

臨床心理学専攻大学院生における自己理解の深まりに関する研究

竜崎 春佳¹ 阿部 宏徳²

本研究では臨床心理士を育成する指定校大学院の学生を対象に自己理解の深まりを量的に検討することを目的とし、調査を行った。関東圏内の臨床心理学専攻の修士1年生19名、修士2年生18名、理系専攻の修士1年生19名を対象に①文章完成法テスト、②ネガティブな反すう尺度、③自己意識・自己理解尺度、④自己内省に関する自由記述、⑤自己理解尺度で構成された質問紙調査を行った。臨床心理学専攻の修士1年生に質問紙調査を行い、自己理解の深まりについて対応のある分散分析を行った結果、有意差はみられなかったが、自己理解得点においてそれぞれ効果量が認められ、増加傾向もみられた。臨床心理学専攻の修士1, 2年生、理系専攻の修士1年生の3者間で一元配置の分散分析と多重比較を行った結果、臨床心理学専攻の修士2年生と理系専攻の間で有意差がみられた。また、対人関係の中で自己内省した経験の有無について臨床心理学専攻と理系専攻で差があるか検討するために、カイ二乗検定を行った結果、1%水準で有意差がみられた。これらの結果から、自己理解が深まる過程に加えて、臨床心理学専攻の大学院生は日常的あるいは対人関係の中で自己理解を深めていることが示唆された。

キーワード：自己理解 内省 自己意識

問 題

臨床心理士育成における現状と課題

この10数年で臨床心理士の認知度が高まり、臨床心理士志願者も増大している。この増大とともに指導教員数より指導される側の数の数が多いことで十分な教育が行き届かない事態が生じている。このことで旧来の個人的な指導が難しくなった現在、臨床心理士の質の維持と向上が一つの課題となっている(青木, 2010)。心理臨床家の教育に関して、神田橋(1997)はかつて、徒弟関係にあった時代には、指導者が「芸を盗め」と言って実務に専念することで教育にもなっていたが、精神療法の初心者が増加したことで実務と教育を別にせねばならなくなったと述べている。さらに、現在は数多くの理論書や技術の手引きが溢れているものの、コトバの基底にある「生の事実」、「生の体験」に類似した体験を持っていないこと、それに加えて、意識していることと実際の行動がずれてしまうという問題点が指摘されている。その結果、初心者は「見よう見まね」という実体験を手引きによるコトバで補うという矛盾が生じている。また、臨床心理士に対する社会的要請が高くなるにつれて、臨床心理士の養成・教育課程に対する関心と期待が高まっている。とりわけ、カリキュラムに沿った基礎理論、技法の教育、健全な社会性、専門家としての責任感を養うための臨床実務実習の役割の重要性も指摘されている(伊藤ら, 2001)。臨床心理士の志願者増大に伴い、これまでの

指導では十分な教育が行き届かないため、指導体制を見直すことが求められている。それは、臨床心理士は専門職であるがゆえ、専門家として一定の技量を有していることや、特有の素質を持ち続けることが重要であると考えられるためである。専門家としての技量や素質については、以下のように示されている。

財団法人日本臨床心理士資格認定協会倫理綱領では前文において、臨床心理士は基本的人権を尊重し、専門家としての知識と技能を人々の福祉の増進のために用いるように努めるものである。そのため臨床心理士はつねに自らの専門的な臨床業務が人々の生活に重大な影響を与えるものであるという社会的責任を自覚しておく必要がある。したがって自らの心身を健全に保つように努め、社会人としての道義的責任をもつとともに、以下の綱領を遵守する義務を負うものと定め、臨床心理士の職務として援助・介入技法、査定技法、専門家との関係、研究を掲げている。また、日本臨床心理士会倫理綱領では、臨床心理士の職能的資質として、臨床心理援助技法、心理療法、臨床心理査定、臨床心理地域援助、他専門機関との連携、研究を挙げている。また、臨床心理行為の定義を東山(2002)は「臨床心理士の専門的知識や技能を必要とする、心に関わる行動に対する援助活動の総称である」とし、専門家としての知識やスキルの重要性が示唆されている。

鱈(2004)は心理臨床家の生涯教育として①臨床心理学の知識と技法を継続的に習得すること、②心理臨床以外で、精神的理解者や心身の健康維持活動を保有すること、③心理臨床の問題発生に際してコンサルテーションを積極的に依頼すること、④スーパーヴィジョン等教育的場を自己に課し、自己の理論や経験を

