

福祉心理学科 スタディ・ガイド 目 次

I 章 ようこそ福祉心理学の世界へ 3

- 1 心理学ワールド (Psychology World) へようこそ
..... 渡部 純 夫 ... 4
- 2 福祉心理学科での出会いと歩み..... 渡部 純 夫 ... 7
- 3 漢方薬としての心理学..... 佐藤 俊 人 ... 10
- 4 これから東北福祉大学で心理学を学ぶ皆さんへ
..... 平川 昌 宏 ... 14
- 5 心理学の学びの道に立たれた皆様へ..... 大 関 信 隆 ... 18
- 6 福祉心理学を学ぼうとしている人へ..... 西野美佐子 ... 21
- 7 これから心理学を学ぶ方へ..... 佐藤 俊 人 ... 25
- 8 福祉心理学科 新入生・進級生のみなさんへ 中村 修 ... 28
- 9 福祉心理学科の道案内板..... 皆 川 州 正 ... 32
- 10 新入生・進級生の方々へ..... 白 井 秀 明 ... 35
- 11 心理学を学ぶこと・あれこれ..... 木 村 進 ... 38
- 12 福祉心理学を学ぼうとしている方へ..... 小 松 紘 ... 41
- 13 福祉心理学科への期待..... 宇田川一夫 ... 44

II 章 心理学実験への招待 47

- 14 心理学ではなぜ実験をするのでしょうか..... 小 松 紘 ... 48
- 15 実験と心理学の深〜い関係..... 大 関 信 隆 ... 51
- 16 実験レポートのまとめ方..... 中 村 修 ... 55
- 17 心理学実験 I スクーリングを終えて..... 佐藤 俊 人 ... 61
- 18 心理学実験 II, 研究法 II を終えて：改めて心理学の研究とは
..... 中 村 修 ... 66
- 19 心理学実験 I をふりかえって..... 大 関 信 隆 ... 69

III 章 心理学研究に取り組む 75

- 20 心理学研究法 I レポート作成のためのヒント (その 1)
..... 中 村 修 ... 76
- 21 心理学研究法 I レポート作成のためのヒント (その 2)
..... 中 村 修 ... 80

IV 章 心理学の幅広い世界 87

- 22 福祉心理学の考え方..... 渡部 純 夫 ... 88
- 23 福祉心理学のレポートを添削して..... 渡部 純 夫 ... 91
- 24 心理学の基本的な考え方..... 小 松 紘 ... 94
- 25 社会心理学を学習するにあたって..... 吉田 綾 乃 ... 95
- 26 心理学を学ぶ姿勢..... 吉田 綾 乃 ... 98
- 27 人間関係論スクーリングを終えて..... 山口奈緒美 ... 101
- 28 生涯発達心理学のレポートを添削して..... 木 村 進 ... 104
- 29 老年心理学の受講について..... 吉 川 悠 貴 ... 108

30	教育心理学のスケーリングを終えて……………	白井秀明	…110
31	心理学のすゝめ……………	渡部純夫	…112
32	人格心理学のレポートにおける「事例研究」…	皆川州正	…115
33	家族心理学のスケーリングを終えて……………	西野美佐子	…118
34	「心理アセスメント」レポート作成のコツ…	渡部純夫	…122
35	心理アセスメントのスケーリングで学んでほしかったこと ……………	渡部純夫	…125
36	心理療法のレポートを添削して……………	秋田恭子	…128
37	「わかる」ことと「虚心坦懐」……………	秋田恭子	…131
38	無意識 心理学キーワード……………	渡部純夫	…134
39	概念 心理学キーワード……………	白井秀明	…137
40	学習障害 (Learning Disabilities : LD) 心理学キーワード ……………	木村 進	…141
41	動物からヒトを学ぶ 心理学キーワード……………	佐藤俊人	…145

V章 レポートを書こう————— **149**

42	論述式レポートという壁……………	中村 修	…150
43	レポートを添削して……………	木村 進	…153
44	レポート作成上の注意……………	山口奈緒美	…156
45	剽窃・不正行為はやめましょう！……………	秋田恭子	…162
46	学士力とレポート課題……………	皆川州正	…165
47	心理学概論 レポート解答例……………		…169

VI章 卒業研究ガイド————— **173**

48	福祉心理学科 卒業研究作成のしおり……………		…174
49	心理学における研究の進め方・論文の書き方（その1） ……………	木村 進	…195
50	心理学における研究の進め方・論文の書き方（その2） ……………	木村 進	…200
51	心理学における研究の進め方・論文の書き方（その3） ……………	木村 進	…205

VII章 卒業後の進路————— **213**

52	心理学関連の資格取得に向けて……………	皆川州正	…214
53	卒業おめでとう……………	木村 進	…219

【お断り】本書はこれまでの『With』に福祉心理学科の先生方からご寄稿いただいた原稿を元に構成されています。文章の流れを損なわないように、執筆時の表現をそのまま利用している箇所もありますが、ご了承ください。

I 章

ようこそ福祉心理学の世界へ

- 1 心理学ワールド (Psychology World) へようこそ ● 渡部 純夫
- 2 福祉心理学科での出会いと歩み ● 渡部 純夫
- 3 漢方薬としての心理学 ● 佐藤 俊人
- 4 これから東北福祉大学で心理学を学ぶ皆さんへ ● 平川 昌宏
- 5 心理学の学びの道に立たれた皆様へ ● 大関 信隆
- 6 福祉心理学を学ぼうとしている人へ ● 西野 美佐子
- 7 これから心理学を学ぶ方へ ● 佐藤 俊人
- 8 福祉心理学科 新入生・進級生のみなさんへ ● 中村 修
- 9 福祉心理学科の道案内板 ● 皆川 州正
- 10 新入生・進級生の方々へ ● 白井 秀明
- 11 心理学を学ぶこと・あれこれ ● 木村 進
- 12 福祉心理学を学ぼうとしている方へ ● 小松 紘
- 13 福祉心理学科への期待 ● 宇田川一夫

渡 部 純 夫

御入学おめでとうございます。そして、心理学ワールドへようこそいらっしゃいました。ゲートを潜ってみた感じは如何なものだったでしょうか。これから皆さんの目の前には、新たな風景が展開していくことになります。美しいものばかりではなく、ドロドロしたものにも遭遇するかも知れません。それでも臆することなく、自分を見失わないように心して、目の前の道を歩んでいただきたいと思います。それでは、心理学ワールドの入り口についてご案内しましょう。

◆哲学から科学への道

「心理学」という料理のレシピにおいては、最初食材・具材として人生や事物の究極のあり方や根本となる原理を理性的に追及する哲学という学問が選ばれました。そして、調味料には自然科学が選ばれました。論理的で、客観的で、普遍的な、混じりけのないはっきりとした味つけをしようとしたのでした。人間の心理についての解明を「心理学」は、哲学的思考に近代科学の手法を用いることで、学問としての体系化を成し遂げようとしたのです。この試みは一見成功するかに見えましたが、事はそう簡単ではありませんでした。一人ひとりの味覚が違うために、それぞれの好みに応じた食材・具材と調味料を調達し、料理方法もその食材・具材を生かすための工夫が求められることになったのです。

皆さんがこれから学ぼうとする「心理学」では、今までにどのような食材・具材が使われてきたのか、それを使って行われてきた伝統的料理方法と味付けの調味料は何だったのかをまず知らなければなりません。その上で、新たな「心理学」の食材・具材を見つけていかなければなりませんし、同時にそれに見合った料理方法と調味料も生み出していかなければなりません。街なかの大衆食堂における庶民的家庭料理の味を追求してもいいと思いますし、高級レストランの味を探究していくのもありだと思います。どちらにも

共通していることは、人々が「心理学」という味わいを通して自分を見つめることができるということだと考えることができます。皆さんには人のために貢献できる「心理学」を日々努力しながら身につけていただきたいと思います。

◆「心理学」を学問する

大学生としての学びは、教えられることをただ覚えることではありません。新しいことにあうことで感動し疑問を持ち、それを解決するために、多くの文献等にあたり自ら進んで問題と取り組みながら新たな発見をしていくことにあります。そのための努力を惜しんではいけません。レポートを読んでいて、ときどき、専門書を写したり、教科書の部分部分を糊づけするように、接続詞でつないだだけのものに行き当たることがあります。これでは学問をしたことにはならないし、自分の成長のためにも決してプラスにはなりません。そこには、自らの問いと発見がないからです。皆さんには、ぜひ学問をすることの大変さと、それを越えたときに見つけ出せる喜びの両方を味わっていただきたいと思います。

◆継続の難しさと大切さ

通信で学ぶにあたっての大変さは、自分の心の中に住みつく「弱気の虫やあきらめの虫」とどう戦っていくかだろうと思います。普段はおとなしいのですが、頑張らなければならない状況下では、暴れ出したりします。なだめたりすかしたり、時には大喧嘩をしたりしながら付き合っていかなければならない相手だと思っています。追い出すことはできませんから、名前をつけて、時にはえさを与えて、大人しくしているように手なずけておきましょう。皆さんがさぼりたいと思っているのではなく、虫のせいですから、自分を責める必要はなくなります。虫だけに時には無視しながら状況を乗り越え、続けられるようにしてください。レポートを書くにあたって、結果よりプロセスを大切に、自分の思考的展開を大切にしてください。それを繰り返していくことで、月日はあっという間に過ぎていくと思います。

3月の末に、卒業式が行われました。卒業する皆さんの晴れ晴れとした姿

を目にした時、継続することの意味を改めて教えられました。

◆通信で「心理学」を学ぶということ

「心理学」では、実証性が必要になります。通信で「心理学」を学ぶためには、この実証性を、日常の中に見つけていかなければなりません。自分の身の回りで起こっていることに関心を向け続け、柔軟な感性を養っておくことが大切になります。理論的な「心理学」の側面と実証的な「心理学」の側面をうまく融合させながら、深みのあるものにしていただきたいと思います。

身体に気をつけながら、感性を豊かに育てていくことで、やわらかで強い気持ちを身につけることができます。人に対する深い思いやりを持ちながら、一方で自分のペースを保ちつつ自己実現の歩みを続けていかれることを切に願っています。

2

福祉心理学科での出会いと歩み

渡 部 純 夫

◆はじめに

新入生の皆さん福祉心理学科へようこそ。心より歓迎いたします。そして、進級された皆さんには、一年間のがんばりの結果進級されたことに心より敬意を表したいと思います。

それぞれに、胸の中で去来するものは違うかもしれませんが、新たな自分を見つけるための学習が始まります。未知なる時間と空間への旅に一緒に出かけましょう。

◆福祉心理学科での学びについて

それぞれの考えのもと、福祉心理学科の門をたたかれた1年生の皆さんがこれから学ばれる学問は、人々の福祉（＝幸福）に役立つ「心理学」ということになります。「心理学」というと、人の心を分析し理解することが可能なものと考えている人もなかにはいるかもしれませんが、けっしてそういうことではありません。

「心理学」には科学としての側面があります。客観的な法則を見つけ出すことも「心理学」の大切な課題です。そのためには、「心理学」の基本になる概論をしっかりと身に付ける必要があります。また、意識や行動を実験的に証明することにも取り組まなくてはなりません。そこでは、数学的な思考や計算などが入ってきますので、今からそれなりの覚悟をしておいてください。

一方、2年生以上の皆さんは、これまでの学習を通して「心理学」に少しは触れてきたわけですから、「心理学」の何たるかがわかりかけてきたと思っている方がいるかと思います。しかし、実際はそうではないことをまもなく知ることになると思います。まだ「心理学」の淵しか覗き込んでいなかったことが理解できる日は近いと思います。一年間で、「心理学」の核心

に近づくための入口から入ってもよいというお墨付きをようやくもらったと考えてもよいのかもしれませんが。それくらいに「心理学」の深さをこれから知ることになるのではないかと思います。それを知ったからといって臆することなく、一步一步確実に学びをすすめていってほしいと思います。

◆「心理学」を学ぶことの意味あい

「心理学」を少しかじると、人のなすことすべてを「心理学」で解釈したいという衝動に駆られることが起こります。下手な理屈づけをしなくなります。そして、相手のことがすべてわかったような錯覚にとらわれることがないとは言えません。しかし、人のところがそう簡単にわかるはずはありません。むしろ「心理学」を学べば学ぶほど、人間の不思議さや心の深さにふれることになり、わからないことがたくさんあることに気づかされます。そして、謙虚な気持ちで相手とかかわりを持たせてもらうことから生まれる心のつながりの大切さを理解することになります。

「心理学」を使って相手の心を変えてあげるといったあさはかな^{おこ}驕りはどこかに一掃されることになると思います。人間として素直に相手の生き様^{さま}を受け入れていくところに、「心理学」としての究極の姿があるように思うのは私だけでしょうか。

また、「心理学」の知見は人々の幸せのためにのみ使われなくてはいけないことをくれぐれも忘れないでいただきたいと思います。そこでは、使用する側の倫理と責任がいつも問われることになります。

◆おわりに

簡単にはありますが、「心理学」の一側面について述べてきました。これから、「心理学」を学ばれる1年生はもとより、進級した2年生以上の方にも共通したものをと考えながらまとめてみました。私の思いのほうが先行した感が否めないのですが、大事なことと思いましたので、少し気に留めておいていただければと考えています。

それはそれとして、新たなスタートが切られます。新鮮な驚きもあるでしょうし、スクーリングを通して友達を作られることもあると思います。と

かく通信というと孤独な学習と思われがちですが，このような場を通して仲間と出会いお互いに励まし合いながらがんばることもできます。

学問をする喜びと楽しさを，通信だからわかりあえる仲間と共有することも，通信のよさのひとつではないでしょうか。有効に場と時間を活用し，健康で実りある一年になることを心より祈りながら，お祝いの言葉にしたいと思います。

◆レポート提出も心理学実験のうち…かも

今年度も残り少なくなってきましたが、皆さん学習性無気力に陥らずに過
ぎていらっしゃいますでしょうか？ レポートが進まないと嘆いている方
は、最初から「優のレポート」「再提出にならないレポート」を目指しては
いないでしょうか？

レポートというツールを使って教員に刺激を与え、その反応（つまり添
削）を集めて担当の先生の考えを理解する…まさに心理学の研究姿勢の基本
というつもりでぜひ進めていただければと思います。そして、一回だけの反
応だけではなく何回かの反応を集めた方が正確な理解が進むのも当然です…
そう考えれば、再提出も怖くないかな、と何となく思えるようになってきま
せんか？（笑）

さて、私はスクーリングで学生の皆さんと直接お会いできるのを楽しみに
しています。例えば休憩時間に喫○所で雑談をするだけでも、みなさん本当
にさまざまな目的で心理学を学ぼうとしていることが伝わってきます。今回
は、心理学を学ぶ意味について、「私なりの価値観」で書いてみたいと思い
ます。

◆心理学と資格

さて、心理学系の国家資格として、「公認心理師」が騒がれています。も
し実現すれば、心理学系としては初の国家資格の実現になりますが、昨年の
衆議院解散の影響もあり、以前の郵政民営化国会の時と同様、法案の成立は
少し延期になりそうな気配です。

これまでも心理学には「認定心理士」「臨床心理士」「健康心理士」など多
くの資格が存在してきましたが、どれも国家資格ではなく、簡単に言えば
「大きめの心理系の学会や団体ひとつひとつが独自の資格を独自に出してき

た」わけです。近い将来、公認心理師が実現した場合には、この混沌とした状態が解消されるのを望むばかりです。

通信教育部では、福祉心理学科で認定心理士の資格を取得することはできますが、そのためには「心理学実験Ⅰ・Ⅱ」や「心理学研究法Ⅰ・Ⅱ」の単位修得が必要です。もしかすると皆さんの中には「医療や教育、福祉の現場での支援に応用するため、実験をするため、研究をするために入学したんじゃない」と思う方もたくさんいると思います。さらに、認定心理士だけでは「すぐには職業に直結しない」ということも何となく理解されていると思います。では、皆さんにとって（私もですが）心理系資格を取得する意味、そして福祉心理学科以外の方が心理系科目を履修する意味は何なのでしょう？

◆心理的支援が有効な現場は多彩

日本でまだ臨床心理学という分野が今ほど広がっておらず、カウンセラー関係の資格もなかった昔は、「近くにて、信頼できそうな誰か」が心理的支援を担っていました。相談内容によって教職経験者や大学の心理系教員、保育士さん、看護師さん、ご近所のご意見番、シャマンの方などなど。その当時の心理的支援の方法の可否については触れませんが、それで解決できたケースも多かったわけですし、そのお礼は「お酒」や「菓子折り」だったりしたわけです。つまり、「資格」にではなく、「人間性」に支援を求めているということになります。心理検査などを実施することもなく、経験による草の根のカウンセリングが行われていた時代です。人と人とのつながりが、心理的支援の根底を支えていたといえるかもしれません。

現在は医療、福祉、教育、心理に関する現場が多様化しており、そのどれもが人間と人間が密にコミュニケーションをとる必要がある現場です。確かにどの現場でも専門的な知識と技術が要求されますが、例えば「どんなにいいアドバイス」を持っていたも、アドバイスする側の人間が嫌われてしまったら、その効果がないことは当然です。「何を言われるか」よりも「誰に言われるか」です。もしかすると、このページ最初の執筆者の名前をみただけで、読む気をなくしてしまった方がいるかも、ですね。相談者、利用者にとっては、目の前にいる専門家が頼りですので、その専門家を人間的に「好

きか嫌いか」が重要になってきます。

◆多くの「偏った価値観」を受け入れる

そこで、心理カウンセラーの専門家ではなくとも、まるで心理カウンセラーのように周囲の人の話を「受容と共感」を持って傾聴できる人材が広く活躍することになります。緊急のアドバイスが必要な現場も多いはずですが、それでもその根底には受容が必要であり、自分のアドバイスを一方的に主張するような支援は受け入れてもらえないでしょう。

受容とは、簡単にいえば、「まずは、相手の価値観をそのまま受け入れてあげること」です。偏った価値観を押し付けたり、相手の価値観を理解できなければ、人間関係がうまく進むとは思えませんね。ですから一般には「偏見や思い込みで物事をみたり、考えたりしてはいけない」と言われますが、実は人間の認知の特徴のひとつに「思考の省エネのために偏見や思い込み、第一印象、自分らしいスキーマで考える」ことが挙げられます。例えば交番に行くときに「ここは本物の交番だろうか、本物の警察官だろうか、この警察手帳は本物だろうか」と、「思い込み」を捨ててひとつひとつ疑問に思うような人がいたら、周囲の人だけではなく本人も大変面倒くさい毎日を送ることでしょう。だからこそ、息子を名乗る電話を最初の段階で信じてしまったら、どんな不自然なあらすじでも詐欺にひっかかってしまうようなことも起こります。

このように、人間関係は「偏った価値観を持っている人間同士の関係」です。ので、さまざまな現場で支援にかかわる場合には、どんな価値観がきても驚かない必要があります。そのために、どのような人はどのような時にどのような心理状態になり、それを支援するにはどのような方法があるか、というレパートリーをできるだけたくさん懷に忍ばせておくことが、支援を円滑にしてくれるでしょう。そして、それを助けてくれるのが「心理学の多くの分野にまんべんなく触れておく」ことです。心理系資格の取得には多くの心理分野の履修が必要ですので、いつの間にかそれができますし、福祉心理学科以外の方でも、科目をいくつか履修してみると新たな発見があると思います。

◆漢方薬としての心理学

前述したように、心理系の資格を取得しても、すぐに就職に結びつくとは限りません。しかし、どんな現場のどんな職種についていても、職業上だけではなく日常の家庭生活や友人、恋愛、育児などで、いつか何かしら応用できる瞬間があるかもしれません。就職という即効性はないかもしれないけれど、自分自身を振り返り、様々な価値観に触れ、受容的な考え方ができるようになった経験は、まるで体質改善のように、いつかどこかで自分の活動を助けてくれるかもしれない「漢方薬のような効力」があると私は信じています。

実を言えば、大学の教員は他の先生方がどのような価値観でどのような講義をしているかについてはお互いによく知らないものです。その反面、学生の皆さんは様々な先生の様々な価値観に同時に触れることが可能です。同じ心理現象について、全く違う切り口で講義を受けるということもたくさんあります。それら多くの原材料から、皆さん自身が一番自分にあう漢方薬として統合し、いつか応用できる瞬間があるはずです。

それが、偏った価値観から述べた「今、心理学を学ぶ意味」です。どうか受容を！

平 川 昌 宏

◆はじめに

福祉心理学科へ入学された皆さん、ご入学おめでとうございます。新年度を迎え、新たな学びに対する期待と不安を感じていらっしゃるのだろうと思います。ここでは、心理学を学ぶことの面白さ等について、私の学生時代のことなどを思い出しながらかかせていただきたいと思います。この文章を読んでもいただいて、心理学を学ぶことに対する皆さんの意欲がさらに少しでも高まれば幸いです。

◆「心」とは…

まず初めに、私から皆さんへ1つ問題を出したいと思います。どうぞ皆さんなりの答えを考えてみて下さい。

【問題】 次の文章の [] を埋めて、文章を完成させて下さい。
『心は、 [] のようなものだ。
なぜなら [] だから。』

皆さんは、 [] の中にどのような言葉を入れたでしょうか？実は、この問題は、私が大学で心理学の基礎的な講義を担当していた際に、1回目の導入の時間に学生の皆さんに考えてもらっていた問題です。学生の皆さんの答えは実に様々で（たとえば、「海」「宇宙」「ガラス」「福袋」「空気」「山の天気」など）、「心」のイメージが非常に多様で複雑であることがわかります。そして、この多様性こそが、目に見えない「心」についての理解を目指す心理学の難しさを物語っているのだろうと思います。

◆「心」とは「鏡」のようなものか？

この問いに対する学生の皆さんの答えの中で、時折見られるのが『心は、[鏡]のようなものだ』という答えです。「心」の現実を映し出す側面、さらには、周りの環境に大きく反映される側面が、このようなイメージと結びついているのだと思います。確かに、私たちの「心」は生活する環境や社会・文化の影響を少なからず受けるという点で、この答えは「心」の一側面をとらえていると言えるでしょう。

しかし、私が大学生の頃、はじめて学問としての心理学を学び、その面白さを感じたのは、このようなイメージとは異なる「心」の働きについて意識させられたからでした。たとえば、右の図1・図2を見せられ



た時、皆さんならこれらの図をどのように理解するでしょうか。図を初めて見た方の多くが、いとも「簡単」に、図1を「じゅうに、じゅうさん、じゅうし」、図2を「エー、ビー、シー」と理解するのではないかと思います。しかし、このような理解は、実際には必ずしも「簡単」なものではありません。というのは、図1と図2の真ん中の図形（「じゅうさん」と「ビー」）は実はまったく同じ図形であり、同一の刺激なのです。つまり、実際には「同じ」図形に対して、「異なった」意味を見出し、異なった反応をしていたのです。

もし、「心」が現実を忠実に受身的に映し出す「鏡」のようなものであれば、実際には「同じ」ものを「違う」と理解するようなことが生じるはずはありません。むしろ、このようなことが生じたのは、「図1は数字が並んでいる」、「図2はアルファベットが並んでいる」と私たちの方から積極的に解釈した上で、これらの図を理解していたからに他なりません。つまり、与えられた刺激に対して積極的、能動的にかかわり、何らかの「意味」を見出そうとする「心」が働いたのです。

◆私の感じる心理学の面白さ

このように、わたしたちは環境や刺激の影響をただ受身的に受けるだけでなく、意識的、無意識的にそれらに積極的にかかわり、何らかの「意味」を

見出し経験しながら行動しているということが出来ます。そして、そこで見いだされ経験される「意味」は、人によって、または状況によって、様々なものなのだろうと思います。この「心」の積極性、さらに、そこで経験される「意味」の豊かさこそが、私が大学の頃心理学を学んで面白さを感じた（そして今でも面白いと感じる）部分なのでした。

さらに言うと、人の行動を理解し、人とのかかわりを考える時、この点について念頭に置いておくことが非常に大切だということも心理学を通して学ぶことができたと思っています。たとえば、「頑張って」という言葉は、一般的には、悩んでいる方や、（皆さんのように）これから何かに取り組もうとしている方に対する励ましの言葉です。その一方で、この励ましの言葉が「すでに頑張っているのにさらに何を頑張ればいいんだ」などのように受け止められた結果、逆に悪い影響を及ぼしてしまう場合があることが指摘されています。また、私には現在4歳になる息子がいます（執筆時点）。その息子に対して、たとえば新しい服を着た時等に「かわいいね」とほめると、以前であればとても満足そうな顔をしてくれていました。ところが、現在ではそれでは満足してくれず、「男の子だから、かわいいじゃなく、カッコいいだよ」と不満を言われたりします。「かわいい」の「意味」が息子の発達に伴って変わってきたのですね。（そして、このような子どものささいな変化の中に発達を見出し、親として共感し、喜びを感じられる点も、私がこれまで心理学に関わってきて良かったと思える点です。）

◆心理学を学ぶと人の「心」がわかるか？

これまで、私が感じてきた心理学の面白さについて述べてきました。しかし、心理学を学べば、ある状況で個人が経験している「意味」をすべて十分に理解できるかと言われると、そこには限界がありはなはだ疑問です。その意味で、「心理学を学んでも人の「心」がわからない」と言えるでしょう。ただし、心理学の学習を通して、個人が経験する「意味」を念頭に置くことの大切さをその都度意識させられるという点では、心理学の学習は有意義なものだろうと思います。さらに、心理学を学ぶことで、個人が経験している「意味」を考える際の、そして、その人とのかかわり方を考える際の、手がかりや枠組みを得ることができないかと思います。その意味で、心

理学は限界がある半面、現実の場面で多様な「心」について私たちが探求していく上で大変有効なものだろうと思います。

これに関連して、私が通信教育部での学習の中で皆さんに大切にしたいことがあります。それは、多くの方が苦勞されることになるだろうレポート課題です。レポート課題では、課題の内容に沿った形で、学習された内容をまとめていくこと、さらにそれについて考察することが求められるだろうと思います。その際、まとめた内容をご自身の経験や周りの方々の経験と照らし合わせ、課題に沿った範囲でレポートに盛り込んで頂きたいのです。つまり、学習内容を1つの枠組み・手がかりとして、具体的な経験を見直して頂きたいのです。そうすることによって、心理学の学びがより豊かなものになると思います。

◆ 「心」とは「悪と戦うヒーロー」のようなもの！ ——

最後に、冒頭で紹介した問題に対して私がこれまでに会った学生の答えの中で、非常に印象に残っているものを1つ紹介したいと思います。それは『心は、[悪と戦うヒーロー] のようなものだ。』という答えです。「ヒーロー」というイメージ自体非常にユニークだったのですが、この答えが私にとって印象深かったのは、むしろ、『なぜなら [] だから。』の部分の内容でした。では、そこにはどのような理由が書かれていたのでしょうか？（時間のある方は、少し推測してみてください。）

それは、『なぜなら [やられる（失敗する）度に、強くなり、パワーアップする] から。』という理由でした。私は、とりわけ「福祉」について考えた時、このような「心」のイメージを念頭に置くことが非常に大切なのではないかと思います。というのは、失敗したり困難に直面したからこそ強くなれる「心」のたくましさを信じ、そのたくましさが発揮されるよう支え促していくことが、「福祉」という営みの基盤になるのではないかと思うからです。教員と学生で立場こそ異なりますが、「福祉」と名のつく大学・学科に集った者同士、このような「心」のイメージを共有し、多様で豊かな「心」を探求していければと思います。どうぞ、よろしくお願い致します。

◆心理学を支える2本の柱

「心理学とはどんな学問ですか？」と聞かれたら、私なら「人間の行動を説明する学問です」とお答えします。対人援助の学という視点で考えても、「現象に対する説明可能性」があるからこそ援助が成り立つからです。ですが、人間の行動を説明できる学問は心理の専売特許ではありません。生物学などは身体の構造や機能から人間の行動を説明できますし、社会学であれば社会構造から人間の動きを考えてゆけます。

そのような中、心理学は私たちの脳が作り出している「心・精神機能」という材料を使って人間行動を説明しようとしています。ここで一つの難しい問題に直面します。私たちが説明に用いようとする「心・精神機能」は、確かにそこに存在してはいるのですが、でも直接見たり触ったり、測ったりすることができない対象なのです。すでに心理学概論などを学ばれた方であれば、「心理学は科学である」という考え方に触れたかと思います。心理学は人文社会系の学問領域に位置づけられながら、自然科学系の学問に近い科学的な手法で人間行動にアプローチしようとする学問です。それなのに、その中で使おうとしている「心・精神機能」というものを捉える方法が曖昧であれば、他の領域から「心理学は科学などではない」と一蹴されてしまいます。

そこで心理学は、心という対象にどのように接近してゆけばよいのか、その方法について学ぶことに多くの時間を費やし、またそれによって身に付く「ものの考え方」を心理学の非常に重要な力の一つに位置づけています。この「対象に対して接近する方法」についての知を「方法論」と呼びます。心理学の学習過程は、人間の心理世界に関する知識の体系を学習する「総論・各論」という柱、そして先ほどお話した心に対する接近方法を学習する「方法論」という柱の2つで成り立っています。この「方法論」の授業が、本学では「心理学実験」や「心理学研究法」という授業に相当します。

「方法論」の授業は総論や各論よりも面倒で、地味で、一見すると実用性のない、面白味に欠ける授業のように映るかも知れませんが、決してそのようなことはありません。方法論、つまり接近の方法やものの考え方について十分なトレーニングを受けておけば、仮に初めて出会う事柄であっても、概ね自前で、程々に妥当な結論を導き出すことができるようになります。知識の集積はものを考える際にまず必要な要件ですが、現場ではそれらを使って、しかしそれまで読んだことのある本には書いていないような事例に対応していくことが実際には多いのです。そんな時に、この方法論で培った「ものの考え方」が役に立つのです。

知識と方法論、この2つの柱をバランス良く学んでください。

◆心理学実験のレポートを書くにあたって

心理学科で恐らく最初に経験するであろう大きなスクーリングの一つが「心理学実験」です。このスクーリングは複数の心理実験を毎日こなしながらレポートを作成していく授業なのですが、皆さんレポート作成で結構苦戦しています。心理学実験のレポートを書く場合、普段書き慣れているレポートとその様式やルールが全く異なっていることに注意してください。

心理学実験で作成するレポートは科学実験に関する報告書であり、どのようなコンセプトの元、どのような手段を用いて、どのような情報（結果）を得て、そこからどのような解釈をしたのか、ということ「データ」や「事実」に即して順序よく書いていくことが求められます。これは結果の客観性や妥当性を担保するために避けられないことで、言わば心理学における流儀のようなものです。最初は馴染み難いかもしれませんが、次第にその意義が理解できるようになります。

レポートは「心理学を学んではいるが、この実験についてはよく知らない人」が、レポートの最初から読み進めて、それ程行きつ戻りつしないで最後まで読んでいけるような明確性を意識して書くと良いでしょう。もし何を書いて良いのか解らなくなったときは、最初に戻って「そもそもこの研究の目的は何か」「この実験セットを用いたのは何故か」「得られたデータの意味は何か」をジックリと考えてください。数字に対して拒否反応をしないことも重要です。数字というのは、私たちの主観的な解釈に妥当性を与えてくれ

る、心理学にとって非常に重要なツールなのです。

◆その他、レポートを書くにあたって

レポート作成上の重要点は多岐に渡りますが、敢えて1つ申し上げるなら、レポートを書く行為を「自分のための知識集作り」と位置づけていただけると有り難いです。この先、何かものを考えるにあたって参考にできるような、読み返して「そういえばこんな考え方があったな」と振り返ることができるような内容を目指して書いてください。

そのためには、参照した本の中に既書いてある文章を集めてレポートの形を整えることに加えて、あれこれと考えを巡らせながら、ご自身の考え方を紙面で戦わせていただくことで、レポートが自分にとってさらに面白くなります。そのためにも、多くの情報を自分で集めてみてください。

皆さんにとって、図書館は最大の情報源です。最近では手軽にwebで情報収集することが可能になりましたが、ぜひ図書館にも足を運んで、ジックリ本と向き合う時間を作ってみてください。図書館が難しい場合は大きめの本屋さんでも結構です。探しに行った本の隣に置いてあった本が、実は非常に面白くそちらの方を読んでしまった、などということがよくあります。アナログでの情報収集は、このような「出くわしの知」があるのです。一見寄り道のようなこの方法が、実は私たちの知識のネットワークをより深く、豊かに絡み合わせる方法だったりもします。そして、それが大学での学びの一つの形でもあるのです。

6

福祉心理学を学ぼうとしている人へ

西 野 美佐子

◆はじめに

これまでの人生の中で皆さんはこんな経験をしたことがありますか？
例えば、わからないことに出会って「どうしてこうなるのかな？」と好奇心を掻き立てられたこと、感情のコントロールができないほど気持ちが高ぶって大声をあげたくなったこと、逆にいつ立ち直れるのかと思うほど落ち込んでしまったこと、あるいは、人とのコミュニケーションで誤解された（あるいはした）苦い経験など、など……。

こうしてみると、人は誰しも大小さまざまな「こころの問題」に出会っていることになりますね。もし、「私は、これまでの人生でこころの危機を経験していない」と言いきれぬ人がいたとしたら、その人は極めてまれな“人徳”を備えた人か、あなたを取り巻く環境に恵まれていたか、あるいは気づきが鈍いだけの鈍感な人なのではないかと考えてしまいます。いずれにしろ、日頃無意識で気づきにくい“こころの問題”に出会うことが、こころについて学びたいという動機になっていることが少なくありません。ここでは、福祉心理学をこれから学ぶ人たちに知ってほしいと私が考えていることのいくつかを述べてみたいと思います。

◆こころを測ることのむずかしさ

人は一人ひとりかけがえのない存在で、人の考えや感じ方は人それぞれ違っていいし、それらは皆等しく尊重されなければなりません。だから人の個人的な人生の出来事の中で展開されるこころの動きをそのままその人の立場で了解することはとても大事なことです。しかし、心理学では、いろいろなこころの事象の関連を研究しようとする場合、そのこころを理解するために、できるだけ客観的にそのこころを捉えようとしてきました。つまり、数量化して捉える試みです。そのために測定する対象を特定し、それを心理学

概念として命名し（例えば知能とか△△性格とか）定義することに加えて測定値を示すことで、研究の俎上にあげ議論してきました。ここを測る万能の“物差し”があって、近くのコンビニで売っているわけではありませんので、ここを測る“物差し”はその研究の必要性に応じて作られてきたものです。知能検査や学力検査、あるいは内向性・外向性を測る性格検査や親子関係診断検査、あるいは適性検査などです。ある作業を行わせてその作業結果から性格を測る検査やある質問に対して、例えば「全くあてはまらない、少しあてはまらない、どちらともいえない、ややあてはまる、非常にあてはまる」などの5つの選択肢から一つ選択させて（5段階評定）、捉えどころがない「ここに衣服を着せてきた」と言ってもいいでしょう。

こうして開発された物差しを用いて、ここを対象化して客観的に把握することができるようになりましたが、問題は常に残っています。卑近な例ですが、学力検査で、いくつかの難易度の異なる問題に対して、1問正解したら5点配点するとした場合、本当にそれらの問題はすべて等しいと言い切れるのでしょうか。またそうした点数配分の問題がいくつか集まりそのテスト全体の合計点が60点の人がいたとしたら、その人の学力は、30点の人の2倍に当たると言っているのでしょうか。数的にはそうですが、測っているのが心理学的概念ですので、測り間違いが起ころうということです。

心理学における物差し（尺度）の問題以外にも、例えばここは、状況依存性が強いこと、例えば体調やその場の雰囲気や発達段階等によって変化することも少なくありません。しかも、一旦測定され評価された結果は独り歩きし、その人の固定した特性として、常について回る可能性も大なのです。暗示効果や期待効果などとして、他者や自己と向き合う際に影響を及ぼすこともあります。さらに一度開発された物差しは、いつまでも半永久的に使えとは限らないのです。情報化社会の中で社会文化的刺激が以前に比べて強くなっている今日、人の発達を測る物差しの基準が以前とは異なっていることも多いはずです。そうすると、ここを測る物差しは、何年かに一度は改訂しなければ、適切な物差しとして使えないということです。

このように、ここを測る物差しは、作るとき、使うとき、その結果を伝えるとき十分な配慮が必要です。つかまえどころのない人のここを測ること、数量化することの難しさとその結果の使用方法についての留意点をいつも心においてほしいと思います。

◆福祉と心理

福祉心理学という名称を学科の名称にして用いたのは、本学が日本で最初でした。その名称を付ける際に、学科設立に携わった先生方は「生活心理学」にしようかと迷ったと聞いたことがあります。福祉心理学ということに決まり、今では全国にこの名の名称の学科も散見しています。福祉を人々が Well beingな状態であることとすると、世界保健機関（WHO）の健康の概念定義、「健康とは、完全に、身体、精神、及び社会的によい（安寧な）状態であることを意味し、単に病気でないとか、虚弱でないということではない。」を思い浮かべた方も多いのではないのでしょうか。健康とは、病気や虚弱でないというだけではなく、身体的健康・精神的健康・社会的健康のバランスが取れた状態ですが、それに加えて近年ではますます全人的（ホリスティック）なものであるという考え方と、健康の確保において人間の尊厳の確保や生活の質などの追求が重要との立場が台頭してきています。健康な心は、現に生きている社会の文化経済的状況の中で、様々なものとの関係性の中に存在するということ、人は、自己完結的な存在ではなく、さまざまな環境の中で、影響を受けながら、また人間であるということは環境を創造していく存在でもあることを忘れてはなりません。私が皆さんに期待することは、「人のこころ」に関心を持つ人は、その人のこころの形成に関与しているさまざまな分野の環境にも関心を向け、環境作りの一翼を担えるように、成長してほしいということです。

◆勉学を楽しく継続するために

1) 問題意識を持つこと

「馬を水際まで連れていくことはできるが、水を飲ませることはできない」のことわざのように、水を飲みたいという欲求がない場合、実際に水際に連れて行っても馬は水を飲んでくれません。「こころの問題」は、人が生きて生活している以上、誰もが体験していることなのですから、自分のこころや生活を見つめると、そこにはいろいろな疑問や課題が埋もれているはずです。

心理学の学びは、そうした生活の中の素朴な疑問を課題として、これまで追求されてきた先行研究を見直し、理解しあるいは新たな課題や残された課

題を見つけ追求していくことです。したがって、あなたたち自身のこころの田畑をまず耕すこと（見つめ直すこと）が、こころについての学びの問題意識を高めるコツとなるでしょう。

2) 視覚的に勉強の計画と達成を表示すること

「継続は力なり」と言いますが、それは日頃の学習にも言えることです。学びは一生継続することですが、学校のカリキュラムに従い学習する期間は、“区切り”をつけることが大切です。つまり、何を目的に入学し、いつ卒業するのかの目標を決めておくことです。

通信制は、外からのカリキュラムの縛りが柔軟なため、つい目先の仕事や雑事に追われ、レポートを書くことが後回しになりがちです。レポートを書くためには課題に関連した参考書を読む時間も必要です。そしてある程度の関連知識が蓄積されたら、どう書くか目次を立てて、書く内容や順序を決めることが先決です。また、書き終えたら、推敲する時間も必要です。そこで、つついレポートを書くのが億劫になったのでは元も子もありません。ですから、ご自分の部屋の目に見えるところに、受講スケジュールと今年の目標（科目名）を列挙し、その講義に集中する時期の目安を常に確認できるようにしておくことです。そして、目標が達成されたら、つまりレポートの合格通知か、科目修了試験に合格したら、花丸をつけるとか目に見える形で（ご褒美のつもりで）抹消することです。そうすると、次の目標である新しい科目の課題に集中することができると思います。

◆おわりに

物知りであることと、生活にその知識を生かすことができるか、あるいは、自己の人格に反映されるものとなるかは、一筋縄にはいかない難しい問題です。学問としての知と生活上のスキルは統合されることが望ましいわけですが、別物の場合が少なくありません。しかし、日々の生活で活かすように心掛けることで違ってきます。勉学心が旺盛な皆さんには、ぜひとも知・技を統合した形で身につけてほしいと願っています。そのために、日頃経験している自分や他人のこころの移ろいや有り様に関心を抱き、思いを巡らしながら生活し、心理学の学びを深めてほしいと願っています。

7

これから心理学を学ぶ方へ

佐藤 俊人

◆心のおもしろさ

Q 1 羽毛（ダウン）1,000グラムと鉄の塊1,000グラム、どちらが重いですか？

Q 2 3月の10℃と10月の10℃ではどちらのほうが暖かいですか？

どちらの質問もおそらく「同じ」が正解なのだろうと思います。いわゆる「客観的」には……。しかし、実際は本当に同じ重さ、暖かさと「感じる」でしょうか？たぶん鉄のほうが重く、3月のほうが暖かく感じる人が多いと思います。

人間が何かを判断する時、必ずしも判断したいこと（重さ、暖かさなど）だけを独立に考えているわけではありません。「どれくらいの体積」がある1,000グラムなのか、「今までどのような気温に慣れてきた」なかでの10℃なのか、というように、他のさまざまな要因に影響を受けながら最終的に判断を下すわけです。どうやら人間は「機械的なハカリ」とは全く違う、「人間としてのクセをもったハカリ」で物事を判断しているようです。

ですから、同じ映画をみて食事をしても、「誰と」一緒だったかによって映画のおもしろさや食事のおいしさが違って感じる、というようなめんどくさい（笑）ことがおこってきます。これは人間として「ある程度みんなに共通する考え方のクセ」といえるでしょう。

