社会的活動の主な7タイプとして、(1) 何か重要なことを話し合う、(2) 具体的課題に参加する、(3) 非公式な時間を友人とつるむ、(4) 理解され感謝されると感じる、(5) 快く楽しいことをする、(6) 議論と闘争を避ける、(7) 自意識や不安感を避ける、を挙げた。

そして、社会的活動が日々の関係性 (daily relatedness) の満足にどのように影響するかについて検討するために回帰分析を実施した。日々の関係性とは、時間をさいている社会的相互作用を3つ挙げさせて、人々とのつながりを1から7の得点で評価するというものである。その結果、重要なことを話し合う、理解され感謝されていると感じている者は、関係性の満足に大きな影響を及ぼしていた。仲間とつるむ、快く楽しいことをする者もまた関係性の満足に有意な正の影響がみられた。自意識や不安感を感じるのを避ける者は、関係性の満足に負の影響がみられた。このようなことから、肯定的な社会的活動に従事することによって、関係性が満たされることが示唆された。

### 3. 自律性を伴った関係性

重要な他者が伝達する向社会的価値は取り込みやすいが、ただ単に周囲の人が気に入るように向社会的行動をするというのではなく、向社会的価値を自律的に取り入れていることが大事である。すなわち自律性を伴った関係性が重視される必要がある。

このような観点から、関係性をもつ際に留意すべき点として、Ryan (1993) は真正の関係性 (authentic relatedness) という概念を提案した。関係性が真正かどうかについては、他者と関係性をもつ理由によって判定される。そして、他者と関係性をもつ理由は、認知された因果律によって記述できる。

例えば児童・生徒が教員と、成績評価などのなんらかの利得がもたらされるから関係性をもつ場合があるかもしれない。このような場合、因果律の所在は外部の報酬にあり、関係性は外的に動機づけられている。また、親や親戚とも、関係性を断つことによる罪の意識を感じないために関係性をもつ場合があるだろう。このような場合もまた外的な因果律の所在を示す。

このように、自律性が欠如した関係性は真正ではない。私たちの日常には真正ではない

関係性があり、弱点、拒絶、欲求不満から中核自己 (core self) を守るために偽の自己 (false self, Winnicott, 1965) を通して関係しようとすることがある。一方で、真正な関係性とは、他者とのつながりによる内発的満足のような真正の目的のための関係であり、内的に認知された因果律をもつ状態である。真正な関係性は、自己に自由があり開放されている人間の交流である。人間は人生を通してこのような関係性を必要とするだろう。

したがって、向社会的行動においても、向社会的価値を内在化させており、何らかの報酬が随伴していない状態が重要である。何らかの手段として向社会的行動を行ったとしても、それは自律性の欠如した関係性に過ぎないであろう。

このように、自律性を伴った関係性は依存関係に陥っている状態とは区別されるものである。したがって、教員やカウンセラーが時間をかけて児童・生徒を理解したり承認したりすることは重要だが、自分の期待通りに相手を行動させようとして相手の自律性を奪う状態にすることは避ける必要がある。また、児童・生徒の単なる承認欲求の充足だけで自律性の育成をしていないと、真正の関係性とはいえなくなる。これは先述したように、Rogers (1951) の来談者中心療法における、治療者は、クライアントの個人の内面を理解し、成長したい方向を探る援助者となることによって、クライアント自身が問題解決する過程を促すという考え方にも通じるだろう。

それでは、社会的文脈における自律性支援と関与（関係性支援）はどのような関係にあるのだろうか。これらの支援は一見両立が困難に見えるが、価値の内在化においては双方が必要な社会的文脈である。

Grolnick, Ryan, & Deci (1991) は、小学生を対象にした研究で、子どもに認知された両親の養育態度における自律性支援と関与（関係性支援）が、子どもの内的リソースにおける自律性の感覚、有能さの感覚、統制理解 (control understanding) に影響することを示した。ここでの「統制理解」とは、人生における結果を誰があるいは何が統制するかについての子どもの理解のことである（本研究における項目の例としては、「学校で良い成績をとった時にその理由がわからない」等が挙げられる）。