1 埼玉県越谷児童相談所

2 東京成徳大学

Table1 調査対象者と調査時期

| | | 入学時(4月) | 中期(6月) | 前期終了時(8月) |
|---------|------|---------|--------|-----------|
| 臨床心理学専攻 | 1年生 | ○ | ○ | ○ |
| | 2年生 | ○ | | |
| | 理系専攻 | | | ○ |

精錬すること、⑤心理臨床に関する講演会等で売名行為をしないことの5つを重要項目とみなしている。

臨床心理士育成における自己理解の必要性

松田ら(2006)の心理臨床家の教育に関する検討では、大学院教育の基本的視座として、臨床心理学は臨床心理学的援助を対人関係において実施し、そのための実践と研究を行い、それぞれを円滑に発展させるものと考えられるとされている。したがって、心理臨床家の人間性が絶えず問われるとともに、専門的知識と技能の生涯研修が不可欠と述べている。さらに、臨床心理学は社会の変化と時代性を考慮して絶えず発展するものであり、様々な学問と近接する学際的科学であるが、人間の「こころ」に関心を持ち、深く追求する「こころの専門家」として、他の職業と異なる独自の教育が職業的自立とともに必要とされると述べている。

柏女(2006)は相談援助活動を行う上での基本姿勢として、以下の9つを挙げている。①クライアントをありのまま受け入れる「受容」、②クライアント固有の問題として取り扱う「個別化」、③クライアントとのラポール形成に努める「相互信頼関係」、④クライアントの自己決定や自立を支える「自己決定・自己支援への援助」、⑤援助者自身の限界を知り、他機関や他の専門家につなぐ「総合的アプローチ」、⑥客観的な事実よりもクライアントの内的世界を重視する「内的世界の尊重」、⑦秘密保持、⑧自分を知る自己知覚、⑨助言、指導を受ける「スーパーヴィジョン」である。この9つのうち⑤、⑧、⑨では自己を理解することの重要性が挙げられている。また、矢吹・柳川(2011)は対人援助職である看護師の視点から、他者である患者を理解するための道具としての自己のこころを観察することは重要であると述べている。

これらの報告から、心理臨床家には臨床業務を遂行するための知識や技能に加えて、こころと向き合う人間性が重要だといえよう。しかし、それらの習得については未だ明確にはなっていない部分が多い。知識や技能に関しては、これまでに多く構築されている理論や技法を専門書や手引き、あるいは学会や勉強会等で学ぶことは可能だといえる。一方、心理臨床家としての人間性の習得も必要とされるものの、どのような方法で、かつ何を以て習得したといえるのかについての曖昧さは否めないのではないだろうか。

その中で、知識や技能以外の専門性について言及しているものがある。河合(1995)はこころの専門家

を目指す以前になすべき課題として、自分なぜ「こころの専門家」になりたいのかとあらためて問い、自分自身の「こころ」の状態を理解する必要があると指摘している。また、北村(2009)はセラピストとクライアントという特有の対人関係にある心理療法では、セラピスト自身のこころが揺さぶられるため、常に自分の心の動きをモニタリングすることの必要性を述べている。そのために、自己を理解し続けることが臨床家として求められているとの考えを示している。さらに、マイケル(2011)はセラピストの熟練した姿に関する研究を行った。シンガポール、カナダ、日本におけるマスターセラピストを調査した結果、共通点の一つに「自分に対する自己理解や気づき」が挙げられた。