Q 3 「100円失くした！」と友人が絶望的な表情で相談にきたらどう対応しますか？

よく、「相手の価値観を尊重する」というような言い回しがあります。しかし、個人の日常的な人間関係でも国際関係でも、きちんとお互いの価値観は尊重されているのでしょうか。

さて、私自身、Q3の状況であれば「100円くらい私が何とかするからそんなに嘆くなよ～」と言ってしまうと思います。私のこのような態度は経済的な対応(?)としては正解かもしれません。しかし、価値観を尊重するという心理的な対応としてはどうでしょうか?友人がその100円にとっても大きな価値を感じている、というその価値観自体を否定してしまったことにはならないでしょうか。「あなたにはわからないかもしれないけど自分にとっては大きな100円だ。べつにそれをあなたに補てんしてもらおうとは思わない。ただ自分の悲しみを聞いてほしかっただけだ」と言われてしまったら……。

人間は一人ひとり考え方や感じ方が違います。それは持って生まれた性格(気質)や、これまでどのような経験をしてきたかによってその人らしさがでてきます。ですから一人ひとり価値観がちがってくるのは当然のことです。ですから、Q3では経済的な対応よりも先に、嘆き悲しむ友人をそのまま受け入れてあげるところから始めなければならないのかもしれません。

人間としてある程度共通な考え方のクセをもち、その上に個人的なクセももっている。それが人間の心のおもしろさのひとつだと思います。

◆分析するだけではおわらせない

心に関して、古くから言い伝えられている情報はたくさんあると思います。たとえば「B型の人には喜怒哀楽が激しい」「ひとりっこだからわがままだ」(該当する方、申し訳ありません!)というように。これらの怪しげな情報の真偽についてはここでは議論しませんが、同じように簡単に、そして面白おかしく人間の心を分析している情報は世の中にいくらかでも氾濫しているようです。きちんと心理学を研究していくことによっても、同じように「○○○という理由で□□□になる」というある程度一般的な傾向が認められることがあります。

このような情報はどのような意味をもつことになるのでしょうか。

たとえば本当にB型の人には喜怒哀楽が激しいと仮定します。あるB型の人がある自分の喜怒哀楽の激しさを是非直したい、と訴えてきたらどのような解決が可能でしょうか。「あなたがB型だからです」と分析したところで何の解決にもなりませんし、ましてや「ひとりっこだからです」と分析されても、いまさら親に頼むこともできません。

要は、原因を分析・究明するにとどまらずに、具体的に今の問題をどう解決していくかという視点が非常に大切になってきます。それができて初めて心理学は実際に役に立つ「実学」といえるようになるわけです。

これから研究を進めていく中で、「この理論が自分としてはどのような場面でどう応用できるか」「自分の周りにある問題について具体的にどう対処できるか」というような気持ちでさまざまな情報に接していくと、心理学を身近に感じることができるようになると思います。

◆心理学の分野にこだわらない興味を

福祉心理学科では「福祉心理学」「臨床心理学」「生涯発達心理学」など、〇〇心理学という名称の科目が数多く設定されています。教員はそれぞれ専門分野を持ち、その分野に応じた科目を担当しているわけですが、実際にそれぞれの科目で扱う心理学現象は決して独立しているわけではありません。

たとえばカウンセリングに興味を持った方は「臨床心理学」「心理療法」「人格心理学」などといった科目に興味を持たれると思います。しかし、実際には心の問題を探るためには「生涯発達心理学」や「家族心理学」も必要ですし、さらに具体的な支援方法を考える際には「学習心理学」や「認知心理学」も重要です。

細分化されたさまざまな「〇〇心理学」という科目も、視点は違うにせよ、同じ「心」を対象としています。最初に「興味がない」と思ってしまえば学習もレポートもなかなか進みませんから、まんべんなく研究し、卒業までにはそれぞれの科目から得られた情報を自分なりに統合し、その後のご自身の活動に応用できるようになることを願っております。

中 村 修

新入生の皆さん、ようこそ福祉大へ！そして進級生の皆さん、お疲れ様です！

通信教育部事務局より「心理学を学ぶこと全般に関するメッセージを」という依頼を受けてこの文を書いています。これまで福祉心理学科から毎春この題目でメッセージを書いた先生方の原稿を拝見すると（この『福祉心理学科スタディ・ガイド』1章の原稿です、ぜひ一読を）、私が読んでも身の引き締まるようなメッセージが並んでおり、いまさら私から何を言えいいのかという気にもなります。

ただこれは、もしかしたらこの原稿を見ている受講生のみなさんが感じている気持ちと同じかもしれない、と思いました。「テーマ（課題）は出ている、でもそれで何を書けば良いのか……」ということですね。皆さんに負けてはいられません、それではこの春の時期にあらためてお伝えしたいことをまとめてみたいと思います。

◆心理学に対する期待

みなさんは何を求めて心理学を学ぼうとしている（学んでいる）でしょうか？「学士」という資格が欲しいということは「大学」に入学する上で共通でしょうが、特に皆さんは「福祉心理学科」という心理学を専門にする学科を選ばれたわけです。そこには心理学を学ぶことで得られるものに対する「期待」があることと思います。

話は飛ぶようですが、以前半年間行った授業（通信制ではありません）の最終回に感想を求めたところ、次のようなものがありました。なお、その授業は1年生対象の心理学の「入門」にあたる授業です。

「心理学を聞いたら、女の子の気持ちがわかってモチモチになれると思ったのに、そういうことが聞けなくて残念でした」。

もしかしたらこの学生はふざけていたのかもしれませんが、しかし、ほんと

うにそう思って半年間の授業を聞いていたのかもしれませんが。どっちなのかわからないのでそれはともかくですが、この感想を読んで私が思ったこと、みなさんはどう考えますか？ なお、心理学を学べば他人の気持ちがわかるようになるか、という問いに関しては、このスタディ・ガイドに載っている各先生方の解説を読んでいただければと思います（なお、今回の答えのようなものを強いて言えば「この程度の情報じゃわかるわけがない！」でしょう）。

この感想に対して私が思ったのは、「そういうようにしか心理学を捉えていないんだ、この半年の授業は何だったのかな」という無力感に似たものと共に、「授業で聞いたことを、『女の子にアプローチするために使うとすればどうなるのかな？』とは考えなかったんだなあ、もったいない」ということでした。先に皆さんがもつ「心理学に対する期待」について触れましたが、結局その学生が述べた心理学（の講義）への「期待」に私は応えることはできなかったわけです。しかし、先の授業のことでいえば、「こういう場合の女の子の気持ちとは……」と解説する、あるいは「女性にアプローチする場合の例でこの学説を説明すると……」というようなことがなければ、期待したことについては得られないのでしょうか。

もし皆さんが「誰かを理解したい」「誰かを援助したい」もしくは「自分を理解したい」「自分の役にたてたい」という期待をお持ちだとしたら、それはそれでいいのです。それが皆さんのこれからの学習を支える「モチベーション」になるのですから。ただし、心理学の授業をいくつか聞いたり本を数冊読んだりすれば「たちどころにわかるようになる、できるようになる」ということはなかなかないということもまた確かなのです。

◆疑問をもつことの大事さ

先に「使うとすればどうなるのかな？」と書きました。この「疑問」についてですが、私は疑問には2つのものがあると思っています。1つは「よくわかっていないから感じる疑問」と、もう1つは「あることがわかったからこそ出てくる次の疑問」です。この後者の疑問は、学んだことと自分の目の前にあるもの・自分が役立てたいと思う領域との「ズレ」を埋めるための疑問と言えるでしょう。そして、ただ疑問に思うだけではなく、「もしかして

こうなるのでは？」という自分なりの（仮の）答えをもって確かめてみる、さらにダメだったら修正してみる、こういったプロセスを続ける限り、皆さんは「科学者と同じ」ことをしていることになるのです。

ただし、「思いついた答えを確かめてみよう！」と即実践に移すというのも危険です（生兵法かもしれませんし、「倫理」の問題も絡みます）、ここでお勧めしているわけではありません。皆さんには実践ではなくとも自分なりに「こうだとするとこれはこういうことなのか？」と考えたことがいったいどうなのか確かめる機会があります。それが皆さんのメインの課題、「レポート」です。

◆レポートは「内容」だけではない

「自分なりに考えた疑問と答え」を持ち、レポートに書くにあたって注意することがあります。それは、「私」の考えを「他人にも」わかってもらう、という努力です。「私はこう思う」と述べるだけでいいのなら、わざわざ大学で学ばなくても、そしてレポートをせさせと出して評価を受けなくてもいいのではないのでしょうか。つまり、この通信教育課程で行われるのは、皆さんと我々教員との間で「心理学」という共通の土台にたった上で、そこから（論理的に）展開される皆さんの考えを我々が吟味するということになるでしょう。

そのためにも、レポートでは「何を書くか」だけではなく「どのように書くか」という点にも十分に留意する必要があります。これは「レポートの構成」と「表現」に関することです。まず「構成」ですが、書くべき内容は揃ったとして、書く「順番」はそれでいいのでしょうか。そして「表現」ですが、美文名文である必要はないとして、ちゃんと言葉は足りているのでしょうか（逆に妙に“散文的”“文学的”表現が多用されているのもレポートでは???です）。「わかっているけどうまく表現できない」ということもあるかもしれませんが「伝わるように表現できて」はじめてレポートとして成り立つわけですね。

◆自分で例を作り出すということ

ご自身の考えをレポートに反映させるときに、最もよく使われる手段が「例を出すこと」ではないでしょうか。教科書に載っている例をそのまま引用するのではなく、自分で適切な例を「作り出す」ということは「このことは身のまわりのものに具体的にどうあてはまるのだろうか？」という疑問への答えにあたるものに他ならないと思うのです。

ただし例は「両刃の剣」です。説明すべきことへ適切な例が挙げられている場合、それはプラス評価のポイントになります。では、不適切な例はどうなるでしょう。皆さんのレポートに書いてある例がピンとこない場合には「ちゃんと理解していない」と評価せざるを得ないのです。「両刃なら例なんか書かない」と思われた慎重派の方、いらっしやいませんか？ 確かにその手もありますが、それはそれで「文献をまとめただけではものたりない」「独自の視点に欠ける」なんてコメントがくつついてくるかもしれません。そう単純にはいかないのです。

◆おわりに

ここまで読んできて、「そんなこと言われても……」と足がすくんだ方もいらっしやるかもしれません。しかし、まずはレポートをどんどん出してみてください。もちろんそれなりにちゃんと書いたという自負のもとにレポートを出してほしいとは思いますが、自信がなく再提出になりそうな気がしても、出してみて我々の付けるコメントから「じゃあどうすればよかったの？」と考えること（疑問に思うこと）が大事なのです。これは実際に再提出になった場合だけではなく合格となった場合でも同じです。合格すればそれで終わり、ではもったいない！いつまでも「これでいいのか？何がよかった？何が悪かった？」と問い続けていただきたいと思います。

このプロセスは「転びながら自転車の乗り方を覚える」ような、辛くて痛い営みかもしれません（さあ、この例は「適切」でしょうか？）。どうぞめげずにがんばっていただきたいと心から願っています。レポートで、スクーリングでお会いすることを楽しみにしています！

◆福祉心理学科の由来

我が国で初めて（おそらく世界でも初めて）の福祉心理学科が誕生したのは、1974年4月のことです。伝え聞くとところによると、当時の心理学は人間の心の働きを各領域に分けて解明すべく研究していました。しかし、心の各領域の理解を持ち寄ってみても、つぎはぎだらけのモザイク的な人間が見えてくるだけで、生き生きとした人間がみえませんでした。そこで、生活している人間を対象とし、人間の幸せに心理学的に貢献しようという意気込みで、（ドイツ語で）“Lebens Psychologie”の学科の創設が企画されました。当初は、「生活心理学」と「福祉心理学」の名前が考えられましたが、最終的には「福祉心理学」科に決まりました。

なお、福祉には2つの考え方があります。一つは、「弱者の救済」を目指すウェルフェア（welfare）です。もう一つは、「生命・生活・人生の質（QOL）」の向上を目指すウェルビーイング（well-being）です。以前は前者の考え方が強かったのですが、近年は後者の考え方が強くなっています。そして、福祉心理学科の福祉とは、当初から後者の考え方をとっていたといえます。

◆何を学ぶことができるのか？

今日の福祉心理学科は、以下のような特色を持っています。

- (1) 本学科では、広義には社会・環境と相互作用しながら発達し生活する人間、狭義には福祉の場面における当事者を対象として、心理実践力を修得し、それらの人たちの幸せに心理学的に貢献することを目指しています。社会・環境との相互作用、生涯発達、適応と不適応（自己実現）の視点をもって学んでほしいと思います。心理実践力については、通信教育部ホームページの「学科紹介」をご覧ください。

- (2) 人間の幸福を目指していない応用心理学はありえないという観点から、福祉心理学を応用心理学の基本として位置づけています。そこで、まず福祉心理学を学び、それから社会・産業心理学、発達・教育心理学、臨床心理学などを学ぶようになっています。
- (3) 人々の幸せを願い、それを実現するために最大限の努力をしようとする姿勢を「福祉の心」と呼んでいます。「福祉の心」は、相手のニーズや課題を把握して援助活動を展開していく際に土台となるものです。本学科では、このような援助者の心理と支援について学ぶことができます。
- (4) 社会福祉でも、「個別化・多様化・多元化」が図られ、「サービス中心」から「ニーズ中心」へと変わり、当事者の「心の理解」が欠かせなくなりました。本学科では、福祉の場面における当事者の心理と対応について学ぶことができます。
- (5) 虐待、学習障害、注意欠陥／多動性障害、不登校、引きこもり、家庭内暴力、離婚、自殺、介護などの問題が増え、心理学の知識とスキルを踏まえた「心の福祉」が求められるようになりました。本学科では、このような「心の問題」の理解と対応について学ぶことができます。

◆心理学の落とし穴

一つには、「心理屋の心理知らず」という言葉があります。心理学の専門家なのに、人の気持ちが少しもわかっていないという皮肉です。そもそも「心理学」とは「心の理学（科学）」のことであり、客観的なデータに基づいて心の一般的法則や個人差を研究しようという学問であり、気持ちを共感的に理解することとは異なります。しかしながら、福祉心理学を学ぶ上では、客観的なデータをとらえつつ、相手の身になって心の痛みなどもとらえる姿勢を持つことが望まれます。パウロは「たといあらゆる奥義とあらゆる知識とに通じていても、たとい全財産を人に施しても、愛がなければ、何の値打ちもない」と戒めています。

もう一つには、心理学を学んで、人の心がわかったような錯覚に陥ることがあります。例えば、恋人の心を分析し、得意になってしゃべり、嫌がられたという話もあります。ソクラテスは「自分の無知を知り、自分の魂を高めることが大切」と戒めています。

◆心理学関連の仕事

心理学を直接生かせる仕事としては、以下のようなものがあります。なお、詳しくはインターネットや書籍で調べてみてください。

- (1) 医療機関の心理職 精神病院や精神・神経科クリニック、心療内科、小児科において、心理検査や心理療法などを行います。「臨床心理士」の資格（取得見込みを含む）を採用条件にあげるところも多くなっています。
- (2) 公務員の心理職 県・政令指定都市の心理判定員、家庭裁判所調査官、少年鑑別所心理技官、厚生労働省の心理職、警察の心理職、科学捜査研究所所員などがあります。公務員試験に合格しなければならず、受験勉強が必要です。
- (3) 福祉機関の心理職リハビリテーションセンターの心理職や障害者職業力カウンセラーなどがあります。
- (4) スクールカウンセラー・教育相談員（非常勤）小・中・高等学校において児童・生徒のカウンセリングや保護者・教職員への助言を行います。多くは「臨床心理士」の資格（取得見込みを含む）を採用条件にあげています。「臨床心理士」の受験資格を得るには資格認定協会による指定大学院修士課程に進学しなければならず（本学大学院は一種指定校）、受験勉強が必要です。

その他にも、心理学を直接・間接に生かせる仕事は多くあります。

◆最後に

元政上人は「心にも及ばぬものは何かあると心に問えば心なりけり」と詠みました。心の不思議を知り、心のとらえ方を学び、福祉の心を深めていけることを切に願うものです。

10

新入生・進級生の方々へ

白 井 秀 明

◆入学・進級おめでとうございます

研究室の窓から見える桜が満開です。福祉心理学科へ入学なさったみなさん。心から歓迎いたします。「やりぬいてやろう!」という強い決意を抱いている方、レポートを書く時間をどうやってつくろうか?こんなに難しそうな本を読んで本当にレポートが書けるんだろうか??と少し不安に思っている方など、さまざまだと思います。一方、進級なさったみなさん。お疲れ様です。順調にレポート提出やスクーリングをこなされている方、なかなか順調に進まず焦りを感じている方など、こちらもさまざまだと思います。

私にとって、この桜の季節は年間の授業計画の再編成の時期です。授業で配ったプリントや受講生の授業の感想などを見返しながら、昨年度にやったことは1年前の計画通りにいったのか?ここはうまくいかなかったから見直す必要があるかな?新年度の授業は、この計画通りうまくいくかな?などとあれこれ考えます。少し強めの風に揺れている桜の花びらを見ながら、毎年この時期に感じる、期待、不安、焦りなどは、こうした計画の立案や見直しの作業からくるのではないかと考えてしまうのですが、それは言い過ぎでしょうか?

いずれにせよ、みなさんがこの時期に抱くさまざまな思いは、通信教育という非常に限られた時間で自分の「学び」をどう実現しようかと真剣にお考えになっているからこそだと思います。一年後の桜の季節に、計画通りに実現されたことがたくさんある、よかったなあ!と、お互い思いたいものですね。

◆入学・進級のプレゼント

今回の目的は、福祉心理学科の新入生・進級生へのメッセージということなのですが、ただおめでとう、がんばってね、といっても、なにかカレンダーの表紙のようにめくられて読みとばされるのではないかと、いらぬ心配

をしてしまいます。だったら、読みとばされないような文章を書けばいいじゃないかと言われそうですが、私にはその文章力也没有ありません。そこで、プレゼントをしたいと思います。ものではありません。私が大学時代に教育心理学の講義で紹介された本に載っていたエッセイです。

いまだに「教えること」「学ぶこと」を考えると、私の心の中で原点になっているものです。他力本願？……まあ、本学とは宗派が違いますが、お許しください。それは次のようなものです。

私はかつて幼稚園の2児を近郊に伴った。彼らは“みやこぐさ”の花に注意を引かれたが、その名を問うほかに能がなかった。当時、私どもの菜園には、同じ豆科の“えんどう”の花が咲いていたので、私は名を教えるかわりに、その花を持って帰り、おうちでそれによく似た花を見出すようにと指導した。彼らが帰宅後両者の類似を見出した時には、小さいながらも自力に基づく新発見の喜びに燃えた。やがて一人は“みやこぐさ”について、“これにもお豆がなるのか”と尋ねた。それは誰にも教えられない独創的な質問であった。私はそれにも答えずに、次の日曜に彼らに現場で確かめることを提案した。彼らがそこに小さな“お豆”を見出した時、そこには自分たちの推理の当たった喜びがあった。秋が来た。庭には萩の花が咲いた。彼らが萩にもお豆のなることを予測した。彼らは過去の経験から、いかなる花に豆がなるのかを自主的に知り、その推論を独創的にまだ見ぬ世界に及ぼしたのである。

(渡辺万次郎「科学技術と理科教育」『理科の教育』Vol. 8, No. 11; 高橋金三郎『授業と科学』国土社, 1973より引用)

少しく解説がいるかもしれませんが。ミヤコグサなどの豆科の花の多くは、ふつう蝶形花といって蝶が羽を広げてとまったような形をしています(右図参照)。そんなめずらしい形の花なので、幼い子どもらの目にとまったのでしょう。初老の(?)男性と幼子らのほのぼのとしたやりとりとありますが、じつは「学ぶこと」と「教えること」についてたいへん考えさせられる事例だと思うのです(他にも



いっぱい読み取れることはあるのですが)。「教えること」についてはスクーリングの時に話しするとして、今は、そう、「学ぶこと」です。幼い子どもたちは「なに」を学んだのでしょうか？

いろいろ言い表し方はあるとは思いますが、ここでは花の形が似ていることの「意味」とでもしておきましょうか。もちろん、「蝶形花にはマメができる」という意味を、子どもたちは男性からもましてや花たちからも一切告げられていません。花の形が似ている、一方にはマメがあるという事実たちから自分自身の力でつかみ取った、もっと言えば、つくりあげた「意味」です。自分でつくりあげた「意味」だからこそ、その意味を自分自身で使って「これ（ミヤコグサ）にもおマメがなるのかな？」と独創的な予想をすることができのです。そして、だからこそその予想が当たったときには「喜び」に打ち震えるのです。おそらく予想が外れたら「驚き」にうちひしがれるに違いありません。自分でつくりあげた「意味」、それにもとづいた予想の確かめにはそんな感情を揺さぶる効果があると、私は信じています。「学ぶ」というのは、こんなダイナミックなプロセスなのです。

◆よけいなお世話

こうした文脈の中で「学ぶとは」をまとめれば「自分で意味をつかみ取ってそれを確かめる過程」ということになります。何か結果にあたるようなものを記憶してレポートやテストでそれを思い出して書くといったような静的なプロセスとは無縁なのです。ましてや数冊の参考書から数百字ずつ「……」付きの引用だけが並んでいて、最後の最後に「…ということがわかりました。」だけが自分の言葉というレポートに出会うと、心から泣きたくなくなってしまいます。どうしてこんなわくわくする楽しい「学ぶ」というプロセスを避けて通ってしまうのかな、と。

じゃあ、どうしたらこの福祉心理学科の通信教育で「学ぶこと」を楽しめるのか。それには、まず『福祉心理学科スタディ・ガイド』をよーくお読みになることだと思います。そして各科目の教科書や参考書を読んでガイドを読み直す。このいったりきたりが秘訣だと思います。

幼稚園生になんか負けてはいられません。ぜひ「学ぶ」ことをご自分自身で楽しんで、レポートで報告してください。期待しています。

木 村 進

今年も新入生を迎えて、新しい年度がスタートしました。最近、心理学科を希望する人が減少傾向にあるという懸念はありますが、新入生を迎えるということは、毎年のことながら、私たちにとってもワクワクする出来事です。この原稿依頼があったことで、自分のこれまでの心理学との関わり合いを振り返ってみながら、「心理学を学ぶ」ということについて、あれこれ考えてみたいと思います。しばし、おつき合ください。

◆私の心理学事始

私は、小学校の先生になりたくて教育学部に入學しました。いろいろ学んでいるうちに、心理学に興味を覚え、方向転換しました。どこが面白かったのかと思い出してみると、最初は、人というものを考える時に、答えが一つではないということだったような気がします。いろいろな見方ができるということが魅力的でした。心理学を学ぶということは、人というものをいろいろな角度から考えられるようになるということであり、そうになると、なかなか断定ができなくなります。だから「人って面白い」と私は思っています。その後、大学院進学時から、発達心理学に焦点を絞ったわけですが、それは「育つ（育てる）存在」としての子どもの捉え方に魅かれたからでした。

以来、何十年と、発達心理学とつき合ってきましたが、私の基礎にあるのは「育つ・育てる」ということです。子どもの発達について研究するとともに、育児や保育・教育の分野にも関わってきています。

◆心理学を学ぶということ（PART I）

心理学とは、心を研究する学問だと思われがちで、それも間違いだというわけではないのですが、心そのものは目に見えないので、心理学が直接扱うのは、心が目に見える形になった、広い意味での行動なのです。したがっ

て、心理学は「行動科学」の一分野であり、単純に言えば、どのような条件でどのような行動が起こるかということを明らかにしようとするものです。行動の生起を、その人がもっている内的条件とその人を取り巻く環境的条件から解明しようというのが心理学です。

別の角度から考えてみましょう。人を知るということは、自分を知ることであり、自分を知ることが人を知ることの土台になると私は考えています。したがって、心理学を理解する時に、自分の経験が役に立つはずで、心理学の理論や知識をそれ自体として理解するだけでなく、自分の経験や周囲の人々の行動と関連づけて覚えようとするのが大切です。心理学を学ぶということは、自分の経験を理論化するという側面も持っていると思われる。そういう意味では、人生経験豊かな年長者の方が心理学を学ぶのに向いているといえるかもしれません。

◆心理学を学ぶということ (PART II)

通信教育における学びは、スクーリングは別として、テキスト等の文献を読み、レポートとしてまとめるという作業が中心になります。一般にテキストというのは、基礎的な事柄について分かりやすく書いてありますので、読んでも分からないということはあまりないと思われます。ただしこれは、1回読んで理解できるという意味ではありません。1回で分からなければ2回、2回で分からなければ3回というように読むということです。また、レポートを書くために読むのではなく、読んで理解したことを基にしてレポートを作成するのです。つまり、心理学を学ぶということはレポート課題と関係のないところまで含めて基本的なことを理解するということを意味しています。同じことですが、テキスト以外の文献を読むということも大切です。

とはいうものの、評価の対象はレポートですから、レポートがしっかりかけなければ努力も水の泡です。しかし、レポートについては、相当親切的な「解説」がついていますので、解説をしっかり理解してから作成にとりかかれば、「不可」ということはないはずです。

◆心理学を学ぶということ (PART III)

新入生の皆さんの進学の動機は様々だろうと思われそうですが、心理学に限らず、「学んでよかった」という達成感を得るためには、どれだけ主体的に学習に取り組んだかということが重要な意味をもっているのではないかと思います。

主体的に取り組むということは、テキストを読んだり、レポートを作成することはもちろんですが、それだけでなく、自分なりのテーマを設定して取り組むということをお勧めします。つまり、自分の学びの焦点を創るということです。大きく言えば、心理学には種々の分野がありますが、自分がとくに興味をもつ分野はどれかということですし、さらには、その分野の中の一つのトピックス（テーマ）を選んで、主体的に取り組むということです。それについては、人に教えられるくらい勉強したという手応えが達成感につながるのではないかと考えています。

◆まとめに代えて

心理学は科学ですから、人間（の行動）を客観的に理解するための研究法も学ばなければなりません。そういうことを含めて、第一には、科学的・客観的とはどういうことかについて理解してください。科学的・客観的というのは、獲得した理論や知識をどのように活用するかということを意味しています。したがって、それを理解することは、単に心理学を学んだということを超えて、いろいろな部分で役立つはずです。

心理学は人間を科学する学問です。その土台には、それぞれの人がもつ人間観、人生観、価値観があります。学びが、自分を含めて人の幸福につながるというのが理想ではないでしょうか。そのためには、自分が人間というものをどのように捉え、どのように接しているかということを意識しながら心理学を学ぶことが大切だと思っています。そして、何よりも心理学を学んだことが、自分を見直し、自分を温かく理解することにつながることを期待しています。

12

福祉心理学を学ぼうとしている方へ

小 松 紘

(本学特任教授による特別寄稿)

◆心理学の対象

心理学 (psychology) は、その語源から判断しても、「心の学」(ギリシャ語の“精神・心”を意味するPsyche+“学”を意味するLogos) として一般に受け入れられています。では、“こころ”とは何かということになると、それを問題にしようとする人の数だけ意味があるようにも思われるし、あるいは、きわめて簡単な表現で言い表わせるようにも思われます。このように主観的で曖昧な“こころ”は、科学的な用語としては多義的であるため、心理学では「意識 consciousness」という概念が用いられることが一般的です。しかしこの「意識」も“こころ”の含む意味をすべて備えきれない面があるとともに、「意識」自体主観そのものです。したがって科学としての心理学では、観察や測定可能な「行動 behavior」をより客観的指標として、意識のあり方を知る手がかりにしてきたわけです。その意味で、「意識」と「行動」は、心理学の主たる目的である人間理解の重要な研究対象であるわけです。

◆心理学の2つの領域

ところで、人間を理解するといっても、大きく二つの立場があります。一つは、私たちの日常的な生活の場での理解であり、この例は無数にあります。たとえば私たちの買い物のしかたを見ると、日用品を買う場合のように習慣的な買い方、趣味品を買う場合のように選んで買う選択的な買い方、品物に魅了されてあれこれ考えずに買ってしまふ無選択的 (あるいは衝動的) 買い方、自家用車など高額な品を買う場合のようによく考えて計画的に買う買い方があります。これらの購買行動は日常的によく見られる行動ですが、心理学の応用領域、たとえば消費者行動心理学では、類型化してその特徴を捉えることにより私たちの購買行動を理解しようとしています。

一方この問題を一般化して、人間の行動を喚起し、維持し、目標に向かって方向づける働きをする心理機制（メカニズム）を想定すると、人間行動が理解しやすくなると思われます。「動機づけ motivation」はそのために作られた概念です。さらに理解を深めるために、「欲求 need」、「動因 drive」、「誘因 incentive」などの概念を作ることになったわけです。例えば、食事をするというようなケースでは、血糖値が低下して“おなかがすいた何か食べたい”と思っている状態が「欲求」なわけです。でも大事な会議の最中なので我慢せざるを得ないということがしばしばあります。つまり「欲求」とは生体内の何らかの欠乏や過剰がその原因となる一種の“潜在力 potential”であって、まだ行動には至っていません。さて、やっと会議が終わりました。さあ食事に行こうと立ち上がりました。この行動を喚起する直接的な力は「動因 drive」といわれます。でも、食堂はどこにあるのでしょうか。つまり「動因」だけでは行動は定まりません。おなかがすいた人々は、食堂に向かって移動し始めます。このときこの'食堂'は、行動を方向づけるところの「誘因 incentive」になります。食堂で食事を終えたとき、「欲求」も「動因」も解消するわけです。

上の二つの立場のうち、前者は具体的・実証的で、私たちの購買行動の理解に役立ちます。一方後者は、広く私たちの行動の基礎にある心理機制を説明しようとするものです。

「動機づけ」、「欲求」、「動因」、「誘因」どれも私たちの五感ではとらえられませんが、「はたらき」としてその存在は認められるわけで、このように人間行動の説明や理解のために作られた概念を「構成概念 construct」といいます。

◆実学としての福祉心理学

基礎を勉強すると、そこから得た知識を実生活で試してみたくなりますし、応用の分野で仕事をしていると、背景にある心のメカニズムに関心を持つものです。心理学の応用領域は常に基礎領域による点検が必要であり、基礎領域は、それが人類のみならず地球レベルで、はたして意義ある研究に発展するものなのか、検閲が必要と思われます。基礎と応用は、よく車の両輪にたとえられ、そのバランスの大切さが強調されますが、その車が走る軌道

は、人類を含む地球家族にとってよりよい未来に続くものでなければなりません。

心理学が実証科学である以上、私たちは多くの人が納得できる証拠（エビデンス）を得るために、客観的で、信頼性が高く、正しく対象を捉えられる技法を修得することが求められます。それに加えて、心理学を学ぶ私たちは、学ぶことによって得られるものを、世のため、人のため、そして自分のために、日々の生活の中で活かしていくことを心がけることが大切であると思います。その意味で心理学は実学であり、「福祉心理学」は“学びと実践”の可能性を探求する、またとない場であるといえるのではないのでしょうか。

◆はじめに

心理学を専攻していると時々人から「人のところがわかりますか?」「なんだか分析されているようで怖くなります」等のようなことをしばしば言われることがあります。一般の人々は、このような「万能化した心理学のイメージ」を持っている傾向にあると思います。皆さんも福祉心理学科を専攻した動機に多かれ少なかれこのようなイメージをもちながら、少しでも「人間心理」の理解が深まったらいと思い専攻しているのではないかと推察しております。

さて、心理学の勉強を始めていかがでしょうか。「人のところがわかるようになった」でしょうか。私は、上記の質問に対しては、「人のところがわかったなら、心理学の勉強などはしておりません」と答えております。人間の心理は、そんな単純でないことはすでに皆さんおわかりであろうと思います。人間の存在は、どのような学問を持っても「未知数の存在」だろうと思います。「わからない存在」であるが故に解明をしたいと思うのが、人のところだと思います。その結果、科学が進歩し、人間存在がかなりの部分において解明されてきたことも確かです。心理学においても、心理学を勉強しない人より、心理学を勉強した人の方が心理を少しはわかると言えるでしょう。

◆科学と心理学

心理学において「人のところがわかる」というテーマは、心理学の根幹的テーマとなっております。

福祉心理学を勉強している人はすでにお分かりのように、心理学の一般的イメージとかけ離れた内容を勉強していると戸惑っている人が多いのではないかと思います。心理学が「実証科学」であることをまだ十分に理解してい

ない人にとっては。極端に言えば「人の心理が見えない心理学を勉強している」と思っている人もいるのではないかと考えております。

不登校や人の悩みの一助になれば等のような臨床心理学に興味のある人にとっては、その思いはより一層強いのではないかと推察します。確かに臨床現場では、「実証科学」から離れたことを要求され、またときに効果的に働くこともあります。それでは、他の客観的心理学は、「あまり必要ではないのでは」という問いが生じてきます。皆さんは、その問いをどうお考えになりますか。

しばしば主観性が要求される臨床心理学にとって、主観性を客観化する能力をつけていないとしたら、その主観性は、一般化される内容ではなく、個人的な体験に落ちる危険性を秘めています。したがって、主観性を使う臨床心理学にとっては、主観的体験を客観化する能力がより求められることになります。もしそれを怠ることになると「命綱を持たずに危険な未知の世界に入り込むこと」に等しくなります。それは、クライアントとカウンセラーが共に危険に巻き込まれることを意味しています。

◆レポート作成上の留意点

客観化する能力は、どのように身につけたらよいのでしょうか。現実的・具体的な「レポートのまとめ方」を例に出します。

レポートの内容は、一言で言えば幅があります。そこで「おや？」と思うことから述べてみます。

レポートは、参考書等（インターネット検索した文献も含む）をそのまま「要約」するレポートがありますが、それはレポートと言うよりは、「要約文」と言った方が正確でしょう。要約して理解したことから、レポート課題を考え、書くことが「客観性の能力」が育つことであろうと思います。そのためには、「時間」と「努力」が求められます。

また、レポート課題を十分理解しないレポートがあります。内容がよいこともあります。レポート課題からズレております。なぜそのようなことが起こるかという自分の「主観性」を先行させた結果によるものと思われる。教員が求めた課題（客観）に対応せず、自分の思い、考え（主観）を優先したためと思われます。たとえ、そのレポートがすばらしい内容であって

も相互的対応性（主観性－客観性の対応）に欠けているレポートとなってしまいます。

私のスクーリングを聞いた方はすでにご承知ですが、「意識」の特徴のひとつに「怠惰」（省エネルギー）がありますので、その特徴と仲良くするのではなく、適切につきあうことが客観性を身につける道と思います。

Ⅱ章

心理学実験への招待

- 14 心理学ではなぜ実験をするのでしょうか ● 小松 紘
- 15 実験と心理学の深～い関係 ● 大関 信隆
- 16 実験レポートのまとめ方 ● 中村 修
- 17 心理学実験Ⅰスクーリングを終えて ● 佐藤 俊人
- 18 心理学実験Ⅱ，研究法Ⅱを終えて：
改めて心理学の研究とは ● 中村 修
- 19 心理学実験Ⅰをふりかえって ● 大関 信隆

小 松 紘

(本学特任教授による特別寄稿)

◆実験 (experiment) とは

私たちの毎日の生活のなかで、何も問題なく過ごしているときには気づかないことでも、いったん困ったことが起こると、どうしてそのようなことが起こったのだろうか、いろいろその原因を問題にし、それらの因果関係を考えることになります。たとえば、Aさん宅で一緒に暮らしているおじいちゃんが、座敷でつまづき転んだとします。このとき「おじいちゃん気をつけてよ!」と言っただけで終わってしまわないで、どうして転んだのだろうかと考えて欲しいものです。

この場合、転ぶという結果を引き起こした原因として、大きく①座敷内の物の配置や畳の状態、照明などの環境側の要因と、②おじいちゃん自身の運動能力や注意のしかたなど、心身機能の問題、さらにはおじいちゃんが日頃不注意な人なのかどうかといった、当事者側の要因が考えられるでしょう。でも、おじいちゃんに尋ねたところ「暗かったので」という答えが返ってきたとしたら、照明の適正さが問題にされなければなりません。そこで照明が調べられることになります。

さて、いざ調べようとする、私たちはそこに様々な問題が存在することに気づくことになります。たとえば、照明が適正であるかどうかは座敷の広さと関係があります。洋間の場合はとくに壁面の材質や明度、色なども取り上げられなければなりません。でもおじいちゃんは日本間が好きなので、家の中にある4.5畳、6畳、8畳の部屋それぞれについて、30ワットの蛍光灯1本、同2本、同3本と照明条件を変え、明る過ぎずまた暗過ぎず、しかも足下にある物を見つけやすい条件を調べることになります。実はこれは立派な実験場面ということになります。そしてその場合、「転んだのは照明が不適当だったからではないか」という仮説 (hypothesis) のもとに実験がなされることになるわけです。

◆実験における配慮

不明なこと、わからないことをいろいろな方法を用いて調べ考えて、真理を究明することを研究 (study, investigation, research) といいます。実験はその問題の因果関係についてある仮説を立て、それを検証するために、他の要因を一定にして原因と思われる要因を系統的に調べ、そこに存在する法則性を明らかにする研究法のひとつです。他の要因を一定にすることは、ふつうの生活では無理なことが多いので、必要に応じて照明や音、湿度、換気などを統制 (コントロール control) できる特別な部屋が作られますが、これを実験室 (laboratory) といっています。心理学の歴史では、1879年にドイツのライプチヒ大学に世界で初めての心理学実験室が、W. Wundt (ウィルヘルム・ヴント) によって設立されました。ここから科学的心理学がスタートしたといわれています。

科学が備えなければならないことは、経験的に確かめることができる実証性と論理性、体系性ですが、実験はこれら科学的知識を得るための有力な手段といえます。上の例でいえば、おじいちゃんが転んだのでお隣に相談したところ、30ワットの蛍光灯2本がよいと言われたとしても、それは日常的知識であって科学的知識ではありません。3つの部屋それぞれにおいて、蛍光灯の本数に関する3つの条件ひとつひとつを実際に試し、おじいちゃんの印象を尋ねてみて、初めてその部屋にふさわしい電球が決まるのです。この場合蛍光灯の本数を独立変数といい、おじいちゃんの明るさ感あるいは見やすさ感を従属変数といいます。さらに部屋の広さは助変数 (パラメータ parameter) といわれます。実験は一般に要因を操作する実験条件 (または実験群) と、要因を操作しない統制条件 (または統制群) を設けて結果を比較し、要因の効果を調べます。しかし、上の例のように要因間で比較する場合もあります。いずれにせよ、このような手続きを経て得られた知識は科学的知識といえます。この例でのおじいちゃんは被験者 (subject, または実験参加者 participant) であり、照明と適正さを調べたAさんは実験者 (experimenter) になります。

しかしAさんの試みも1回だけでは偶然の結果かもしれないので、何回か調べてみることにしました、そのことによって得られた知識はより信頼性 (reliability) のあるものになり、さらにまた、多くのお年寄りに参加しても

らって調べれば、より客観性（objectivity）が増すことになります。また蛍光灯の本数を変えてみたAさんの試みも、おじいちゃんの部屋の照明を決める方法としては、妥当性（validity）のある方法といえます。通常測定に際しては、照明強度の測定順序をランダムにして順序効果を相殺したり、被験者となる男性、女性の人数を同じにしたり（これをカウンターバランス counterballanceといいます）、いろいろと配慮しなければならないことが多いものです。おじいちゃんの部屋に対する好みなど、被験者の内的条件を考慮すれば、事態がさらに複雑になることはご想像いただけると思います。

実験は、一言で言えば、確かな知識を得るために行われるのですが、とくに上に述べたような、刺激の物理的側面を操作することによって、人の意識や行動を調べる方法は、精神物理学的、あるいは心理物理学の実験として比較的長い歴史をもっています。この方法では実験に際して、被験者に競争意識などもたないように、また実験者にも結果に特別の期待などもたないように求められます。後者は実験者変数などと言われていますが、これを防ぐために、実験の教示（instruction）をテープレコーダーに吹き込む方法が用いられたりします。しかし実験の中には、被験者や実験者の内的条件、あるいは相手への印象や効果を、積極的に調べようとするものもあり、さらには騙し（deception）のテクニックを用いたりするものもあります。くわしくは実験に関する参考図書などで調べてみてください。

本学通信教育部で心理学を学ぶ際に必ず経験する授業のひとつに「心理学実験」があります。「実験」などと言うと、何やら理系の人たちがやるような印象を持ち、およそ心理学とは無縁の授業のように思われた方も多いのではないのでしょうか。心理学はもっと深遠な、形や数字では表せない、人の心の奥底を知る学問のような気がしたのに……と。

このような疑問を持たれた方のために、今回は紙面をお借りして、なぜ心理学で「実験」の授業があるのか、「実験」の授業から何を学べばよいのか、についてお話ししたいと思います。「実験」って、実は心理学ととても深～い関係にあるんですよ。

◆心理学の目的とその接近法

心理学の学問的な目標を大雑把に説明するとしたら、それは「多様な人間の行動を心理的側面（心理的要因）から説明すること」と言えます。ある人間の行動が生起する裏側には、どのような心理的要因が存在し、どのような影響を及ぼしているのか、についての一般的法則・モデルを検討することです。

人間の行動に影響を及ぼす心理的要因を探求していくには、いくつかのアプローチがあります。例えば、対象の行動や心理的内界をつぶさに観察していく方法（観察法）や、アンケートのような“質問紙”を使って大勢の人の意見や考え方を探る方法（調査法）などです。そして、「実験」という方法もそのひとつです。