この研究では、子どもの内的リソースが両親の養育態度と学問的達成の間を仲介するという仲介モデルが分析された。すなわち、両親の養育態度が子どもの内的リソースに影響し、内的リソースは学校での達成の差異につながるという仮定について検証された。相関分析を実施したところ、認知された母親の自律性支援と関与は、子どもの自律性の感覚と有能さの感覚と統制理解に正の相関が示され、父親の自律性支援と関与は、子どもの自律性の感覚と有能さの感覚に相関があった。自律性支援の方が関与よりも、子どもの内的リソースとの相関が若干大きかった。さらに、3つの内的リソースと学業成績結果の間に相関がみられた。そして、子どもに認知された親の養育態度と成績結果の相関については、母親の自律性支援が達成テスト得点および有能さの教師評価との間で弱い相関がみられるにとどまった。

また、最尤推定法による構造方程式モデリング（共分散構造分析）を実施したところ、仲介モデルが支持された (Figure 1)。統制理解は、母親と父親の関与、母親の自律性支援に影響されていた。有能さの感覚、自律性の感覚ともに、父親の関与、父親と母親の自律性支援に影響されていた。そして、内的リソースの全てが、学問的達成に影響を及ぼして

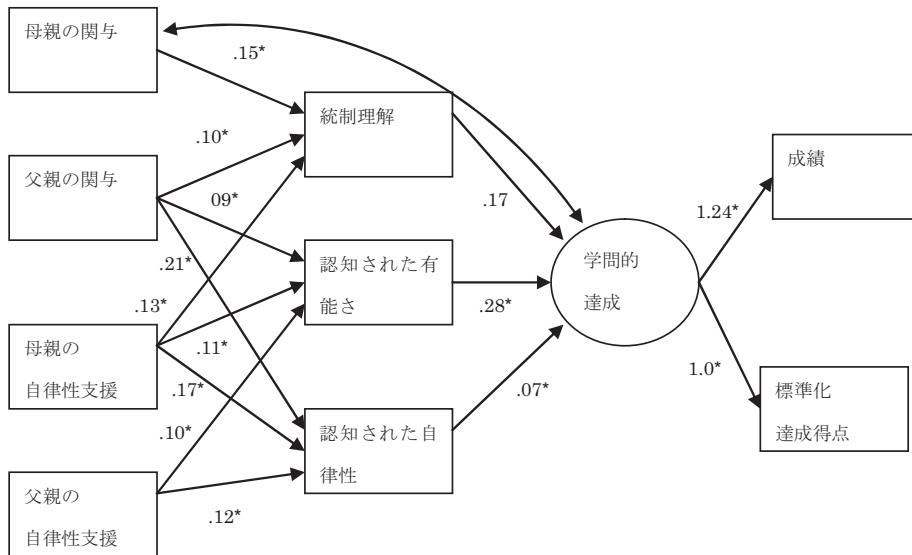


Figure 1 推定された構造モデルのパス図 (Grolnick, Ryan, &amp; Deci, 1991)

Note. \* :  $t > 1.96$ ,  $p < .05$

いた。

このような研究によって、自律性支援と関係性支援（関与）が社会的価値の内在化を深め、それがさらに実際の達成につながるというプロセスが示唆された。これは、BPNTに基づいた動機づけモデルに相当する。すなわち、社会的文脈が基本的心理欲求を満たし、実際の従事や対処につながり、さらに多面的発達が促されるというモデルが実証された。

したがって教員や親、アドバイザー等がライフコース展望についての自律性支援と関係性支援を実施することによって、児童・生徒に社会的価値を内在化させ、同時に関係性を満たし、そしてそれがさらに実際の社会的行動の達成につながると想定される。

このように、内発的動機づけを最も高い次元と位置づける自律性と、社会的価値は矛盾するものではなく、むしろ両者が存在することによってさらに適応的な行動を導くことができる。

重要な他者によって自律性と関係性が尊重されているような社会的文脈にいる人は、重要な他者の提示する社会的価値を喜んで内在化し、自らの至福に忠実な展望をすることが可能になり、それが現実の達成を高める。その際に重要な他者は承認等の報酬によって相手を依存させることなく、自律性を伴った関係性を保つことに留意することが重要だ。そのことがさらに社会的価値の内在化を深め、自律性と社会性は自然に一致していこう。このようにSDTの知見は学校カウンセリングにおいて、児童・生徒の単なる興味・関心や個人的利益のみを追求するのではなく、社会性と伴った自律性を促進する支援について提案することができるだろう。