以上のことから、心理臨床家として求められる人間性の一側面として自己理解や自分自身に意識を向けることがあると考えられる。

心理臨床家における自己理解に関する先行研究

臨床心理士の教育に関する課題を基に様々な試みがなされている中、教育とその効果に関する研究も行われている。松原(2004)は心理学科実習科目にて病院・施設実習を行った心理学部4年生を対象に、実習を通じた成長要因について考察している。この調査では、①実習から学んだこと、②実習の反省点と感想、③後輩へのアドバイスの内容を、調査から得られたデータとしている。その結果、自分の知識が現場では如何に不足し、通用しないのかを痛感するような「知識的成長要因」、心のケアの奥深さや患者に対する偏見や差別感に対峙して反省するような「社会的成長」、知識以外の感性や視野の広さを感じるような「臨床感性的成長要因」、自分自身と向き合うことや臨床現場で働くことへの自問自答をするような「心理的成長要因」が抽出された。青木(2010)は指定大学院で設置されている心理相談室でのケース担当実習が大学院生に及ぼす影響を13事例をもとに質的検討を行っている。その結果、学生の悩みは4つの時期に分けられた。第一期は心理面接への予期不安が示され、第二期はイメージしていた面接と実際の面接のギャップへの戸惑いが見られ、第三期は面接の意義や自らの資質について深く悩むようになり、第四期では終結、引継ぎから面接者としての責任や自覚について考えを深めていた。このことから、ケース面接は技能ばかりでなく、臨床家としての自覚や責任を学んでいくよい機会だと述べている。これらの先行研究から、実習や心理面接のケー

ス担当の実践で心理臨床家としての人間性が習得されている様子がうかがえる。

森重・浦田 (2008) の研究では心療内科で行われているカウンセリングの事例を基に、心理臨床における援助者の自己理解の過程の振り返りを行っている。彼らは考察において、自己理解は援助者としての課題や役割の明確化をもたらす、心理臨床家の専門性を深められるのではないかと述べている。

杉岡 (2009) は臨床経験10年以上のセラピストによるクライアントの理解のプロセスと面接への姿勢について調査している。その結果、経験豊富なセラピストは自分自身の限界や内的状態を十分に自覚し、自己理解を深めてクライアントの理解につなげていた。そして、自分の感情に応じてクライアントに対応することがクライアントの理解に欠かすことのできないものという見解を示している。

大平・花屋 (2010) の研究では、心理臨床家は臨床経験を積む中で、言語能力や思考内容を言語化することのみ長けていくのではなく、感情を含めた内面を細やかにモニターし、それを言語化することで、より研ぎ澄まされるのではないかと述べており、セルフモニタリングに観点からその重要性を示唆している。

富樫・寺田 (2001) は逆転移の観点から「セラピスト自身が自分を理解している以上にクライアントを理解することはできない」とし、治療の中で感じる主観的体験をセラピストが認知、考慮することでセラピスト自身の理解が深まること、クライアントに関する深い理解、治療過程の発展をもたらすことを述べている。心理臨床家と同じ対人援助職である看護師の内省傾向と患者との関わりに関する研究が行われている(菊池, 2007)。患者との関わりに関する尺度と自己内省尺度を用いて調査した結果、内省する程度が高い看護師ほど、患者との関わりを受け入れやすく、精神的健康度が高く、内省することが患者との関わりへの理解を促し、精神的健康を促進させるということが明らかになった。この結果から、患者との関わりが避けられない職業において、その精神的負担は少なくないが、内省することで患者を受け入れやすくなることから、看護師の内省力が必要だと考えを述べている。

森重・浦田 (2008) はスーパーヴィジョンによる自己の振り返りの重要性を示唆しており、スーパーヴィジョンを通じて自己への気づきや発見をし、ひとりよがりにならないために自己理解を深めることが援助者にとって必須条件ともいわれている。

自己理解の研究における課題

これまで心理臨床家における自己理解の重要性やその成長過程に関する研究は行われてきている。しかし、先行研究の多くは文献研究やカリキュラムに関する調査報告である。あるいは、臨床心理学専攻の学生や臨床心理士を対象にした調査結果から自己理解の必

要性を考察で述べているものであり、自己理解の深まりに焦点を当てている研究は少ない。また、事例や自由記述から検討しているため、質的研究によるものがほとんどであるため、深まる経過を示唆する研究はあまり見られない。このことから、自己理解の深まりを量的に測定し検討することが必要だと考えられる。

目 的

臨床心理士の志願者が増大し、これまでの教育では行き届かない状況があるため、指導に関する改善や見直しの必要性が指摘されている。さらに、心理臨床家には専門家としての臨床業務を行えるだけの知識や技法と人間性が要求されている。人間性の特性については社会責任や道徳的責任との表記で、より明確に言及しているものはあまりみられない。一方で、ここを専門とする心理臨床家として、自己に意識を向けて自己理解を深めることの重要性を示す文献がいくつかあること、さらに、教育課程である実習や心理面接を通じて心理臨床家としての自己意識が示されている。そこで本研究では臨床心理士を育成する指定校大学院の学生を対象に自己理解の深まりを検討することを目的とする。しかし、先行研究では質的研究や文献研究が多いことから、本研究では量的研究による自己理解の深まりの検討を行うこととする。