◆実験って何？

一般的に「実験」という語が意味するものは「厳密な統制条件下で、特定の要因操作が対象の変化に影響を与えたかを検討すること」です。これを心

理学の場合に置き換えて表現するのなら、「ある心理的要因が人の行動にどのような影響を与えるか検討したい時（**研究の動機**），その要因以外の要因を極力排除した状況を作り出して（**厳密な統制条件下**），影響の源と考えられる要因を加えたり，取り除いたりするなかで（**要因操作**），要因が実際に人の行動に影響を及ぼしたかを検討すること（**データの分析と考察**）」と言えるでしょう。

◆実験法の利点

先にご紹介した3つの方法，すなわち「観察法」「調査法」「実験法」は，いずれも人間の行動に影響を及ぼす心理的要因を検討するために用いられませんが，なかでも実験法は，心理的要因とそれが影響を与える人間の行動との関係を最も明確に描き出すことのできる手法といえます。

確かに，実験法は「厳密な統制条件」を必要とするので，観察法ほど日常的な状況下での自然な人間の行動を捉えているとはいえません。また，同時に実験ができる人数に限度があるので，数百人単位で意見を聞ける調査法ほどには多くの人から情報を得ることができるわけでもありません。ですが，人間の行動は非常に複雑であり，それに影響を与える心理的要因も多岐にわたります。日常的な行動場面では，いったいその行動に最も影響を与えている要因が何なのか，見えにくくなってしまいます。また，多くの人から意見を聞いても，その意見が実際の行動や意見をそのまま反映しているという保証は，必ずしもありません。

そんなとき，「限定された状況下ではあるが，この心理的要因を操作すると，確かに人間の行動が変化する」という，「心理的要因と行動との関係性」を明確に打ち出せる実験法は，非常に強力な「人間の行動を探究していくための手段」となります。

◆「実験」の授業がある意義

先ほども書きましたが，人間の行動は非常に複雑なので，前述した3つの方法のいずれを採っても，人間の行動メカニズムを一時に，完全な形で捉えることは難しいものです。大切なのは，自分が知りたい人間の行動に関する

メカニズムが、どのような方法を採用すればより明確に描き出せるのか、を考えることです。このような、「研究対象に近付くための方法：研究の方法論」のひとつとして、「実験的手法」を学ぶことが心理学実験の大きな目的と言えます。

現在、心理学の第一線で行われている実験は、非常に複雑で難しいものも少なくありません。ですが、スクーリングで皆さんが体験する実験は比較的簡単なものであり、また内容も古典的な（ベーシックな）ものがほとんどです。そのなかには「これのどこが人の行動説明に関係があるのか」少し見え難いものもあるでしょう。ですが、実験を行う1～3年次は、実験法という「手法」を体得することに重点が置かれています。つまり、

- (1) 実験とはどのような流れで実施されるものなのか
- (2) 状況を統制するとはどのようなことか
- (3) 要因を操作するとは何か
- (4) 自分が実験を実施する側（実験者）になったとき、相手（被験者）がどのような反応を返してくるか

など、実験法を用いて実際に研究する際に重要な事柄を体験してもらうことが重要かと考えています。そして、ここで体験した「要因を操作するという視点から、人間の行動を探究していく」というアプローチは、「実験」に限らず、心理学のさまざまな事柄を習得していく際に、とても大切な枠組みとなるはずです。これらの点を念頭に置きながら、心理学実験に臨んでいただけると嬉しいです。

◆歴史的にも深〜い関係

最後に、心理学の歴史から見た「実験と心理学の深〜い関係」について、簡単にご紹介しておきます。

近世以前まで「こころ」というものは、主に哲学的な側面から語られてきました。ですが、16～17世紀頃に天文学や物理学の学問的發展があり、「実証可能な研究方法を採る学問こそが科学である」という風潮が強くなりました。そのなかで、心理学も科学の一ジャンルとして確立するために、「実験的手法を用いたアプローチ」を模索するようになりました。そんな折、後に「心理学の父」と呼ばれる**ヴント**（Wundt, W. 1832～1920）が世界で初めて

大学に心理学の講座を設けましたが、それは実験心理学の講座でした。また、それと前後して、記憶や情動などの研究も、実験的な手法を用いて数多く行われた経緯があります。

比較的関心を持たれている方も多い臨床心理学分野での例を挙げるなら、臨床心理学の中で重要な概念の一つである「学習性無力感（何度も何度も失敗を繰り返すと、やがて行動そのものを起こそうとしなくなる）」も、最初 は動物（白ネズミ）を使った実験から導き出されたものなんですよ。

以上、心理学における「実験」の意義や重要性について述べさせていただきました。「実験」に対する印象や考え方が、少しでも変わっていただけたでしょうか。スクーリングの際も教える側として、できるだけ「実験法の意義」を理解していただけるよう努力したいと思いますので、受講者の皆さんも尻込みせず、積極的に実験に臨んでみてください。

心理学実験は、p. 51～54で大関先生が書いたように、「実験法」という手法を体得することに重点が置かれていますが、それに加えてもう1つ大事な目的があります。それは、「研究を記述する」方法を学ぶことです。

◆心理学実験の流れ

心理学実験は、以下のような流れで進みます。

①実験概要の説明→②実験→③結果の処理の説明→④レポート作成（実験課題によっては①と②が入れ替わることもあります。というのも事前にどのようなことを目的とした実験かということを知ってしまうと、結果に影響してしまうことがあるためです）。

④のレポートは、これまで皆さんが各教科で作成してきたレポートと毛色が違います。何が違うかということ、「心理学の論文形式にのっとって」まとめてもらうことになります。それではまず、心理学の一般的な論文の形式を説明しましょう。

◆一般的な形式

心理学の論文は、「問題・目的」「方法」「結果」「考察」の4つの部分から成り立ちます。

【問題・目的】大まかに言って、以下の3点についてまとめます。

- (1) 問題意識の整理：研究のテーマを取り上げた理由、特になぜそのことを研究することが（学問的、社会的に）重要なのかということ
- (2) これまでの研究の整理：テーマに関してこれまでの研究の動向とそれでわかっていること、これから取り組まれるべき問題点、特に自分の研究に直接関連する研究の紹介
- (3) 目的：自分の研究で明らかにすることを明確にし、仮説、予想を明示

【方法】ここでは、この部分で書かれていることを読んだ人が同じように実験をやってみることができるように説明していきます。

- (1) 被験者：被験者の属性（性別、年齢など）、人数
- (2) 実験日、実験場所
- (3) 材料、課題：実験に用いる機材・物品について説明します。
- (4) 手続き：実験の流れ、つまり「材料や課題を行う順番」や「説明のタイミング」等について説明します。

【結果】ここでは、実験から得られたデータに基づく事実のみをまとめていきます。必要に応じて、図や表を用います。ただし、図表を載せればいいというものではなく、図表のどこがポイントなのか、見るべき点をしっかりと記述します。

【考察】結果の解釈を行います。結果が仮説・予想を支持したのかどうか結論づけます。また、問題のところで整理したこれまでの研究結果との比較から、新たにこの研究でわかったことをまとめます。要は、この研究で明らかになった点、ならなかった点、今後の問題点を整理します。

◆なぜこのような書き方をするの？

p. 52で大関先生は「心理学における実験」を以下のようにまとめています。文章をそのまま引用しますが、わざと3つの部分にわけて書いてみます。

- (1) ある心理的要因が人の行動にどのような影響を与えるかを検討したい時（研究の動機）、
- (2) その要因以外の要因を極力排除した状況を作り出して（厳密な統制条件下）、影響の源と考えられる要因を加えたり、取り除いたりするなかで（要因操作）、
- (3) 要因が実際に人の行動に影響を及ぼしたかを検討すること（データの分析と判断）。

(1)から(3)までの各部分と「心理学の一般的な論文の形式」を対応させると、「(1)=問題・目的」「(2)=方法」「(3)=結果・考察」になります。要は研究の動機から研究結果まで、その研究に関するすべてのこと、一連の流れを論文で説明しなければなりません。その流れに沿った説明の仕方が、この論

文の形式ということになります。もう少し説明を加えましょう。

どの研究方法を用いる場合でも、研究は「〇〇について調べたい、なぜ人は〇〇のような行動をするのだろうか？」という研究の動機・問題意識をもつことから始まります。ただし、漠然とした問題意識だけでは研究は進みません。つまり、「〇〇には△△が影響するのでは？」という形での「仮の答えを含んだ問い」をもたなければなりません。その点については、私が書いたp. 76～85の「心理学研究法のヒント」（清兵衛シリーズ）を参照してください。研究を記述する際にも、まずは「問題・目的」として、「問題意識から検証可能な問いへ」と至る流れを説明していきます。

次に、この「仮の答えを含んだ問い」をどのような方法を用いて検証したか、ということ「方法」で記します。この部分は本当に重要です（もちろん他の部分も大事なのですが）。例えば、ある結果を示した研究で「被験者は大学生30人、実験法を用いて、このような条件で……」ということが説明されていたとします。その研究に興味を示した読者が、「それなら、小学生に同じことをやってみたらどうだろうか？」「実験条件をこのように変えてみたらどうだろうか？」などと、新たな問題意識をもち、そのテーマの研究を発展させていく、こともあるわけです。ある結果が導かれるのは、それを導き出した方法あってのことです。逆に言えば、どんな方法で明らかにしたのかわからない結果は信用できないのです。

最後に、用いた方法でどんなデータが得られ、それがどういうことを意味するかを「結果・考察」でまとめていきます。得られたデータから、「仮の答え」を「本当の答え」に昇格させられるかどうかをこれらの部分で明確にしていけるわけです。

◆心理学実験でのレポート作成

心理学実験では、前述の形式に則ってレポートをまとめてもらうということは説明しました。しかし、4日間日替わりで行うそれぞれのテーマについて、受講生の皆さんに一からまとめてもらう、つまり【問題・目的】からまとめてもらうのは実質的に無理なことです。その日のテーマにそってこれまでの研究を調べたりする余裕などはありませんからね。なので、【問題・目的】【方法】については、こちらで書くべき内容を整理した資料を準備して

においてそれをもとにまとめていただく形であったり、書き込み済みのレポート用紙を用いる等で対応します。

皆さんにがんばってもらうのは、【結果】と【考察】です。これらは、実験当日どのようなデータが得られるかによって書くべき内容が左右されます。実験終了後、結果の処理（平均値の算出など）をし、実験種目ごとのフォーマットにあわせて結果を記述します。そして、得られた結果から考察していくことになります。皆さんがデータからどのように考えるか、どう考察するかが一番苦労するところでしょう。もちろん、「このような結果はこういうことを示す」ということは説明しますが、「みなさん共通にこういうことを書きましょう」ということにはならないのです。

◆レポートの具体例

それでは、以下にレポートの例を示します。これは、実際に今回の心理学実験で行う実験種目のものではありませんし、スペースの都合でかなり短縮して書いてあります。

実験テーマ：短期記憶容量の限界について

【問題】

短期記憶の容量の限界は「 7 ± 2 チャンク」と言われている。このチャンクとは「意味ある情報のまとまり」を表す単位であり、短期記憶が物理的な情報量にそのまま対応するわけではないことを表している。ここから、チャンク化によって記憶可能な物理的な情報量が影響を受けることが予想される。本研究では、同一の文字が用いられているがチャンク化の異なる文字列を用い、チャンク化が記憶量に及ぼす影響を検討する。

仮説：チャンク化された文字列を記憶する条件とチャンク化されない文字列を記憶する条件とでは、前者の方が後者よりも再生量が多いだろう。

【方法】

被験者：A大学1年生 20名（男女各10名ずつ）

使用機材：ストップウォッチ 2つ 1桁の加算用紙 20枚 結果記述用の用紙 20枚

記憶材料：16文字から構成される2つの文字列を用いた。

材料1 チャンク化された文字列「 EveryLittleThing 」

材料2 チャンク化されていない文字列「 yEgrlneTivtheitL 」

この材料2は、材料1をランダムに並べ替えたものである。よって、材料1と2は使用される文字種は同一であるが、文字の並びの違いによって、材料1は3チャンク (Every,Little,Thing)、材料2は16チャンクの文字列となっている。

手続き：被験者を、材料1を記憶するA条件と材料2を記憶するB条件に10名ずつ（男女5名ずつ）振り分けた。各条件とも、記憶材料を10秒間呈示し、その後リハーサルを妨害するため、1分間の加算作業を行った。最後に、呈示された文字列の再生を求め、用紙に記入してもらった。

【結果】

条件ごとに、正しく再生された文字数別の被験者数を表1にまとめた。平均正答数は、A条件で15.9文字 (SD 0.32)、B条件で5.9文字 (SD 2.02) であった。これより、完全に正答した者はA条件だけにおり、再生量もA条件のほうが多いことが明らかとなった。

表1 条件毎の正答文字数別人数

	16文字	15文字	11文字	6文字	5文字	3文字
A条件	9	1	0	0	0	0
B条件	0	0	1	6	3	1

注：表中の数字は人数

【考察】

結果から、チャンク化された文字列を記憶したA条件の被験者はB条件の被験者よりも正確に再生する量が多いことが明らかとなった。よって、情報のチャンク化が短期記憶に影響することが確認されたといえる。

参考になったでしょうか。実際に皆さんにまとめていただくレポートはこれよりも長いものにはなりますが、形としては一緒です。心理学実験Iで初めてこのような形式のレポートを書く作業をするのは大変なことだとは思いますが、頑張って、めげずに取り組んでいただきたいと思います。

◆最後に、もう一度、実験と研究法の意義を

心理学実験と心理学研究法のつながりについて、とでも言いましょうか。実験Ⅰ・Ⅱでは「実験法の修得」と「研究の記述の仕方」、研究法Ⅰでは「実験法以外の研究法の習得」と特に「構成概念の扱い方」、研究法Ⅱでは「検査法」「データ集計と統計処理の仕方」に焦点があてられています。これら全体で目指すものとは何でしょう。それは、「心理学のアプローチでの問題解決の基本的なやり方」を学ぶということです。これは、心理学で学んだ知識を役立てる方法を学ぶ、といっても過言ではないと思います。

皆さんがそれぞれの生活で出会う問題に対して、心理学の知識を生かして予想をたて（特に臨床心理学では「見立て」と呼びます）、その予想のもとに問題を整理し、事実に基づいた問題点、改善点を明確にするこのことは、臨床・教育現場であろうと一般の職場であろうと、どこにおいても大切なことには変わりありません。そのようなことを、実験Ⅰ・Ⅱ、研究法Ⅰ・Ⅱと、時間をかけて、何度も繰り返すなかから学んでいただきたいと思います。

来年以降に実験Ⅰスクーリングを受講予定の方のため、あるいは実験Ⅰスクーリングにしりごみをしている方のため、そしてすでに受講した方には再確認のために、少し心理学における実験について話してみようかと思います。

◆なぜ実験（刺激を与えて反応を集める）するのか

人間を「みただけで」その心の仕組みや性格、考え方を理解できるひとはいません。「あなたは根気強い」という場合には、これまでにその人がどんな行動をしてきたか、という情報があって初めて判断できるわけです。そこで、その人の心の「ここを調べてみたい」という欲求がでてきた場合には、その人に、目的に合った「刺激」を与えてその「反応」を集める必要があるわけです。

相手から情報をもらう、というこの作業は、何も心理学実験に限った話ではなく、私たちが日常的に行っていることです。教員であれば、「講義をする」という刺激を与えた結果、学生の「つまらなそうな表情」という反応があれば、そこではじめて「つまらないと感じているのだろう…何とか工夫しなければ…」と判断できますし、学生の皆さんであれば、「このようなレポートを書いて提出したら（刺激）、教員からこんなコメントが返ってきた（反応）。たぶんこの先生はこのようなことを大切に考えているんだろう…」などなど。

しかし、このような断片的な作業は、研究としては十分とは言えません。研究にするためには、「目的に合った」実験計画を立て、「実験条件をきちんと整えながら」反応（データ）を集めるということがとても重要なプロセスになってくるのです。

データの取り方としては、実験によるものもあれば、調査票（質問紙）でとるもの、面接や観察によって得るものなど、研究の目的に合わせた手法が

必要になります。

◆独立変数と従属変数って？

たとえば、「スマートフォンへの興味関心」について知りたくなった、という研究を考えてみましょう。

学生の皆さんに「スマートフォン興味関心度テスト（仮想）」を実施したとします。その結果、一人ひとりの結果が点数として算出されることにはなりますが、それだけでは研究にはなりません。一人ひとりの点数を把握はできますが、何を目的としたテストか不明です。これでは心理学を実学として考えているとはいえず、ただの心理遊び、あるいはあなたは何人中何番だったという順位づけになってしまいます。

そこで、たとえば「普段からパソコンに親しんでいると、スマートフォンへの興味関心度も高くなるのではないか、」という予想（仮説）を立ててみるわけです。もしもこの予想が当たれば、「パソコンに親しむことが、スマートフォンへの移行をスムーズにしている」という、少しは役に立つ情報を得られることになります。

この研究のためには、「スマートフォン興味関心度テスト」と同時に「パソコンにどれくらい親しんできたか」を把握しておかなければなりません。「パソコンに親しんできた人」という条件と「親しんでこなかった人」という条件で、スマートフォンへの興味関心に違いがあるかどうかを検討することになります。

このとき、「○○○○○の条件の違いによって、△△△△△の得点が違うだろう」という予想を立てる（この例の場合は、「パソコンに親しんできたかどうか」の条件の違いによって「スマートフォン興味関心テストの得点」が違うだろう）わけですが、

心理学では

○○○○○を「独立変数」 △△△△△を「従属変数」と呼びます。

心理学実験のスクーリングでは、独立変数は何か？ 従属変数は何か？ を整理しながら実験し、レポート作成に当たることになります。

独立変数の説明としてわかりやすいのは、性別とか年齢、ミューラー・リヤ錯視図版における角度のようなものが挙げられますが、工夫次第でさま

ざまな実験条件や研究対象者の特性を独立変数として扱うことが可能です。

◆同じような試行を何回も繰り返すことも…

実験では、「ひとつの条件で1回やれば済みそうなこと」を何回も実施することがあります。これはデータの信憑性を高めるための手法です。たとえば、人間は新しいことばを覚えようとするとき「書く」と「音読する」のと、どちらの方が記憶に残りやすいかを調べたいとします。

この場合「覚え方（書くか、音読するか）が独立変数」で、「記憶再生数が従属変数」になります。

もしも、これを一人の被験者を対象として1回ずつ実施したのでは、そこで出てきた結果がたまたま得られた結果なのか、ある程度普遍的に当てはまる結果なのかが不安です。

「書く」条件の時には何か考え事をしていた

「読む」条件の時には集中していた

という可能性があるとするれば、得られた結果（記憶再生数）が「書く 読む」という条件から違いがでてきたのか、単に「集中していたかどうか」で違いがでてきたのかわからなくなってしまいます。

研究結果として報告するためにはある程度安定した結果が必要であり、そのためには一人の被験者に対して同じような試行を何回も実施したり、たくさんの人に対して試行するなど、データの数を多くすることによって研究計画上は扱わない、たとえば集中度のような「想定外の要因の影響」をできるだけ減らす工夫が求められるわけです。

◆統計的な検定は強い味方

ここからは研究法のスクーリングでふれることになる「統計的検定」の話になります。

「パソコンに親しんできた人たち100人のスマートフォン興味関心度テストの平均が68.3点」

「パソコンに親しんでこなかった人たち100人のスマートフォン興味関心度テストの平均が67.5点」

さて、この結果から、「パソコンに親しんできた人の方がスマートフォンへの興味関心が高い」と結論づけられるでしょうか？ 平均値の違いが「あるような、ないような」という微妙なところですね。もしかすると、パソコンに親しんできた人のうち、たまたま2～3人がスマートフォンへの興味が強く、その少数の人たちのデータが全体の平均値を高くしただけかもしれません。つまり、平均値の差がどれくらいあるのかと同時に、平均値の元になっている一人ひとりのデータに、どれくらいバラつきが大きいのか（標準偏差）も同時に考えなければならないということになります。

つまり、差が「あると言える」のか「あるとは言えない」のか、誰かはつきり決めてくれ～と言いたくなったとき、それを客観的な基準で判定してくれるのが統計的検定です。この例の場合は「2つのグループの平均値に、意味のある（有意な）差があると言えるかどうかを検定するt検定」を使うことになりますが、その他にも相関分析、 χ^2 乗検定、因子分析など、実験計画に合わせた各種検定が助けてくれます。現在はほとんどSPSSという統計専用ソフトを使って数値算出から検定までをこなすことになります。

このように、統計自体が研究・学習の目的というのではなく、研究をサポートしてくれる便利な手法です。SPSSの操作も「難しいに違いない」と構えてしまう方もいると思いますが、何のために、どのような検定をするのか、という簡単な考え方さえ理解すれば、決して難しくはありませんから…。

◆最後に

心理学を学ぼうとしている方の目的はさまざまです。

現在の職業に活かしたい方、カウンセリングの基本を学びたい方、親子関係について知りたい方など、日常的なニーズによるものも多いのではないかと思います。そのような方にとって、もしかすると必修科目として「心理学実験は不要だ」と感じる方がいても不思議ではありません。

しかし、「どのような条件が変わると、結果がどのように変わってくるのかを確かめてみる」という心理学実験の基本は、日常生活のあらゆる場面で応用できる考え方だと思います。

幸いにもスクーリング後の受講生の方の感想には「楽しかった（大変だっ

たけど、という付記がつく方ももちろんいますが…」という方が多いようです。決してつらい実験ではなく、なによりも同じスクーリング受講者の方々とワイワイやりながら実験しますので、学生の方同士のコミュニケーションも盛んです。ゆううつな気分で臨むのではなく、ぜひ参加を「楽しみに」して、あまり学年が進まないうちに受講して頂ければと思います。

中 村 修

今夏の実験や研究法のスクーリングを受講した皆さん、ほんとうにお疲れ様でした。スクーリングが終わってほっとしている頃かもしれませんが、このタイミングだからこそお願いしたいことがあります。それは、改めて「心理学の研究の進め方」というものを振り返っていただきたいのです。具体的には、本冊子の「Ⅱ章 心理学実験への招待」と「Ⅲ章 心理学研究に取り組む」という2つの章を読んでいただきたいのです。実験・研究法ともスクーリングではどうしても「その日のうちにこなさないといけない課題」があり「手順にのっとって進めること」を重視しがちになってしまいます。その場合「こうしなければいけないと言われたからそうした」ということは確かでも、「なぜそうしなければいけなかったのか」ということはぼんやりとしたまま終わってしまっているのでは、ということが気がかりなのです。なので、改めて「独立変数、従属変数」「仮説」などという用語の意味、「問題・目的、方法、結果、考察」という研究の進め方・まとめ方について、皆さんが実験や研究法のスクーリングで体験したこととこの冊子での説明を照らし合わせてみていただきたいと思うのです。

まずはこのお願いをして、ここからはスクーリング時には詳しく触れられなかった事柄についてまとめていこうと思います。p. 55にも述べたように心理学の研究は一般に「問題・目的→方法→結果→考察」という流れで進められます。実験Ⅱ（Ⅰも同様）と研究法Ⅱではこの流れの一部を切り取って皆さんに実習していただいているわけです。特に実験に絞って話を進めますが、スクーリングでの中心は「方法→結果」の流れといえます。我々教員が用意した方法にのっとってデータ収集を行い、決められた手順にのっとって結果を整理する、というのが各メニューの共通事項だったと思います。

本稿で焦点をあてたいのはこの流れの前段階、「目的→方法」の流れです。ここで重要となるのが「仮説」と「作業仮説」です。研究はまず何かの現象に対して「なぜだろう？」という疑問をもつことが始まりですが、なぜと言

い続けるだけでは先に進まないで「『なぜ』の答えとなるものはこの要因か？」というところまで絞り込んで「仮の答え」として設定したものが**仮説**となります。そして、**作業仮説**とは、抽象的な（汎状況的な）言説で表される仮説がある特定の場面でなりたつとしたら、どのような形で現実場面に現れるのかを表現したものと言えるでしょう。

「目的→方法」の流れとは、「目的」で示した抽象的な仮説を「方法」でどのような具体的な場面に落とし込むのか、と言い換えることができます。この落とし込みの過程において、方法と作業仮説は不可分の関係となります。作業仮説の決め方によって方法が規定されるといいでしょうし、方法の選び方によって作業仮説が規定されるといいでしょう。

話が抽象的になっているので、私の実験IIの担当メニュー「概念学習」（別称：フクッシーを探せ！）の一部を例にとります。このメニューでは「概念学習の難しさに影響する要因の検討」を行いました。要因（独立変数）として「概念を形成する属性数」（実験では単一条件とAND条件を設定）を取り上げ、

仮説：条件数の多いAND条件のほうが単一条件よりも難しいだろう。

としました。従属変数となる「難しさ」は「正解にたどり着くまでの試行回数」で表すこととし、3度の試行の平均試行回数を難しさの指標としました（1度だけでは正解をまぐれ当たりすることも考えられるので複数回を行ってもらったわけです）。この難しさの指標を用いると、

作業仮説：AND条件のほうが単一条件よりも平均試行回数が多いだろう。

となります。しつこいようですが、「この実験を立案した私」が「難しい＝試行回数が多い」と決めたからこのような作業仮説になったのです。それでは、難しさの指標を試行回数ではなく別のものにしたらどうなるでしょうか？ 例えば「試行回数」ではなく「1試行にかかった時間」で現すことにしてみましょう（一概に時間がかかれば難しいといえるかどうかは微妙ですが）。とりあえず「難しかった＝時間が長くかかった」と決めてしまいま

しょう。しかも、時間を一定の幅で区切って1試行に対して「10分未満」と「10分以上」に分けてしまいましょう。このようにすると、

作業仮説：AND条件のほうが単一条件よりも3試行のうち「10分以上」の回数が多いだろう。

となるのです。同じ仮説でも「難しさの指標」を何にするかによって作業仮説は違ってくるからおわかりいただけるでしょうか。

大 関 信 隆

(話し手)

「心理学実験 I」のスクーリングを受講された皆様、4日間毎日遅くまでお疲れ様でした。実験を進めレポートを書き終えることに追われて、じっくり考える暇がなく残念、という声もいただきましたので、この場を借りて、ちょっとふりかえってみました。

Q. 実験 I の「長期記憶の検索」は、「検索方略」を用いるか用いないかによって、10分間に思い出した数がどう変化していくのかを見ていました。この実験は他の人と比較したり、平均を出したりしなかったのですが、それでも実験と呼んでよいのでしょうか。

A. はい。これも立派な実験です。

この実験は、「データ」として得られた「思い出した数」の変化がどのような要因によって引き起こされたのかを、検索方略の有無の効果と実験中の自分の心の中を振り返る「内省」とを合わせて考察するものでした。ひとりのデータをもとに考察していくので、「単一事例実験」と呼ばれています。記憶の古典的研究者として有名なエビングハウスも、最初は自分自身を「被験者」として実験を行ったことで有名です。

心理学の研究の目的のひとつは、心の働きや行動が起こるメカニズムについて、一般的な法則を見つけることです。今回の「単一事例実験」では、方略を用いた場合と用いなかった場合という「実験的操作」を行うなかで、ひとりの個体（今回は自分自身）から得たデータが、一般的法則に近いものであるかどうかや、法則がどう働いているかを見ていく、という「実験計画」に基づいた実験だったといえます。

Q. 今回の実験では、心理学の理論がまず自分自身に当てはまるかどうかを考えてみるのが大事ということですね。でも、私自身のなかに見出された法則が他の人にも当てはまっているかどうかは、どうしてわかるので

しょうか。

A. そういう疑問をもって、実験にのぞむのはいいことです。①他の人に当てはまるかどうか、②何回やっても、また別の状況でやっても私自身に当てはまるかどうかなどは、この実験だけではわかりません。そういう疑問が出たら、次の実験を計画していくのが、研究を進めていくということです。

この実験では、日によって課題を変えてみました。「子のつく女性の名前」に取り組んだクラスもあれば、「カラオケの曲名」や「野菜の名前」に取り組んだクラスもありました。時間の都合でできませんでしたが、これらの課題を一人がやって、ほぼ同じ結果や法則が見出せれば、課題の違いという要因よりも、方略の有無の違いという要因の方が影響が大きいといえるかもしれません。また、たとえばまわりに同じ課題に取り組む他の人がいる今回のような環境と、ひとり静かな場所で取り組む場合では結果が違うかもしれません。

Q. この実験で他の人のデータを寄せ集めて平均を出さなかったのは、何か意味があるのでしょうか。

A. 今回のような日常的な素材を用いた場合であっても、個々人がそもそも持っている記憶量には差があります。つまり「個人差」の要因が大きいわけです。このような場合、単純にデータを平均化してしまうと、個々人の持つデータ本来の意味が薄れてしまう恐れがあります。単一事例実験は、複数の被験者のデータを集めて処理した際に生じてしまう「被験者間のばらつきの影響」という問題を回避できる長所があります。したがって、今回のような目的の実験には適した方法だと言えます。

これまでにわかっていることからすると、10分間に思い出した数が、方略を用いればしだいに減りながらもある程度一定の数が思い出せるのに対して、用いない場合は後半にはガクッと減るという数の減り方のカーブ(=「プロフィール」と呼んでいます)が一般的に見出せる法則なのです。そのことを他の人と比較する際には、データを「標準化」(偏差値のような数値に変換する、と考えてください)したり、ベースライン(出発点と

なる値)を揃えた上でカーブを見ていく、という方法をとればいいのですが、計算が複雑になるので省略しました。

Q. あと、最初に「方略なし」をやった後に「方略あり」をやったので、「方略あり」のときに「方略なし」で思い出した言葉が記憶に出てきてしまったのですが……。

A. このことも「実験計画」を考えるうえでは大切なことです。それを防ぐためには、①「方略あり」の後に「方略なし」を行うグループと逆の順序で行うグループを分ける、②「方略あり」を行うグループと「方略なし」を行うグループに分ける、というようなことをすればよいのです。ただし、いずれの場合も「標準化」などのデータ修正を行う必要があるでしょう。また、グループに分ける場合は、2つのグループが等質であることを厳密には考えていかないとはいけません。

どの実験(正確には「試行」)のあとにどの実験を行うかで影響が出ることは「順序効果」と呼ばれます。それを防ぐための工夫として、たとえば小松紘先生の「背景色の効果」の実験では、「白—黄—黒—青……」の順番で出すグループと「白—黒—青—黄……」の順番で出すグループに分けていました。

Q. あと、意外にものごとには思い出せないなあと感じたのですが。

A. そうですね。実験を通じて、人間の「記憶」の不思議にめざめていただいて、教科書や他の本をどんどん読んでいただければ、と思っています。繰り返し出てくる名前は思い出せるとか、「記憶のネットワーク」をつくりあげれば思い出しやすくなるとかは、試験対策にも使えるかもしれません。

Q. 他の実験には、どんな意味があったのでしょうか。

A. たとえば「触2点閾の測定」(注：この実験は平成14・15年度のみ実施しました)では、人間の感覚に「^{いき}閾」というものがあることを肌で感じて

ほしかったというものがあります。刺激が一定以上の大きさ（この場合は「2点間の幅」）になれば2点と感じるのに、それ以下だと1点としか感じないということは不思議ですね。でも、「視覚」でも「聴覚」でも「閾」というものはあります。それから閾には、幅がありましたね。その中央の値を「閾値」と定義づけしています。

このことの応用を考えていくと、「閾」の値が「心理的状态」や「身体的状态」によってどう変わるかという実験も考えられます。落ち込んでいる時と快調な時では、触2点閾の値が変動するかもしれません。実際、連日の実験で疲れている方は、データが予測されるとおりにならずに考察が難しかったことを経験されたようです。

Q. ある実験では、そのグループの人の平均や標準偏差を出しましたが、これは意味があったのでしょうか。個人によって、どう感じるかは、随分開きがあったのではないかと思うのですが……。

A. 多くの人から集めたデータを比較する時、私たちはまずそのデータがどのような特徴を持っているのか（どのような分布になっているのか）に注目する必要があります。例えば算数のテスト結果を元にして、あるクラスと他のクラスとの間に違いがあるかどうかを調べる場合を考えてみてください。どちらのクラスも平均点は50点だったとします。ですが、ひとつのクラスではいろんな点数をとる人がいて（点数の分布はなだらかな丘のような形になります）、もうひとつのクラスでは多くの生徒が平均点に近い点数をとっていた（点数の分布はそびえ立つ山のような形になります）とします。こうなると、単純に平均点だけをみて「2つのクラスの生徒は等質である」と考えるには無理があります。そこで、平均以外にもデータのばらつき具合を示す標準偏差（SD）やデータが最も多く見られる場所を示す最頻値などの「代表値」を確認する必要があります。この中で、特に平均や標準偏差はデータの特徴を概観するための最初のステップとして、多くの場面で算出されます。

実験項目によって印象評定にばらつきが多かったものがありましたね。逆にばらつきが少なかったものもあったかと思います。それらの違いから、さまざまなことを考察していけるといいですね。ばらつきがあること

の意味、ないことの意味を改めて考えてみるなかで、平均値や標準偏差を算出する意味を考えてみるといいかと思います。

Q. もうひとつ、平均の差がどの程度あったら違っているといえるのでしょうか。たとえばある印象評定項目で、AとBの平均値がそれぞれ -0.82 と 0.73 、標準偏差がそれぞれ 1.52 と 1.68 だったとします。このときはAとBに差があったのでしょうか、なかったのでしょうか。

A. AとBの平均点の差は 1.55 で、5段階評定としては比較的开きが大きめですね。でも標準偏差をみると、どちらの場合もばらつきが多いように思います。これを仮にグラフに描いてみると、二つの山が重なり合っている部分が大きいことに気づくでしょう。こうなってくると、平均点の差の開きほどには、実際の2つの違う条件の効果の違いは現れにくかったのでは、と考えられます。この結論をより厳密に確認するためには「 t -検定」や「分散分析」などの「平均値の差の違い」を測る「統計検定」を行いますが、心理学実験Iの段階では、まだ心理学を学び始めたばかりですので、平均の差と標準偏差から考察していただければ、と思います。

お忙しいなか、ありがとうございました。

Ⅲ章

心理学研究に取り組む

20 心理学研究法Ⅰ レポート作成のためのヒント（その1）

● 中村 修

21 心理学研究法Ⅰ レポート作成のためのヒント（その2）

● 中村 修

中 村 修

これから 2 回に分けて、心理学研究法Ⅰに取り組む際に参考になる（はず？）ことをまとめていきたいと思います。それでは、ある事例から。

◆桶屋の清兵衛、売上に悩む

むかしむかし、ある街に清兵衛というおけ桶作りの職人がいました。清兵衛は最近のれんわけしてもらい、郷里に帰って自分のお店をもったばかり。お前は腕がいいからと親方にお墨付きをもらい、意気込んで商売を始めましたが……どうもかんばしくありません。あまり儲からないのです。「何で儲からないのだろう？」、このところ気も沈みがちです。悩んでばかりいてもしょうがない、なんとか手をうたなくてははいけませんが、さてどこに手をつければいいのか、それも迷いどころです。

そんなとき清兵衛はふと、「そういや、『風が吹くと桶屋が儲かる』なんていう話があったな。ほんとにそうなのかな」とひらめいてしまいました（話の展開が強引ですが、今しばらくお付き合いください）。

修行した店（以下、本店）はなかなかの繁盛店でしたので、清兵衛は自分の店のある地域と修行したお店の地域で「風が吹く」ということで違いがあるのかどうか、ということ調べてみることにしました。清兵衛は同じ吹流しを 2 個作り、一つを本店の弟弟子に渡して「今から 3 カ月の間、吹流しがきれいにはためいていた（＝風の強い）日数を数えてくれ」とお願いしました。もう一つ、「売れ筋の、この大きさの桶が 1 日に何個売れたか、これも 3 カ月の間数えてくれ」ともお願いしました。もちろん、自分の店でも同じ吹流しをつけて、同じ大きさの桶の売れた個数を数えてみました。さて、3 カ月がたって、どんな結果がでたでしょうか。それはまたの機会があれば……

◆清兵衛がたてた研究計画？

今の例をもう一度振り返ってみましょう。清兵衛がもった問題意識は、「うちの店は何で儲からないのだろう？」でした。ただ、「何で？」とばかり言っているわけにもいかないので、もう少し考えを進めて「儲かっている桶屋とうちの店は何が違うのだろう？どんな違いがあるのだろう？」と、「原因として考えられるもの」を探してみました。そして、どこかから聞いてきた話から原因として「風」を取り上げて「風が儲けに影響するのでは？」という問いを考え、さらに「風が吹くと儲けが多い？」というように風の影響の方向まではっきりと決めました。

ここまでで清兵衛が作ったものは、「仮の答えを含んだ問い」です。実はこれが研究の「仮説」になります。この問いをより仮説らしい文章にすると、「風が吹いている日数が多いほうが、売れた個数も多いだろう」となります。風という独立変数が儲けという従属変数に影響するというわけです。仮説に関するちゃんとした説明は、テキスト（『教育心理学研究の技法』）p. 149からの「実験法の手順と留意点」の「1 因果図式」と「2 仮説の設定」を参照してください。p. 152に書いてありますが、仮説をもつということは実験法という研究方法だけに限った話ではなく、研究するうえでの最も基本的な形である「2つの変数の関連」を確かめるときにはどの方法であっても必要になるものです。「何だろう？何が？」という問いから、要因を絞り、その要因を使った仮の説明を組み立て、実際に確かめてみる、つまり「問いから検証へ」、これが研究の流れなのです。

さて、それでは仮説を実際に確かめてみるわけですが、清兵衛はここで本店と自分の店を比べる、ということをしています。なんでこんな面倒な手間を踏んだのでしょうか。本店だけを調べて、「やっぱり風が強く吹いているから儲かっているのだ」と結論付けてはいけなんでしょうか。実はダメなのです。自分の店でも本店と同じくらい「風が吹いていた」のならどうでしょう。風が吹いていても儲かったり儲からなかったりしていたのでは、風が儲けに影響するとはいえませんか。「風が吹くと儲かる」が正しいことを確認するためには、「吹いている—儲かっている」というデータと、その反対の「吹いてない—儲かってない」の両方がそろうことが必要になります。つまり、仮説を確かめるためには、仮説（で示した文章）と正反対のことをしめ

すデータもそろっていないといけません。だから2つの店で調べるという手間を踏んだのです。

◆心理学研究法Ⅰのポイントとは？

心理学研究法Ⅰの課題を振り返ってみましょう。これら4つの課題では「○○について研究する際の○○法を用いた場合の研究計画を」考えてもらう形になっています。観察法、面接法、質問紙法という3つの研究法について学んでほしいため課題1から3があるのですが、どの課題の場合でも共通に求められているポイントがあります。それは、「研究する上での基本的な問いをたて、仮説を考える」という作業です。例の中で清兵衛は「何で儲からないのだろう？」という問いから、「風が吹くと儲かるのでは」という仮説をたてました。皆さんにはすでに課題の中で「好き嫌いに影響するのは何だろう？」「攻撃性に影響するテレビ要因って何だろう？」などといった基本的な問いを提示してあります。特に課題2を例にとって話を進めますが、皆さんはそこから、「好き嫌いに影響するのは○○かなあ」という「○○」にあたる要因を絞り、「○○だと好き嫌いが△△になるのでは？」という影響の方向をはっきりとさせた仮説を考えることが必要になります。

ここで清兵衛の話にもう一度戻ります。清兵衛のお話がなんとなく間抜けにうつるのはなぜでしょうか。「風が吹くと桶屋が儲かる」というどこから聞いた話にそのまま基づいて研究を進めているから、がその理由かもしれません。「風が吹くと……」というのはもともと落語の世界の「屁理屈」（風が吹くと桶屋がもうかる理屈についてはここでは割愛しますね）なのでしょうが、そうはいつでも「屁理屈も理屈のうち」かもしれませんね。みなさんが課題に答える際にも、なんでこの要因を独立変数に選んだのか（＝どうしてこの独立変数が従属変数に影響すると考えたのか）、その理由を書いてください。それが、なぜこの仮説を考えたのか、の答えにもなります。自身の経験、参考にした本に書いてあったことなど、理由にあたるものは考えだした人それぞれにあるはずです。「なんとなくそう思った」、これだけは勘弁してください。もちろん、「何も書かない」もやめてくださいね。

仮説を考える段階を終えたら、「風が吹く」と「儲かる」のそれぞれをはっきりさせる作業にうつります。つまり測定です。清兵衛は「風が強く吹

いている」ことを2箇所で同じ基準で確かめるために「吹流し」を用意しましたし、「儲かる」ということを「同じ商品の売れた個数」から比べようとしていますね。課題2ならば、「〇〇」と「好き嫌い」を面接法で聞く場合の半構造化面接の仕方を考えることになります。そして、「仮説を確かめるためには、どんな人に、何人くらいに、面接すればいいかなあ」という被験者の問題も考えてもらい、研究計画を具体的にしていってもらうことになります。そのあたりの「測定」に関するお話はp. 80～の「心理学研究法Ⅰレポート作成のためのヒント（その2）」で行いたいと思います。