## 参考文献

- Bryant, B. K. 1982 An index of empathy for children and adolescents. *Child Development*, 53, 413-425.
- Connell, J. P. 1990 Context, self, and action: A motivational analysis of self-system processes across the life span. In D. Cicchetti & M. Beeghly (Eds.) *The self in transition: Infancy to childhood*. Chicago: University of Chicago Press. 61-97.
- Connell, J. P. & Wellborn, J. G. 1991 competence, autonomy, and relatedness: A motivational analysis of self-system processes. *The Minnesota Symposia on Child Development*, 23, 43-77.
- Deci, E. L. 1975 *Intrinsic motivation*. New York: Plenum Press. (安藤延男・石田梅男訳 1980 内発的動機づけ：実験社会心理学的アプローチ 誠信書房).
- Deci, E. L. 1980 *The psychology of self-determination*. D.C.Heath & Company. (石田梅男訳 1985 自己決定の心理学—内発的動機づけの鍵概念をめぐって 誠信書房).
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. 1985a *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York:Plenum.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. 1985b The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of research in Personality*, 19, 109-134.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. 1991 A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier(Ed.) *Nebraska symposium on motivation: Perspectives on motivation*, 38, 237-288. Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Grolnick, W. S., Ryan, R. M., Deci, E. L. 1991 The inner resources for school achievement: Motivational mediators of children's perceptions of their parents. *Journal of Educational Psychology*, 43, 493-508.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. 1993 A dark side of the american dream: Correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 410-422.
- Kohlberg, L. 1971 From Is to Ought : How to commit the naturalistic fallacy and get away with it in the study of moral development, Mischel, T. (ed.), *Cognitive Development and Epistemology*. (永野重史編 1985 道徳性の発達と教育—コールバーグ理論の展開 新曜社)
- Piaget, J. 1932 *Le jugement morale chez l'enfant*. Paris: F. Alcan. (Gabain, M. (English Translation). 1968 *The moral judgment of the child*. London: Routledge & Kegan Paul.) (大伴茂訳 1957 ピアジェ臨床児童心理学3 児童の道徳判断の発達 同文書院).
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. 2000 Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 419-435.
- Rest, J. R. 1979 *Revised manual for the Defining Issues Test*. Minneapolis: Minnesota Moral Research Projects.
- Rogers, C. R. 1951 *Client-centered Therapy*. (友田不二男・伊藤博・堀淑昭・佐治守夫・畠瀬稔・村山正治編 1966-1968 ロージャズ全集 3 5, 7, 8, 16巻)
- Ryan, R. M. 1993 Agency and organization: Intrinsic motivation, autonomy and the self in psychological development. In J. Jacobs (Ed.) *Nebraska symposium on motivation: Developmental perspectives on motivation*, Vol.40, pp1-56. Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Ryan, R. M. & Connell, J. P. 1989 Perceived locus of causality and internalization : Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 749-761.kmmju
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. 2000 Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryan, M. & Deci, E. L. 2007 Active human nature: Self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise, and health. In M. S. Hagger & N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport*, 1-19. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Wellborn, J. G., & Connell, J. P. 1987 *A manual for the Rochester Assessment Package for*

- Schools*. Unpublished manuscript, University of Rochester.
- Winnicott, D. W. 1965 *Maturational Processes and the Facilitating Environment*. London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis; Madison. (牛島定信訳 1977 情緒発達の精神分析理論 岩崎学術出版社)

## Autonomy in school counseling

Yoshimi Fujiwara

This study aims at the applicability to the autonomy support in school counseling to students. There are various problems at field of education, so the counseling which promotes the autonomy is needed. Self-determination theory; SDT would offer useful knowledge to the counseling which promotes the autonomy. Relatedness is a concept based on attachment. Relatedness is a sense which is affirmative and becomes stable about the connection with the person. OIT assume that intrinsic motivation is in the self-controlled most state, but the concept has formed from the criticism which may be lacking in the social value. It's important to note that relatedness with autonomy is kept. The internalization of the social value would be parallel with autonomy naturally. Thus it would be possible to propose knowledge of SDT about the support which promotes autonomy with the sociality of children and students in school counseling.