方 法

調査対象者

調査対象者は関東圏にあるT大学大学院の臨床心理学専攻の修士1年生19名、修士2年生18名、および関東圏にある私立大学大学院理系専攻の修士1年生19名であった。理系の大学院生は、教育課程において自己理解を深めることを必ずしも求められないと思われることから本研究の比較対象群とした。

調査時期

2012年4～8月

調査手続き

臨床心理学専攻の1年生には入学時の4月中旬、前期の授業中期の6月下旬、前期の授業終了時8月の下旬の計3回、臨床心理学専攻の2年生には4月中旬、理系の大学院生には前期終了時の8月に質問紙調査を行った(Table 1)。なお、臨床心理学専攻の1年生においては自己理解の深まりを測定するため、入学時の4月中旬の時点プレと位置付けている。

臨床心理学専攻の大学院生には各自、授業終了時に一斉配布し、10～15分実施後に回収した。また、配布前には研究概要、個人情報取り扱いに関する注意事項や倫理的配慮について説明した後、同意書への必要事項の記入を求めた。さらに、1年生は調査を3回実施することから、データを個人別にする必要があった。多くは携帯電話や学籍番号の下2桁を用いるが、本研

究では調査対象者が少ないため、個人を特定できてしまうことが予想されたため、質問紙にあらかじめIDとして4桁の数を記しておいた。1回目の配布の際に、IDと調査対象者名を控えておき、名簿を作成した。なお、その名簿の作成、保管と実施における配布、回収は著者が行くと個人が特定できてしまうため、第三者に依頼し、執り行った。

理系の大学院生には筆者の知人を介して配布し、郵送もしくはメールにて回収した。ここでは研究概要、個人情報取り扱いに関する注意事項や倫理的配慮について記した同意書を添えて記入を求めた。

質問紙の構成

①文章完成法テスト

佐野・横田(1950)の文章完成法テスト(以下SCT)から「運動」「人々」「今までは」「私の気持ち」「家では」「将来」「学校では」「金」の8項目から自由に2項目選択してもらった。主観的な自己報告だけでなく、行動的にも自己に意識が向いているかを測定するためのものでもある。そのために、「私」という表現の無い項目の中に「私の気持ち」という項目を入れ、その中から選択した場合に、自身に意識が向いているとみなし、1点とした。

Watson(1965)の自己愛の関する研究では、自己関与との関係を示す文章完成法が考案され、私は(が)、私を(に)、私のといった一人称が使われていた場合、自己に焦点づけされているものとみなしている。また、ロールシャッハ・テストの解釈において、私は(が)、私を(に)、私のなどの代名詞が何回使われたのかをスコアし、それを自己中心性指標として自己へ意識が向いているとみなしている(Exner, 1978)。

②ネガティブな反すう尺度

伊藤・上里(2001)によるネガティブな反すう尺度(7項目、4件法)を用いた。この尺度ではネガティブな反すうを「その人にとって、否定的・嫌悪的な事柄(ネガティブなこと)を長い間、何度も繰り返し考え続けること」と定義している。またこれまでの反すうを測定する尺度では、作成方法や妥当性、信頼性の検討が行われていないこと、項目の適切さや因子構造の点で問題が挙げられること、反すうの対象がポジティブなことなのか、ネガティブなものなのか区別されていないことなどの問題点が指摘されていたそこで、新たに作成され、信頼性と妥当性が認められている。さらに、彼らはこれまでの研究から、自己に対する注目が持続する傾向は、自己に関する事柄を反すうする傾向といいかえることができるとの考えを述べている。また、齋藤・今野(2006)は完全主義と自己への攻撃性に関する研究で、ネガティブな反すうと自己への身体的攻撃との関係性を示唆している。

③自己意識・自己内省尺度

辻(2004)による自己意識・自己内省尺度では、自

己意識と自己内省を概念的に区別している。さらに、この背景にはBuss(1980)の自己の視点から自己に注目する「私的自己」と、他者の視点から自己を見る「公的自己」の概念がある。これに関して辻(1990)は私的自己を他者視点から、公的自己を自己視点から見ることも少なくないと考え、自己を見る視点の重要性を示唆している。そこで、尺度作成において、能動的な自己内省の視点の公私を区別することを目的としている。