◆ 1 単位め・課題2の補足

以下には、通信教育部よりリクエストのあった、1単位め・課題2に関する補足を簡単にまとめます。

面接調査には構造化面接、半構造化面接、非構造化面接という3つのやり方があります。当然のことながら、面接調査をする上では「面接で何を聞きだしたいか」ということをはっきりさせておくことが大前提になりますが、この3つのやり方にはどうやって聞き出すかという点で違いがあります。非構造化面接では、「〇〇についてお聞かせください」という基本的な問いのみ被面接者（面接を受ける人）に提示し、後は被面接者に自由に話してもらう（そして面接者は適宜質問をはさむ）という、いわば即興的な面接が行われます。被面接者は何をどういう順番でどのくらい話してもかまわない、というやり方です。一方、構造化面接では、聞きたいことを絞り込んで、質問内容・回答形式（「はいorいいえ」で答えてもらうのか、いくつかの選択項目から選んでもらうのか、自由に語ってもらうのか）を細かく設定し、質問順もはっきりと決め、それを遵守して面接をすすめます。構造化面接と同じく細かく質問を用意するものの、被面接者の語りにあわせて質問順を適宜調整するやり方が半構造化面接となります。

非構造化面接では、被面接者に自由に話してもらう分、調査者が事前に思ってもいなかったことも聞きだせるという長所はありますが、逆に人によって情報が得られる部分と得られない部分に差が生じるという欠点もあります。

前頁に引き続き、心理学研究法Ⅰに取り組む際のヒントをまとめていきたいと思います。今回は、「測定」にまつわる話です。

◆またしても清兵衛登場

桶屋の清兵衛はまたまた悩んでいます。今回は、「風が吹くと（桶屋が）儲かるのでは？」と思い、本店と自分の店を比べてみました。すると、3カ月の間両店で風の強さはまったく変わらなかったのですが、売上（同じ種類の大きさの桶が売れた個数）は本店のほうがずっと多かったのです。つまり、風が売上に影響しているのではないという結論に達しました。となると、風ではないとしたら、いったい何なのでしょう。

そんなある日、修行時代になじみになったお客さんがわざわざ清兵衛の店まで顔を見に来てくれました。清兵衛、思わず悩みをお客さんにこぼしたところ、「おまえさんの店は、なんていうか、『雰囲気が悪い』んだよ」と言われてしまいました。雰囲気？ 本店を知っているお客様がそうおっしゃるんだから、そうなのかもしれません。そこで清兵衛、前回と同じく、本店と自分の店を比べてみようと思い立ちましたが、新たな悩みを抱えてしまいました。「『雰囲気』ってどうやって測ればいいのか？」。

◆「お店の雰囲気」って何？

さて、皆さんは、「お店の雰囲気」と言われて、どんなことを思い浮かべるでしょうか？「きっと清兵衛の店は、日差しが入りづらくて店内が薄暗いのでは？」「従業員同士の仲が悪そうに見えるとか？」「お客さん対応が悪いのかな？」、いろんなことが考えられると思います。

清兵衛が前回測ろうとしたものは、「風」と「儲け」でした。この2つと「雰囲気」が異なるのは、風と儲けは「量的・物理的現象」であり「実体の

あるもの」だということです。しかし、「雰囲気」はどうでしょう。

ここで、テキスト『教育心理学研究の技法』p. 110の記述を引用してみます。

心理学では、人間の行動を理解するために多種多様の**構成概念**が提案されている。構成概念とは、身長や体重のように、実体があるものではない。したがって、質問紙法によるアプローチによってその概念を取り扱うためには、研究者はその構成概念を明確に定義し、それにもとづいてその概念を測定するための道具（つまり、質問紙）を考案しなければならない。（下線部は筆者がつけたものです）

清兵衛が扱いたい「雰囲気」と同じく、心理学の研究の中で測りたいものには物理的に測れないものがたくさんあります。もちろん、心理学研究法Ⅰで皆さんが取り組む課題の中にも、「気の長さ（短さ）」「攻撃性」「適応」といった構成概念が用いられています。さらに、ここで言っていることは質問紙法に限った話ではありません。下線部は、面接法ならば「面接時の質問項目」、観察法ならば「観察に用いるチェックリスト」と書き換えることができます。

◆構成概念を測定する

「そのⅠ」でも書いたように、仮説をたてて研究をしていく際には、「データの比較」（清兵衛が風と儲けを本店と自分の店を比較したように）が基本になります。それでは清兵衛が前回と同じく、本店と自分の店の両方で、「このお店は雰囲気がいいですか？」という質問をお客さんにしてみる、というやり方をとってみたとしたらどうでしょう。実はこのやり方は、あまり勧められないやり方です。それはなぜでしょうか。

先に、「皆さんは『雰囲気の悪さ』で何を思いつきますか？」と書いた際、私は「物理的な暗さ」「従業員の仲の悪さ」「客への対応の悪さ」という3つの可能性を示しましたね。実は、答える人がそれぞれ個別の基準で答えるのでは、比較にならないのです。ある人は明るさの面から雰囲気が悪いといい、ある人は対応面から良いというのは、結果がでた後に清兵衛にとって

役立つ情報（雰囲気を変えるために何を変えるか、ということ）はまったく手に入りません。つまり、雰囲気ということで、3つの側面が想定できるのなら、その3側面についてすべて質問しないといけません。つまり、雰囲気のような実体のない構成概念を測定するためには、測定の前に構成概念をはっきりと定義し、「どのような基準をクリアすればこの構成概念を示すことになるか」ということを決めないといけません。この作業は、構成概念を具体化する作業と言ってよいでしょう。テキストから具体例を示します。

◆「てれる」を測る

テキスト p.42に、「てれの生起を判定する基準」というものがあります。ここではおよそ2歳の子どもの観察から、「子どもが照れている／照れていない」を見分けようとしています。基準をすべて引用してみます。

行動として、①少し微笑み（はにかみの表情）を見せる。それに続けて、②視線をそらし、また、③顔や髪や洋服、あるいは他の身体部位をさわるうとする。これら3つの基準をすべて満たしたときにてれの感情が生起していると判定する。

感情はあくまで個人の中に生じるものなので、観察法を用いる上で、目に見える部分から3つの基準を設定することで具体化しているのです。

◆研究法Ⅰの課題では

さて、研究法Ⅰの課題の中でみなさんを悩ませているものに、課題3の「テレビの要因」があるように思います。テレビの要因として何をとりあげるか、はもちろん皆さん次第になるわけですが、こんな例を考えてみましょう。テレビ要因として、「暴力的なテレビ番組」をとりあげ、「暴力的なテレビ番組を見ると攻撃的になるだろう」という仮説を考えたとします。そこで、暴力的なテレビ番組を見る、ということ測定していくわけですが、まず一つの問題は、「暴力的なテレビ番組とはどんな番組か」ということです。私の先輩教員は授業の中で「アンパンマンって暴力的だと思わない？」と

言って学生を困らせることがよくあるそうですが、皆さんはどう思いますか？（だって、すべての問題を「アンパンチ！」で解決するじゃないですか!?) つまり、どんな内容が含まれていると暴力的か、ということをはっきりとさせておかないといけないわけですね。そして、「見る」ということも単純な話ではありません。視聴時間の長さなのか、暴力的な番組だけを見る（他の番組は見ないのに）ということなのか、そうした「見る／見ない」の判定基準も決めないといけません。

ここで、一つ補足をしておきます。みなさんが1単位めのそれぞれの課題でとりあげる要因は、「これまでにない目新しさをもつもの」や「画期的なもの」である必要はまったくありません！きわめて常識的な、当たり前と思えるようなことでかまわないのです。研究法Ⅰのポイントは、「面接・観察・質問紙という方法でデータを取る」やり方を学習することにあります。問題は、「とりあげた要因の関連がちゃんと説明されているか」（〔その1〕で説明したこと）と、「とりあげた要因をどのように測定しようとしているか」（今回の〔その2〕の話）ということになるのです。

◆測定項目の作り方

どの研究法を用いるとしても、これまで書いてきた構成概念の具体化が必要になることはもうおわかりでしょう。その上で、各研究法で気をつけるべきことをまとめていきます。

観察法では、先の「てれる」の観察にも現れているように、「目に見える行動」だけを観察リストに載せていくということが必要になります。ただし、先の基準には、一箇所だけ不明瞭な部分があります。それは「少し微笑む」というところです。「かなり」と「少し」などの「程度」の測定は観察法では微妙な問題になります。少なくとも観察者の中で一貫して「かなり」と「少し」を判定できるように訓練しなければいけません。

面接法と質問紙法においては、項目作成の点で実はあまり変わらないと言ってよいかもしれません。いくつかポイントを整理しておきましょう。

まず、質問文・質問項目を作成する際には、「一つの質問では一つのことを聞くこと」が大切になります。具体例をあげます。テキスト p. 122 表 5-7 には、質問紙の項目の例がたくさん載っています（「関心」「満足度」

といった構成概念をどう具体化しているか、このページを参考にしてください)。そのなかの「他者の勧め」という箇所を見てください。ここには「中学校の先生に勧められたから」と「親に勧められたから」の2項目が設定されています。これを「中学校の先生や親に勧められたから」とまとめてしまってもいけないでしょうか。そうしてしまうと、「先生には勧められたけど親には……」という生徒は答えづらくなってしまいます。面接法の場合ならば口頭でフォローすることもできるでしょうが、質問紙法の場合、そうもいきませんね。また、「回答者が答えやすい、単純で曖昧さのない文章にすること」も大切なことです。回答者の年代にあわせた表現を用いることも大事なことです。大人がわかる表現でも子どもではわからないということはよくあります。

また、この表5-7には載っていませんが、項目に答える前の「教示」も大切です。例えば、「生活の中でつらいことが多いほど、抑うつ状態になるだろう」ということを仮説にした研究をします。そこで、「生活の中でつらいことがあったかどうか」ということを調べるために、「友人が亡くなった」ということを項目にいれるとしましょう。しかし、それが起きたときに、15年前なのか、それとも2週間前なのかでは、「今の」精神状態への影響は異なると思いませんか？そこで、例えば「ここ3カ月のうちに起きたことにお答えください」（研究者の想定次第でこの期間設定はいくらでも変わります）という教示が必要になるのです。

最後に、応答の形式について説明します。自由記述形式、賛否形式（「はい」「いいえ」という2つの選択肢で聞くこと）、評定尺度法などさまざまな形式がありますが、ここではよく用いられる評定尺度法についてふれます。このやり方は、例えば「まったく違う、やや違う、どちらでもない、ややそうである、かなりそうである」というような5段階から回答を求めるものです（5段階の場合5件法ともいい、7段階の場合は7件法ともいいます）。このやり方は、設定した段階間を一定の等間隔とみなすことで平均値や標準偏差などを求め、多くの統計処理法を用いることができるメリットがあります。ただし、あまり細かく段階を設定するのは現実味がありません（例えば15段階に考えるとしても、そのくらい細かい程度の違いを表現する言葉がありませんしね）。みなさんが考える際には、まずは「はい、いいえ」で答える2件法でいい項目なのか、それとも「程度」まで聞くような項目なのかと

ということをはっきりとさせてください。後者の場合、心理学研究のたいていは、3～7件法で行われています。後はどの程度まではっきりさせればいいのか、という研究の目的の問題です。なお、教示、項目、評定法まで揃った形での質問紙の例は、テキスト p. 112 の表 5-1 に載っています。

さて、2回続けて研究法 I のヒントになりそうなことをまとめてきました。前回、今回と共通しているのは、「自分がどんな要因を取りあげてどのような関連を想定するのか、という仮説をはっきりとさせ、その要因をどのような項目で測定するのかをはっきりとさせる」ということです。なので、我々教員がレポートをチェックするポイントは、「要因の絞り方、要因の関連の明示（仮説）、要因を測定するための明確化（項目作成）がすべて一貫しているか、その人のレポートの中での筋が一本ははっきりと通っているか」ということになります。こちらをにやっとさせるレポートを（さて、「にやっと」とはどのような状態でしょう？）をお待ちしています。

IV章

心理学の幅広い世界

- 22 福祉心理学の考え方 ● 渡部 純夫
- 23 福祉心理学のレポートを添削して ● 渡部 純夫
- 24 心理学の基本的な考え方 ● 小松 紘
- 25 社会心理学を学習するにあたって ● 吉田 綾乃
- 26 心理学を学ぶ姿勢 ● 吉田 綾乃
- 27 人間関係論スクーリングを終えて ● 山口奈緒美
- 28 生涯発達心理学のレポートを添削して ● 木村 進
- 29 老年心理学の受講について ● 吉川 悠貴
- 30 教育心理学のスクーリングを終えて ● 白井 秀明
- 31 心理学のすゝめ ● 渡部 純夫
- 32 人格心理学のレポートにおける「事例研究」 ● 皆川 州正
- 33 家族心理学のスクーリングを終えて ● 西野美佐子
- 34 「心理アセスメント」レポート作成のコツ ● 渡部 純夫
- 35 心理アセスメントのスクーリングで学んでほしかったこと
● 渡部 純夫
- 36 心理療法のレポートを添削して ● 秋田 恭子
- 37 「わかる」ことと「虚心坦懐」 ● 秋田 恭子
- 38 無意識 心理学キーワード ● 渡部 純夫
- 39 概念 心理学キーワード ● 白井 秀明
- 40 学習障害 (Learning Disabilities : LD) 心理学キーワード
● 木村 進
- 41 動物からヒトを学ぶ 心理学キーワード ● 佐藤 俊人

◆過去における福祉と福祉心理学の考え方

過去における福祉の思想は、弱者救済という大命題のもと、いかに平等な生活を保障するかに目的のすべてがあったと言っても過言ではない。それが、社会の変化にともなってその領域の拡大がはかられていくことになる。

家族をはじめ、医療や精神保健の領域も福祉はカバーするようになったのである。福祉心理学も当然のことながら、福祉に関する時代の流れや考え方に影響を受けることになる。

当初は福祉という限定された領域において役立つ応用心理学のひとつとして「福祉心理学」を考えればよかったのであるが、社会の変化は、「福祉心理学」に対し、社会のあらゆる場において役に立つ「心理学」を求めるようになってきた。そのため、生活の中に根付くための新しい「福祉心理学」が渴望されるようになったのである。

「福祉心理学」は、その意味で人間の生活に役立つと思われるあらゆる学問や経験からもたらされる知見を、とりこまなければいけない宿命をもたらされたことになる。「心理学」の分野に限ってみても、臨床の場で悩みや不適応の問題に対応するためには、臨床心理学の知見が必要になってくる。関わり方や分析方法、各種心理療法に精通していることも大事になる。子どもの発達や、教育、しつけなどの問題には、発達心理学や教育心理学、家族療法などの知見が必要になってくる。また、社会情勢の問題として、リストラに対する自殺の予防や生き方、自己実現の問題に関して、産業心理学や社会心理学、カウンセリング等の学問の活用が必要になる。しかもそれらは、単独でクライアントに関与できるものではない以上、何らかの統合のもと、新しい創造されたものとして提供していかなければならないものでもある。「福祉心理学」には、人間尊重の観点と、統合の課題が絶えず付きまとうことになる。

◆人間尊重の観点

人は、個性を持った存在としての生き方を求める権利を有していると考えることができる。存在していることにその価値を見出すことができるのである。例えば、お年寄りのすごさがどこにあるかを考えてみると、何もしないところに価値があると言わざるを得ない。そこにいだけで存在の大きさを知らしめることができるのは、長年の経験の中で生と死を見つめつづける姿勢に裏づけされたお年寄りならではのことである。生の意味を深く知っているが故に、その短い一言にも深みを感じることができるのである。かつてオリンピックのバルセロナ（スペイン）大会で金メダルを取った岩崎恭子さんが、「今まで生きてきた中で最高の出来事です」といったニュアンスの発言をしたことがある。これを、80代のお年寄りの一人がしたときと比較してみれば、その重みの違いに愕然とすることだろう。Well-beingという考え方がある。いま言われている「生活の質」（QOL）を支える概念である。「福祉心理学」は、現在この「生活の質」を充実させ援助することができる学問として期待されているのである。

そのためには、心理学で言うところの「自我」についての理解が必要になってくる。自我は個（individual）によって、存在を支えられていると考えることができる。個の存在が明確になるためには、他と切り離されることによってであり、自分の外を客観視することができるということが前提条件となる。ここに自然科学的発想に立った西洋の自我の考え方が見てとれる。つまり、統合とは反対の性格をおびた自然科学的考えのもと、絶対化が進めば進むほど、Well-beingから遠ざかることになってしまうのである。

◆統合

では、統合とは何を意味し、なぜ「福祉心理学」に必要なものなのであるうか。統合とは、ただ単純に2つのものを組み合わせることを意味してはいない。そこでは、新たなものを生み出す創造のプロセスが重要なのである。

デカルトは、2つのものを切断するという考えによって（物と心のように）、客観的見方の手法を提示することに成功した。この考え方は自然科学を発展させる大きな原動力になった。人間社会に物質的幸福を提供する大き

な貢献をしたことになる。しかし、それは反面では「こころ」あるいは「たましい」というものの存在を消すことにも手を貸すことになったのである。人間は「こころ」も身体も含んだ全存在として生きているはずである。人間の全存在に対して開かれた態度で接していくところに、変化や成長が生まれてくる。物質的幸福が必要ないというのではない。科学的思考は欠かせないながらも、統合という観点を常に持ち合わせていないと、個としての存在が根底から脅かされることになりかねない。「福祉心理学」は、一人一人に幸せを提供するための実践的学問である。そのためにも、「人間尊重の精神」と統合を通しての「創造」への考え方を抜きにしては考えられないのである。

レポートを書くにあたっては、このことを根底に置きながら自分なりの論を展開していただきたいと考えている。人を幸せにすることに貢献することは、そんなに簡単なことではないはずである。しっかりとした自分なりの考えに基づいて、深く悩みながら新たなものを創造しようとするものがきの中にヒントを見つけることができると思われるのである。皆さんの健闘を期待するものである。

◆はじめに

「福祉心理学」のレポートを添削していて気づくことのひとつとして、「社会福祉」と「福祉心理」の関係をどのように扱ってよいのかに困っている方を時々見かけます。「福祉心理学」が「福祉」と「心理学」の2つの世界を取りこんでいるところからきているのかもしれませんが。今回は、「福祉心理学」のレポートを書くにあたって、「福祉」と「心理」をどのように考えていけばよいのかについて考え、「福祉心理学」の姿に少しでも近づければと思います。

◆社会福祉の二面性について

「福祉心理学」の構築を前提に、「福祉心理」を考えると必ず「社会福祉」の領域を考えなくてはなりません。「社会福祉」を詳しく語る資格も能力もあるわけではないのですが、大きく分けて考えてみると、2つに分かれるのではないかと思います。

1つは、法律や制度の面から考えることができます。法律や制度を時代や文化・社会システムに適合するように整備・拡充を行い、それを適切に活用する「制度的福祉」の側面を考えることができます。

2つには、福祉の対象となる人・家族・地域などに直接かわり、成果をあげる「臨床的福祉」の側面であります。

「福祉心理」は主として「臨床的福祉」に関する専門性を用い、高いレベルの心理学的な知識と技術を必要とするものであると考えられます。ですから、レポートを書くにあたっては「臨床的福祉」の視点をしっかり持って分析・考察を行っていただきたいと思います。

◆福祉心理の二面性について

「福祉心理」の活用という点から考えてみますと、ここにも二面性を見ることができます。

1 つには、臨床心理の専門職が福祉の実践の場で、心理学（特に臨床心理学を中心に）の知識とスキルを用いることが考えられます。もう1 つは、いわゆる社会福祉の専門職が福祉の実践の場で、対象となる人・家族・地域などの心理的側面に配慮して実践を進める場合が考えられます。

どの立場に立って「福祉心理」を考えるかで、おのずととらえ方が違ってきます。レポートを書くときに、どちらのスタンスで「福祉心理」を考えているのかを明確にしながら展開のまとめを行うようにしていただきたいと思います。

今後の方向性としては、この二面性を統合していくことで「福祉心理学」の構築が進んでいくものと思われます。

ただ、社会福祉の実践の場では、大学などで社会福祉を学んだ人に限らず、心理学、教育学、社会学、保育学、看護学など様々な学問を学び仕事をしているという背景があります。したがって、心理学の知識とスキルのレベルは多様です。それは皆さん方も同じだと思います。目指すものとしては、当面「臨床心理に強い福祉専門職」か「社会福祉に強い心理専門職」を頭に描きながらレポートの作成を行っていただきたいと思います。

◆学問的関連性について

社会福祉の実践場面において、「福祉心理学」は関連領域の学問的知見の恩恵にあずかっています。「社会福祉学」をはじめ「医学」「介護学」「家政学」「看護学」「法学」など数え上げれば際限がないほどです。そのことは、皆さんがレポートを書くにあたって気づかれることだろうと思います。「福祉心理学」の基本である「心理学」について考えてみますと、最も核になるものは臨床心理学だろうと思います。学問として「臨床心理学」が、「福祉心理学」の領域を包む形になっており、さらに実践ということから、細かくいろいろな実践領域（「児童福祉」「障がい福祉」「高齢者福祉」など）に分かれていくものと考えられます。

「福祉心理学」の歴史は始まったばかりといっても過言ではないと思います。少しずつ理論と実践の統合をはかりながら前進していくものと考えられます。

レポートを書くにあたっては、将来の「福祉心理学」の姿を考えるという視点もいれていただきたいと思います。教科書・専門書をただ写すだけのレポートではなく、理論的裏付けのもと自分の考えを入れたレポートにいただきたいと思います。

最後に、皆さんの健康を祈り、がんばりに期待しています。

●引用・参考文献

園山繁樹「福祉心理の専門性としてのスキル」第二回福祉心理学会シンポジウム

小 松 紘

(本学特任教授による特別寄稿)

◆心理学を学ぶ目的と心がけ

私たちは何故に心理学を学ぼうとするのか、そしてその際どのようなことに留意しなければならないかを考えてみましょう。心理学を学ぶ目的はまさに各人各様であると思います。人間そのものに興味があり、人間を理解したいために心理学を学びたいと思っている人、仕事の関係で、人間の心理と行動の背景にある仕組みや法則性について知りたいと思っている人など、いろいろだと思います。しかしそこで注意しなければならないことは、知識欲のみにとらわれないようにすること、人のために“良かれ”と思う思いに動機づけられていることが必要です。つまりは人間に対する温かい心に基づいているということです。

一時期、いわゆる「^{だま}騙し」の実験が人々の関心を集めたことがありました。得られた知見は、人間の社会的行動を理解するうえで大変貴重なものも少なくありませんでした。しかしこのような研究は、現在では倫理的観点から控えられるようになりました。研究上どうしてもこの方法を用いざるを得なかった場合は、その理由について事後に十分な説明をおこない、すべての疑問に答えることによって、被験者の心に残った不快感を完全に払拭しなければなりません（これを**デブリーフィング**debriefingといいます）。

心理学は科学としての一面と、実学としてのもう一つの面を持ったユニークな性格の学問であると私は考えています。つまり心理学を学ぶことにより他者の理解とともに自己の理解をも深め、自己の向上を図るとともに他者の向上に寄与できるようでありたいと思っています。

◆社会心理学の特徴

殺人事件など大きな社会的事件がワイドショーを騒がせない日はありません。社会的事件が生じた時、私たちは、その事件にかかわった人たちがどのような性格なのか、どのような生育歴や家庭環境のもとで育ったのかを想像することが多いと思います。つまり、行動の原因が個人のパーソナリティや動機にあると考えるわけです。しかしながら、人の行動は、個人の内面的な特徴によってのみ決まるわけではありません。社会心理学では、何か行動が起こった場合、その場の“状況”に着目します。状況が違えば、同じ人間でも違う行動を取ったかもしれないと考えるのが、社会心理学の考え方の特徴です。

人は、社会的な状況がもつ影響力に気がつきにくいという特徴をもっています。私たちは、他者の行動を目にすると、即座にその人物の性格特性を連想するという特性を持っています。たとえば、困っている人を助けている人物を見ると「やさしい人だろう」と想像します。しかしながら、多くの実証研究から、援助行動の起こりやすさは、「やさしさ」や「思いやり」といった性格特性よりも、「その時、周囲の人がどのように行動しているか」という状況によって決まることが明らかになっています。皆さんも、社会心理学を学ぶことによって、今まで気がつかなかった“状況の力”の大きさに驚かれることと思います。

◆社会心理学が目指すもの

『レポート課題集』にも紹介されていますが、社会心理学は「人は、なぜ、その場面でそのように行動したり、判断したりするのか」を解明する学問です。行動のメカニズムを解明、予測し、さらにはコントロールすることを目指しています。行動の解明⇒予測⇒コントロールという3点の中で、社会心

理学が最も重視していることは、「なぜかを説明すること（解明）」です。

たとえば、問題行動の場合、どのような状況でどのようなタイプの人が問題行動を起こすのかがわかれば、将来、いつ問題行動が起きるのか予測することができるようになります。また、原因が特定できるということは、原因となる要因を排除すれば、問題行動が起きないように行動をコントロールすることも可能となります。世間では相変わらず振り込め詐欺が多発していますが、「なぜ騙されるのか」がわかれば、騙されないように対処することが可能になる、というわけです。社会心理学は、非常に“使える”心理学であると言えるかもしれません。

◆レポートについて

レポート課題では、対人認知と態度形成・態度変容の特徴とともに“各自のこれまでの経験や具体的事例などを挙げながら論じる”ことを求めています。レポートを作成する際には、それぞれの特徴に関する記述と具体例のバランスを考えてまとめてください。

レポートを作成する際、これまでに自分が学んだことは、もらさずすべて書きたいと思う気持ちは非常によくわかります。しかしながら、内容をまとめることに重点を置きすぎており、評価する側から見ると、まるで教科書の要約を読まされているような印象を抱くレポートがあります。このようなレポートの場合、書き手の理解度を評価することは非常に難しくなります。その一方で、ご自身の経験や意見のみをまとめる方もいらっしゃいます。このような場合も理解度を評価することは困難です。

通信教育の場合は、残念ながら、皆さんが一生懸命に勉強し、レポートをまとめている姿を直接見ることはできません。文字数の限られたレポートの中で、自分自身の“理解度”をアピールすることは非常に難しいことだと思いますが、できるだけ“自分の言葉で自分の考えをまとめる”ことを心がけてください。そして、欲を言えば、自分自身が経験した事象について、理論に基づいて自分なりの解釈や考察を試みてください。このような記述がある場合には、特徴を十分に理解し、また社会心理学の知識を自分のものにしてしていると判断することができます。

誰かを「○○な人だろう」、と判断したことがない人はいないと思います。

また、生まれてから今まですべての事柄に対して一貫した態度を持ち続けている人もいないでしょう。対人認知や態度形成・態度変容は、私たちが日々の生活の中で体験していることです。自分自身の経験を客観的に見つめ、社会心理学の理論を使って、それらを解釈し、論理的に説明することを試みてください。

◆最後に

私は社会心理学を学ぶ楽しさは、学んだ直後から自分の生活の質を改善できることにあってと思っています。社会心理学の研究テーマは日常生活に密接に関連していますから、学んだことをすぐに実生活に生かすことができます。教科書にはいろいろな概念、理論やモデルが出てきますが、それらは難しい言葉の遊びではなく、現象を客観的に記述し、説明を試みた研究者達の努力の結晶(?)でもあります。ぜひ、さまざまな研究知見を楽しみながら、自分自身の行動を振り返ってみてください。

社会心理学は「人間の社会的行動の法則性を明らかにする学問」です。また本科目は、スクーリングやレポート作成を通して、「人間の社会的行動について客観的に考察する態度を養うこと」を目的としています。そのため、スクーリングでは実験や調査によって得られたデータに基づく研究知見や理論を理解すること、レポート課題では対人認知や態度変容が「なぜ」生じるのかについて、“理論に基づいた客観的な考察を行うこと”を求めています。

では“理論に基づいた客観的な考察”とは何でしょうか。実はこれは非常に難しい問題を内包しています。例えば、心理学を学び始めると「この研究結果は、以前学んだ理論と矛盾している」と感じるがあると思います。心理学では、現実の世界で生じている事柄をデータ化し、モデルを立て検証します。どのようなモデルを構築するかは、研究者の価値観や研究方法に大きく左右されます（村上，2009）。心理学において“理論に基づいた客観的な考察”が困難であるひとつの理由は、どのような理論（モデル）に基づいた考察を行うかによって、主張内容が大きく変わってしまうことです。

例えば、今日、世界最大の心理学組織は American Psychological Association（APA）です。APAの最初のミーティングは1892年に行われ、当時の構成メンバーは31名でした。しかしながらAPAの現在の会員数は150,000人を超え、54分野から構成されています（ちなみに、日本心理学会は1927年に創立し、2010年3月の会員数は7,341名です）。これらの数値から、心理学には様々な分野があり、異なる研究アプローチが存在することがお分かりいただけると思います。

また、『ヒルガードの心理学』という著名なテキストがあります。このテキストには、「両面を見る」という特集ページがあり、「恐怖症は条件づけ、それとも生まれつき」「言語が思考を規定するのか、それとも思考が言語を規定するのか」「心理学におけるフロイトの影響はまだ生きているのか」など18テーマに関して、対立する研究者の主張を紹介しています。例えば、「親は子供の発達にどれほどの影響があるのか」については、「親は子供の人

格や知能にほとんど影響を及ぼさない」というハリスの見解と「間違いなく親の影響は大きい」というケーガンの見解を記載しています。このように、心理学では著名な研究者の間においても、見解が対立することが少なくありません。

私たちは研究者が提唱した理論を学び、「なるほど」と納得すると、その理論を「信じる」ようになることがあると思います。しかしながら、私は学びにおいて最も重要な点は、“データからそのような主張が導き出せるのか否か”を自ら判断できるようになること、すなわち、理論を裏付けるエビデンス（証拠）の妥当性を判断できることではないかと思います。よって、レポート課題において“理論に基づいた客観的な考察”を行う場合には、現時点で自分自身が最も妥当であるとする理論に基づいて考察を行っていただきたいと思います。また、同時に「この考察は新たな理論が提唱された場合、変わることもあり得る」という見方も持ち続けていただきたいと思います。

東日本大震災以降、「専門家の意見＝正しい」という考え方が崩れたと言われています。専門家といえども、その主張を盲目に信じることは危険であると感じた次のステップは、「Aの意見よりもBの意見の信憑性が高い（エビデンスがしっかりしている）」という判断が出来るようになることではないでしょうか。心理学、とりわけ研究法や心理統計学を学ぶことを通じて、「科学的な見方・考え方」をひとりひとりが身に着けることは、現代を生きる私たちにとって汎用性の高いスキルを獲得することにつながるのかもしれない。私自身もスクーリングやレポートを通して、皆さんとともに心理学の学びを深めていきたいと思っています。

●引用文献

Nolen-Hoeksema, S., Fredrickson, B. L., Loftus, G. & Wagenaar, W. (2009). *Atkinson & Hilgard's Introduction to Psychology* (15th ed). Cengage Learning. ノーレン ホーセクマ, S.・フレデリックセ, B. L.・ロフトス, J. R.・ワグナー, W. A. 内田一成（監訳）(2012). ヒルガードの心理学15版 金剛出版
村上 宣寛（2009）. 心理学で何がわかるか ちくま新書

〈興味のある方はご参照ください。〉

・ American Psychological AssociationのHP : <http://www.apa.org/>

- ・ロジャー・R・ホック編『心理学を変えた40の研究』2007年 ピアソン・エデュケーション：有名な研究の内容が詳しく紹介されているだけでなく、「研究の意義、批判とその後の研究や最近の展開」が掲載されています。
- ・スーザン・N・ホークセマら著『ヒルガードの心理学 15版』2012年 金剛出版：2009年にアメリカで出版されたテキストの日本語訳が出版されました。
- ・村上宣寛『心理学で何がわかるか』2009年 ちくま新書：心理学における科学的アプローチの重要性を主張し、現在の心理学の到達点をわかりやすく紹介しています。

山口 奈緒美

少し時間が空いてしまいましたが、人間関係論受講者のみなさん、2日間お疲れ様でした。今回の人間関係論では、今後開講予定のオンデマンド・スクーリング用にビデオ録画を行っており、先日この録画を自分で見返してみました。自分の授業風景を客観的に見返すのは、とても直視しづらいもので、精神力を必要とする作業でしたが、改善点もいくつか見つかり、有意義な作業でした。ここでは、受講を終えたみなさんにもぜひ振り返ってほしいと思うことを書きたいと思います。

◆講義内容を現実にはめる

講義では、人間関係の端緒や、関係開始から関係崩壊までを時系列的に論じた理論を複数ご紹介しました。また、人間関係に関連が強いトピック“受容と拒絶”や“認知的バイアス”についてご紹介しました。これらの知識を日常生活に持ち帰った中で、ふと、「あ、これは講義で聞いた状況が現実起こっているな」と感じたり、「この人はこういう歪みが強いのかな」と思うことがあるでしょう。心理学は日々の生活における人々の心の働きや心のプロセスに焦点を当てた学問です。ということは、学んだことが日常生活のいたるところにあふれているともいえます。まずは、講義で学んだ内容が日常生活においてどのように再現されているのか、具体的に生じているその場面に気付いてほしいと思います。そして、今自分の目の前にいる人物が、あるいは、自分自身がどのような心のプロセス上にあるのかを、学んだ知識を使って自分なりに説明できることを目指していただきたいと思います。

◆主体的に現実に関わる

自分なりに現実の人々の心の働きが説明できるようになったら、次はもっと集中力をもって現実を観察してみましょう。注意深く観察すると、講義で

学んだ知識と一致する現実のみが必ずしも自分の周りに存在しているというわけではないことにお気づきになると思います。その時の、「講義ではこのように学んだが実際は少し違う気がする…」、「知識を使って今おかれている現実を説明しようとしたけれど、知識内容とこの部分が上手く一致しない…」という素直な違和感を大切にしていきたいのです。なぜなら、この違和感こそが、理論や先行研究を洗練させる一つの大きなきっかけとなるからです。現在見出されている知見は、それが完全であるということではありません。さらなる発展や精緻化が求められるものばかりです。「研究者の人があ言っているから」ではなく、「研究者がそう言っているでもここが違う」という感覚や視点をぜひ磨いてください。そして、その違和感を解消するべく、ぜひご自分でも研究に取り組んでみてください。こうすることによって、学んだことをフィールドに持ち帰って当てはめるというだけではなく、フィールドで得たことを理論に還元してよりよい現実の説明を目指すという、まさに理想的なサイクルが生まれるのです。

大学で学んでいるだけではなく、現実社会の一員としての立場をお持ちのみなさんであればこそ、きっと有益な視点を研究の世界にもたらししてくれるのだらうと思います。

◆現実での問題を解決する

今回の講義では実に多くの実験や調査を紹介したので、その多さに辟易とされた方もいらっしゃるかもしれません。なぜここまで多くの実験をご紹介したかという点、「ある一つのことについて条件間で比較する」という考え方・見方を体得していただきたかったからです。この考え方を使えば、私たちの悩みを漠然としたものから整理されたものへと変えることができます。ただ漠然と何かに悩んでいたのでは解決策の糸口すら見つけられず、一体何に悩んでいるのか分からないけど悩んでいるという事態に陥ってしまいかねません。しかし、「○○がある条件では、○○がない条件よりも、△△が高い（低い）だらう」という仮説をたてたり、「○○の場合は、××の場合より□□が生じやすい」という仮説を立て、条件間での比較を自分なりに行いながら現実に向き合うことができれば、混沌とした悩みが問題点の整理された悩みへと変化します。例えば、なぜあの人は私に攻撃的なのだらう？とい

う悩みについて、視点を明確にせず悩み続けても何の解決も得られません。しかし、「あの人は、私にこういう不満を持っているから攻撃的なのではないか？」と視点を固定して考えることができれば、実際にそうなのかどうかを検討することができます。その考えられうる不満点を残したままその人と関わる場合と、考えられうる不満点をできるだけ解消してその人と関わる場合とで、その人の攻撃性の強さを比較してみるのです。その結果、自分の仮説が正しそうであればそれ相応の防御策が立てられるようになりますし、仮説が間違っていれば、また新たな仮説を立てて解決策を構築する一歩とすることができます。このように、漠然とした悩みを解決するためにも、自分なりの仮説を持ち、条件間で比較するという関わりかたが大切になると思うのです。

以上、今回のスクーリングを終えての皆さまへの要望を書いてみましたが、みなさまに要望する以上、私もさらに現実を客観的に見つめ、またそれを理論にフィードバックすることができるよう、姿勢を正したいと思います。学問を学び、それを活かし、それに貢献できるよう、お互いに頑張りましょう！

◆59歳にして初めての経験

帰りがけに自分のレターボックスをのぞくと、「レポート添削のお願い」の封筒が入っていました。通信制大学院のレポートでした。早速家に帰って読んでみました。そして、妙に感動しました。

私は、この5月で59歳になりました（注：執筆の2002年時点）。多くの同級生たちは、定年を意識し、準備しなければならない年齢です。現に、大学の同級生が2人、「県庁をやめてお前と同じ商売になったよ」と便りをよこしました。一般的にはそういう時期なのに、私は、通信教育のレポート添削という初めての経験をしているという感動でした。妙なというのは、これを喜んでいいのか、悲しんで（？）いいのかという戸惑いがあったからです。

考えてみると、私の年齢は初老期に当たるので、老年期に近づいていくこと自体が初めての経験なのですが、これは誰もが経験することで、30年以上もやってきた仕事の上での初めての経験というのは、この時期には画期的なことなのでしょう。

そういう「初仕事」の感動を土台にして、感じたことを書いておきたいと思います。

◆「私」が見えない

私の専門は、発達心理学です。これまで、発達心理学や障害児心理学の講義をしてきました。ゼミはもちろんですが、講義においても、「私の授業」という意識のもとで、自己主張を展開してきました。学部の授業ですから、基本的なことを教えなければならないという責任はありますが、例えば教科書に書いてあることを材料にして、それをいかに自分流に料理をするか、というのが自己主張なのです。

学生の側も、（実際は期待しているほどは反応してくれませんが）質問を

したり、調べたことをぶつけてきたり、発表したりして、自己主張をしています。それによって、その学生の学習の進み具合やわかっていない部分が明らかになり、指導のポイントが見えてきます。

ところが通信教育では、私の自己主張は、極めて限定されるか、あるいは、ほとんどできません。同時に、学生の側の自己主張も、レポートを通じて、かすかに伝わってくるだけです。少し専門的に言うと、長年やって来た「教授—学習過程」というスタイルがとれないということです。つまり、お互いの「私」が見えないままに学習が進んでいき、その中で指導していくことになるのです。

◆ 「私」へのこだわり

私が通常相手にしている学生の多くは、言うまでもありませんが、18歳から22歳までの若者です。一般的に言うと、青年期後期で、成人への一歩手前という時期にあたります。青年期の発達課題は、エリクソンによれば「自我同一性 対 拡散」です。つまり、「自分は何者か」という問いに対するとりあえずの答を見つけることが課題なのです。

人生の目的を見つけることが最大の課題ですが、私の立場でその課題に援助することは難しいので、もう少し具体的に、その学生なりの興味・関心を明確にするとか、研究テーマを見つけるとか、就職の方向性をはっきりさせるとかの課題にサポートすることに力を入れています。まとめて言えば、「私」を探し、「私」を育てることだということになります。別の角度から考えると、これからの人生を生きていく主役としての「自分」を尊重し、大切にする態度を養うということになります。

通信教育部に入学された皆さんは、年齢も立場もそれぞれで、また、入学の目的も多岐にわたっていると想像されますが、いずれにせよ、自分を育て、自分を充実させるということにおいては共通していると考えていいのではないかと思います。職業生活や家庭生活を営みながらの学習は、想像以上に困難が伴うと思いますが、それだけに、その中で自分が育っていくという実感も大きいのではないのでしょうか。

私は、先に「とりあえずの答」と書きました。なぜ「とりあえず」かというと、私自身の経験からして、「自分は何者か」に対する満足できる答がこ

れまで見つかっていないからです。59年も生きてきましたから、少しずつはわかってきましたが、やっと60%くらいでしょうか。残りの40%にまだ可能性があると思っています。だから、通信教育への取り組みを通して、新しい自分の発見があるのではないかと期待しているのです。

◆心理学は人間を対象とする学問ですから

私の主な関心は、乳幼児期の発達です。私がこの時期の発達を考える時、右手に理論を左手に経験をもって考えています。経験というのは、（もうずいぶん昔のことになりましたが）自分が子どもだったということと自分が子育てをしたということ、および保育所や幼稚園、あるいは小学校での子どもとのつきあいです。わが子を含めて子どもとのつきあいが特に勉強になったという実感を持っています。

心理学は人間を対象にする学問ですから、自分を含めて人とのかかわりの経験が学習に生きるという特徴を持っていると思います。そういう意味では、人とのかかわりの経験を豊富に持っているほど、学びやすい学問だと言っているかもしれません。言い換えれば、その人らしい学び方ができる学問だとも言えます。しかし、経験は「両刃の剣」で、役に立つこともあれば邪魔になることもあります。だから、片方に、客観的な理論や知識を置いて考えることが必要になってくるわけです。

とはいうものの、自分の経験を生かさずに学習するのは非効率的だ、あるいは、まわりの人とのかかわりの経験と無関係に学習を進めるのはもったいない、と思います。また、学んだことを現実の生活に生かさないのでは、何のための学習なのかわからないということになります。心理学は、そういう学問なのです。

◆だから、レポートは

他の先生のレポートにも通用することかどうかはわかりませんが、私のレポートに関しては、課題にきちんと答えるだけでなく、その人らしさが感じられるものであってほしいと思っています。その人らしさというのは、上記のような経験が生かされた内容であるとか、私はこんなに勉強したよという