本研究では、自己の体調や気分、行為が受動的に気になりとらわれてしまうような「私的自己意識」の項目と、自己の内面や外見あるいはアイデンティティなどを能動的に観察し、考え、分析して理解を深めようとする「自己内省」の項目を用いた(9項目、5件法)。また、視点の区別に焦点を当てていることに加えて、能動的な自己内省としていることから、この尺度では、自己内省の頻度を測定するのに適していると考えられる。

④自己内省に関する自由記述

自己内省の経験を問うものとして「これまでに自分について深く考えたり、自分自身を振り返るきっかけとなった出来事や経験はありましたか。」という教示で自由記述による回答を求めた。

⑤自己理解尺度

青木(2009)による自己理解尺度から現状の自己についての評価などの「現状の自己理解度」、普段の自分の行動スタイルや日常場面での自分のあり方について吟味するような「自己理解欲求」、自分の感情に気づき、把握しているような「自己の情緒把握度」の各項目を用いた(29項目、7件法)。この尺度では、自己理解を「自己の内面のあり様や感情に目を向け、自らについて捉え、自己を知ること」と定義し、自分に対する理解度を把握するために、自己の内的志向性に焦点を当て、作成された。また、作成するにあたり、何をもってどのような変化を示して自己理解が深まったと言えるのかを客観的に示すことを目的としている。さらに、自己理解の深まりが自己形成や発達を支援することは明らかになっているものの、その研究報告の多くは質的データによるものが少なくない。そこで、自己理解の深さや度合いを測定できるよう作成されたことから、この尺度では自己理解の深まりを測定するのに適していると考えられる。

結 果

各尺度の信頼性

尺度の内的整合性を測るため α 係数を算出したところ、ネガティブな反すう尺度では.88、自己意識・自己内省尺度では.65、自己理解尺度では.86であった。ネガティブな反すう尺度および自己理解尺度の結果は十分高く、信頼性が認められた。自己意識・自己内省

尺度の結果は .65と低いが許容できる範囲だと思われる。

入学半年間における自己理解の深まり

臨床心理学専攻の1年生における、入学後半年における自己理解の深まりを検討するために時間の流れを独立変数、SCT、自己理解・自己内省尺度、自己理解尺度をそれぞれ従属変数として対応のある分散分析を行った (Table 2)。

その結果、いずれの尺度でも5%水準で有意差はみられなかったが、SCT、自己理解得点においてそれぞれ $\eta^2 = .164$, $\eta^2 = .093$ という効果量が認められ、いくらかの増加傾向もみられた。なお、Mauchlyの球面性の検定の結果、5%水準で有意となった変数の分析過程においては、Huynh-Feldtの ϵ による補正が用いられた。

3者間における自己理解の差

臨床心理学専攻の1年生における、前期の授業終了時、1年生よりも多くの経験を持つ臨床心理学専攻の2年生、自己理解を必ずしも求められない理系専攻大学院生の3者間で結果を比較するためにSCT、自己意識・自己内省尺度、自己理解尺度をそれぞれ従属変数として一元配置の分散分析を行った (Table 3)。

その結果、自己意識・自己内省尺度において5%水準で3者間に有意な差がみられた。さらに多重比較を行った結果、臨床心理学専攻の2年生と理系専攻大学院生の間で有意差がみられた ($p = .018$)。

自己内省の経験について

前期の授業終了時の臨床心理学専攻の1、2年生と理系大学院生の自己内省の経験に関する自由記述において、対人関係の中で自分自身について振り返った経験に関する記述が多くみられた。自由記述の内容として、臨床心理学専攻の大学院生では、「相手の言動から自分自身について問い直した」、「先生、先輩、仲間とのかかわりの中で感じるがあった」、「大学院の授業でグループで話し合うこと」、「自分と異なる考えの人との出会いで、自分の考え方について考えた」、「自分をよく知る知人に指摘されたとき」などの回答であった。

このことから、対人関係における自己内省に関する記述の有無を臨床心理学専攻と理系専攻で差があるかを検討するために、カイ二乗検定を行った (Table 4)。その結果、1%水準で有意差がみられた ($\chi^2 = 8.37$, $p = .004$)。

一方、理系専攻の大学院生でも対人関係の中で経験したとの回答もあったが、多くは就職活動での自己分析を通じて自己内省したという回答であった。さらに、「今のところ気にしたことはない」、「それほど考えるようなことはない」、「考えても結局は必要性がないと思ってしまう」というような自己内省を重要としていない回答や、無回答もいくつかみられた。

Table2 3時点での対応のある分散分析

| 回数 | 1回目 | 2回目 | 3回目 | F値 | p | 偏 η^2 |
|-----------|---------------|---------------|---------------|------|-------|------------|
| SCT | 0.13(0.34) | 0.19(0.40) | 0.44(0.51) | 2.94 | .068† | .164 |
| ネガティブな反芻 | 17.00(4.91) | 16.84(5.32) | 17.21(5.43) | 0.12 | .891 | .006 |
| 自己意識・自己内省 | 31.37(4.30) | 30.89(5.28) | 32.26(5.47) | 0.97 | .390 | .051 |
| 自己理解 | 134.26(24.16) | 127.74(39.54) | 136.42(24.29) | 1.85 | .189 | .093 |

† $p < .10$

Table3 3者間での一元配置分散分析

| | M1 | M2 | 理系 | F値 | p |
|-----------|---------------|---------------|---------------|-----------------|-------|
| SCT | 0.41(0.51) | 0.12(0.33) | 0.14(0.36) | $F(2,45)=2.61$ | .084† |
| ネガティブな反芻 | 17.21(5.43) | 17.35(5.00) | 16.79(5.36) | $F(2,52)=0.057$ | .945 |
| 自己意識・自己内省 | 32.26(5.47) | 32.94(3.58) | 28.42(5.68) | $F(2,52)=4.31$ | .018* |
| 自己理解 | 136.42(24.29) | 137.12(14.63) | 129.56(16.80) | $F(2,51)=.846$ | .435 |

† $p < .10$, * $p < .05$

Table4 対人関係における自己内省のクロス表

| | | 臨床心理 | 理系 | 合計 |
|------|----|------|----|----|
| 対人関係 | あり | 18 | 2 | 35 |
| | なし | 18 | 17 | 20 |
| 合計 | | 36 | 19 | 55 |

考 察

自己理解の深まりについて

臨床心理学専攻の1年生の自己理解の深まりを検討した結果、いずれの時点においてもSCT、自己意識・自己内省尺度、自己理解尺度の得点で有意な差がみられなかった。一方で、有意な差こそみられなかったものの、値や効果量をみるといくらかの変化や差があるように見受けられた。これは調査対象者数の少なさが影響している可能性が考えられる。この結果から、今後、調査対象者を増やしたうえで再検討することも重要だといえるのではないだろうか。

一方で、ネガティブな反すう尺度の得点では変化がみられなかったことから、ネガティブな自己内省は増えているわけではないが、自己内省の頻度は増えていることが考えられる。

なお、値の変化について入学時、前期の授業中期、前期授業終了時で自己理解が深まっていくと予測されたが、結果では3回のうち、中期で得点が下がる傾向にあった。これには、中期の時期は入学時に比べて大学院生活にも慣れ始め、授業の課題に追われることやボランティア、学外活動等に取り組み始めたことで、自己内省より外界に意識が向く時期だったことが影響しているのではないだろうか。そして、調査実施2回目の中期と3回目の終了時の間に、授業の一環としてほとんどの1年生が構成的グループエンカウンターに参加していた。構成的グループエンカウンターでは自己・他者理解、自己・他者受容、自己開示を促進するような活動であり、その経験が自己理解の深まりに影響していることが考えられる。加えて、3回目の調査において、自己内省の経験を問う自由記述で、構成的グループエンカウンターでの経験についての回答が複数みられたことから一因といえるのではないだろうか。

よって、状況要因による変動が考えられるため、半年におけるいくらかの変化の原因を本研究だけで問うのは難しく、さらなる調査や検討が必要となると思われる。

自己理解の頻度の差について

臨床心理学専攻大学院の1、2年生、理系専攻の大学院生の3者間での自己理解尺度の得点の差を検討した結果、臨床心理学専攻の2年生と理系専攻の大学院生との間に有意な差が見られた。この結果には、臨床心理学専攻と理系専攻とでは自己理解の重要性の違いが影響していると考えられる。さらに、臨床心理学専攻の1年生と理系専攻の大学院生との間に有意な差こそみられなかったが値でみれば差があることから、臨床心理学専攻と理系専攻とでは自己に対する意識の違いがあると推測される。また、臨床心理学専攻の2年生は1年次の教育課程を終え、学校や病院等での学外臨床実