アピールとか、あるいは、一生懸命調べたけどここはわからなかったとか、そういうことではないかと思っています。

授業に出て、ノートをとって、試験を受けて単位を得るというスタイルでない、正解を一生懸命覚えて試験に答えるというやり方でない学習の仕方に、通信教育の真髄があります。その課題に取り組むことによって何を学んだか、何を考えたか、何が整理できたか、そして、それが自分にとってどんな意味を持っているか、そういうレポートを期待するのは期待のしすぎでしょうか？

「添削」というのは私にとって新しい課題です。私らしい添削ができるよう、新しい自分を発見できるよう頑張りたいと思っています。

吉 川 悠 貴

「老年心理学」を担当している、吉川です。

今回は、老年心理学を受講されているみなさんへ、レポート、テキスト、スクーリングなど、受講にまつわることについてお伝えしたいと思います。

まず、レポートについてです。みなさんの毎回の努力の結晶であるレポートを、楽しみに拝読させていただいています。ご苦勞の跡がうかがわれるレポートを読むと、私自身も初心に還る思いです。

老年心理学のすべてのレポート課題は、①テキストや講義で学んだ内容を課題に沿って整理していただくことと、それをもとに②現実の具体的な生活との関わりや受講生の皆さんの意見・考察などを述べていただくこと、を意図した出題をしています。2点ともレポートを構成する重要な要素となりますが、私が特に評価の際に注目しているのは、②の生活との関わりや意見・考察です。その中でも、論述内容に、「主体性」と「具体性」がみられるかどうかをポイントにしています。

本科目でとりあげている、高齢期を理解するためのさまざまな内容は、現代においては、単なる教養として身につければよいという性質のものではないと私は考えています。わが国は、世界に類のない超高齢社会に突入しており、高齢期に関わるさまざまな課題は、多くの人にとって身近なものとなってきています。そのような時代に、本科目がみなさんにとって何らかの実践的な理解をしたり、ご自分の考えを整理したりする場になればと思います。またレポートはそのよい機会になるのではないかと考えています。

したがって、老年心理学のレポートを書かれる際に迷われた場合は、レポート課題の内容が、みなさんの生活、あるいはみなさんの身近な人の生活とどのように関わっているかを考えていただけるとよいのではないかと思います。またその中で、自分や自分の身近な人に関わる問題、自分たちの生きる社会の問題として、考察も行っていただければと思います。そうすると、出題意図の①テキストや講義内容の整理も、行いやすくなるのではないのでしょうか。

また、今年度は、本科目の持つ役割が増えたこともあり、新しい2冊のテキストを指定し直し、スクーリングも新しい構成で行いました。

テキストは、介護福祉士養成用のものではありませんが、本科目の内容をもっともよく説明するものとして選びました。私が執筆した部分はさておき、そのほかの執筆陣はいずれもこの分野をリードする先生方です。その意味では、レポート課題に直接関係する箇所以外も、みなさんの理解におおいに役立つものとなると思います。余裕がある方は、是非通読されることをおすすめします。

スクーリングにおいては、国の統計（人口動態統計や国民生活基礎調査など）の、最新の動向を話題にしながら進めています。また、認知症に関わる課題は、わが国においてますますその重さを増してきており、スクーリングはそれを皆さんと一緒に確認する機会として、私自身も重視しています。

最後になりましたが、通信教育部に在籍されている方は、二足目、あるいは三足目の草鞋として学ばれている方が多いと思います。そうした中でみなさんの学習への努力に対し、心から敬意を示したいと思います。

白 井 秀 明

スクーリング、本当にお疲れさまでした。

今回のスクーリングは、私にとって大学教員となって初めての経験でした。「今回は短期決戦だ！内容をどう絞ろうか？」「頭をフル回転してもらうには？」「資料は何を用意しよう？」「ビデオを見せた方がわかりやすいかな？」「何か手足を動かしてもらおうか？」……などと考えながら準備を進めました。その一方で、「でも、せっかく時間をつくってしかも遠くから来ていただいたのに、これで反応なし、来た甲斐なし……なんてことにならないだろうか……」と、心配と不安を抱えながら、ちょっぴり緊張して当日の授業に臨んだのでした。

でも、そんな心配は杞憂でした。耳を傾けている真剣な顔、うんうんと頷いている顔、わからなくなったぞという困惑した顔、笑い声、課題に取り組んだ後のどよめき、シンプルチャルメラを吹いている真っ赤な顔、ビデオを見た時のおおっ!?という驚きの顔……頭・手・足をフル活動して授業を楽しんでいたのではないかという様子が、今でも目に浮かびます。

さて、今回の授業の目的は、各自が持つ「教育観」を見つめ直していただくことでした。

授業の様子からはもちろんのこと、みなさんから講義後にお書きいただいたテストの回答、授業の感想からも、この目的は概ね達成できたのではないかと考えています。授業の感想を少し紹介しましょう。

仕事から、常に子どもたちの学習について考えているので、とても興味深かったです。特に「発達の最近接領域」と「好奇心」の話は、今後子どもたちを指導していく上で生かしていきたい内容でした。子どもたちが常に好奇心を持てるようなレッスンをするというのは口で言うほど簡単ではありませんが、今回の授業を受けて、努力不足だった点について反省しました。自分自身が点数で判断される教育を受けてきたために、目に見えるものだけで子どもたちを判断しがちですが、子どもたちは目に見えない可能性をたくさん秘めていること、そしてそれを引き出してあげられるかどうかは、こちら側にかかっている

ということを常に頭に置いて、子どもたちに接していきたいと思います。

教育とは、「甲と乙」の関係でしかないと考えていた。どちらかという先生から生徒への一方的な教示であると考えていた。しかし、その様なことではなくて、先生と生徒の相互関係で成立するものであると感じた。最後に「先生が与えた問題を生徒自身の問題として捉え、入れ替わりの促進が課題である」という点について、「教える」ということは知識のみ教えるということだけでは不足しているのと同時に、大変難しい行為だと感じた。

私は「教育」という言葉を嫌っていました。それは、無意識に「教育とは教師が子どもに知識を教えてやるものだ」という考えを持っていたからだと、講義を受けて気づきました。また、先生の障害のある方々への考え方も、自分の考えていることと重なる部分が大きく、大変興味深かったです。障害は、その人が持っているのではなく、その人が今この社会で生きるときに何らかの不都合が生まれ、その間に障害があるのだと思っています。

これら以外にも、いや全員分お載せしたいところではありますが、そうもいかない。それにしても、「以前とは異なり、今ではこう考えられるようになった」「自分にとっての新しい課題ができた」という感想の多いこと！感動しました。授業が不十分なものだったにもかかわらず、講義内容に基づいてご自分の日頃の教育に対する考えや教育的な経験について、真剣に見つめ直してある感想をたくさん読んで、講義の疲れが一気に元気に変わりました。心から感謝いたします。これからも、わかり終えることなく実践をお続け下さることを期待しています。

最後に、授業で言い残したこと。

夢をあきらめないで！

またお会いする日を楽しみにしています！

◆はじめに

この度の、東日本大震災で被災された方々に、心よりお見舞いを申し上げます。また、復興に向け、日々頑張っておられるすべての方々に、心より敬意を表したいと思います。心のケアは、これから時間をかけ、被災した人のペースを何よりも尊重しながら行っていかなければなりません。被災した人を2次的に傷つけることなく、慎重に温かく見守っていくことで、すべての人にいつか笑顔が戻ることを祈っております。

さて、初めて心理学を学ばれる皆さんに、少しでも学習の後押しが出来るよう、いくつか参考になると思われることを書いてみたいと思います。

◆心理学とは

一時期、血液型と性格の関係がもてはやされ、多くの人が血液型の話題に花を咲かせました。はたして、血液型と性格の関連性はあるのか、ないのか。すごく興味がわきませんか。あるいは、世界情勢を見たとき、インターネットの情報から、デモが起き、政権が代わってしまうことさえ、現実起こります。なぜ、人々は群衆化し、ある対象に激しい攻撃行動を向けるのでしょうか。よく考えてみると、疑問だらけの中に自分が生きていることを実感しませんか。

心理学は、このような自分自身のことや、他者の行動について考えさせられる沢山の疑問に、科学的方法を駆使して、答えを導きだそうとする学問ということになります。心理学は、Psychologyと表記されるように、「心や魂の研究」を行う訳ですが、心は目に見えません。そのため、心をとらえるためには、今まで構築されてきた研究手法を活用することになります。統計法を用いて、データの分析や、人間の行動を普遍化し解明していくことが必要になる訳です。ただ、それだけではありません。心理学が関わる範囲はあまりにも広いものですから、いろいろな理論や研究方法が組み込まれ、研究

が推し進められています。しかし、すべてに共通しているのは、人間の心や行動の法則性を科学的に実証するということです。

◆臨床心理学について

広範囲の心理学の中で、私の専門分野である「臨床心理学」を取り上げてみたいと思います。一般的に「臨床心理学」は法則性や科学的実証性から遠いところに位置しているように思われる方が、多いのではないかと思われるのですが、いかがでしょうか。人の心は千差万別ですから、法則性や科学的実証性などの考えは馴染まないと、考えられるのではないのでしょうか。そのような考えをお持ちの方は、心理学のスタートラインに立ったからには、修正をお願いしたいと思います。「臨床心理学」も心理学である以上、法則性や科学的実証性と切っても切れない関係にあります。「臨床心理学」は、心の病いに悩む人に対して、いかに貢献するかが大きな課題になります。例えば、抑うつを患っておられる方に対して、心理療法がどう貢献しているかを実証していくためには、抗うつ剤のみでの治療効果と、抗うつ剤と心理療法で治療した時の再発率を比較することで、数値的実証が可能になります。このように数量化による研究も重要なものであることには変わりありません。

◆実証科学としての心理学を学ぶ

心理学は実証科学である点をしっかりと押さえて下さることを期待します。つまり、皆さんが学ぶ心理学とは、一定の条件のもと、体系的方法によって得られたデータを分析し、理論化していくものということが出来ます。これを行っていくためには、まず観察することがとても重要になります。すべては、観察から始まるといっても過言ではないと思います。条件反射で有名なパブロフという人は、犬の行動を観察することで、反射に関する法則を発見することが出来ました。また、人為的に実験条件を作ることで、条件と結果に関する因果関係を調べることもできます。さらには、調査を行い、そのデータを分析することで、特性を明らかにするための研究が行われることもあります。

臨床心理学領域ですと、不登校児の生活環境、家族関係、友人関係や教師との関係、生育歴、幼児期の出来事などから、多角的な分析を行う事例研究

などの方法が使われています。

◆倫理的問題

心理学の研究で、人のことを傷つけることのないように、倫理的規制があります。研究だから、なんでもできるわけではありません。倫理的規制の枠内で、研究をしていかなければなりません。このことを、心理学を学んでいく以上は十分に心に刻んでおいてください。自分の思いが先行して、いつの間にか気づかずに、被験者を傷つけることがないように、十分な配慮ができる学び方をして頂きたいと思います。

◆おわりに

簡単ではありますが、心理学という学問を学ぶにあたっての、考え方の一端を述べてみました。心理学は広く、そして奥の深い学問です。その正体は、つかみどころのないくらい複雑で、時に私たちを迷子にしてしまうものであると思います。でも、反面驚きと人間の可能性の底知れぬものを垣間見せてくれたりもします。常に謙虚さとやさしさを忘れずに、心理学と付き合い合っていかれることを願っています。

◆事例研究の意義

レポートを添削して、人格心理学の課題の中の「人物」（2単位め）、「具体例」（3単位め）、「自己分析」（4単位め）とある部分について、苦労している様子が感じ取れます。そこで、この部分について述べ、参考にしていただければと思います。

これらの課題は、「事例研究」を念頭において出しているものです。事例研究は心理学研究法の一つとして活用されてきました³⁾。その基本的な考えは、一事例であってもそこで見いだされた心理学的な法則や理論は他の生体にもあてはまると考えられるということです。たとえば、フロイト (Freud, S.) は、事例を示して考察することにより、神経症に関する精神分析の理論と治療法を提起しました⁴⁾。ロジャース (Rogers, C. R.) もまた、事例によりクライエントの変化を示すことによって来談者中心療法の有効性を示しました²⁾。臨床心理学のみならず、学習心理学ではパブロフ (Pavlov, I. P.) やスキナー (Skinner, B. F.) が、発達心理学ではピアジェ (Piaget, J.) が、事例研究によって自らの理論を提起しています。このように、個別的な事例を研究することによって、そこから普遍的な法則や理論を引き出そうとするところに事例研究の眼目があります。

◆レポートとしての事例研究

しかしながら、心理学を学び始めたものが一から事例研究をして新たな法則や理論を発見することはとうてい望めません。レポートでは、すでにある理論やモデルを検証する方法をとっています。

そこで、まず先行研究を調べることから始まります。ある類型論について調べる、力動的人格理論における心理的適応・不適応のとらえ方について調べる、自我・自己および自己分析の限界となる事柄について調べるなど。い

わば、これは料理の食材集めのようなものです。レポートを添削していると、調べたことを列挙しているものに出会うことがあります。確かに集める苦労やキラリと光る説明には感心もさせられるのですが、それが中心になると食材を並べて見てくださいというのと同じになります。

そこで、次に、調べたことに適した「具体例」「自己分析」を選びます。それは、確かめようとする理論やモデルの“典型例”又は“特徴を示す認知や行動”であることで説得力も増します。その際、先に調べたことにもとづいてなぜ典型例又は特徴を示す認知や行動なのかを示す必要があります。

次に、考察を行います。2単位めですと、たとえば、その類型が持つ長所・短所あるいは課題をみていきます。そして、その人物の人生にその類型がどうかかわっているか、あるいはその人物や周囲はその類型をどう生かしたか、生かせなかったのか。複数の類型についてであれば、どうかかわりあっているか。3単位めですと、たとえば、具体例の心理的不適応がその力動的人格理論によってどのように説明されるのか、そして、心理的適応に向かうにはどんなことが必要とされるのか。4単位めですと、たとえば、自己分析のときに湧いてきた感情（葛藤など）、自由連想の効用、実際行動に移す際の心の動き（抵抗など）など。これらは個人的なことでありながら、多くの人に共通することも十分に予想されます。なお、考察でも、先に調べたことがおおいに役立つと思います。

◆おわりに「事例研究」の感動

河合¹⁾は、事例研究について、「明確な形での新しい技法や概念を提示するものではなくても、じっくりと取り組んだ事例報告に接したものが、新たな意欲をかきたてられたり、多くの新しいヒントを得たり、新しい感動を与えられたりするときは、それは芸術作品の評価の場合と同じく、高く評価されるべきではないだろうか」と述べています。レポートを添削していて、それと全く同じことを経験することもあり、レポートを読むものにとっての楽しみになっています。ぜひ、そのようなレポートを書いてくださるよう希望します。

●参考文献

- 1) 河合隼雄「事例研究の意義」『臨床心理学』1(1), 4-9, 2001.
- 2) 村瀬孝雄(編)『こころの科学 ロジャーズ クライアント中心療法の現在』日本評論社, 1997.
- 3) 下山晴彦(編)『臨床心理学研究の技法』福村出版, 2000.
- 4) 牛島定信(編)『こころの科学 フロイト入門』日本評論社, 1995.

西 野 美佐子

◆はじめに ― スクーリングで意図したこと ―

「いえの者」と言えば、妻や子どもを指していました。家庭はhomeの訳で、そのメンバーは家族と呼ばれますが、実はfamilyの訳です。しかし、本来、家とは「同じ屋根の下に住み、食を共にすること」を言います。少子高齢化社会の日本においては、もうすでにペットも大事な家族の一員となりつつあるようです。会話をするロボットも、そのうち私の家族と思い始める人がいても不思議ではありませんね。

家族心理学は、「行動科学的方法論に準拠して家族関係にかかわる心理的諸現象を研究する科学」です。家族心理学の対象のひとつである「家族」は、今では小規模化し、家族の姿も多様化してきています。昨今の離婚の増加などを考えると、成員同士の間で結ばれているはずの「深い情緒的な絆」もろいものとなっています。福祉追求の第一次的集団であるべき家族への社会的支援がいろんな形で求められています。

誰もが、「誕生」と同時に所属する最初の集団ですから、自分の経験と重ね合わせながら、しかし、広くかつ客観的に、家族の形成・発達と崩壊などのファミリー・プロセスや家族内成員の関係、コミュニケーションのあり方などの理解に努めてもらいたいと期待しています。講義の内容も、①家族心理学の課題と方法、②システム論的アプローチ、③家族のライフコース、④家族内心理構造とコミュニケーション、⑤家族病理：児童虐待・不登校など、⑥家族への介入：アセスメントと家族カウンセリングの方法などを予定していましたが、時間の都合で十分述べられなかったこともありました。

◆家族心理学の基礎用語を理解するために ―

家族心理学で講義する家族力動の主なる基礎用語は、連合、境界、パワーです。

家族の中で中心となるのは、核家族であれば夫と妻の夫婦連合であり、信頼関係に満ちて確固としていることが大事であることは言うまでもありません。しかし、家族の発達過程の中で、家庭内メンバーの結びつきは変化していきます。例えば、子どもが乳児期であれば、母子密着のてんめん状態であることはごく自然のことです。ムズムズからだを動かし今にも泣きそうに顔をゆがめ始めただけで、母親は「おっぱいかな?」「おしめかな?」と赤ちゃんの枕もとに駆けつけることが多いでしょう。しかし、子どもが大きくなって学童期になると、お父さんは息子のサッカーのコーチをかってでたり、野球の相手をし始めます。また、高校生の娘が父親の仕事の分野に進路を希望し、関心領域を共有している父親に相談するとき、父親と娘の連合が一時強まることでしょう。青年期の娘は母親と意気投合してショッピングにでかける姿も多く見受けられます。このように得意領域や趣味・関心をきっかけとした連合が、そのときどきに応じて柔軟に形成され変容していくのが健康な家族の姿といえましょう。また、夏休みの家族旅行の行き先を、母親が財布と相談しながら子どもの意見を取り入れ決めることが多かったです。母親と子どものパワーが、留守がちな父親のパワーに勝る良い例です。

いつでも、どこでも、固着した連合が幅を利かしていたり、夫を中心とした嫁と姑などの2世代にまたがる境界の曖昧な入り組んだ三角関係が見られる場合は、家族の心理的自由度は減少し、緊張をもたらすことでしょう。

最近では父親の単身赴任が増加しています。こうした単身赴任家族では、地理的・時間的空間で父親は他の家族から遊離していますが、心理的空間では家族の絆によって、その物理的遊離を埋め合わせている家族も多いことでしょう。そのような場合、家族メンバーはきっと、今までとは異なる家族のコミュニケーションの手立てを見つけ、努力していることがあるはずです。このように身近な家族の日常生活のありようを、家族心理学の用語で見直し記述することもひとつの勉強方法です。

◆スクーリングを終えたら早目にノート作りを！

配布された資料を見ながら、講義を聴き納得したつもりでも、正確な知識を身につけるためにもう一度ノート作りをすることをお勧めします。わかったつもりでいることでも、一箇所くらいはもっと詳細に知りたいと思うこと

は必ずあるものです。講義で参考書としてご紹介しなかった本は、配布してあるテキストの各章の参考文献に書き出されている本を参考にしています。ですから、もっと詳しく知りたいという方は、その参考書にあたりノート作りをしながら読むことです。今では、パソコンなどをノート代わりに利用している方も多いでしょうが、その日勉強した要約をパソコンに記録しておくのはいいでしょうが、その前に、まずは自由に、自分に合うラフなスタイルで自らの手で書きだすことです。

少し大きめのノートを準備し、日付と見出し（大抵は本の題名と章を書き出す）を書き、その後は自由に基礎的な概念の定義を書き出したり、内容の関連を図示してみたり、大事な項目の要約を自分なりにまとめたり、それに対する自分の意見を赤ペンで書いたり、頭に叩き込むつもりで書き出してみることです。そうするうちに正確な知識を身につけることができるでしょう。情報過多の現代、多くのあいまいな情報よりも、その時点で、少しでも正確な知識を毎日少しずつでも身につけていくことはとても大切なことです。

“塵も積もれば、山となる”です。

◆家族問題をもっと深く理解するために

最近、家族問題の事例を掲載された出版物も多く出回るようになり、そうした事例に出会う機会も容易になりました。倫理問題などで、個人が特定されないように加工されておりますので、安心して出典さえ明記すれば引用できます。そうした家族問題について家族心理学的アプローチで、家族内力動を捉え、家族の心理構造を捉え直してみるといいでしょう。

読む際に、事例の客観的な事実とその事例に対する著者の解釈を区別して読み進めていくことです。事実に対する解釈は、立場が異なると変わりうる場合があるからです。自分だったらどのように解釈するか、書き出してみてください。そうした上で自分の意見と著者の解釈と比較してみるといいでしょう。

家族問題を理解する上で、個人や家族的文脈にさらに加えてほしい視点としては、家族の置かれた地理的・歴史的・社会経済的視点です。個人や家族的文脈は、家族を見る微視的視点とすると、地理的・歴史的視点もしくは社

会経済的視点は、家族をみる巨視的視点ということになります。家族力動を理解するには、微視的視点と巨視的視点を両方加味して初めて、より深く個人や家族を理解することができるでしょう。

◆生活を科学化することへの挑戦

家族心理学の講義を聞きながら、学生自身の家族や、自分がさまざまな場で対面している家族に思いをはせながら、講義の内容と重ね合わせて聞いてくださった方も多いようです。今、社会問題となっている児童虐待やACなどへの関心の高さも伺うことができました。また、仕事の立場から家族への援助方法について知りたいという希望も多く出されておりました。家族形態の多様化が進行する中で、典型パターンと異なる家族の発達段階についての研究情報を知りたいというご意見もありました。

スクーリングに参加した学生の方々の講義の感想から、皆さんの関心や私と皆さんの双方に課せられた今後の課題が見えてきました。

今学生の皆さんが家庭・職場・地域等で直面している問題について考えることは、まさに「生活を科学化する」ことそのものです。本学が追求している実践科学への第一歩だと思います。カリキュラムの発展として事例の解釈や援助の実践を検討しあうことができれば、私にとっても援助スキルの実践研究にふれられるのにはと思いますが、現段階ではそういった指導や演習の機会はありません。学生諸君のご健闘とご活躍に期待しています。

◆心理アセスメントの必要性と意義

1) 「見立て」をおこなうために

心理的援助において、クライアントが自分自身の問題に気づき、その解決を目標とする方向に変化して行くためには、見立てが必要になります。行き当たりばったりの対応では、方向性を見つけ出すことが困難だけでなく、クライアントにとって害になることさえあるからです。

クライアントの現状を把握し、潜在的可能性を理解していくために、セラピストとの人間関係に関心を払いながら、クライアントの全体的状況を見ていく「見立て」の基礎的情報としてアセスメントが欠かせないものになります。

2) 「心理アセスメント」の方法

心理アセスメントの重要な柱となるものに、「面接法」「観察法」「検査法」があります。

「面接法」は主に言語的コミュニケーションを通して行われます。主訴・来談動機・現病歴・生活史・家族構成などが明らかにされます。

「観察法」は主に非言語的コミュニケーションを通して行われます。クライアントの表情・姿勢・音声の高低や大小や硬軟・服装・面接者自身の印象・好悪の感情・空想・眠気などが観察されることになります。

「検査法」は心理査定法とも呼ばれ、質問紙法・描画法・投影法などから構成されています。

3) レポート課題の1単位めについて

まず、なぜ心理アセスメントが必要なのか、その意義について整理してください。そしてクライアントを統合的・全体的に捉えるため、「面接法」「観察法」「検査法」のそれぞれが捉えようとしている項目についての説明と、どのような方法があるのかについて述べてください。このあたりのことを詳しくまとめれば、それなりの枚数になると思います。まだ余白がある場合

は、具体的な事例のアセスメントについて、その過程について簡単にまとめるとよいと思います。

1 単位めでは、心理アセスメントにおける「面接法」「観察法」「検査法」について理解を深めて、使えるようにしていくことが1番のポイントです。その点を忘れずにレポートをまとめてください。

◆パーソナリティの理論と心理テスト

1) パーソナリティとは

パーソナリティは、日本語では「性格」と訳されたり、「人格」と訳されたりしています。最近では、「性格」や「人格」では包括しきれないということで「パーソナリティ」という言葉が多く使われています。

「パーソナリティ」の考え方は、理論家の分だけあると考えられます。

オールポートやフロイト、ユングなどをはじめとして理論が展開され、「類型論」「特性論」「自我理論」「力動論」などの理論体系が提供されています。

フロイトの自我理論を考えたとき、自我は層構造を成し、「意識」「前意識」「無意識」に分けられます。それぞれの層が、どのような成り立ちをしているかを調べようとするとき、心理テストが意味を持つことになります。目的に応じて、どの心理テストを使用すればよいか、選択しバッテリーを組む必要があります。そのために、それぞれの心理テストを理解し、精通していることが必要になります。

2) レポート課題の2 単位めについて

「パーソナリティ」の定義を、何人かの理論家の理論を取り上げながらまとめて見てください。その特徴をよく理解し、違いを明確にし、自分の考えを入れてまとめていくと、レポートが出来上がると思います。クレッチメルやオールポート・ミッシェルなどの考え方と、フロイト・ユング・ロジャーズ・パウルズなどの理論を比較すると、違いを理解しやすいと思います。

心理テストについてはたくさんあるテストの中から1つ選んでまとめてください。レポートを見ると「質問紙法」「投影法」などについてまとめられる方がいますが、これらは分類分けですので、必ず1つの心理テストについてまとめてください。

心理アセスメントを深め、的確な援助ができるように、学習に精進してください。あくまでも自分のための学習です。それが、将来クライアントのために生かされることになります。そのことを忘れずに、体に気をつけて頑張ってください。期待しています。

渡 部 純 夫

◆スクーリングを振り返ってみて

「心理アセスメント」のスクーリングを行わせていただきました。非常に有意義な3日間でした。常日ごろは受講生の方とレポートに記された文章の中でしかお会いすることができないのですが、スクーリングではお互いに顔を付き合わせて生の声を聞くことができるということで、受講生の方々のほとぼしるエネルギーの強さを感じることができました。毎日座られる席も、普通だったらテリトリーの関係で決まってしまうのですが、積極的に前の方で受講し学びたいという姿勢のため、日々座る位置が変わっていました。通学生の講義ではあまり見られないことだと思います。それから、授業中の態度にも感心しておりました。私語はなく寝る方もなく、受講生の目が一同にこちらを追いかけてくる光景は、講義を行う立場としてうれしくもあり、やる気もおこるものです。私としては心地よく、心に張りのある3日間を過ごさせていただきました。ありがとうございました。

◆講義の内容について

今回講義を受講された方には復習の意味で、次回受講される方には講義のイメージを作って授業にのぞんでいただくために、講義内容をまとめてみたいと思います。

「心理アセスメント」のテキストでは、一般的なアセスメントの考えと方法について書かれています。是非スクーリングまでに一度目を通しておいください。アセスメントのイメージを作っておいてスクーリングに参加していただきたいと思います。それは、スクーリングの講義では臨床の場で行う「心理アセスメント」についてお話しすることになっているからです。一般的なアセスメントのイメージがあることで、臨床におけるアセスメントの考え方と方法がより深められるからです。その意味でもテキストを一度くらは

ざっとでよいですので、読んでおいてください。

(1) 「正常と異常」

講義では、まず「正常と異常」について考えていくことにします。私たちは、よく「あの人は正常で、あの人は異常だね」といったりします。そこで、よくよく注意して考えなければならないのが、判断方法と基準がどうなっているかということになります。どんな方法を使って判断をしているのか、今までの判断方法はどうだったのかについて、考えていただこうと思っています。ここでは、判断基準のいくつかを覚えてもらうと同時に、絶対的な基準はないということも知っていただこうと考えています。

(2) 「心理臨床家の視点」

心理臨床家はどうのように問題を考えていくのかについて、お話をすることになっています。しっかりとしたアセスメントだと思っていても、意外と大事なことを聞き忘れたり、心理臨床家の独断が入り込んだ解釈になっていたりするものです。そのような危険性を少しでも防ぐために、心理臨床家の視点をしっかりと自分のものにしていただきたいと思います。

(3) アセスメントの方法

アセスメントでは、言語的なもの・非言語的なものを通して情報を収集します。また、客観的な資料を集めるために心理査定法（心理テスト）を使うことがあります。アセスメントを行うにあたって一番重要なことは何かと申しますと、クライアントの福祉や幸せに必ず貢献できるということであります。その保証がない状況では、アセスメントも意味がなくなってしまいます。この事を、心理臨床家は肝に銘じておかなければなりません。

(4) 心理面接によるアセスメント

心理面接を通してどのようなことをアセスメントするかについて説明したいと思います。言葉を媒介にして、いろいろな情報を集めることになります。その中に、クライアントの悩みの原点や自我形成・発達などの問題点が表現されてくることになります。

(5) 心理査定法

心理テストにはたくさんの種類があります。それぞれが、とらえるべ

きポイントが違います。どのように違うのか、どのような使い方をすればよいのかについてお話したいと思います。また、心理テストの危険性と倫理について、実際臨床の間ではどのように使われるのかについて説明したいと思います。

(6) 行動観察によるアセスメント

無意識の心の動きが、何気ないしぐさや行動に出ることがあります。行動を観察するとはどういうことか、どのように行えばよいのかについてお話したいと思います。行動を見ていくと、人間関係の一部がわかるくらいに行動の観察は重要なものになります。

◆総合的・個人的なアセスメント

いろいろなアセスメントの方法を学びながら、クライアントを総合的にとらえる試みをしていくことはとても大事なことです。そして、もう一つクライアントはこの世で一人しかいない個としての存在でもあります。このことをいつも頭において、アセスメントをしていくことが重要です。これらのことを3日間で学んでいくことになります。一緒に人間理解の方法を深めていきましょう。

スクーリングで学ばれた方は、ぜひ今後に生かしていただきたいと思います。次回受講される方は、心よりお待ちしております。

秋 田 恭 子

◆はじめに

心理療法を担当する秋田恭子です。よろしくお願いします。レポートを拝見させていただき、気がついたことについて、述べたいと思います。

◆「心理療法」のレポートで「再提出にならない」ために

1) レポート課題のテーマをよく理解しましょう！

そのためには、『レポート課題集』にのっている、各単位の解説をよく読んでから始めてください。

この解説の中で4単位めの「発達のカウンセリング」についての説明が少ないのでそのことについてお伝えします。

この事例は、中学2年の男子です。中学2年という年代は一般的には、どんな年代でしょうか？この時期は、子どもから大人になる時期で、たとえば、身体的変化に対する心の状態、親との問題、人との関係、自分のとらえ方など、さまざまな変化があります。このことは、すでに多くの研究者が指摘していますので、それを参考にして、まずはその年代の発達の特徴をとらえてください。

その上で、その特徴と比較してこの事例の中学生はどうかを考えてください。事例の文中には「ひとりで留守番できない」「一人では自分の部屋に行かない」など、他にもこの中学生の状態について書かれた部分はありますが、その状態と一般的な中学生の状態と比較して、この事例の中学生はどんな成長を遂げており、あるいは遂げていないのでしょうか？その視点を織り交ぜてこの事例を考察してください。これが、発達の視点ということです。

2) 参考文献は教科書だけでは不十分です。

教科書は、確かによくまとまっており、自分の知りたいことが、すべて書

かれているように思われ、教科書の記述をまとめるだけで見栄えのよいレポートが仕上がると思われるかもしれません。しかし、レポートで要求されていることを書くには、教科書に書かれてある内容だけでは、とても難しい場合が多いと思います。教科書はまとまって書いてある分、解説も少ないので、わかりにくいところも多いと思いますので、時間がないとは思いますが、ぜひ他の本にも目を通してください。

3) 参考文献としてのインターネットの利用について

インターネットは、調べたいことを24時間、しかも自宅で調べられる便利なものです。しかし、他の先生もすでに書かれていますように、文部科学省とか、厚生労働省や大学の研究者のサイトや研究者の論文などはともかく、匿名やあだ名などのサイトもたくさんあります。そういう個人的な意見をそのまま鵜呑みにして、それをレポートに書き写す方もいらっしゃいます。インターネット上の意見は正しい知識に基づいたものである場合もありますが、時には全くでたらめなことがあります。

忙しい中、なかなか図書館に通うことは難しいでしょうが、ぜひ、きちんと書かれた本を同時に参考にし、ネットからの引用には十分に気をつけてください。

4) 引用した箇所はきちんと明記

『学習の手引き』にもありますが、引用箇所は明記してください。そうしないとご自分の意見なのか、他の人の意見なのかわからない上に、他の人の意見を自分の意見として書かれるとそれは盗作になります。なお、引用箇所を明記することによって、時にはいかに引用が多く、自分の意見が少ないかにも気がつくきっかけにもなります。

5) 誤字・脱字の確認・自分の文章を読み直しましょう！

このごろは大きな辞書を調べなくても携帯電話などでも簡単に漢字は調べられます。レポートを提出する前に、漢字を今一度調べてください。また、レポートの中には、文章が途中で急に終わってしまったり、文字が抜けていたり、主語と述語があわないものがみられます。せっかくの力作も何を伝えたいのかわからないこともありますので、ご自分が書かれたレポートを、完

成されたら、声を出して読まれることをおすすめします。

6) 自分の意見を中心にまとめる

レポートの課題に求められる知識をいったんは自分の中にかみくだいて、そこから考えられたことを中心にまとめてください。いろいろと勉強されて書きたくなってしまう気持ちはわかりますが、そうなってしまうと、レポートには、字数制限がありますので、蓄えた知識から考え、導き出されたものを書くスペースがなくなってしまいます。

7) 余談ですがーレポート課題は単位修得のためだけにあらず！

もし、単位の修得だけのために、レポート課題をこなすのだとしたら、それは時には苦痛を伴うものだと思います。ですから、皆さん、このせっかくの機会を利用して心理療法の知識や考え方をできるだけたくさん習得しようという気持ちで臨んでみてください。

◆おわりに

スクーリングでも短い時間ではありますが、ロールプレイを通して、心理療法をみなさまに少し体験していただく予定であります。心理療法は、とても難しいものだと思います。理論がわかったからといって、できるものではありません。しかし、理論はフロイトを始め多くのセラピスト（面接者）が、人間の心をよりよく理解したい一心で日々の臨床を通して、築き上げてきたものです。その理論をできるだけ理解することから心理療法は始まります。

とは言え、心理療法は、本で勉強するだけでは、身に付くものではありません。自分自身が道具となって来談される方とかかわるわけですから、自分の心の状態にも健康にも気を配らなければならないものです。また、人間の心を扱うこの学問は、文化や時代の影響もうけるものですし、奥が深く、きりがなくて、とても魅力的な学問です。教える私自身も一生勉強です。どうぞ、一緒にこの「一生勉強の旅」にご参加ください。

秋 田 恭 子

皆さん、勉強は順調にすすんでいらっしゃるでしょうか？ 皆さんが勉強していけるなかで、すらすら本に書かれた文章が頭に入ってきて、「わかる」と思える時と、何を書いてあるのやらさっぱり「わからない」時があるのを経験されるものと思います。「わかる」にも色々な意味合いがありますが、ここでは、「わかる」に関する態度について、少し考えてみましょう。

「わかる」と申しますと、アルキメデスがアルキメデスの原理に気づいた際に思わず発したとされる、「私は見つけた」、「分かったぞ」、「解けた」という意味の「ユリイカ」や、あるいは、横溝正史の金田一耕助シリーズの映画に登場する等々力警部^{とどろき}の口癖の「よし、わかった！」、つまりA-ha感覚、「ああ、そうか！」感覚を思われる方もあるでしょう。

あるいは、「わかる」とは「分ける」こと。つまり、物事を自分の知識や経験と照らし合わせてうまく仕分けることができたときに「わかった」と感じる方も多いでしょう。そして、「そうか！」感覚にせよ「うまく分けられた」感覚にせよ、一定の快感を伴いますので、つつい嬉しくなってしまう、等々力警部のように勇み足で誤った結論に飛びついてしまいかねません。またうまく分けられないことのフラストレーションから逃れようとして無理矢理に「寝台の長さに合わせて人間の足を切りたい」誘惑に駆られることもあるでしょう。

ここで重要なのがタイトルにも掲げました「虚心坦懐（きょしんたんかい）」、すなわち自分の欲や雑念を払い何ものにもとらわれずに物事に向かい合う態度です。等々力警部が早合点に陥るかたわらで、金田一耕助探偵は「そうでしょうか？ どうも私には……」と何やら「腑に落ちない」表情を浮かべます。彼にとって、「わかる」とは、心の底つまり（はらわた）から納得すること、「腑^ふに落ちること」に他ならないわけです。本に書いてあることがすらすら頭に入ってくるように感じるときでも、必ずしも「腑に落ちて」いるとは限らず、むしろ内容が自分の日頃の経験や過去の知識とうまく符合して仕分けられたり、あるいは新たなひらめきに遭遇しただけなのかも

しません。

そこで、皆さんが「わかった」と等々力警部のように早合点してしまわず、辛抱良く勉強を続けていくなれば、その過程で、ああかもしれない、こうかもしれないという複数のアイデアやひらめきに出会うでしょう。それらのアイデアが過去からの知識・経験と果たして合致するか、また複数のアイデア同士がきちんと整合するかを全体を俯瞰して検討することが大事です。こうして辿り着くのが「腑に落ちる」というわかり方です。このプロセスは、場合によっては長期間を要することもあり、「腑に落ちる」までに至らないままに、人生が終わってしまうかもしれません。一端は「腑に落ちた」と思ったことが、実は違っていたことが何年も後に露呈することもあります。

ところで、虚心坦懐が大事な何れも皆さんのようにこれから学んでいこうとする初学者に限ったことではありません。熟練を積んだベテランにとっても虚心坦懐の心構えはやはり重要なのです。およそ何かの専門家であれば、長年にわたる精進の結果、専門の事柄について「腑に落ちる」経験を重ねてきているはずであり、虚心坦懐の重要性も心得ているはずです。しかし人はエキスパートになればなるほど、蓄積された知識や経験は膨大となり、それが勢い主観的な判断や先入主を助長しがちです。

同じことは学問分野の成熟についても言えるでしょう。例えば精神分析の祖フロイトは、1895年に『ヒステリー研究』を著しました。それから118年が経過し、人の心について膨大な知見が蓄えられました。フロイトに続いた専門家たちは、心が危機状況に瀕するとき人はどんな反応をするのか、人のパーソナリティはどんなふうになされていくのか、面接場面では何がおこり、面接者は、何に注意しながら面接すべきか等々を研究しました。そのおかげで、フロイトの頃よりも、われわれが「腑に落ちる」と感じる知識は確実に増しました。

ところが皮肉なことに、初心者とは異なり先人が蓄積した豊富な知識に加えて自身の豊富な経験を持つまさにその故に、ベテランの心の専門家は、面接に際して患者（あるいはクライアント）の状態について過去の経験に依拠した方法論や定型に依拠した判断を下す落とし穴に陥ります。実はすでにフロイト（1912）自身が、この傾向を戒め、分析医に面接場面では、「差別なく平等に漂わせる注意」という姿勢を求めました。フロイトは「自分の主観

的な傾向を追っていると、もともとは正しい認識が可能であったことまでも、歪めて認識するようになってしまう。われわれが患者から聴き取ったことは、そのほとんどが後になってやっとその意味がわかってくるようなものであるという事実を忘れてはならない」と述べています。ベテランほど、虚心坦懐が求められる所以です。

学生の皆さんは、「わかる」ようになるために、学生時代に何をすべきでしょうか。まず大いに読書し、大いにひらめき、大いに発見・気づきを経験なさることです。しかしそこで喜んでしまって立ち止まらず、辛抱強く虚心坦懐に構えて、とことん腑に落ちるまで理解するという実体験も一度は持つよう努めねばなりません。「わからない」場合、「分けられない」場合にも焦らず、何がどうわからないのかを見極めます。簡単に「わかった」気にならず、辛抱強く虚心坦懐に勉強することが、後に皆さんがエキスパートになったときにもきっと貴重な経験として残るに違いありません。

●引用文献

- Freud, S. 1895 懸田克躬・小此木啓吾訳 1991 ヒステリー研究（フロイト著作集7）人文書院
- Freud, S. 1912 小此木啓吾訳 1990 分析医に対する分析治療上の注意（フロイト著作集9）人文書院 p. 79

渡 部 純 夫

◆「無意識」の正体を考える

「無意識」とは一体何物なのであるうか。いくら「無意識」が存在すると言われても、見ることもできないし、触れることもできなければ、今すぐその存在を信じると言われても、「はい信じます」とはいかないものである。そもそも、よく考えてみれば人間が意識できないものであるからこそ「無意識」なのではないか。意識し理解できたとしたら、それは「無意識」ではないのではないか。ごもっともと言いたくなる。果ては、「無意識」という言葉さえ必要ないのではないかと言うことにもなりかねなくなる。

◆「無意識」は存在しないか

人は不安な状況に置かれたときに、「何かわからないが何者かが内側から襲ってきて、そら恐ろしい気持ちに取りこまれることがある」。自分の内側から突き上げてくるものの正体を見ることはできない。でもそれは確かに存在していると感じることができるし、「私」とは違うものであることも了解できるのである。フロイトは、その存在に「無意識」という名前をつけたのである。

◆臨床と「無意識」

臨床の場面で、臨床家がクライアントの内面を分析しようとするとき、深層心理学の客観的知識をそのまま適用しているわけではない。あくまでも、クライアントの主観的体験を基礎に、クライアントが自分自身をどのように理解していくかという点に重きを置いてそのプロセスにつきあうわけである。つまり、臨床家が扱う無意識は、「自然科学」の方法とは違い、クライアントの問題解決のために使われ、人間が自分自身について了解するのに効

果があり、有効な存在と言うことになる。

◆一般的な意味での「無意識」とフロイトの考えた「無意識」

一般的な意味での「無意識」とは、個人の行動を左右し、思考や感情の方向づけに大きな影響を与えながらも、本人には自覚されない心的過程を言う。

フロイトは、「無意識」を二通りに分けて使用している。形容詞的に使われる場合は、現実的には認めがたい欲望や感情、思考の性質ゆえに強く抑圧されて、意識にはあがってこないものを言う。つまり、防衛機制が働き意識の外に押し出されたものをさしている。一方、名詞的に用いられた場合は、局所論的視点から見たもので、意識、前意識と共に人間の精神構造を作っている一部としてとらえることができる。なお、1920年代にフロイトは、呼び方を変え、無意識をイドと、意識を自我と呼んでいる。

◆ユングの考えた「無意識」

ユングもフロイトと同じように「無意識」を二通りに使っている。一つは、自我が及ばないところの内容を描くためで、もう一つは、それ自身の特徴や法則、機能を持ったところの場を書き表すためである。ユングは無意識を、抑圧された、幼児的、個人的経験が蓄えられているだけの場とは見ないで、個人的な経験とは異なるより客体的なところの活動の場であるとも考え、個人的無意識と集合的無意識を考えついたのである。

◆「無意識」への接近

では、無意識に接近するための方法としてどのようなものがあるかあげてみることにする。人間が無意識の働きを意識するのは自我の安定を欠くような不安な状況に追いこまれたときが圧倒的に多いと考えられるが、無意識は創造的な面も持ち合わせていると考えることができる。そこで、無意識への接近方法の重要なものとしてとしてイメージをあげることができる。

例えば、波の音を聞きながら砂浜を歩いている自分をイメージしてみよ

う。時間と共にイメージに変化が生じてくる。こころのエネルギーが流れて無意識の内容が意識の方に近づいてくる感じが自我の働きにより把握されるようになる。このように、イメージを通して「無意識」への接近がはかれると考えることができる。夢やファンタジーがイメージとしてとらえられることから、夢やファンタジーを利用しながら「無意識」の創造的エネルギーを臨床の場面で活用しているのが心理療法と言えなくもない。

●引用・参考文献

河合隼雄 1977 無意識の構造 中公新書

B. E. ムーア B. D. ファイン (福島章監訳) 1995 精神分析事典 新曜社

チャールド・ライクロフト (山口泰司訳) 1992 精神分析学辞典 河出書房新社

ラプランシュ・ポンタリス (村上仁監訳) 1977 精神分析用語辞典 みすず書房

アンドリュー・サミュエルズ (山中康裕監訳) 1993 ユング心理学辞典 創元社

中島義明ほか編集 1999 心理学辞典 有斐閣

フランク・J・ブルノー (安田一郎訳) 1996 心理学事典 青土社

白井秀明

先生 「みなさん、先生のいったことわかりましたか？」
 子どもたち 「はぁ——い！」

だれでも経験したことのありそうな会話です。子どもたちがちゃんとわかったかを確認するため、よく先生が口にしてしまう台詞です。気が小さい私も、講義中、表情を変えてくれない学生たちにおどおどしながら、これに類した発言をしてしまうことがあります。

「わかる」とは、本来、その子どもの心の中で生じる出来事です。だから、第三者である先生は直接見ることはできないので、本人の内省報告を手がかりに、その子どもの心の中を推測しようとしているのです。でも、これだけでその推測が正しいと判断してしまう（＝「ああ、わかってくれたんだな」）わけにはいきませんよね。そうです。いくつか問題を与えてみて、それらに子どもたちが正しく答えられるかどうかによって判断するやり方があります。どちらも、心理学の言葉で表せば、“「刺激」を与えてそれに対する「反応」から「心の中」を推測している”ことになりますが、後者の方が断然うまいやり方なのは言うまでもないでしょう。

それでは、ある人が「概念」を「わかっている」かどうかを判断するのは、どうすればいいでしょう？ やっぱある人に「刺激」を与えて得られた「反応」から「わかっている」かどうかを推測する、という点は同じなのです。では、どんな「刺激」にどんな「反応」をしたらそのように推測しているのでしょうか？ ちょっと辞典で「概念」を引いてみましょう。

「…人間などの生活体は、外的環境との間の平衡状態を定立ないし再定立するために、入力された事物ないし事象の一群の刺激効果を、弁別可能にもかわらず同一の反応と結びつけることがしばしばある。この際、生活体は、一群の事物・事象についてのカテゴリーを形成したと推定される。…」(『新・教育心理学辞典』金子書房1979 p. 69より；傍点、白井)

これ以上引くと、以降の話におつきあいくださる読者が激減すると思われるのでここで止めておきますが、ヒントは傍点部分です。私流に翻訳すれば、「ひとまとまりの刺激たちを、それぞれ違うものだと区別できるんだけど、同じ仲間だとみなす反応をする」とでもなりませんか。具体例を出しましょう。それがいい。

例えば、筆箱（なけば、鉛筆立て）から、「ボールペン」だとお考えになるものすべてを取り出してみてください……ほら、手の中にあるいくつかのものは、それぞれ違うものだ（太さ、色、フックの有無などからすれば）と区別できるけど、すべて同じ「ボールペン」ですよ。こういうことができる人を見ると、心理学者は、「この人はボールペンという概念がわかっているな」と推測するのです。……えっ、まだピンと来ない??