習を行い始めていたことや、学内実習として心理面接の担当を経験していることが自己理解の深まりに影響していることが考えられる。

また、自己意識・自己内省尺度の得点において有意な差がみられたが、尺度の特性から考えると、自己内省の頻度の差を示しており、臨床心理学専攻の大学院生は理系専攻の大学院生に比べ、自分自身に意識が向きやすい傾向が示唆された。この傾向は、臨床心理学専攻の大学院生が自己内省を求められるような授業を履修していることが影響していることが考えられる。本研究の調査対象者はロールプレイと中心とした模擬カウンセリングを通じてカウンセラー役、クライアント役を体験することや、その体験についてグループディスカッションで検討している。他にも自己理解を深めるような実践的なグループワークにも取り組み、自分自身に意識を向け、内面を見つめていることが推測される。

自己内省の経験について

これまで自己について深く考えることや自分自身を振り返るきっかけについて、自由記述で回答を求めた。その結果、対人関係の中で自分自身について振り返った経験に関する記述において、臨床心理学専攻と理系専攻の間で有意な差がみられた。

さらに、対人関係の中でも大学院におけるものと、日常生活におけるものの2点があった。大学院におけるものでは、授業中で行われる話し合いや発表を通じて経験したことや、大学院の教員や学生同士で意見を交わしている時などが挙げられた。日常生活におけるものでは、家族との死別、恋人や友人との別れ、職場での人間関係、知人との関わりを通じて経験したとの回答が挙げられた。この特徴から、臨床心理学専攻の大学院生は授業で求められて自己に意識を向けることを経験しているという要因だけでなく、日常的に自らの内面に意識を向けて内省を行っていることが考えられる。比較対象群である理系専攻の大学院生も、自らを振り返る経験はしているものの、就職活動での自己分析が必要であったため行ったとの回答が多く、他にも震災、事故などの命に関わる経験で自己を深く考えたとの回答がみられたが、対人関係に関する言及はほとんどみられなかった。臨床心理学と理系専攻では教育課程において、自己理解を深めることを求められるという点で大きな違いがある。しかし、結果をみると大学院の教育課程にのみ要因があるわけではない。そのため、パーソナリティ要因や自己意識の特性を考慮することが必要だと考えられる。また、これまでの報告や先行研究から、自己に意識を向けることや自らを深く考えることは心理臨床家の専門性を高める一つの側面であるといえる。しかし、過剰な自己意識や独りよがりの自己理解など心理臨床家に求められるものと質的に異なっている可能性も考えられる。よって、