では、もう一例。東北福祉大学のある仙台の年中行事(?)のひとつに、秋に行われる「芋煮会」なる行事があります。要は、芋煮鍋を囲んで一杯やる（酒を飲むのは必須ではないとあるゼミ生に指摘されました）わけですが、この芋煮鍋には、大きく分けて「仙台芋煮」と「山形芋煮」があるので。仙台の河原で山形芋煮を作るグループもたくさんいます。「仙台芋煮」「山形芋煮」とは、いったい何なんでしょうか??

混乱する前に下の表をみて下さい。簡単なことです。材料や味付けが、それぞれの鍋で決まっているのです。どんな芋煮かを決定する性質（心理学では「属性」と呼びます）には、「肉」「芋」から「根野菜」「だし」までとい

表1 仙台芋煮と山形芋煮の属性および値

		仙台芋煮 (値)	山形芋煮 (値)
関連属性	肉	(豚肉)	(牛肉)
	芋	(ジャガイモ)	(サトイモ)
	味付け	(味噌)	(醤油)
	コンニャク	(ちぎりコンニャク)	(玉コンニャク)
無関連属性	キノコ	(マイタケ、シメジ…なんでもいい)	
	葉野菜	(シュンギク、ハクサイ…なんでもいい)	
	根野菜	(ダイコン、ニンジン…なんでもいい)	
	だし	(カツオ、コンブ…なんでもいい)	
	⋮	⋮	

*白井が、独断と偏見に基づいて作りました。「仙台芋煮」でも隠し味に醤油を使うけど…というような問い合わせには一切応じられません。

るいろいろありますが、そのうち「肉」「芋」「味付け」「コンニャク」という属性たちが、それぞれ（豚肉）（ジャガイモ）（味噌）（ちぎりコンニャク）という特定の種類（心理学では、各属性の（「^{あたい}値」）と呼びます）の組み合わせになっているものを「仙台芋煮」と呼んでいるのです。ですから、目の前にある芋煮が、「仙台芋煮」かどうかを判断するには、これらの属性及び値を共通点として注目しなくてはならないわけです。一方、表の下の方の属性は、判断の際にいわば無視する属性たちです。キノコや葉野菜がどんな種類であれ、「仙台芋煮」かどうかの判断には無関係です。

この表さえあれば、初めて芋煮を経験する方も、河原に行って、この鍋はキノコのや葉野菜の種類が異なるといった多少の違いがあるけれどそれらは無視して、「仙台芋煮」の仲間だな、あれはちがうな、などと指摘できます。こうなれば、心理学者も「ああ、この人は「仙台芋煮」という概念をわかったな」と判断することになるわけです。

これらの例からおわかりいただきたいことは、

- (1) ある「概念」をわかるとは、「違うものだ」と区別できるものたちを、同じ仲間とみなす反応をする」ということから推測する。
- (2) ある「概念」をわかるとは、「共通点である属性たちに注目」し、同時に「それ以外の属性たちを無視する」という両方の心のはたらきが必要である。

ということです。はじめに挙げたボールペンだって、共通点であるペン先（ボール付）という属性・値に注目し（英語ではballpoint pen＝先端にボールが付いているペン）、太さだのフックだのといった属性たちは無視している、だからこそ、同じボールペンの仲間だってみなせる、ということは、もうおわかりいただけましたよね（あ、禁句だった）。

なんだか普段何気なくやっている判断を、えらく難しく説明してくれたもんだな、という感想を持たれた方もいらっしゃるかと思います。でも、(1)や(2)のような観点で人の行動を考えられるということは、非常に大切だと私は考えています。なぜ大切なのでしょう？

最後の例。小さな子どもが、図1の（あ）の形を指さして「三角形だ！」と言ったことだけで、この子は「三角形」とは何かわかったと判断していいのでしょうか？

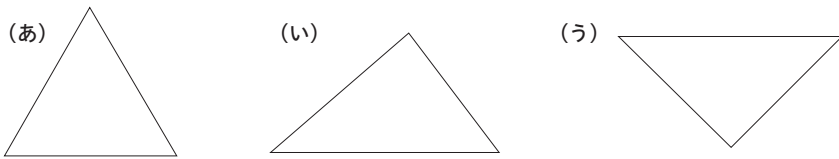


図1 いろいろな三角形

(1)と(2)からすれば、疑ってみる必要があります。例えば、(い)や(う)の形も「三角形」だと認めてくれるでしょうか？これら3つの形を「三角形」だと言えるには、そうです、何かに注目して、何かを無視しなければなりません。そうしなければ、「三角形」という概念を「わかった」ことにならないのです。一体何に注目して、何を無視するのでしょうか？ぜひ、ご自分でお考え下さい。学んだことを実践しましょう！それが「わかる」ことへの第一歩です。

◆私と学習障害

私は現在、仙台市の「学習障害児等教育検討委員会」の委員であり、同時に「学習障害児等巡回相談事業」の相談員として、いくつかの小学校を訪問し、担任の先生の相談を受ける立場にある。また、大学の授業「障害児の心理Ⅰ」では2時間ほどこの問題を取り上げているし、不定期ながら宮城教育大学でも半期この障害の理解と教育のための講義をもっている。

私は、30数年、障害をもつ幼児の育児と保育のスーパーバイザー／カウンセラーとして仕事をしてきている。「学習障害」という障害名は、カーク(Kirk,S.)が1963年に最初に命名したとされているが、日本においてこの障害名がよく知られるようになったのは、30年も後のことである。私は、大学院生の時代に、この障害についての文献を読んだ記憶はあるが、自分が扱っているケースの中に、学習障害の子どもがいるのではないかという意識はほとんどもたずに仕事をしてきている。その理由の第一は、後で述べるように、幼児期ではこの障害かどうかははっきりしないからである。

「学習障害」あるいは「LD」という障害名がかなりポピュラーになってきた今日、この障害についてのきちんとした理解を促進し、またどのように指導したらいいかということについての考えを刺激するために、ここにキーワードとして取り上げることにした。

◆学習障害 (LD) とは

2000年に文部省(当時)は「学習障害児に対する指導について」と題する最終報告書を発表し、その中で、学習障害を以下のように定義している。

学習障害とは、基本的に全般的な知的発達に遅れはないが、聞く、話す、読む、書く、計算する又は推論する能力のうち特定のものの習得と

使用に著しい困難を示すさまざまな状態を指すものである。

学習障害は、その原因として、中枢神経系に何らかの機能障害があると推定されるが、視覚障害、聴覚障害、知的障害、情緒障害などの障害や、環境的な要因が直接原因となるものではない。

この定義は、アメリカで広く用いられているものを参考にしていると思われるが、この定義を理解するポイントは、次のように考えられる。

- (1) 「全般的な知的発達に遅れはない」としているところから、知的水準は正常範囲にあることを前提にしている。この「正常範囲」をどのように考えるかについては、いろいろ議論があるが、IQ70以上とする説が多いようである。完全に正常範囲ということで90以上を主張する研究者もいる。
- (2) 聞く・話す・読む・書く・計算するのすべてに困難さを示すのではなく、この中の特定のものの習得と使用が難しいということである。そういうことから、「個人内差」が著しく大きいと表現される場合もある。
- (3) このような困難さは、例えば目が見えないこと（視覚障害）によっても引き起こされる可能性があるが、他の障害によって引き起こされたと推測される場合は、学習障害とは呼ばない。
- (4) 学習障害の原因は「中枢神経系の機能障害」を「推定される」とされているところから、育て方に問題があるとか、本人の努力不足とかが原因ではなくて、生まれつき、脳の働きに軽い問題があって起こってくる障害であるということになる。また「推定」ということは、現在のところ、脳を調べてみても決め手となるものが発見されていないということであり、後に述べるように、診断（判定）は、もっぱら症状から行われることになる。

以上のような解説を読んで、読者の皆さんは、この「学習障害」というものをイメージできるだろうか？ 具体的な理解を促進するために、実際の子どもの姿の例をいくつか紹介しておこう。

■視覚による認知に困難がある場合■

- ・A君は、小学校3年生。算数では、計算はできるのだが、繰り上がりの桁がずれてしまったりする。プリントに計算問題がたくさん並んでいる

と、隣の問題のところに答を書いてしまう。物差しを使って長さを測るときには、cmとmmが混乱してしまったりする。

国語では、語彙は豊富であるが、漢字を書くのが苦手で、行をとばして読んでしまうことがある。行動面では、整理整頓ができない、迷子になりやすいなどの問題がみられる。手先の不器用さもある。

- ・WISC-IIIの検査では、動作性IQが言語性IQより低い。

■聴覚による認知に困難がある場合■

- ・Bさんは小学校4年生。授業中にぼーっとしていることが多く、担任の言葉の指示がうまく伝わらないことがある。学級の話し合いについていけない。的確な言葉が見つからず詰まったりする。文章の理解や作文に困難を示す。九九が覚えられない。
- ・WISC-IIIの検査では、言語性IQが動作性IQより低い。

◆学習障害の診断（判定）

これまでの説明を読んできてお気づきのことと思うが、学習障害と診断（判定）するのは、学習が本格的になってくる小学校の中学年の頃が多い。つまり、国語の学習とか算数の学習とかの中で、常識では考えられないような間違いをすることから、「この子は、学習障害ではないか」（「LDサスペクト」という）と、担任の先生が気づくことが、診断（判定）への第一歩になることが多いのである。言い換えれば、担任の先生に発見してもらえないと、例えば子どもの努力不足や不注意などと解釈されて、放置されてしまうことにもなりかねないので、学習障害についての理解を促進しておく必要がある。

学習障害の本格的な診断は、病院や専門機関に委ねる必要があるが、ここでは、教育現場における判定の仕方について説明しておく。まず、「学習障害児の校内における実態把握基準」（試案）として文部科学省が示しているのは、

- (1) 特異な学習困難があること：①国語又は算数（数学）の基礎的学力に著しい遅れがある②全般的な知的発達に遅れがない
- (2) 他の障害や環境的な要因が直接の原因ではないこと

である。(1)のためには、個別式知能検査の実施が必要である。校内において、以上のような情報収集を行い、「LDサスペクト」と判断された場合は、医師、心理学者、教師などで構成されている「専門家チーム」に相談して、専門的意見を聞くことになる。

◆「特殊教育」から「特別支援教育」へ

現実問題として、学習障害児の圧倒的多くは、通常学級に在籍している。上記の判定や意見に基づいて個別指導計画（IEP）が立てられ、指導が開始されることになるが、私がやっている巡回相談は、そのような通常学級の担任に支援しようというものである。

障害をもつ子どもへの教育は、長い間「特殊教育」と呼ばれてきたが、文部科学省は省庁再編に際して、「特殊教育課」の名称を「特別支援教育課」に変更した。これからは、「特別支援教育」と呼ばれることになる。これは、「特別な教育的ニーズのある子」に対して適切な教育的援助を与えようとするものである。ここにおいて、これまで障害児と呼ばれてきた子どもたちはもとより、軽度の障害をもつ子どもたち、あるいは学習上の困難さをもつ子どもたちにも、その子にあった教育のあり方が検討され、実現されていく方向性が示されたと言えるのである。

●参考文献

平山 諭ほか編著 2003『発達の臨床からみた心の教育相談』（発達心理学の基礎と臨床3）ミネルヴァ書房

小松教之編集 1993『障害児の心理』（新教育心理学体系5）中央法規出版

佐藤 俊人

人間の特徴を考える場合に、ほかの動物たちと比較しながら検討してゆくという方法があります。そのような比較の中で、思いもよらない発想が生まれてくることもあるのです。今回は、そのうちの一つを紹介したいと思います。

動物学者であるアドルフ・ポルトマンは、1944年スイスで『人間論の生物学的断章』を著し、日本語訳は1961年『人間はどこまで動物か』という題名で出版されました。この本は、人間の発達の特徴について面白い視点から述べられています。なんと、「ヒトの子どもは、全員早産である（生理的早産）」というのです。いったいどういうことなのでしょう？ まず、ほかの動物たちの子どもの出生の様子を考えてみましょう。

◆就巢性と離巢性

ポルトマンは、哺乳類を、その子どもの成長の様子から「就巢性（留巢性）」生物と「離巢性」生物という2つのカテゴリーに分類し、それぞれの特徴を指摘しました。動物には、たとえばネズミのように「生まれたときには未熟であり、自力で移動できるようになるまでにしばらく時間がかかる動物」と、たとえばウマのように「生まれた数時間の後には、親とともに歩ける動物」がいます。この違いが、①妊娠期間、②子どもがどれくらい成熟した状態で生まれてくるか、③一度に生まれる子どもの数、という3つの特徴の組み合わせによって分類されるということです。

すなわち、**就巢性生物**とは、たとえばネズミのように「妊娠期間が短く、子どもは未熟な状態で生まれ（ゆえに、体型が親とはかなり違っており）、一度に生まれる子どもの数が多い」という一連の特徴をもつ生物のことです。イタチやリスなども例として挙げられます。反対に**離巢性生物**とは、ウマのように「妊娠期間が長く、子どもは成熟した状態で生まれ（ゆえに、体型は親と似ていて、比較的すぐに親と一緒に自力で移動できる）、一度に生

まれる子どもの数は少ない」という特徴をもつ生物のことです。ゾウやクジラ、キリンなども例として挙げられています。そして、実はサルも離巢性生物に分類されます。

つまり、サルは比較的妊娠期間が長く、生まれる子どもの数が1～2匹であり、「木から木へ飛び移る親のおなかに自力でしがみついている成熟した能力がある」ということです。

◆ヒトはどちら？

では一体、ヒトはどちらに分類されるのでしょうか？ 妊娠期間と子どもの数については間違いなく離巢性と言えるでしょう。するとサルと同様、離巢性の生物のように思えます。しかし、生まれたばかりのヒトの赤ん坊は成熟していると言えるのでしょうか？ヒトが本当の意味で離巢性であれば「体型がおとなと同様で、ヒト特有の直立が可能であり、コミュニケーションの手段としてある程度の言語や身振り語をそなえているくらい成熟していなければならないはずだ」とポルトマンは述べています。すると、「ヒトは離巢性生物のくせに、未熟な状態で生まれてくる」といも考えられるわけです。

確かに、人間には離巢性生物のなごりとも思われる身体能力を持って生まれてきます。たとえば、生まれたばかりの赤ん坊は、自分の握力でぶら下がることができるし（把握反射）、体をたてにして足を床につけると、まるで歩くように左右の足を交互に動かしたり（歩行反射）、驚いたりしたときにまるで何かにしがみつくような腕の動かし方をしたり（モロー反射）します。きちんと眼を開けて外界を観察したり、親とコミュニケーションをとろうとしたりもします。しかし、本当の意味で歩行し、コミュニケーションでできるようになるには、生まれてから一年くらいはかかることになります。

つまり、「人間は生後一歳になって、真の（離巢性の）哺乳類が生まれた時に実現している発育状態に、やっとたどりつく。そうだとすると、この人間がほんとうの（離巢性の）哺乳類なみに発達するには、われわれ人間の妊娠期間が現在よりもおよそ一カ年のばされて、約21カ月になるはずだろう（ポルトマン）」ということになるのです。そして早く生まれてしまった時期（子宮外の胎児期）には、本当の胎児がみせる胎内での発育スピードを維持するかのように急激な発育をとげることも、この考えの根拠の一つになって

います。

◆だから「生理的早産」

もしも人間の妊娠期間が21カ月くらいであったなら……子どもは生まれたとたんに二本足で立ち上がり、コミュニケーションにも困らない状態で生まれてくるかもしれません。それが離巢性生物としての本来の姿と考えたのでしょうか。しかし、現実には9カ月ほどで生まれてきます。だとすれば、ヒトは全員生まれてくるのが早すぎる、つまり「早産である」ということになります。このようにあたりまえになってしまった、ヒトの誕生における早産のことを、ポルトマンは「生理的早産」と表現しています。このようなポルトマンの考えには、確かに多くの疑問も指摘されています。例えば、そもそも就巢性と離巢性という2分割で考えて良いのかという疑問もあります。また、ヒトの新生児も外見ほど能力のない状態で生まれてくるのではなく、かなり高度な運動や感覚の能力を有するということが近年明らかになっており、ヒトの子どもが本当に未熟な状態で生まれてくると考えていいのか、という疑問も出てくるのです。

◆だから子育ては面白い!?

しかし、それでもヒトの親子関係について多くのことを考えさせてくれると思います。本当はおなかの中にいてもよかったはずの時期に外界に生活することになったら……？ 本来なら受けなくてもよいようなさまざまな刺激を、周囲（環境）から受けなければなりません。いや、「刺激をうけることができる」と表現したほうがいいでしょう！そして、どのような刺激を周囲が準備してあげるか、が重要だということもわかっていただけるのではないのでしょうか。この時期、子どもとどうつきあうか？これは大きな課題です。今後、多くの学問に触れながら、子育てについてご自分の価値観を持っていたいただけたらと思います。一つ言えることは、ある程度未熟な状態で生まれてくるからこそ、子どもはあらゆる可能性を持ったすばらしい存在であり、外界からの刺激を積極的に受け、そして学ぶことによって発達していくということです。子どもの発達に影響を与える豊かな文化をどう創っていくのか、

それが課題のような気がします。

なお、動物の行動については興味深い研究がたくさんなされています。温かみと安心感という視点から、アカゲザルを使って針金製と布製の母親を比較したハーローの実験、動物の本能について、離巢性の鳥類にみられる「刷り込み」という現象を紹介したコンラート・ローレンツの研究、また、タンザニアの森でチンパンジーの生態を長年にわたって続けているジェーン・グドールの報告など、どれも興味深いものばかりです。日本ではチンパンジーのアイちゃんも見逃せないところですので、興味のある方は情報を集めてみてはいかがでしょうか。人間のあり方についても思わぬ発見があるかもしれません。

●引用文献

アドルフ・ポルトマン著 高木正孝訳 1961『人間はどこまで動物か』
岩波新書

V章

レポートを書こう

- 42 論述式レポートという壁 ● 中村 修
- 43 レポートを添削して ● 木村 進
- 44 レポート作成上の注意 ● 山口奈緒美
- 45 剽窃・不正行為はやめましょう！ ● 秋田 恭子
- 46 学士力とレポート課題 ● 皆川 州正
- 47 心理学概論 レポート解答例

中 村 修

◆はじめに

ここでは、皆さんの論述式レポートを見る中で、私が感じていることをまとめていきたいと思います。

◆要約すること，短くすること

『学習の手引き』6章（通信教育部HPにもあり）はお読みでしょうか？その中の「論述式レポートに要求されていること」には、以下のような記述があります。

レポートは、テキスト（教科書や参考書）を読んで学んだことを担当教員に報告するものです。まずは課題を理解したうえで、テキストの内容を自分のことばで要約して、論理的にまとめることが必要になります。自分がわかったことを、他の人にもわかるように伝えるつもりで、まとめてみましょう。

十分にテキストを読まないで部分的にテキストを丸写ししたり、ただ自分の実体験や感想をまとめただけのレポートでは、合格点は得られず、不合格（再提出）となるでしょう。レポートは、自分の主観的な経験や気持ちを綴った日記・エッセイ・感想文とは違い、問いに対してある程度体系立った解答が求められます。

確かにそうです。しかし、レポートを書く上で皆さんがひっかかるのもこの部分なのでしょう。教科書に書かれていることを丸写しにしてはもちろんいけないわけですが（丸写しで済む課題が出るはずありません）、ここで注意しなければいけないのは「要約」ということです。先の引用文をちょっといじってみます。

レポートは、教科書や参考書を読んだことを担当教員に報告するものです。まずは課題を理解し自分のことばでまとめることが必要になります。わかるよ

うにまとめてみましょう。

部分的にテキストを丸写しし、実体験や感想をまとめ、自分の主観的な経験や気持ちを綴った日記・エッセイ・感想文としてある程度体系立った解答が求められます。

「要約をすること」と「もととなる文章を単純に短くすること」は異なります。いじった方の文章は、元の文章にあった要素だけで構成されています。しかし、内容は大きく違うものになってしまっていますね（特に後半はまったく逆です）。ここまで極端に内容が違ってしまう「短縮」は問題外ですが、「教科書の記述を、一部を削除して残すところは残し、短くすること」が「要約」とはならないということに注意してもらいたいと思います。教科書の記述をまるでパッチワークのように切り貼りすることで、「主語と述語、書き出しと終わり等が対応しない不思議な日本語の文章」となっているレポートも多いことは確かなのです。

◆部分的に写すことと引用すること

「部分的に丸写し」という点にも注意が必要です。レポートを書く上で、どうしても教科書の記述・説明をそのまま用いて自分のレポートに活かしたいという場合もあるでしょう。ただ、その際には、「引用」のルールをきちんと守らなくてははいけません。通信教育部HP「著作権と出典明示」では、次の3点が冒頭に挙げられています。

- ・教科書や他の本に書かれていることを引用した部分は、自分なりに要約した部分や、自分の意見を述べた部分と明確に区別しなければいけない。
- ・そのため、引用した部分については、「」でくる。どこから引用したのかを、著者名『書名』出版社名をあげて、出典を明示する。
- ・引用は必要最小限にする。多くても全体の3分の1以内（2,000字のレポートの場合600字）におさめる。

つまり、「部分的な丸写し」は「引用」のルールを踏まえて行われているならば（多発されない限り）問題ない、ということになります。逆にいえば、問題となる「部分的な丸写し」とは、

①引用のルールを守らず、まるで自分の考え出した文章のように（教科書を含めた）文献の記述をそのまま用いた「一部分まるごとの丸写し」

②先に例示した「おかしい要約」のように、文献の記述・表現をパッチワークのように張り合わせた「部分的に残して部分的にカットした丸写し」

という2点にまとめられるでしょう。なお、具体的な引用のルールについては先のHP等でよく確認してください。

◆おわりに

この原稿は、通信教育部HPに記載されていることを「引用」し、私なりに「要約」しながら書いてみました。「自分のことばで要約」というハードルは決して低くはなく、「壁」といっていいかもしれません。しかし、「本を読みました」「本にはこう書いてありました」という報告だけでなく「自分なりにまとめてみました」という部分を書く、その部分こそがあなたの「理解」を示すものになります。そして私たちが見たいのはあなたの「理解」です。それに対して我々教員から「まとめ方に難がある」等の（厳しい）コメントがなされ、落ち込むこともあるかもしれませんが、それは「自分なり」を作ったからこそ指摘されることです。壁を打ち破るためには、何度も挑戦し、その中で上手くなっていくしかないと考えています。どんどんレポートを出してください。お待ちしております。

●引用：

以下全て東北福祉大学通信教育部HP内「学習の手引き」より

「レポート学習 II レポートをまとめる 1 論述式レポートに要求されていること」

<http://www.tfu.ac.jp/tushin/tebiki15/06/02/index.html>

「レポート学習 II レポートをまとめる 3 著作権と出典明示」

<http://www.tfu.ac.jp/tushin/tebiki15/06/02/03.html>

43

レポートを添削して

木村 進

私の担当のレポートは、「生涯発達心理学」「障害児の心理」および「心理学研究法Ⅰ・Ⅱ」(の一部)ですが、たぶん「再提出」が多い教員(の1人?)として悪名が知れ渡っていることと思います。再提出の分は再び読まなければならないわけですから、私としても採点を甘くしようかという思いがないわけでもないのですが、通信教育生の勉強に対する熱意に応えるためには、できるだけ中身の濃いレポートにしてもらえよう指導することが努めだと思っているのだということをご了承ください。

◆レポートは学習成果をアピールするもの

通学生にもレポートを課していますが、通信教育の場合のレポートは、通学生の場合とは異なると思われます。通学生の場合は、講義を受けることの補助的なものとして位置づけられますが、通信教育生の場合は、自分がどれだけ勉強したかをアピールするものという意味があります。つまりレポートを通して「こんなに勉強したぞ(文句あるか)」と私に対して誇示するものなのです。そのアピールが十分に伝われば「合格」ということになります。だから、課題にそってきれいにまとめればいいというものではなく、処々に勉強の跡がわかるような内容であることが望ましいと思われます。

◆勉強とは何か？

どの科目にもテキストがあります。多くの市販のテキストは講義の補助材料として使われるように書かれていますので、テキストを読んだだけではよくわからない点も多いかと思われますが、勉強の第一は、テキストを隅から隅まで読むことだろうと思います。レポート課題に関係のありそうなところだけを読むのではなく、全部です。

第二は、その中でわからない部分やもっと知りたいと思う部分について

は、調べるという作業です。参考文献として配布されている書籍はもちろん、必要なら図書館で関連する文献を探すということも必要でしょうし、インターネットで情報を得るということも効果的かもしれません。

そして第三は、それら理解したことを総動員してレポート課題に取り組むということです。

◆レポート課題への取り組み

『学習の手引き』にも書いたことですが、要点だけを再びまとめておきます。レポートに取り組む際に最初にしなければならないことは、「テーマ分析」です。これは、その課題が何を求めているか、ということをしっかり理解するということを意味します。どの課題にも「解説」がついており、その中にかなり親切に説明されているはずですから、さほど難しい作業ではないはずです。しかし、この段階でつまづいているものも珍しくはありません。テーマについてしっかり把握できたら、それまでの学習成果を整理して、何を書くかについて検討することが第二段階です。この段階では、細かい具体的な内容までは検討せずに、「見出し」程度の検討の方が良いと思います。そして、第三段階で、教科書やノートを参考にしながら、具体的に何を書くかを考えていきます。

ここまで来ればあとは書くだけということになりますが、あと2つほど検討しておかなければならないことがあります。その一つは、書く内容の組み立てです。つまり、それぞれの内容をどの順序で書いたらまとまりのよいレポートになるかの検討です。もう一つは、字数に制限があるわけですから、それぞれの内容をどれくらいの字数におさめるかということも考えておかなければなりません。最初の内容に多くをとりすぎて、後ろの方の内容が不十分になっているレポートも少なくありません。

◆上手なレポートの書き方

基本的には、レポートにもそれぞれ個性があってよいと思いますが、読ませるものという視点から考えると、共通に満たしておくことが望ましい条件がいくつかあります。以下に基本となる6点をあげておきます。

(1) いくつかの部分に分けて「小見出し」をつけて書く

これについては、添削においてかなり多くの人に指導しました。小見出しをつけるということは、第一に読みやすさに効果的ということですが、それ以上に、課題を考える時にポイントをはずさずに考えられること、また、レポート全体としてまとまった印象を形成することというメリットがあります。ぜひ、こういう癖をつけてください。

(2) 引用なのか、自分の考えなのかわかるような書き方を

学習成果を示すためには、その課題について、文献ではどのように論じられているかをレポートするというのが基本です。しかし同時に、自分なりのまとめや考えを書く必要も出てきます。読んでみてそれがわかるような書き方が望ましいのです。煩雑でも「テキストでは」とか「(人名)によると」とかの書き方をする必要があります。

(3) 参考文献・引用文献を明記すること

いうまでもありませんが、どれだけ文献を参考にしてレポートを書いたかということは、学習成果をアピールする上で重要なポイントです。時々忘れている人がいますが、お忘れなく。

(4) できたら「まとめ」をつけ加えること

字数の関係もありますから、どうしても必要というほどのことではないのですが、書ける余地があれば、学習した結果としての「まとめ」を最後につけ加えるとレポートがしまります。

(5) 「です・ます」調ではなく、「である」調で書くこと

(6) 段落では最初の一文字を空けること

◆個性的なレポートを

課題が決まっているのですから、ここでいう個性とは内容のことではありません。レポートに対する取り組みの個性です。文章を書くのが得意な人もいれば不得意な人もいるはずですが、不得意な人が推敲を重ねればよいレポートになる可能性があります。そういう意味で、自分なりのやり方で自分のペースで仕上げたのが個性的なレポートであり、それがその人の学習スタイルであるということになります。もしかしたら、何度も再提出というのも、その人の個性なのかもしれませんね。

山口 奈緒美

◆はじめに

心理学のレポートは様式が細かく決められていて、初学者にはとてもややこしいと感じられるのではないのでしょうか。この資料では、引用文献と参考文献について、引用文献や参考文献情報をなぜ記載する必要があるのか、それぞれがそもそも一体なんなのか、具体的にはどのように記載すればよいのかについて、まとめてみます。

◆なぜ文献情報が必要なのか

引用文献と参考文献は、心理学のレポートには必ず記載が求められます。その第1の理由は、レポートあるいは論文の本文中、どの部分が誰の主張で、どの部分が筆者の主張なのかを分かりやすくするためです。もし、引用の出典元を明らかにしないでレポートに引用したとしたら、それは他人の考えを自分の考えとして述べた、すなわち、盗作になります。こうした理由から、誰が主張していることなのか、誰の研究知見なのかをきちんと明示することが求められるのです。

第2の理由は、みなさんが書いたレポートを読んで興味を持った人は、その文献を実際に自分で手に取って読みたいと思うからです。その際、著者名、発行年、本のタイトル、出版社情報がないと、当該文献を手に入れられません。本屋さんに本を注文するときに必要な情報であると考えていただければ分かりやすいかもしれません。

また、引用文献と参考文献には、それが「図書」の場合と、「論文」の場合があります。図書はみなさんにもなじみ深いと思いますが、きちんと装丁されて本屋さんで売っているものですね。そして上述の情報があれば大抵手に入れることができます。それに対して、「論文」の方はあまりなじみがないと思います。これは、学術雑誌（日本の心理学の学術雑誌だと、『心理学

研究』、『社会心理学研究』『発達心理学研究』『臨床心理学研究』『実験社会心理学研究』などの雑誌があります）に載っている研究論文のことを指しています。論文とは、研究者などが、テーマについて自分の仮説を立て、それを検討するために実験や調査を行い、その結果をまとめて論じたものです。こうした論文の場合、その文献に興味を持った人は、どのような情報をもとにそれを手に入ればいいのでしょうか？①その論文の著者、②その論文が何年に書かれたものか、③どの学術雑誌に載っているのか、④学術雑誌は1年に複数巻発行されますので、第何巻に載っているのか、⑤その巻の何ページから何ページまでなのか、という情報が必要です。レポートの読者、あるいはみなさんが書いたゼミ論文などを読んでその文献に興味を持った人が、その文献に直接アクセスできるようにするために、以上のような情報をきちんと記載する必要があるのです。

◆引用文献と参考文献の違い

引用文献とは、理論的背景や考察を論じるとき、他者の考えや研究結果を間接的に、あるいは原典のまま引用したものを指します。具体的に言うと、みなさんのレポート中において、「山口（2014）は、～と述べている。」とか、「環境と住居の関係について、～ということが見出されている（山口，2014）」とか、著者名と発行年をレポートの本文中に記載したものは引用文献となります（この場合、「山口，2014」が引用文献；ちなみに、これは山口が2014年に発表した論文という意味）。

基本的に、レポートを書く際には、文献を自分の手元に取り寄せ、それを自分で読み込み、自分なりに理解した上でレポートに引用するのが大原則です。しかし、「孫引き」という方法をとらざるを得ない場合もあります。たとえばその文献がドイツ語で読めない、もう絶版となっていて入手できないなどという場合には、その原典が引用してある文献を、さらに引用することになります。このことから、もともと引用したい文献を引用している文献を自分のレポートに引用することを孫引きと読んでいます。みなさんに身近な例でいうと、今自分の手元に「BaumとPaulus（1987）」という論文はないけれども、テキスト『快適環境の社会心理学』の39ページにはこの文献の知見に関する記載があって、みなさんのレポートに、「BaumとPaulus

(1987) はクラウディングに関する過去のモデルを整理統合し、高い密度が人々の快適性を低めると考えた」と書いたとします。これは「BaumとPaulus (1987)」を孫引きしたことになります。快適環境の心理学の該当章(第3章)の「引用文献」の欄から「Baum & Paulus (1987)」の文献情報を見つけ出し、その情報をそのまま、「Baum, A. & Paulus, P. B. (1987). Crowding. In D. Stokols & I. Altman (Eds.), *Handbook of environmental psychology*. Vol. 1. New York : Eiley. pp. 533-570.」と記載しましょう。

引用文献に対して、参考文献とは、自分の論述を展開する中で示唆を受けたもの、あるいは自分の研究と特に関わりの深い論文や著書を指します。引用文献とは違って、上記のように、みなさんのレポート中に直接その筆者の名前や年号は出てきません。このような文献の場合は、「参考文献」として引用文献とは別のセクションを作って記載しましょう。

◆レポート本文中における、引用文献の表記の仕方 ——

■著者が1人の場合■

文中の場合：「Worden (1991) は……と述べている。」「柏木 (1987) によれば……」など

文末の場合：「一般的に、……などが挙げられてきた (Oliver, 1999)。」

「トラウマを直接扱う精神療法の一つに、認知療法がある (小西, 2000)。」

■著者が2人の場合■

文中の場合：「Parkes & Weiss (1983) は……と報告している。」

「北海道南西沖地震の被災者に関する研究 (藤森・藤森, 1996) によると…」

文末の場合：「悲嘆からの回復には1年から2年の年月が必要である (若林・小島, 1992)。」

※著者が2人の場合は、参照するたびごとに必ず両方の姓を書く

■著者が3人以上の場合■

文中の場合：「Shanfield, Benjamin, & Swain (1987) は、…について検討している。」

「犯罪被害者実態調査（宮澤・田口・高橋，1996）によると，
……」

文末の場合：「～も遺族には大きな意味をもつ（Lehman, Ellard, & Wortman, 1986）。」

※著者が3人以上の場合は，最初に引用したときに全員の姓を書く。但し，最初の引用後，再度同じものを引用する場合は，次のように省略することができる。文中の場合は「Shanfield et al.（1987）は…」，「宮澤ら（1996）は…」，文末の場合「…という結果が得られている（Lehman et al.，1986）。」

■引用文献の順序■

本文中の同一箇所で行くつかの文献を引用するときは，同じ括弧内に著者の姓のアルファベット順に並べて，それらをセミコロンで区切る。

例）「一般的に，遺された家族関係の均衡を破るもっとも解決の難しい喪失として子どもの死が挙げられてきた（Oliver, 1999；Worden, 1991）。」

◆引用文献セクションにおける，文献の配列順序

引用文献リストを記載する時，引用した順番に，あるいはランダムに文献を並べればいいというわけではありません。以下のような順番に沿って，引用した文献をならべていきましょう。

- ・ 日本語文献と外国語文献は区別せず，著者の姓のアルファベット順に並べる
- ・ 同じ姓の著者が2人いたら，名前の頭文字のアルファベット順に並べる
- ・ 同一著者の文献がいくつかある場合，出版年の早いものから順に並べる
- ・ 同じ年に刊行された同一著者の文献が複数ある場合，本文と文献の両方で，年次を示す数字の直後にアルファベット小文字a, b, c, …を付して区別する。例）2001a, 2001b, …
- ・ 共著の場合は，第1著者の姓により，アルファベット順に並べる
- ・ 第1著者が同一で，第2著者が異なるときは第2著者の姓のアルファベット順に並べる
- ・ 同一著者が単独で発表している文献と，その著者が第1著者として名を連ねている共著の文献とがある場合には，単独発表のものを先に並べる

◆引用文献セクションにおける書籍・雑誌論文などの書き方 —

■単独著書：著者，刊行年次，著書名，出版社名の順■

和書：西澤哲（1999）. ト라우マの臨床心理学. 金剛出版.

洋書：Brehm, J. W. (1966) . *A theory of psychological reactance*.
New York : Academic Press.

■編集書：編者，刊行年次，著書名，出版社名の順■

和書：松井豊（編）（1997）. 悲嘆の心理. サイエンス社.

洋書：Berkowitz, L. (Ed.) . (1970) . *Advances in experimental social psychology*. Vol. 5. New York : Academic Press.

※（Ed.）はeditorの略. 編者が2人以上の場合は（Eds.）とする

■編集書の中の1章：著者，刊行年次，題目，編者，著書名，出版社，ページの順■

和書：藤森和美.（1997）. 災害被災者の精神健康と回復への援助. 松井豊（編）悲嘆の心理 サイエンス社 pp. 185-202.

洋書：McGuire, W. J. (1968) . The nature of attitude and attitude change. In G. Lindzey & E. Aronson (Eds.) , *Handbook of social psychology*. 2nd Ed, Vol. 3. Addison Wesley. pp. 136-314.

■翻訳書■

Herman, J. L. (1992) . *Trauma and recovery*. Basic Books. 中井久夫（訳）（1996）心的外傷と回復 みすず書房

■雑誌論文：著者，発行年次，論文題目，雑誌名，巻数，ページの順■

和雑誌：岡安孝弘・嶋田洋徳・坂野雄二（1993）. 中学生におけるソーシャル・サポートの学校ストレス軽減効果, 教育心理学研究, 41(3), 302-312.

→これは，教育心理学研究1993年の41巻第3号の302～312ページに記載されている論文，という意味。

洋雑誌：Lehman, D. R. , Wortman, C. B. , & Williams, A. F. (1987) .

Long-term effects of losing a spouse or child in a motor vehicle crash. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 218-231.

■卒業論文・博士論文■

亀川文 2005 家族との死別における周囲のサポートについて 神戸松蔭女子学院大学卒業論文（未公刊）

■ウェブ■

林哲也（2001）「参考文献の書き方」

<http://www.tulips.tsukuba.ac.jp/memb/hayashi/biblio.html>>
（2001/11/19 アクセス）

秋 田 恭 子

最近の心理療法の受講者からのレポートには、剽窃や不正行為を疑われるものが散見されるため、今回はそのことについて述べてみたい。

◆剽窃とはなにか

辞書によると“ひょうせつ【剽窃】ヘウ‥（「剽」は、かすめとる意）他人の 詩歌・文章などの文句または説をぬすみ取って、自分のものとして発表すること。「他人の論文を一する」（1998年『広辞苑 第五版』CD-ROM版 新村出編岩波書店）である。

◆意図的な剽窃と意図的でない剽窃

意図的な剽窃とは、提出期限までに時間的余裕がなかったり、どうしても自分の考えがまとまらず、文章が思いつかないために、人の文章とわかっていても、それを明記しないままに、そっくりそのまま書き写し、あたかも自分が考えたことのように書いてしまうことである。これは意図的にものを盗む行為と同じである。他方で意図的でない偶発的な剽窃もある。他人の文章を読んで、感銘を受け、賛同して、それを自らの文章に借用したいと思ったとする。その際に、「使いたいのが原文の一部分だけだから」と引用符をうっかり付け忘れたり、出典を明記し忘れると剽窃になる。また、原文を自分なりに多少言い換えたつもりで、「もはや原文そのものではないので」と引用符を付けず、しかも言い換えが不十分で客観的には原文とさほど変わらないという場合には、これも剽窃になる。言い換える際には、十分に自分の中で原文を噛み砕いて完全に自分の文章に直しつつ、正確に同じ意味を伝えなければならない。そして原文の出典をきちんと明記しなければならない。

◆身近な剽窃・不正行為

剽窃は、書籍や論文として広く世間に公表されているものを剽窃すること限定されず、より身近にも起こりうる。友人や先輩が許可してくれたからといって、その人達を書いた文章を、あたかも自分が書いたかのように装えば、友人や先輩に対しては無断借用でなくとも、立派な剽窃になる。友人や先輩が書いたレポートをお金を払って購入して、それを自分のレポートとして使ってしまうと剽窃や不正行為になる。心理療法のレポートでも、これで処分の対象となった学生の例がある。さらに、自分の書いたレポートでも、同じものを複数の異なる授業の課題として提出すれば、事前に教員が了解していない限りは不正行為となる。授業の課題レポートの作成の際に、受講者同士で協力することも、教員が事前に了解していなければ不正行為になる。

◆心理療法のレポートで見受けられる剽窃

最近の心理療法のレポートに散見される剽窃の多くは意図的でなく、むしろ偶発的なものであると、私としては思いたい。指定教科書の文章を十分に自分の文章に直さないままに纏めただけで、しかも原文がどの文章なのかという出典を明記していないレポートが非常に多い。また、指定教科書に書かれてある事例を、あたかも自身の体験であるかのように、借用しているレポートも多い。異なる受講者から提出されたレポートに、同じ文章・表現が幾度も登場するということがしばしばある。参考文献としてその指定教科書をあげることは必要だが必ずしも十分ではない。出典の明示は、読者が容易に原典を探せる程度に詳しくなければならない。どの部分が著者のオリジナルであり、どの部分が他からの借りものなのか、読者に容易に判別可能でなければならない。借りた部分はそれとして明らかにしたうえで、オリジナルな自らの考えを著すのが本来のレポートである。剽窃は、著者のオリジナリティがどこなのかを曖昧にしてしまう。

◆剽窃をどう防ぐか

研究は、個々の論文やレポート、個々人の考えの積み重ねによって進歩す

る。レポート作成の際には、これまでの先行研究を参考する必要が当然に生じる。全く文献を読まないでレポートは書けないので、参考文献ないし出典の明記が1つもないレポートなどは本来はあり得ない。しかし現実には皆無ではなく、出典を示すことの重要性が理解されていないようだ。大事なことは、どこまでが他人の意見であり、どこからが自分の意見なのかの区別がわかるように文章に書くことである。そのためには、レポートの文中の借用部分を明記して、直接引用ならば引用符で囲み、言い換えでも、言い換えた原文の出典の委細を文末や脚注で必ずあげることである。「ああ、面倒くさい。たかがレポートで何もそんなに堅苦しいこといわなくてもよいではないか、自分は研究者でもなんでもないのだし、どこにも公表しないのだからいいじゃないか」と思われるかもしれない。しかし、世間に対する公表でなくとも、大学にレポートを提出する際にはルールに従わなければならない。大学教育では知的な創意を重んじる。そこでは、「他人が生み出した知識を自らのものと偽ってはならない」という厳然たるルールが存在しているのだ。

●参考文献

- ・ Avoiding Academic Plagiarism Massachusetts Institute of Technology Homepage, Retrieved May 17, 2010
from <http://writing.mit.edu/wcc/avoidingplagiarism>
- ・ MIT Academic Integrity (2007 September 26) Massachusetts Institute of Technology Homepage, Retrieved May 17, 2010
from <http://web.mit.edu/academicintegrity/index.html>
- ・ 浦野 研 (2008年6月29日) 論文の体裁を整える：APA Style Manualを活用して
http://www.urano-ken.com/research/seminar/2008/seminar_urano_2.pdfより2010年5月17日取得

46

学士力とレポート課題

皆 川 州 正

◆はじめに

8月には、東北ではお盆（月遅れの盆、旧盆）が行われます。あらためて、東日本大震災でお亡くなりになった約1万5千人の方々のご冥福を心よりお祈り申し上げます。また、被災された方々、今も不自由な避難所生活を余儀なくされている方々に心よりお見舞い申し上げます。

さて、卒業までに何をどのように学ぶのか（学士力といいます）について知り、その学士力を道標として大学での学びを深めることは大切なことと思います。特に、大学で学ぶことの内容は一昔前とは大きく変わりました。そこで、レポート課題についても学士力の観点から考えてみたいと思います。

◆学士力とは

今日、大学のグローバル化とユニバーサル化が世界的に進んでいます。

グローバル化とは留学生が増えている状況をいいます。そこで、日本の大学を卒業する時には何をどの程度学んでいるかを国際的に示し、日本の大学の質を保証することが求められています。

ユニバーサル化とは、4年制大学進学率が50%以上となった状況をいいます。その結果、同じ大学の学生であっても、学力、学習スキル、学習意欲の格差が広がりました。そこで、入学後も基礎学力を高め、学習スキルを身につけ、学習意欲を高めることが求められています。

また、社会からは、大学を卒業するまでに社会人としての基礎的な力を身につけるように求められています。

以上のような流れを踏まえ、中央教育審議会は平成20年12月に『学士課程教育の構築に向けて』を答申し、その中で参考指針として「学士力」を明確にしました。それは以下の内容になります（文部科学省http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/1217067.htm参照）。

1. 知識・理解（多文化・異文化に関する知識の理解，人類の文化，社会と自然に関する知識の理解）
2. 汎用的技能（コミュニケーション・スキル，数量的スキル，情報リテラシー，論理的思考力，問題解決力）
3. 態度・志向性（自己管理力，チームワーク，リーダーシップ，倫理観，市民としての社会的責任，生涯学習力）
4. 総合的学習経験と創造的思考力

詳しくは本学ホームページ「リエゾンゼミ・ナビ『学びとの出会い』」の第1章3節「リエゾンゼミについて知ろう」を参照ください。

◆学士力とレポート課題

学士力の中で大きく取り入れられたのが汎用的技能と態度・志向性です。汎用的技能についてレポートとの関連をみていきます。なお，以下の各項目については，本学ホームページ「リエゾンゼミ・ナビ『学びとの出会い』」の「第3章 学習スキル」に詳しい説明が載っていますので，ぜひ一読をお勧めします。

- 1) コミュニケーション・スキル（読み，書き，聞き，話すこと） 教科書や文献を調べてレポートを書くということは，読み・書きにあたります。
- 2) 数量的スキル（図表を用いて分析できること） 教科書や文献の実験・調査データから何をどのように読みとるのかということを学びます。
- 3) 情報リテラシー（情報機器の活用） レポート課題についてインターネット（Google Scholar，CiNiiなど）を用いて文献を検索します。
- 4) 論理的思考力（自分の考えにこだわらず，多様な視点から柔軟に考えること），さまざまな理論に基づいた多様な理解の仕方を学びます。また，発達や臨床など，多面的に見る視点も学びます。レポートでも，多様な視点から見ることをねらいとして課題を設定しています。例えば，「人格心理学」のレポートでは，課題1：①では状況の影響も大きいことを学び，③では自己概念の影響，④では認知の重要性を学びます。課題2：同じ人物について，①類型論と②ビッグ・ファイブ論から理解をします。③では病理についての研究に対して健康な面に着目した研究と

いう視点を学びます。

5) 問題解決力（問題を発見し、情報を集めて分析し、解決すること）

日本を含め世界は、地球規模での環境問題に直面しています。さらに、日本は、65歳以上の人口が2007年には21%を超え（超高齢社会の到来）、2023年には30%に達し、2050年には40%に達する見込みで、かつてない問題に直面しています。また、百年に一度と言われる2007年の世界同時不況、千年に一度と言われる2011年の東日本大震災など、"想定外"の困難な状況が次々と起きています。このように、今は、一人ひとりが問題の発見・解決力を身につけることが求められています。例えば、「人格心理学」のレポートでは、課題1の②、課題2の④で援助（問題解決）について考えています。

◆学士力のルーブリック評価とレポート作成

ルーブリック評価とは、学習の側面×学習到達のレベルについて、それぞれの具体的な行動特性の特徴を示したものです。これにより、レポートを作成する場合に、どのような点に留意したらよいのか、下書きとして作成したレポートをどのように改善したらよいかが明確になります。本学では、学士力関連コモンルーブリック、科目単位ルーブリック（福祉心理学科では、心理学実験レポートや卒業論文など）を作成して活用しています。詳しくは、本学ホームページの「学生生活」の「ルーブリック評価」をご覧ください。

◆レポートの課題・作成を通した心理実践力の修得

本学科では、建学の精神「行学一如」（理論と実践の調和的な融合・統合）と教育の理念「自利・利他円満」（自らを磨き、他の幸せを考える）を踏まえた心理実践力を身につけることをめざしております。そして、本学科の学位授与方針（ディプロマ・ポリシー）として、13の学士力を踏まえた7つの心理実践力を掲げております（①人間理解力、②自他尊重的・共感的コミュニケーション力、③他者配慮表現力、④問題解決力、⑤自己コントロール力、⑥対人調整力、⑦社会貢献力）。レポートの課題への取り組みと作成を通して心理実践力を修得します。詳しくは、通信教育部ホームページの「学

科紹介」をご覧ください。

◆おわりに

大学の教育は、一方的に教えることから主体的に学ぶことに転換しつつあります。その点では、通信教育部は最先端にあるともいえます。本学ホームページ「リエゾンゼミ・ナビ『学びとの出会い』」を独習した上で、レポート課題に取り組むと、さらに実りある学びとなるでしょう。



リエゾンゼミ・Webテキスト表紙（芹沢銈介の型絵染「心」の字）

ホームページ「リエゾン・ナビ『学びとの出会い』」

<http://www.tfu.ac.jp/liaison/edu/index.html>

（本学通学向けホームページのトップページより、中段右側のアイコンからジャンプできます。）

47

心理学概論 レポート解答例

「心理学概論」前担当の佐藤俊昭先生より、このために新たに出していただいたレポート課題にもとづいて作成した解答例です。佐藤先生からのコメントがレポート末にありますので、ご参照ください。同じ課題に対してまったく別の解答がありうることを念頭において、あくまでもひとつの参考としてご覧ください。

◆レポート課題（見本用）

忘れようと思っても簡単には忘れられないことがある一方、必要なことをすっかり忘れてしまうこともあるのはなぜか。具体例をあげながらわかりやすく論じよ。

◆解答例

恋人に別れを告げられた、自分の不注意が原因でわが子を死なせてしまったなどのつらい経験は、「『自我』を非常な不安にさらす結果になるので」（教科書 p. 22）、意識にのぼってこないように「抑圧」してしまった方が得策なはずである。しかし、よほどのつらい経験でない限り、なかなか忘れられるものではない。このような例をもとに、忘れられないことがある人間の心を、「何が記憶に残るのか」という点から論じてみたい。

まず、感情をゆさぶる刺激や経験は記憶に残る。また、興味や関心があること、自分にとって意味のあることは覚えている。上記のような経験は、強い感情的ショックを受けるため、なかなか忘れられないことになる。

さらに、日常的ではない珍しい刺激や経験は「新奇性刺激」とよばれ、注意が向けられやすいため、記憶に残る。好きな人との最初のデートでの会話は覚えているが、毎日顔を合わせている夫婦の間の会話は忘れられやすいのはそのためである。

次に、「繰り返し」意識にのぼることは記憶を定着させる。つら

い経験を忘れようと思うこと自体も、そのことを繰り返し意識に引き出すことになるので、ますます忘れられなくなる。このような心の働きを心理学用語では「リハーサル（復唱）」と呼んでいる。

さらに、人間の頭の中での「処理水準の深さ」が記憶を促進するという研究もクレイクとロックハートによってなされている¹⁾。例えば、新しい知識を覚える場合、その知識をただ機械的に頭の中で繰り返す「維持リハーサル」を何度もするより、その知識を自分がすでに持ち合わせている経験や知識と関連させて覚える「精緻化リハーサル」を行う方が効果的という考えである。冒頭の例では、なぜ恋人にふられたのだろうと理由をあれこれ考えることは精緻化リハーサルを行ったことになる。

また、人間の行動はすべて適応的であるという進化論的な考えをスクーリングの際に佐藤教授から伺ったが、その考え方を応用すれば、生存のために必要な情報は覚えているが、必要ない情報は忘れてしまうということもいえる。恋人や肉親がその時点では自分の生存にとって重要であったので強く記憶され、現時点では生存に必要な人のことでも忘れない、あるいは推測だが、失恋や喪失の経験も失敗の例として記憶しておいた方が今後何かの際に必要なという理由で忘れないのかもしれない。

以上のような5つの点から忘れようと思っても簡単に忘れられないことが起きることがわかった。

次に、忘れては困ることを忘れる場合について考えてみよう。人との約束をうっかり忘れてしまうという経験は誰にでもあるだろう。さまざまな情報が飛び込んでくる現代社会にあっては、一期一会かもしれないかけがえのない人との約束も、感情をゆさぶる経験ではなく、意味をもてるとは限らない日常的・情性的なものが多く、そのために忘れてしまうことがあるのだろうか。

忘却のメカニズムとして、教科書 p. 268～272 の記述によれば、短期記憶から長期記憶に入ったことがらは、①「単なる時間の経過でもある程度まで薄れるが、その後一定にとどまる」（「記憶痕跡の崩壊」²⁾）あるいは「減衰」）、そして②「なにか他の事柄を覚えるというようなことにより、さらに薄れる」（干渉）ことになる。

また、思い出せないことのもう一つの理由として、「検索失敗説」がある²⁾。「検索」（あるいは想起）とは必要な事柄を長期記憶などの貯蔵庫からの呼び出してくる働きであり、手がかりがあれば思

い出しやすい。

さらに、あまりに忙しい時などにした約束は、そもそも「短期記憶」から「長期記憶」に転送（記銘）することができないために覚えていないこともある。

以上、さまざまな記憶と忘却のメカニズムを述べたが、ひとつの原則で忘れる理由・忘れない理由を説明することは難しい。人間のこころの働きを説明する際に 100% 真理の法則はないのだから、95% 程度あてはまるという確率論的な考え方、あるいはこの場合には A という原則があてはまるが別の場合には B で説明できるという場合分け的な考え方を行う必要があるように感じた。

引用・参考文献

1) 子安増生ほか著 『教育心理学（ベーシック現代心理学6）』

有斐閣、1992年

2) 金城辰夫編 『図説現代心理学入門（改訂版）』培風館、

1996年

教科書の『心理学概論』（私立大学通信教育協会編、1979年）、その他の心理学の本も参考にした。

◆コメント担当—— 教員：佐藤俊昭教授

心理学の「学」を日常的体験の説明に、このように適切に結びつけて下されると、「学」が生きてきます。その点で、このレポートは「よい」レポートの見本です。文献の挙げかたも適切です。

気がついた点を述べましょう。第1に、記憶には、「記銘」と「保持」と「再生」の3段階がありますので、「忘れる」のが、どの段階で起きている「忘却」なのか、「忘れられない」のが、どの段階のことなのかを整理しておいてください。失恋の痛手が忘れられないのは、情動の働きによって、繰り返し「再生」されるからです。だから、情動がおさまれば、記憶としてはしっかり残っていても、ひとりでに再生される頻度は少なくなります。時間がかかりますが、やがて、思い出しても苦しくはなくなります。忘れたければ、情動を静める方法を工夫するのが上手なやり方です。第2に、心の法則も100%当てはまるのですが、当てはまらないところでは、別の法則が働いているのだと、理解してください。

Ⅵ章

卒業研究ガイド

48 福祉心理学科 卒業研究作成のしおり

49 心理学における研究の進め方・論文の書き方（その1）

● 木村 進

50 心理学における研究の進め方・論文の書き方（その2）

● 木村 進

51 心理学における研究の進め方・論文の書き方（その3）

● 木村 進

心理学専攻学生として、すでに、実験Ⅰ～Ⅲ、研究法Ⅰ・Ⅱの課題を終えてきた皆さんは、これまでににおける心理学に関する学習の総括としての卒業研究を作成する段階に至っている。卒業研究は、これまでの、どちらかと言えば、受け身的な学習とは異なり、自分で研究課題をとらえ、自分で工夫して、研究を進めていくべきものであるから、以下の諸点を留意して、自主的に取り組んで欲しい。

卒業研究として認められる研究は、調査研究（実験法、質問紙法、面接法、観察法）、事例研究（面接法、観察法）、文献研究である。以下の説明をよく読み、指導教員と十分に相談した上で研究をすすめてほしい。

◆ 1 テーマの決定

(1) 問題意識の具体化・明確化

一般に研究を行おうとする場合、まず第1に、テーマをどのようなものにするかが問題となる。テーマは、かなり漠然とした興味や関心から出発することが多い。また、すでに、講義や実験の中で、こういうことを研究したいという、ある程度具体的な問題意識を持っているかもしれない。しかし、いづれにせよ、いざ自分の研究として進めていこうとすると、どこから手をつけて良いか、方向づけに迷いがちなものである。したがって、研究を進めていく第一歩は、問題をできるだけ明確にし、一定期間内でまとめあげられるように絞り込んでいくことである。そのためにはまず、自分の興味・関心に関連のある文献を読むことが必要となる。また、この段階で然るべき先生に相談し、指導を仰ぐことも、問題意識を深める上で非常に役立つはずである。さらに、順序は逆になるが、はっきりした問題意識の方向がなかなか定まらない場合に、文献を読むことによって、おもしろそうな問題を発見するという方法も、効果的であると思われる。心理学研究法Ⅰの教科書、『教育心理学の技法』の「第1章第3節 研究アイデアを得るヒント」も参照のこと。

(2) 関連文献を調べること

問題意識がある程度具体化してきたらば、関連のある文献を読み始める。この場合、文献というのは、概説書・専門書などの単行本と、オリジナルな論文を掲載している専門誌・学会誌をあわせて呼ぶものである（p. 209～211参照）。

日本の学会誌としては、『心理学研究』『教育心理学研究』『心理学評論』が代表的なものであるから、それぞれ最近の数年分に目を通し、その中から関連論文を発見するとよいであろう。文献は、まず、最も新しいものを読み、それからさかのぼって読んでいくのが原則であるが、一つの論文を読むと、それに関連した文献が、参考文献（references）の欄に挙げられているから、その文献を次々に読んでいくのが効率的な方法である。外国の専門誌については、Psychological Abstract誌などにあたって、関連したタイトルを発見し、それからオリジナル論文を探すと便利である。また、学会ホームページから論文を検索することもできる。一部の学会では、学会誌（先に挙げた『教育心理学研究』など）の目次、論文の要約を掲載している。

先述の学会誌はすべて本学図書館にある。本学図書館には、通教生用の利用案内が用意されているので、本学ホームページなどで確認してほしい。本学図書館にない文献も取り寄せできる「文献複写サービス」など、積極的に利用していただきたい。本学図書館以外でも、国立国会図書館（<http://www.ndl.go.jp>）では、登録利用者に対する文献複写サービスが利用可能になっている。その他、公立図書館で一部の専門誌を所蔵していることもあるし、近くの大学図書館が一般に閲覧可能な場合も多いので、各自の行動範囲内で確認してほしい。

関連論文が見つかったら、とりあえずは、自分なりの文献目録を作っておく。そうすると、後で本格的に文献を整理する時に効果的である。

(3) 仮テーマ（仮題）の決定

(1)、(2)により、ある程度問題意識が明確になったら、その問題の方向に従って、仮テーマを決定し、通信教育部のフォーマット（『レポート課題集』所収）に従って大学に提出する。各自の提出したテーマを検討し、学科で指導教員を決定する。言うまでもないことであるが、教員一人の指導能力には限界があるので、研究領域が複数の教員にまたがる場合は、その教員間で人

数を調整する場合もあることを、あらかじめ知っておいて欲しい。

(4) テーマ（論題）の決定

指導教員が決定したならば、その指導、助言のもとに、問題意識をより深め、研究の方向性、ある程度の結果の見通し等をふまえて、それを具体的なテーマとして表現する。テーマは、同時に、卒業研究のタイトルでもあり、それによって、研究の具体的な内容が理解できるように、できるだけ具体的かつ簡潔なものとするのが望ましい。また、やや抽象的なメインテーマに、具体的なサブテーマをつける方法もよく使われているものである。

◆ 2 研究のすすめ方

(1) 研究の目的（目標）を明確化する

心理学の研究においては、今まで明確にされていなかったことを、実証的に研究することが要求される。したがって、ただ漠然と実験したり質問紙を配ったりすれば何かが出てくるだろうという態度では、十分な研究は望めない。

また、事例研究を行うにしても、少数の事例について綿密なデータ収集と分析を行い、そこから一般的な結論を導きだそうとするものが事例研究であるので、単に何人かの人たちに出会った上での意見や感想を述べるだけでは、研究とはいえない。

文献研究の場合でも、他人の論文をいくつか読んでまとめるだけでは、レポートであって、これも研究とは認められない。文献研究とは、単に一つの調査、実験からの結果発表を行うのではなく、あるテーマを設定した上で既に発表された論文・研究を多数詳読し、そのテーマに関する理論的考察・批判を行い、今後行われる新たな研究の展望を打ち立てるものである。よって、概説書ではなく専門誌に掲載されている論文を中心に文献を収集しなければならない。

したがって、心理学の研究においては、「自分が研究する」という基本線に立って、自分が何を明らかにしようとしているかを、第一に明らかにしなければならない。その明らかにしようとすることについての答えがある程度予想される場合、それを「仮説」(hypothesis)と言うが、仮説を立てるま

でに至っていない場合でも、自分の研究の目的がどの程度明らかになっているのか、ということが、それから先の研究の進め具合に多大な影響を与えるので、研究の出発点において可能な限り明確にしておくことが大切である。

(2) 研究計画をたてる

研究の目的が明確になったら、いよいよ、具体的な研究を進めていく段階になるわけであるが、提出期限までの限られた期間内に研究を完成させ、卒業研究を書き上げなくてはならないのであるから、最初に、大体の研究計画を立てる必要がある。研究どおりに順調に研究が進んでいくとは限らないので、途中で何度か計画を変更せざるを得ない場合も予想されるが、とにかく、最初にできるだけ綿密な計画を立てておくことが、研究をスムーズに進めるコツである。大雑把に言って、研究は次のようなプロセスを経て行われていくものであるから、それぞれの段階について、どの程度の期間が必要か（あるいは、どの程度の時間をかけられるか）あらかじめ検討しておく必要がある。

- 1) 方法についての検討（実験機器、質問紙等の準備も含む）
- 2) 予備実験、予備調査、予備観察
- 3) 本実験、本調査
- 4) 結果の整理
- 5) 結果についての分析と考察
- 6) 提出のための体裁を整える（図表の整理など）

(3) 研究についての検討と選択

自分の研究目的（研究内容）にもっとも適した方法の検討をし、選択するわけであるが、その場合、まず関連文献において使用されている研究方法が大いに参考になることは言うまでもない。いくつかの関連する研究の中で使われている方法を比較・検討することから始めると効率的である。

方法に関する検討においては、被験者（被調査者）の数や属性（年齢・性別など）、教示のしかた、記録のしかたなどを具体的に考察し、決定しなければならない。その際に、前述の研究目的が大きく関わってくるわけである。

たとえば、「実験」を方法として選択する場合には、使用する機器、実験

条件、その回数などの検討に加え、どの実験室を使用するか、使用したい機器が使用可能の状態になっているか、あるいは、どの程度使用可能であるかなどについても指導教員を通じて確認しておく必要がある。

「質問紙」によって調査をおこなう場合も、当然のことながら、研究目的によって、その対象、調査の時期、調査票の配布と回収の方法などを検討しておかなければならない。

また、たとえば心身障害児の研究のように、観察を中心とした研究、あるいは事例研究の場合には、観察法を十分に身につけておくこと、記録について、効率的で正確なしかたを検討することが必要であるとともに、実験や調査と比較して研究に時間がかかることが特徴であるから、できるだけ早く研究に取りかかることが大切である。また、観察にせよ事例研究にせよ、対象者の全体像に関わりを持つことが必然的になってくることが多いが、時間的な制約などを考慮し、研究の対象となるポイントを絞り、働きかけを系統的に組み立てて研究を進めることが、特に必要である。

さらに、資料をどのように分類し、その分析のためにどのような統計法を活用するか、ということも、この段階において、すでに検討を終えていることが望ましい。

(4) 具体的計画の立案（予備実験・予備調査・予備観察）

卒業研究においては、その途中で、計画や目的を根本的に変更したり、研究のやり直しをしたりする時間的余裕はないので、十分に準備をし、計画を立て、見通しを確実にしてから研究に取りかかることが大切である。そのためには、予備的な段階における具体的な検討が不可欠である。予備実験、予備調査、予備観察などの結果によって、実験回数の増減、質問項目の増減、被験者数が妥当であるかの検討、教示の更新、改善など、研究方法に関する適切な処置を工夫していくのである。

また、この段階において、被験者（被調査者）についての見通しをはっきりさせておく必要があることは言うまでもないし、さらに、特に実験においては「統制群法」を用いることが多いと思われるので、「実験群」とともに、「統制群」「対照群」についても検討しておく必要がある。

(5) 本研究

予備研究によって具体的な研究計画が立てられたならば、いよいよ本研究に取りかかる。本研究そのものは、計画さえしっかり立っていれば、その計画通りに進めればよいのであるから、さほど問題は起こらないはずである。

むしろ大切なのは、実験結果や調査資料をその都度整理しておくことである。また、必要事項（日付、場所、被験者名、その時の特別な事情など）を必ず記入しておくことである。さらに、実験中や調査中に気づいたことは、すべて詳しく記録しておくことが大切である。それが後で結果の解釈の時に大いに役立つことがある。

観察や事例研究においても、記録は印象が鮮明なうちに整理しておくことが大切であるし、観察や指導をしている最中に感じたことや考えたことを、同時に書き留めておくことと研究のポイントをより明確にし、後の観察や指導をより有効にするのに役立つことが多い。

(6) 研究結果の整理

結論を導き出すためには、分類したり統計的な分析をしたりする必要がある。結果はローデータ（raw data）のままにしておくのではなく、パソコンに入力したり、整理用カードや整理表をあらかじめ作っておいて、それにまとめて転記しておくことと良い。この場合、入力・転記を誤ると資料としての価値を失うことになるので、十分に慎重に行い、二重・三重にチェックをすることが大切である。資料が多量の場合には、アシスタントを依頼することも考えられるが、そういうときには、事前に十分に打ち合わせと訓練を行い、信頼性を高める配慮をすることが必要である。また、入力・転記の際には、後の分析のために便利のように記号や略号を用いる場合があるが、その場合には、必要に応じていつでもローデータに当たることができるように、ローデータを整理して大切に保存し、また、番号を打つなどして、関連がはっきりするようにしておくことが必要である。

(7) 結果の分析・考察

本研究が終わり、結果の整理が一通り済んだら、結果の分析に入る。結果の分析と考察は、一口に言えば、最初に立てた仮説が果たして検証されたかどうか、あるいは、研究の目的に即して何がわかったか、ということ、結

果に即して検討することである。

心理学においては各種の統計法が活用されているが、それぞれの統計法には、それを利用するための前提条件があるので、自分の研究の性質から、その点を十分に考慮して活用しなければならない。また、心理学の研究課題、あるいはその内容によっては、数量化が困難なものも少なくない。したがって、第一には統計法の活用しうる限界をよくわきまえる必要があるし、第二には統計法によって確認された結果に意味づけをしていくことが重要であるのは言うまでもないことであるから、結論を導き出すための一手段としての統計法という位置づけをはっきりと持つことが必要である。

また、グラフと表を有効に活用することも大事なことである。統計法を用いる前に、平均値や度数などの基礎集計をまず行っておく。それをグラフ化したり、表にしたりすることで、目に見える具体的な資料から「差の有無」「関連の有無」のあたりをつけることができる。統計による有意性検定にのみ目が向き、「有意な差、有意な関連」を見つけ出すことに腐心するということになってはならない。

以上のプロセスを経て「結論」が導き出せるわけであるが、「結論」は研究の目的に関してできるだけ簡潔・明確に表現されることが望ましい。また、結論として導き出されたことは、一定の制限条件の中での結論であるから、そのことも明確にすることが必要である。

◆ 3 指導を受ける上での留意点

卒業研究は、あくまで個人的な研究であるから、皆さんの研究者としての個人的な自由は十分に尊重されなければならない。しかし、それと同時に、皆さんはこれまで心理学を学んできたとはいえ、それは決して十分とは言えないし、また、自主的な研究に取り組むのは初めてのことが多いと考えられる。したがって、指導教員の指導・助言を受ける必要が出てくる。しかし、一人の教員が受け持つ学生数がかなり多数にのぼると予想されるので、指導を受けるにあたっては、次の諸点に十分留意して欲しい。

1) 指導は所定の回数（面接指導 2 回以上・通信指導 3 回以上）必ず受けること。原則として指導教員の方から呼び出すことはしないので、自発的に指導を受けるようにして欲しい。また、できるだけ細かく指導を受けるこ

と。すなわち、研究の各段階において、指導教員に相談し、一つ一つ確認しながら研究を進めていく態度が望ましい。ほとんど指導教員のもとを訪れることなく研究を進め、結果が出てから指導を受けに来て、もはや指導の余地も意味もほとんどなく指導教員として責任が持てないので、そういうことにならないよう、特に注意すること。

2) 指導を受ける際は、必ずあらかじめ連絡を取り、決められた時間に遅れないように、時間を厳守すること。また、一人一人の学生皆さんにあてられる指導時間は極めて短いので、その都度、指導を受けるポイントを明確にして来訪する態度が望ましい。

予約した時間に何らかの事情で来訪できなくなった場合、あるいは遅れる場合には、必ず連絡をすることは言うまでもないことである。さらに、決められた時間以外に連絡なしに来室することは、できるだけ避けてほしい。

3) 実験・調査、あるいは観察などで、学校・幼稚園・保育所・施設あるいはその他の機関を利用する場合には、まず先方の知人・関係者などを介して都合を聞くなど、自分で努力することが望ましい。さらに、正式には福祉心理学科から「依頼状」(p. 194参照)によってお願いすることになるので、個人的な関わりで依頼する場合でも、必ず依頼状を持っていくことを忘れないように注意すること。なお、被験者を学科・指導教員から紹介することはない。被験者を独力でさがすことも卒業研究という課題の一部である。

また、そうした場合、相手方に結果の報告をすることは常識であり、それを怠ると次回からの依頼に応じてもらえない事態を招くことにもなるので、指導教員と相談の上、できるだけ早く報告するように心掛けることが大切である。

◆ 4 「卒業研究」論文の書き方

1) 卒業研究の構成

論文の構成をどうするか、ということについては、テーマとの関連性から、一律に規定することはできないが、基本的には下記の内容が、その骨子となるであろう。

- (1) テーマに関する先行研究ではどのようなことが明らかになっているのか
- (2) この研究がどんな目的で行われ、なにを問題にしているか

- (3) 問題を究明するために、どのような方法を用いたか
- (4) 研究の結果として、どのようなことが明らかになったか、あるいは、明らかにならなかったことはどういうことか
- (5) その結果に対する考察

以上のことを踏まえて、一般的な論文の構成は、強いて言えば次のようになる。

① 研究の目的・課題・問題

これは“はじめに”“前書き”“序（章）”などと表現されることもあるが、その研究がどのような目的で行われ、なにを問題にしているのかをまず明らかにしておかなければならない。同時に、同様のテーマでこれまで行われた先行研究においては、どのような方法が用いられ、どのようなことが明らかになっているのかを整理しておく必要がある。また、実験なり調査なりを始める前に、従来の研究等から、結果についての予測、あるいは予期がある場合（これを「仮説」という）、その根拠と共に、仮説を明示する必要がある。

「仮説」が明確にできない場合でも、ほとんどの研究ではそれに関連した、あるいは、類似の研究がすでに多くの研究者によって行われている。よって、これまでにどのようなことが明らかにされているか、あるいは、どのようなことが不明なままであるか、ということ、先行する研究の引用によって明らかにしておくことが望ましい。

② 研究方法の説明

どのような手順で研究が行われたか（研究の方法）は、結果の評価には不可欠な条件であるから、できるだけ詳しく記述しておかなければならない。主な内容は下記の通りである。

- ・被験者（Subject）、調査対象者、選択の方法（方針）、数、年齢、性別、学年、職業など
- ・研究の手続き、および順序

使用した機材の名称

質問紙法の場合は、その構成・内容（添付するのがよい。なお多量の場合には、巻末につけるのも一方法である）

実験の順序や教示の与え方（できるだけ詳しく、具体的に）

- ・研究の時期、時間、場所
- ・研究に参加した人間（実験者、調査者、検査者、記録者、アシスタントなど）の記述

以上のような事柄に関して、その研究について全く予備知識を持たない人間にも理解できるように記述することが望ましい。また、必要に応じて写真・描画などによる表示も歓迎する。

③ 研究結果の記述

研究結果は、できるだけわかりやすく表現することが大切である。そのためには、必要に応じて図表、あるいは写真などによって表現するのがよい。図や表は文章表現の代わりではあるが、本文中にそれらの図や表から読みとれる主要な内容については、文章化して表現する必要がある（単に「表〇を参照」では簡単すぎる）。したがって、本文中に図表を入れる場合、その説明文に最も近いところに位置させることは当然である。もし表などがあまりに膨大なものになる場合には、本文中には簡略化した表を使用し、詳細な表（原表など）は巻末につけるか、別冊にしてもよい。

④ 研究結果の考察

研究結果に基づいて、はじめに提出された問題がどのように解決されたか（例えば、最初に立てた仮説が検証されたか、あるいは、予想したとおりの結果が出たかどうか）を、まず明らかにする必要がある。問題（テーマ）によっては、この点を明確にすることが困難な場合もあるが、その時には、自分の研究結果からどういうことが言えるか、と言うことを明らかにしなければならない。この際、拡大解釈や無理なこじつけを避けなければならないことは、言うまでもない。

なお、結果の考察にあたっては、他の研究者によってなされた類似の研究結果と比較してみると良い。自他の研究結果を比較考察することによって、自分の研究結果の意義が、より明確になる場合が多い。

⑤ 結果の要約と反省、今後の課題

研究を行うにあたって大切なことは、その研究によって何がわかったか、ということであることは言うまでもないが、同時に、何がわからなかったか

(残された問題、あるいは課題)を明らかにすることも、同時に大切である。したがって、「結果の要約」として、まずその研究によって明らかになったことを、箇条書きなどで記述し、それとともに、「今後の課題」として、残された問題についての考察も行うことが望ましい。

また、研究を行ってみた上で、問題の設定の仕方、被験者の選定、研究方法などにおいて、不満な点や欠陥がなかったかどうかを検討し、「反省」として記述することが望ましい。

⑥ 参考文献・引用文献に関する記述→2) ③の(9),

研究を行うにあたって参考にした文献については、一括して巻末に付記するのが普通である。文献は著者のアルファベット順に並べて通し番号を打ち、本文中に該当する箇所には、その番号を付記しておくことが望ましい。

引用文献について、本文中で特に明らかにする必要がある時は、その部分に(注1)などの表記をし、そのページの下部に脚注をつけるという方法もある。

2) 記述の仕方

① 体裁

- ・手書きの場合：A 4 サイズの400字詰め横書き原稿用紙50枚以上100枚以内
 - ・パソコン・ワープロの場合：A 4 判用紙左右40文字×天地30行＝1200字詰め（横書き）とする。17枚以上34枚以内。
 - ・製本仕様については、通信教育部からの指示に従うこと。
- なお、どちらの場合でも、2部提出してもらうことになる。

② 記述

文章はわかりやすく簡潔であることが大切である。「～である」調で書き、現代仮名遣いを原則とする。また、同じ事項を時に漢字で、時にひらがなで書いたり、あるいは、送りがなを付けたり付けなかったりなどは避け、全体的に統一しなければならない。

③ 表記法

(1) ピリオドとコンマ

論文は横書きであるから、一般的には文章の終止は句点「。」、途中の

切れ目はコンマ「,」で書くのが原則であるが、ピリオド「.」、読点「、」でもよい。いずれも一つのマスを使って書く。

(2) 引用

文献などからの引用の文章は、脚注などでそのことを明確にした上で、“ ”または「 」を使って書く（または引用文の前後1行をあける）。また、引用文章中にさらに引用句のある場合には、‘ ’や『 』を使用する。いずれも一つのマスを使って書く。

(3) 括弧

括弧には（ ）と〔 〕を用いる。通常は（ ）を用い、その外側にさらに括弧を付ける必要がある場合には〔 〕を用いる。いずれも一つのマスを使って書く。

(4) 数字

数字は原則として算用数字（1, 2, 3……）を用いる。ローマ数字（Ⅰ, Ⅱ, Ⅲ……）は実験（調査）番号を示すときにのみ用いる。なお、2桁以上の数字は半角にする（原稿用紙の場合1マス2字）こと。

(5) 略語

一般に広く知られている心理学用語、例えばCA, MA, IQなどはそのまま用い、字間を開けたり略記号（.）を付けたりする必要はない。また、他と混同する恐れのない場合には、実験者をE, またはVI, 被験者をS, またはVp, 観察者をOと略して差し支えない。

(6) 図および表

表の番号は本文中に示す順序に従って、表1, 表2, あるいは, Table 1, Table 2のように算用数字で通し番号を付ける。表の記号は表の上部に付け、表の説明文, または表題を並べて書く。

図も表と同様、本文中に示す順序に従って、図1, 図2, あるいは, Fig 1, Fig 2のように算用数字で通し番号を付ける。写真も図とする。図の番号は図の下に書き、図題, または図の説明文を並べて書く。

本文中で図表について言及する時は、図表に付けた番号（表1, Table 1, または図1, Fig 1）と同じ表現をすること。

また、特に図については、見やすくするために、色分けなど、色彩の使用が望ましい。

(7) 注の書き方

文章の流れ（文脈）からして、本文中には入れにくい説明文や付記する必要がある事柄、あるいは引用文献などは、〔注〕の形で表記するのがよい。この場合、注の入れ方には下記の4つの方法がある。

- イ 該当する文章の後ろに入れる。（ ）を使って小文字で書く
- ロ その文章を含むページの下部に、脚注として入れる
- ハ 章や節の切れ目に、まとめて入れる
- ニ 論文全体の終わりに、まとめて入れる

このうち、最も読みやすいのはロの脚注の形式である。論文用紙には脚注の欄がないので、適当に線を引いて区分し、脚注の欄を設けるようにしてほしい。

(8) 英文の表記法

原則として、1マス2文字（アルファベット）で書く。ワープロ・パソコンの場合は半角文字にすること。

(9) 引用文献、参考文献の表記法

文献を本文中で引用した際には、本文中に必ずその著者と発行年を明らかにする。

（引用例）…このような反応の変化は、濱田（1991）の報告にも見られている。

文末には、本文で引用した文献と参考にした文献の書名をまとめて記載する。掲載順は、引用順ではなく、著者名のアルファベット順である。

また、文献の種類によっては掲載すべき情報が若干異なるので、以下に示した形式を踏襲すること。また、本冊子p.158～161に記載した表記法でもかまわない。

学術雑誌論文の場合：著者名 発行年 論文名 雑誌名 巻（号）該当ページの順（欧文文献の場合、雑誌名・書名はアンダーライン（下線）を引くか、イタリック体（斜体）にしてください）

（例）

Cronbach, L. J. 1967 The Two Disciplines of Scientific Psychology. American Psychologist, vol. 12 p. 671-684.