心理的健康度や対人態度，セルフモニタリングといった側面も合わせて検討することが重要ではないだろうか。

引用文献

- 青木万里 (2009). 自己理解尺度の作成とその有効性の検討 学生相談研究,30,35-46.
- 青木佐奈枝 (2010). 臨床心理面接ケース担当実習に関する一考察 東京成徳大学臨床心理学研究,10,28-39.
- Buss,A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco:Freeman.
- 東山紘久 (2002). 心理臨床と臨床心理行為 創元社
- 板津裕己 (1994). 自己受容性と対人態度との関わりについて 教育心理学研究,42,86-94.
- 伊藤直文・村瀬嘉代子・塚崎百合子・片岡玲子・奥村茉莉子・佐保紀子・吉野美代 (2001). 心理臨床実習の現状と課題 学外臨床実習に関する現状調査 心理臨床学研究,19,47-59.
- 伊藤拓・上里一郎 (2001). ネガティブな反すう尺度の作成およびうつ状態との関連性の検討 カウンセリング研究,34,31-42.
- John E. E. (1978). *The Rorschach: A Comprehensive System Volume 1: Basic Foundations (Second Edition)* (J・E・エクスマー, 秋谷たつ子・空井健三・小川俊樹 (監訳) (2000). 現代ロールシャッハ・テスト体系 (下) 金剛出版)
- 神田橋條治 (1997). 対話精神療法の初心者への手引き 花クリニック神田橋研究会
- 柏女靈峰 (2006). 子ども家庭福祉・保育のあたらしい世界 生活書院
- 河合隼雄 (1995). こころの専門家を目指す人たちへの期待 臨床心理士入門
- 菊池亜衣子・井上果子・鬼海典子 (2007). 看護者の内省傾向が患者との関わりに及ぼす影響 日本教育心理学会総会発表論文集,49,513.
- 北村晃一 (2009). 自己理解の重要性への自覚 臨床心理士になってみて 現代のエスプリ 498,187-194.
- マイケル・ゴウ (2011). 効果的なセラピーや優れたセラピストに共通する要素とは何か—その答えは人間性心理学に— 人間性心理学研究,28,139-150.
- 松田純・浜渦辰二・田畑治・藤本亮・正木祐史・早矢仕彩子・磯田雄二郎・田辺肇・橋本剛・渡部敦子・南山浩二・星野美和 (2006). 心理臨床家の教育における倫理的, 法学的課題—大学院教育及び生涯教育に関する検討— 静岡大学人文学部人文科学研究報告,56,A1-A22.
- 松原由枝 (2004). 臨床心理学実習が学生に及ぼした成長要因 川村学園女子大学研究紀要,15,43-54.
- 松岡品子 (2009). 熟練したセラピストの初回面接におけるクライアント理解—理解のプロセスと面接への姿勢—, 北翔大学短期大学部研究紀要,47,1-15.
- 森重功・浦田雅夫 (2007). 対人援助職にとっての自己理解について—心理臨床現場における自己理解の一過程から— 奈良佐保短期大学研究紀要,15,87-92.
- 大平大貴・花屋道子 (2010). 面接事例に関する心理療法師の思考についての探索的検討—提示された事例記録に対する言語反応の分析— 弘前大学大学院教育学研究科心理臨床相談室紀要,7,9-17.
- 齋藤路子・今野裕之 (2006). 完全主義と自己への攻撃性との関連: ネガティブな反すうを媒介として 日本パーソナリティ心理学会発表論文集,15,140-141.
- 鈴木潤也 (2012). 初学者セラピストの自己理解の重要性に関する文献研究 青山学院大学教育人間科学部紀要,3,171-185.
- 鑪幹八郎 (2004). 心理臨床と倫理・スーパーヴィジョン ナカニシヤ出版
- 富樫公一・寺田葉子 (2001). クライアントの成長とセラピストの成長 転移と逆転移が相互に作用する領域でのクライアント理解 人間性心理学研究,19,388-399.
- 土田恭史・福島脩美 (2007). 行動調整におけるセルフモニタリング—認知行動的セルフモニタリング尺度の作成— 目白大学心理学研究,3,85-93.
- 辻平治郎 (1990). 自己意識における視点 甲南女子大学人間科学年報,15,27-44.
- 辻平治郎 (2004). 自己意識と自己内省: その心配と関係 甲南女子大学研究紀要,40,9-18.
- Watson,A (1965). *Objects and objectivity:A study in the relationship between narcissism and intellectual subjectivity*. Unpublished doctoral dissertation, University of Chicago.
- 矢吹明子・柳川育子 (2011). 精神看護学十種実習における経年変化をもとにした実習展開の検討—1997・1998年度と2009・2010年度の比較— 京都市立看護短期大学紀要,36,49-59.
- 財団法人日本臨床心理士資格認定協会 (2001). 臨床心理士養成のパラダイム 臨床心理士報 13巻.
- 財団法人日本臨床心理士資格認定協会監修 (2004). 臨床心理士になるために 誠信書房 16巻

—2014.1.31受稿, 2014.3.13受理—

A Study on Deepening Self-understanding in Clinical Psychology Graduate Students

Haruka RYUZAKI (*Koshigaya, Saitama Prefecture Child Guidance Center*)

Hironori ABE (*Tokyo Seitoku University*)

The purpose of study is to investigate deepening of self-understanding of a graduate student in clinical psychology major. 56 graduate students were included as participants (clinical psychology major 37, science major 19). The participants completed a questionnaire consisting of (a) Sentence Completion Test, (b) Negative Rumination Scale, (c) Self-Consciousness and Self-Reflection Scale, (d) a free-description about self-introspection, (e) a Self-understanding Scale. The result of analysis Although the significant difference was not seen in self-understanding, the amount of effects was accepted, and The significant difference in self-understanding was seen between the clinical mental major and the science major. Also, The existence of experience which carried out self-introspection in interpersonal relations was compared. As for the result, the significant difference was seen between the clinical mental major and the science major. The results showed Self-understanding is deepened in interpersonal relations.

Key words : Self-understanding, Introspective, Self-consciousness

Bulletin of Clinical Psychology, Tokyo Seitoku University

2014, Vol. 14, pp. 82-89