濱田治良 1991 短期記憶における視空間記憶と聴覚記憶の差異心理学研究61巻 第

1号 p. 8-14.

単行本，単著の場合（著者が一人の場合）：著者名 刊行年 書名 発行
出版社名（該当ページ）

（例）

Eysenck, H. J. 1957 The Dynamics of Anxiety and Hysteria. Ohio : Charles E
Merrill.

北村晴朗 1975 新版 一般心理学演習 誠信書房 p. 110-112.

単行本，共著の場合（1冊の本で著者が複数いる場合）：著者名 刊行年
章などの題名 書名（編者名，書名） 発行出版社名（該当ページ）

（例）

加藤忠久 1987 こころの働きの生理学的基礎 黒田正典ほか共編 応用的見地から
の一般心理学（改訂版） 八千代出版

事典の場合：執筆者 刊行年 項目名 書名 発行出版社名 該当ページ

（例）

牧野達郎 1981 視空間 新版 心理学事典 平凡社 p. 300-304.

◆ 5 研究における倫理

研究を行う際の最大の原則は、「調査対象者・被験者の尊厳を守ること」である。卒業研究の説明として、最後に、「研究における倫理」に関して説明する。

1) なぜ倫理を強調しなければならないのか？

「数多い調査の中には、残念ながら、無責任に行われ回答者やインフォーマント（情報提供者）に対して果たすべき義務を怠っているもの、迷惑をかけているもの、プライバシーを尊重しないどころか侵害しているものなどが含まれる。このような調査は人々の調査全般に対する信頼感を損ない、調査対象者の協力拒否や反発を招き、積極的な協力を得にくくしている。そして結果として、きちんとした目的をもって回答者の人権に配慮しながら調査を行っている調査者、さらにこれから調査を行おうとする人々の調査環境をも著しく侵害しているのである（鈴木，2002）」。

2) 説明と同意：インフォームド・コンセント

調査者は対象者に、研究の目的、趣旨、データの利用の仕方について同意を得なければならない。絶対に協力を「強制」してはならない。同意を得るためには、調査に協力するかどうかの判断を調査対象者が行うのに必要十分な情報を調査者が提供し、それを理解、納得、了解してもらわなければならない。提供しなければならない情報は以下の通り。

①調査者、調査に関する情報

当然のことながら調査者の氏名、所属を伝える。そして、調査の目的、意義、調査の内容、面接・観察ならば記録・録音の有無について説明する。専門用語を使いすぎることなく、対象者のわかりやすい表現を用いること。なお、事前に調査目的・内容を伝えることで反応・回答に影響することが想定される場合には事後に説明することもある。

②個人情報保護に関する情報

個人情報や話の内容の秘密がどれだけ、どのように守られるのかを明らかにする。「匿名だから大丈夫」ですませてはならない。→3) 参照

③結果報告の義務

調査者は、対象者が希望した場合に調査結果の報告をしなければならない。結果報告を希望するかどうかを聞く。

④結果の公表先

学校、施設、企業などの組織を通じて対象者にアプローチする場合、結果の報告義務は対象者だけではなく、組織に対しても発生する。所属先にどの程度まで情報がまわるのか、明らかにしておく。例えば面接法を用いた事例研究を行うとする。対象者が面接に同意したことは、面接で得られたエピソードをそのまま公表されることに同意したことと同じことにはならない。発表・報告に用いる際には、再度同意をとる必要がある。

⑤拘束時間と謝礼

調査内容の情報とも関わるが、どの程度対象者を拘束するのかははっきりさせておく。謝礼の有無についても説明する。

⑥同意の得方

厳密には、「同意書」への署名を用いる。組織を通じた多人数の質問紙調査など、個別の同意書を得ることが難しい場合には、調査票の表紙に①～⑤の事柄を示し、「同意できない場合には回答の必要がない」ことを明記する。

3) 個人情報・プライバシー保護のための方法

守秘義務を果たし、データの保管にも細心の注意を払う。同意も無しに個人情報を含んだデータの公表をしてはならない。具体的には以下の通り。

①調査内容は必要最小限の関係者の目にしかふれないようにする

データ入力了他者に頼む場合でも、個人名はわからないように、コードナンバーなどに。

②対象者の組織が調査に関わっている場合、組織に対する匿名性を保証する

「学校で生徒に調査する」「企業で従業員に調査する」といった、組織が調査に関わる場合、個々人の回答を無断で組織に渡さないことを保証する。

③対象者を精神的、肉体的に傷つけるようなことをしない

物理的に危険なことをしてはいけないのは当然であるが、質問の仕方によっては対象者の名誉、自己イメージを傷つけたり損ねたりすることがある。特に、学歴、職業、家族については特に注意すること。また、対象者への軽視、偏見、差別が含まれていないか、十分に確認すること。研究者一人では気付かないことが多いので、周りの人々に意見をいただくことも大事となる。

④データの保管

得られたデータは、一定期間保持する（研究に対する問い合わせ・疑義への対応のため）が、いずれ処分することになる。保存期間、処分する方法を説明する。

4) 調査内容の限界を意識する

これまでに説明したことからわかるだろうが、研究に必要だと思うことなら何でも聞いていいというものではない。対象者の「回答をしたくない気持ち」を尊重しなければならないし、そもそも「答えることが不利益を招くと感じられる質問」「軽視された、馬鹿にされたと感じる質問」がないようにしなければならない。

5) 依頼の仕方

「3 指導を受ける上での留意点」でも述べたが、学校・施設などで調査を行う際には、正式には福祉心理学科から「依頼状」によってお願いすることになる。個人的な関わりで依頼する場合でも、必ず依頼状を持っていくこ

とを忘れないように注意しなければならない。指導教官との了解なしに、勝手に行ってはならない。

①依頼のためのアポイントメントを取る

知人、関係者を介することが多いと思うが、これまで関わりのない組織には、自らアプローチすることになる。電話で行う際には、氏名、所属、用件を伝え、担当者もしくは施設長につないでもらう。簡単に研究概要を説明し、協力依頼に伺ってよいかどうかを聞く。来てもよい、という返答をもらった場合、依頼状の宛先・名義も伺っておく。

②依頼状を用意する

依頼状と研究計画書を用意する。依頼状は、添付のフォーマットを参照のこと。指導教員の署名と印鑑が必要となる。研究計画書には、研究のポイントを簡潔にまとめる。理論的背景・仮説の根拠などよりも、「具体的にその施設を使って何をするのか」「なぜその施設にお願いしたいといけないのか」「研究対象者にどのくらい負担がかかるのか」「いつ行うのか」「どのような調査項目なのか」「プライバシーの保護はどうなっているのか」という点が明確になっていることが重要となる。

③先方の要望にあわせて研究計画・内容を修正する

こちらの要望がそのまま聞き入れられるとは限らない。依頼時に指摘されたことをふまえて、手続きや項目の修正を行う。

6) 卒業研究における研究倫理原則の遵守

すべての卒業研究は、東北福祉大学研究倫理委員会倫理原則（詳細については指導教員から指示をうけること）に基づいて実施しなければならない。また、研究の方法、内容、対象者によっては、研究開始前に東北福祉大学研究倫理委員会の審査を受けなければならない場合もある。

なお、本学HPの「教職員むけFD・SD」→「お役立ち情報」→「リンク集」→「研究倫理関係について」に関連情報が掲載されているので、研究計画を立てる際には熟読しておく必要がある。

◆ 6 参考図書

1) 研究倫理に関する参考図書

- 富田正利・深沢道子訳 1996『アメリカ心理学会サイコロジストのための倫理綱領および行動規範』 日本心理学会
- 鈴木淳子 2002『調査的面接の技法』 ナカニシヤ出版
- 古澤頼雄・斎藤こずゑ・都筑 学編 日本発達心理学会監修『心理学・倫理ガイドブック』 有斐閣
- 安藤寿康・安藤典明編著 2005『事例に学ぶ心理学者のための研究倫理』 ナカニシヤ出版

2) 研究法に関する参考図書

①北大路出版心理学マニュアルシリーズ

- 大野木裕明・中澤潤編 2002『心理学マニュアル 研究法レッスン』
- 中澤 潤・大野木裕明・南 博文編 1997『心理学マニュアル 観察法』
- 鎌原雅彦・宮下一博・大野木裕明・中澤 潤編 1998『心理学マニュアル 質問紙法』
- 坂坂 亨・中澤 潤・大野木裕明編 2000『心理学マニュアル 面接法』
- 後藤宗理・大野木裕明・中澤 潤編 2000『心理学マニュアル 要因計画法』

②誠信書房『心理学研究法』シリーズ

- 村上郁也編著 2011『心理学研究法1 感覚・知覚』
- 箱田裕司編著 2012『心理学研究法2 認知』
- 廣中直行編 2011『心理学研究法3 学習・動機・情動』
- 山口真美・金沢創編著 2011『心理学研究法4 発達』
- 岡 隆編著 2012『心理学研究法5 社会』

③福村出版シリーズ・心理学の技法

- 渡部 洋編 2002『心理統計の技法』
- 大村彰道編 2000『教育心理学研究の技法』
- 田島信元・西野泰広編 2000『発達研究の技法』
- 下山晴彦編 2000『臨床心理学研究の技法』
- 村田光二・山田一成編 2000『社会心理学研究の技法』（2007年・第2版）
- 杉山憲司堀毛一也編 1999『性格研究の技法』
- 海保博之・加藤隆編 1999『認知研究の技法』

④一般的な研究法

- 南風原朝和・市川伸一・下山晴彦編著 2001 『心理学研究法入門』 東京大学出版会
- 南風原朝和・市川伸一・下山晴彦著 2003 『心理学研究法』 放送大学教育振興会（NHK出版）
- 海保博之・大野木裕明・岡市広成著 2008 『心理学研究法〔新訂〕』 放送大学教育振興会
- 高野陽太郎・岡隆編 2004 『心理学研究法』 有斐閣
- 高橋順一ほか編著 1998 『人間科学研究法ハンドブック』 ナカニシヤ出版
- 日本発達心理学会監修 2000 『心理学・倫理ガイドブック』 有斐閣
- 『心理学研究法』（1～17） 東京大学出版会
- W. J. レイ著・岡田圭二訳 2003 『エンサイクロペディア 心理学研究方法論』 北大路書房
- 丹野義彦編 2004 『臨床心理学研究法』 誠信書房
- 山本 カ・鶴田和美編著 2001 『心理臨床家のための「事例研究」の進め方』 北大路書房
- 松浦均・西口利文編 2008 『観察法・調査的面接法の進め方』 ナカニシヤ出版
- 安藤清志・村田光二・沼崎誠編 2009 『新版 社会心理学研究入門』 東京大学出版会
- やまだようこ編 1997 『現場（フィールド）心理学の発想』 新曜社
- 田尾雅夫・若林直樹編 2002 『組織調査ガイドブック』 有斐閣

3) 心理統計に関する参考図書

- 丸山欣哉ほか著 2009 『学生のための心理統計法要点』 おうふう
- 岩淵千明編 浦 光博・石井 滋・西田公昭・神山貴弥著 1997 『あなたもできるデータの処理と解析』 福村出版
- 森 敏昭・吉田寿夫編 1990 『心理学のためのデータ解析テクニカルブック』 北大路書房
- 吉田寿夫著 1998 『本当にわかりやすいすぐ大切なことが書いてあるごく初歩の統計の本』 北大路書房
- 大村平著 2002 『改訂版 統計のはなし』 日科技連
- 山内光哉著 2010 『心理・教育のための統計法〈第3版〉』 サイエンス社
- 山田剛史・村井潤一郎著 2004 『よくわかる心理統計』 ミネルヴァ書房
- 南風原朝和著 2002 『心理統計学の基礎』 有斐閣
- 神宮英夫著 1998 『はじめての心理統計』 川島書店

- 田中 敏著 2006 『実践心理データ解析（改訂版）』 新曜社
- 渡部洋編著 2002 『心理統計の技法』 福村出版
- 室 淳子・石村貞夫 2004 『Excelでやさしく学ぶ統計解析』 東京図書
- 内田 治 2000 『すぐわかるEXCELによる統計解析』 東京図書
- 石村貞夫 2001 『SPSSによる統計処理の手順』 東京図書
- 室 淳子・石村貞夫 2001 『SPSSでやさしく学ぶ統計解析』 東京図書
- 鍵和田京子・石村貞夫 2001 『よくわかる卒論・修論のための統計処理の選び方』 東京図書
- 松田文子ほか著 2012 『わかって楽しい心理統計法入門Ver. 2』 北大路出版
- 村井潤一郎・柏木恵子著 2008 『ウォームアップ心理統計』 東京大学出版会
- 南風原朝和ほか著 2009 『心理統計学ワークブック』 有斐閣

平成 年 月 日

殿

東北福祉大学 総合福祉学部福祉心理学科
学科長・教授 渡部純夫

指導教員 ㊤

調査の実施について (ご依頼)

本学の教育研究について、日頃、格別のご高配を賜り、誠に有り難く、厚く御礼申し上げます。

さて、下記の学生は下に示すようなテーマについての研究を進めており、そのための若干の調査を、貴校において実施させていただきたいと希望しております。

つきましては、ご多忙のところ誠に恐縮ですが、この研究の意義と学生の希望をご理解くださいまして、調査についてのご指導とご許可を賜りますようお願い申し上げます。

なお、調査の実施と資料の取り扱いにつきましては、ご指示に従い、様々な配慮に欠けることのないよう、責任を持って学生を指導します。

記

学 科 学 年： 福祉心理学科 年
氏 名：

研究テーマ：

対象者と人数：

調査実施希望期間：

連 絡 先：〒983-8511 仙台市宮城野区榴岡2-5-26
東北福祉大学総合福祉学部（通信教育部）福祉心理学科

以上

大学の夏休みの期間中、それも旧盆の期間中、通信制大学院のスクーリングというものを経験しました。「生涯発達心理学演習」という私の科目のスクーリングは、自画自賛ながら、まあうまくいった方だと思いますが、この機会を利用して、修士論文についての相談にも応じることにしました。そちらの方は、お互いに苦戦でした。主に「テーマ」について話し合ったのですが、多くは、壮大なテーマで、とても1年や2年で論文が完成しそうにもないものでしたし、また、焦点がはっきりしていないという問題点も見出されました。研究の進め方が分からないという声も聞かれますので、ここで、研究の進め方・論文の書き方ということについて、固苦しくならないように注意しながら、私見を述べてみたいと思います。

◆ 1 論文の完成まで

心理学は、実証的な学問ですから、卒業論文にせよ修士論文にせよ、目的に沿ってデータを集め、それを分析して、その結果をもとにして論文を書くという手順になります。主なポイントは以下のとおりです。

- (1) 問題意識をもつ から テーマ決定 まで
- (2) 文献を探して読む から 仮説の設定 まで
- (3) テーマの再検討 から 研究計画の作成 まで（仮説を立てる）
- (4) データ収集方法の検討 から データ収集 まで
- (5) データ分析 から 統計処理 まで
- (6) 論文目次の検討 から 執筆 まで
- (7) 論文完成 から 提出 まで

これらすべてについて書くとすれば、1冊の本になってしまいますので、ここでは、何回かに分けて、大事なところだけを取り上げてみたいと思います

す。卒業論文あるいは修士論文に取り組もうとしている人は、まず、上記の流れに沿って、大ざっぱなタイムスケジュールを立ててみてください。もちろん、(7)から逆に考えていくことになります。

◆ 2 問題意識を持つ

すべての研究は、問題の発見から始まります。ここで「問題」というのは、「なぜだろう?」「～の答が知りたい」などということです。疑問と言い換えてもいいかもしれません。ここにまず、その人の個性が現れます。どのようなことに問題を感じるかということが、人によって異なるからです。私は、いろいろな意味で、この個性ということを重視しています。そのことの意味は、読み進めていくうちにだんだん明らかになってくるはずです。現実のなかでは、いろいろなものに疑問を感じたり、問題を発見したりできるはずですが、ここでは、心理学的な研究の話ですので、問題や疑問も「心理学的な」ということに限られてくることになります。しかし、「心理学的な」というのはよくわからないという人もいるだろうと思われるので、あまりこだわらないことにしましょう。人間に関することは、心理学的だと考えてもいいし、テーマが決まってから、どのように研究を進めていくかというところで「心理学的」を意識してもいいということにしておきましょう。

■人を見つめてみよう

私はよく学生に「テーマなんて、その辺にゴロゴロ転がっている」という言い方をします。しかし、それを発見できなければ、テーマにはなりません。だから、まず自分を含めて、人というものを興味をもって見つめてみましょう。

たとえば、昨年卒業論文を書いたある女子学生は、母親の養育態度の違いは、どこから来るのか、ということに注目しました。今年修士論文の指導を私に頼みに来たある修士課程の院生は、同じ子育てをテーマにしていますが、育児書の中で、どのような子育てが望ましいと書かれているかということについて、時代の変化を明らかにしようという意図を持っています。ある学生は、ダイエットに関心のある学生とあまりない学生の違いはどこから来るのかというテーマで卒業論文を仕上げました。「学生にとって卒業論文と

は？」ということをやテーマにした学生さえいます。また、お酒を大量に飲む学生とほとんど飲まない学生はどこが違うのか、とか、試合になると緊張する選手としない選手はどこが違うのか、というようなテーマもありました。

このように見てくると、論文のテーマというものが身近なところにあるということがお分かりになるでしょう。いずれにせよ、普段の生活のなかで疑問に思ったこと、知りたいと思うことから出発したテーマです。

■ 学習のなかからテーマを見つける

もう一つ、テーマにたどり着く道は、いろいろな学習、通信教育の場合は、テキストを読んだり、スクーリングを受けたりすることですが、そのなかで問題意識をもち、テーマに発展させるということです。教科書を読んでおもしろいと感じたり、授業を受けていて興味をもったりしたことから出発して、自分なりのテーマに到達するという道です。

私は、大学3年のときに「学習心理学」の講義のなかで聴いた「偶発学習」ということを卒業論文のテーマにしました。これは、例えば通勤で利用しているバス路線の停留所の名前を、いつの間にか覚えてしまっているというような場合の学習をさす言葉ですが、これとは対照的な「意図的学習」との比較において、その性質を明らかにしようと試みた研究でした。講義を聴いたときに、偶発学習というのはおもしろいなと思ったのと、しかし学習は意図的でなければ意味がないだろうと考えたのが、この研究に取り組む動機になりました。

ある学生は、私のゼミで、アメリカの研究者が書いた英語の論文を読み、その研究結果は、日本の若者には当てはまらないのではないかという問題意識をもって、それを証明する研究に取り組みました。別の学生は、授業のなかで言葉の発達に女の子の方が早いという話を聞き、本当だろうかという問題意識をもちました。

このように、自分の学習のなかで疑問を感じたり、問題意識をもったりすることからテーマが出てくるということもあるのです。

◆ 3 文献を探す→文献を読む→テーマの決定

問題意識の焦点がはっきりしてきたら、次は、文献を集めましょう。文献

は、単行本という形のものや論文という形のものがあります。テーマについて、そのものずばりという本や論文があれば、それに越したことはないのですが、現実にはなかなかそうはいきませんので、まず、自分の問題意識やテーマが心理学のどの分野に属するか、関係するかということを判断し、その分野の本を探しましょう。たとえば、「発達心理学」「臨床心理学」「社会心理学」「人格心理学」「教育心理学」などという本です。これらの本を読むことによって、自分の問題意識に関する基礎的な考えや知識を得ることができるでしょう。いくつかの分野にまたがることもありますから、1冊の本を読むと、別の本も読む必要性が明らかになって、だんだん基礎的な考えが固まっていきます。

それらの本のなかに、参考文献や引用文献という形で、他の本や関連する論文が紹介されているのが普通ですから、自分が目指すところに直接関係するものを、そこから探し出すことも可能です。また、「キーワード」がはっきりしている場合は、図書館でそれを使った検索も可能です。

このようにして、最初は一般的な本からスタートして、だんだん焦点をはっきりさせ、それに伴って読む文献もしぼられてくるということになります。この段階で文献を読む目的は、問題意識に関連する理論や知識についての理解を深め、問題意識をより確かなものにするということですが、同時に、この段階で読んだ文献（の一部）は、卒業論文や修士論文を書くときに引用したり、参考にしたりということにも使いますので、大事だと思われる部分はコピーをしたり書き写したりして、手もとに確保しておく必要があります。その際、著者名、書名、発行年、発行所、引用ページも記入しておくと、後で論文を書くときに便利です。論文の場合は、そっくりコピーしてとっておきましょう。

本や論文を読み進めていくうちに、最初はぼんやりしていた問題意識がだんだんはっきりしてくるはずです。言い換えれば、自分がやろうとしている研究のイメージが具体的になってくるということです。ここまできたら、研究の目的（何を明らかにしようとしているのか）を具体的に考えてみましょう。最初に問題意識をもった時点で、それがはっきりしている場合もありますが、途中で考えが変わる場合もありますので、あらためて考えてみようということです。

実は研究というものは、答えがわからないから調査や実験によって明らか

にしようという場合もありますが、圧倒的に多くは、答に対する予想（仮説といいます）があって、その予想が正しいかどうかを確かめるために行われるものです。だから、研究に取り組むということは、どういう結果が予想されるかということを含んでいるのです。上記の文献による学習は、最終的には、仮説が考えられるようにということを目指していることになります。そして、どのような仮説を立てるかというところに、その人らしさが出てくると思われます。そこには、上記の学習だけでなく、その人のこれまでの経験や生き方、考え方などが反映されるからです。

以上、研究に取り組むための第一段階について、基本的なことを書いてきました。ここまで来たら、一度指導教員に相談してみてください。次の段階は、いよいよ研究計画を立てることになるわけですが、ここまでの考え方や準備に不十分なところがあると、研究としては致命的なことになるので、テーマや仮説について指導を受け、さらには、研究の進め方についてアドバイスを受けた方がいいでしょう。

木村 進

第2回めの本論に入る前に、現在、研究室で助手をしている若手の研究者に、どのようにしてテーマを決定したか、取材してみましたので、簡単にご紹介しておきましょう。一人は、授業で、高齢者のソーシャル・サポートについて学んだことから、「配偶者を亡くした高齢者のストレス対処」というテーマで卒業論文を書き、その後、ストレスについての興味が強くなったので、修士論文では「進路選択に関するストレス」をテーマにしたということです。もう一人は、指導の先生に相談に行った時に「タイプA人格」というものがあることを教えられ、それとストレス対処の関係（リラクゼーション）について研究することになったという話でした。

◆ 4 研究というものは

心理学における研究は、多くの場合、人を対象にします。たとえば、質問紙調査においては、多くの人に回答をお願いすることから始まりますし、観察法を使用する場合は、対象となる子どもや大人のもとに出向いて、観察を行います。よく学生に言うのですが、「自分の研究のために、対象者の時間をもらったり、対象者の生活に介入したりすることが許されるのだろうか」と考えてみてください。研究する側は、それが卒業論文であれ、修士論文であれ、データが必要なわけですから、調査、検査、観察などの方法によってデータを集めなければなりません、そのことが相手にとってはどういう意味があるのか、ということを考えなくてもいいものなのでしょうか。相手の時間をもらう代わりに、対価を払うという方法もありますが、日本では一般的ではありません。

このことに対する答は難しいのですが、私は、「研究というものは、広い意味で、**人類の幸福のために行うのだ**」と説明しています。研究対象となった人に直接的に応えるのではなく、小さな研究でも、それが人々の幸福に少しでも寄与できるはずだということで、相手の時間をもらったり、生活に介

入したりすることが認められるのだと思っています。そういう意識をもたない研究者は、ただ自分の利益のために研究を行うことになり、それは本来あるべき姿ではないでしょう。

もちろん「人類の幸福」などと大きなことをもち出したのでは、誰も研究できなくなるかもしれませんし、すべての研究がただちにそのような目標をもつということもないかもしれませんが、このような意識から始めないと、次の「仮説」がなかなか出てこないのではないかと、思うのです。あくまで意識の問題として、頭のすみっこに入れておいてほしいと思います。

◆ 5 仮説を立てる

テーマが漠然としていながらも方向性が見えてきて、それに沿って文献で理解を深めるというのが、前回までの段階でした。そのような「文献研究」によって、自分が研究しようとしている領域についての理解が深まってくると、これまでに何が明らかになっているのか、何がまだ明らかにされていないのか、ということがわかってきます。そうすると、自分のテーマとして、何を研究すべきかということが、はっきりしてきます。その意味でテーマに沿って文献を幅広く読むということは、研究の土台として非常に重要なことなのです。

テーマがはっきりしてくるということは、自分がやろうとしている研究の結果（答）が見えてくるということでもあります。答がまったく予想できないようでは、まだ文献学習が足りないということですし、後で述べますが、どこから研究に取りかかったらいいかがわからないということですから、研究以前の学習を積み重ねなければならないということになります。この答の予想を、専門的には「仮説」と呼びます。

研究というものは、自分が予想した答（仮説）が正しいかどうかを、データによって明らかにしようというもののなのです。前回、お酒を大量に飲む学生とほとんど飲まない学生はどこが違うのかという卒業論文のテーマがあったと紹介しました。この場合の仮説は、たとえば、体力や素質が違うのではないかとということも考えられますし、親の飲酒経験が影響しているのではないかとこの予想も立ちます。また、その学生の性格や交友関係が関係している、物の考え方が反映しているとも考えられます。これらが、**仮説の第一段**

階です。この第一段階の仮説で研究ができるかという、そうはいきません。

このテーマで、体力や素質が違うのではないかという仮説を立てたとして、それを証明するためには、体力や素質についてのデータを収集して、それを両方で比較する必要があります。だから、体力や素質のなかの「何が」お酒を飲むことと関連するだろうかと考えなければならないということになります。性格を仮説としてもってきた場合も同様で、性格検査によって調査することになるでしょうが、性格検査を選択するためには、「どのような性格が関係しているか」という予想を立てなければなりません。そこまで行って初めて、研究に着手することができるのです。これが、**仮説の第二段階**です。

この段階まで来ると、研究の焦点がはっきりしてきますから、再び文献を読んでみましょう。自分が考えている予想（仮説）が的はずれでないかということを中心に、今度は、関連する研究がどのような方法を使って行われているか、という点にも注目します。そうすると、最初に読んだ時には気がつかなかった点に気づいたり、解釈が難しかった点がわかってきたりという新しい発見もあるかもしれません。

この仮説を設定するということは、研究の出発点として、極めて大切な作業です。なぜかという、この研究が何を目標としてなされるのかということをはっきりさせることだからです。ただ何となく調査や観察をすれば、何かが出てくるだろうというような態度では研究として成功することは望めません。したがって、この段階で、指導教員に相談する必要があります。

◆ 6 研究計画を立てる

仮説がはっきりし、何を研究するかということが明確になってきたら、今度は、研究計画を立てる段階になります。

研究計画は、2つの部分に分かれます。1つはスケジュールです。修士論文の提出期限は決まっているわけですから、そこから逆算して、大まかなスケジュールを立てておきましょう。その内容は、研究のやり方によって違ってきますが、ほぼ以下のようなものになるでしょう。①方法についての検討（別項）→②研究対象者への依頼→③データ収集の実施→④データの分析と

結果の検討→⑤卒業・修士論文の章立ての検討→⑥執筆。

それぞれ、研究に使える時間が異なるし、実際にはデータ収集に要する時間、分析のための時間がテーマによって異なりますので、自分の状況に合わせたスケジュールの設定が必要です。指導を受けるという観点からすれば、上記の①と⑤を合わせて研究がスタートする前に指導を受けておいた方がいいでしょう。いずれにせよ、執筆にどれだけ時間が取れるかということがキー・ポイントになりますので、早め早めにスケジュールをこなしていくということが大切です。

研究計画のもう1つの部分は、**方法についての検討**です。心理学における研究法の主なものとしては、**調査法、実験法、検査法、観察法**などがありますが、テーマに合わせて適切な方法（あるいは方法の組み合わせ）を選択する必要があります。また、対象者はどうするのか、何人くらい必要か、また、研究によっては、どのような部屋や器具が必要か、など、きちんと検討し、準備をしなければなりません。心理学は実証主義だといいましたが、それだけに集まったデータが命なのですから、この方法についての検討は、慎重にかつ具体的に行う必要があります。言い換えれば、ここまでの検討がきちんとできれば、あとは計画に従って、データを集め分析して、結果に基づいて論文を執筆するという流れをこなしていけばいいので、仮説の設定と研究計画ができた段階で、研究の60%は済んだと言ってもいいくらいです。

通信教育部の「卒業研究」では2回以上（大学院は3回以上）指導教員の面接指導を受けることと定められています。もちろんそれ以上何回でもいいわけですが、お互いになかなか時間がとれない立場にありますから、ポイントをおさえて、有効な指導を受けるように心がけてください。また、テーマによって、あるいは研究の経過においては、指導教員以外の教員の指導が必要になることもあるかもしれません。そういう場合は、指導教員が便宜を計らう用意もできていますので、必要に応じて相談してください。

ここまで来ると、研究の全容が見えてきます。そうになると、モチベーションも上がってくるということになり、指導する側としては「一山越えた」という実感が味わえることになるわけです。ここまで来るのに、いかにコツコツと学習を積み重ねていくか、いかに上手に指導教員を活用するか、ということが決め手になることでしょう。「通信制」ということで、日常的

な接触がないわけですから、見えない所での不断の努力ということが期待されます。

繰り返しになりますが、「あなたは何の研究をするの？」と誰かに聞かれた時に、簡単な表現で、はっきりと説明できるように、目標を明確にしていくなというのが、ここまでの経過で最も大切なことです。はっきりしていればしているほど、研究の成功が約束されていると言っても過言ではありません。

◆ 7 データの収集と分析

データを集め、それを分析し、（統計処理をして）結果を明らかにし、それに基づいて論文を執筆するというのが、論文作成までの手順であることは、すでに説明しました。ここに来るまでに、すでに仮説が明らかになっていますから、その仮説に基づいて、どのようなデータを集めればいいのかということもはっきりしています。問題は、それをどのような方法で集めればいいのかということです。

調査をするにせよ、実験をするにせよ、検査法を使うにせよ、集められたデータが信用できるかどうかの問題になりますので、データの収集は、客観的・科学的方法で行われなければなりません。言い換えれば、どのような方法を使うか、被験者（対象者）はどういう人で何人くらい必要か、集められたデータはどのような方法で、どのように分析するかなどが十分に検討されなければならないということになります。この検討が不十分なままに集められたデータは、何の価値もないことになってしまいますので、指導教員と十分にディスカッションしてください。

紙数の関係で詳しく具体例を挙げることはできないのですが、私が指導した卒業論文を例にとって、簡単に説明しておきましょう。ある学生が、「性格というのは思いこみの部分があるのではないか。だから、その思いこみを変えてやることであれば、行動が変わるのではないか」という仮説のもとで、研究をしたいとやってきました。そして、性格特性として「内向性」を選択し、性格検査をして「内向性」が高いという結果の出た学生で本人も「内向的」だと思っている学生を選び出しました。その学生を2つのグループに分け、それぞれ共同作業をさせて、行動観察をしました。1つのグループは、その後私が1人ずつ面接をして、（性格検査の結果）「あなたが思っているほど内向的ではない」という説得をしました（もちろん嘘です）。もう1つのグループには、そのような説得は行いませんでした。その後、もう一

度同じ共同作業をさせて、行動観察をしました。その結果私の説得を信じた学生のグループは、1回目の共同作業に比べて、2回目の方が行動が活発になったという傾向が得られ、仮説は支持されました。

この研究では、**検査法**、**観察法**、**調査法**の3つが使われています。具体的には、どのような作業をさせるか、その作業中のどのような行動を指標として使うか、思いこみを変えるためにどのような方法を使うか、また、どのような性格検査を使うかなどが検討されたことになります。ちなみに、この場合の被験者の数は、1グループ20名、合計40名でした。また、私の説得を信じた被験者が80%、20%は「そんなはずはない」と思ったそうです。もちろん、「嘘」については、データ収集後に再面接して謝りました。

心理学の研究において使用されるさまざまな方法について説明する余地はないので、その点については、指導教員に相談し、各自で研究法についての学習を進めてください。

◆ 8 データ分析ということ

集まったデータを目的に応じて分析し、どういう結果が得られたかを明らかにするというのが次のステップです。

上記の研究例について、具体的に書いてみます。上記の研究は、①内向性の人を抽出するための分析⇒②行動の変化を明らかにするための分析の2つが必要でした。この場合①については、性格検査のテキストに示されている通りにやればいいので簡単ですが、②については、もしかしたら男性と女性で効果が異なるかもしれないと予想されるなら、男女を分けて分析する必要があります（いうまでもありませんが、男女に分けて分析するかどうかは、最初に決まっているはずですし、それによって、被験者の数も違ってきます）。このように、分析した後に、**統計処理**という課題が出てきます。

統計処理になじまない研究もありますし、統計処理をして結果を出すことへの疑問が論じられることもあります。例えば「調査法」によってデータを収集した場合、普通の手順として、結果を統計処理するということが行われますので、ここで、統計処理についてふれておきたいと思います。

とはいっても、統計処理の具体的な方法について述べることは到底無理ですので、ここでは、なぜ統計処理が必要なのかということについて、初歩的

な説明をするにとどめます。このことについても、具体的には担当教員の指導を仰いでください。

私は、日本とアメリカの小学生の学力比較の研究を15年ほどやっていました。その中に日本とアメリカの小学生に同じ算数の問題をやってもらい、比較するということが含まれていました。その結果が、例えば日本の小学校5年生の平均が80点、アメリカの5年生の平均が60点だとしたら、誰が見ても、日本の子どもの方が成績が良いという結論を出すでしょう。しかし、80点と75点だったらどうでしょうか。さらに、80点と77点だったらどうでしょうか。5（3）点しか変わらないと受け取る人は「成績に差がない」という結論になり、5点の違いは大きいと思った人は、「日本の子どもの方が成績が良い」という結論になってしまいます。つまり個人の判断に委ねていたのでは、同じ結果についての解釈が異なるということになります。そこで、（この場合は、両者の差について）客観的に判断する方法として「統計法」を使うことになるわけです。

同じことですが、何かについて賛否を問う調査において、賛成が70%、反対が30%だったら判断に迷いはないと思いますが、60%と40%、55%と45%だったらどうでしょうか？

別の角度から見てみると、上記の調査が、1000人に聞いた結果である場合と、10人に聞いた場合では、数字のもつ意味が異なってきます。そういうことも含めて分析することができるのが「統計法」ということになるのです。

望ましいのは、計画の段階で、分析にはどのような統計法を使うかということまで検討しておくということです。

統計法というと、数学が苦手な人には頭が痛くなるような理論が並んでいるという印象ですが（実際、私が学生のころは、その理論や計算式に基づいて「手計算」しなければならなかったのが、大変でした。パソコンはおろか電卓さえなかった時代でしたので）、今は、統計ソフトが充実しているので、データ入力を正確に行えば、かなり高度な統計処理も簡単にできます。尻込みしないで挑戦してみてください。

◆ 9 論文の構成

実際の作業手順とは異なるかもしれませんが、ここで、論文の内容について

てふれておきます。実際には、もっと早い時期に論文構成は決定しているはずですし、データの収集や分析をしながら、書ける部分は書いておくという形で作業が進んでいくはずです。

研究の内容によって異なる点が出てきますが、論文の主な内容は、だいたい以下の通りです。

第1章 問題意識 ここでは、研究の目的と意義について詳しく書きます。

第2章 これまでの研究と仮説 研究テーマにそって、これまでどのような研究が行われてきているか、あるいはどのような関連研究があるかということを具体的に述べることによって、自分の研究の位置づけを明らかにします。

それを踏まえて、仮説について、理論的な説明を加えながら述べていきます。

第3章 方法 どのような方法を使って研究を行ったかについて、詳しく具体的に述べるとともに、その方法が妥当であるということを論じます。

第4章 結果 表や図を活用しながら、結果について述べます。研究というのは結果が命ですから、わかりやすい表記を心がけるとともに、必要な部分は解説を加えながら書いていきます。統計処理の結果も説明に加えます。

第5章 討論、結論、残された問題 第一に、仮説が検証されたかどうかをきちんと述べ、それを踏まえて、何がわかったか、何がわからなかったかを明らかにします。仮説通りの結果が出なかった部分、明らかにならなかった部分については「なぜか」ということについて検討します。結論を述べ、残された問題は何かということを明らかにします。

最後に、参考文献・引用文献の一覧を付け加えることも忘れないでください（p. 186～187参照）。

■参考文献

研究する分野の先行研究等を調べるための参考文献をあげておきます。資料の検索方法などくわしくは『学習の手引き』9章「資料・情報をさがす」をご覧ください。

1 書籍

1) 辞(事)典

(心理学全般)

『心理学辞典』(有斐閣/CD-ROM版もあり)

『心理学小辞典』(有斐閣)

『誠信 心理学事典』(誠信書房)

(心理学各論)

『発達心理学辞典』(ミネルヴァ書房)

『発達心理学用語辞典』(北大路書房)

『認知心理学事典』(新曜社)

『教育心理学小辞典』(有斐閣)

『教育心理学新辞典』(金子書房)

『社会心理学小辞典』(有斐閣)

『改訂新版 社会心理学用語辞典』(北大路書房)

『カウンセリング辞典』(ミネルヴァ書房)

『カウンセリング辞典』(誠信書房)

『現代カウンセリング事典』(金子書房)

『臨床心理学辞典』(八千代出版)

2) 講座・ハンドブック・事典

関心のある分野の先行研究を見渡すためには、下記にあげたような講座・シリーズ・ハンドブック・事典の利用が便利です。高価なものも多いので、まずは図書館で見てください。

(感覚・知覚・認知・学習心理学分野)

M. W. アイゼンク編 『認知心理学事典』新曜社

大山 正ほか編 『新編感覚・知覚心理学ハンドブック』誠信書房

戸田正直ほか監修 『認知科学選書』(全24巻) 東京大学出版会

乾 敏郎ほか編 『認知心理学』(全5巻) 東京大学出版会

宮田 洋監修 『新 生理心理学』(全3巻) 北大路書房

堀 忠雄ほか編 『脳生理心理学重要研究集』(全2巻) 誠信書房

(発達心理学分野)

東 洋ほか編 『発達心理学ハンドブック』福村出版

無藤 隆・やまだようこほか編 『講座 生涯発達心理学』(全5巻) 金子書房

村井潤一ほか編 『新・児童心理学講座』(全17巻) 金子書房

久世敏雄ほか編 『青年心理学事典』福村出版

内田伸子ほか編 『シリーズ 人間の発達』(全12巻) 東京大学出版会
 長崎 勤ほか編 『シリーズ 臨床発達心理学』(全5巻) ミネルヴァ書房
 (臨床心理学分野)
 河合隼雄ほか編 『臨床心理学大系』(全20巻) 金子書房
 下山晴彦・丹野義彦編 『講座 臨床心理学』(全6巻) 東京大学出版会
 河合隼雄ほか編 『心理臨床の実際』(全6巻) 金子書房
 土居健郎ほか編 『異常心理学講座』(全10巻) みすず書房
 (性格心理学分野)
 詫摩武俊監修 『性格心理学ハンドブック』 福村出版
 本明寛ほか編 『性格心理学新講座』(全6巻) 金子書房
 (家族心理学分野)
 日本家族心理学会編 『家族心理学事典』 金子書房
 星野命ほか編 『講座家族心理学』 金子書房
 (社会心理学分野)
 大坊郁夫ほか編 『社会心理学パースペクティブ』(全3巻) 誠信書房
 齊藤 勇編 『対人社会心理学重要研究集』(全5巻) 誠信書房
 浦 光博ほか編 『セレクション社会心理学』 サイエンス社
 高木 修監修 『シリーズ 21世紀の社会心理学』(全10巻) 北大路書房
 三隅二不二ほか監修 『応用心理学講座』(全13巻) 福村出版

3) 単行本

単行本の検索は、図書館をご利用ください。

現在書店で販売している本の検索には、『日本書籍総目録』や<http://www.books.or.jp>の利用が便利です。

2 雑誌

1) 専門誌

『こころの科学』(日本評論社) 『現代のエスプリ』(至文堂)
 『児童心理』(金子書房) 『臨床心理学』(金剛出版)
 『発達』(ミネルヴァ書房) 『心理学ワールド』(実務教育出版)

2) 学会誌

学会などの学術団体が発行する雑誌は、学会誌とよばれています。

『心理学研究』 『心理学評論』
 『教育心理学研究』 『児童心理学の進歩』
 『家族心理学研究』 『健康心理学研究』
 『発達心理学研究』 『発達障害研究』
 『認知科学』 『パーソナリティ研究』(旧『性格心理学研究』)
 『社会心理学研究』 『実験社会心理学研究』

『産業・組織心理学研究』『コミュニティ心理学研究』
『心理臨床学研究』『カウンセリング研究』
『臨床心理学研究』『リハビリテーション心理学研究』
『犯罪心理学研究』『質的心理学研究』
また、各学会の大会発表論文集も参考になる場合があります。

3) 紀 要

大学・短期大学の学部や研究所が発行する雑誌は、紀要とよばれています。たとえば、東北福祉大学では、『東北福祉大学研究紀要』、『東北福祉大学大学院研究論文集—総合福祉学研究』、『東北福祉大学社会福祉研究室報』ならびに『東北福祉大学感性福祉研究所年報』などを発行しています。

4) 論文検索

学術雑誌に掲載された論文は、「NDL OPAC」(<http://opac.ndl.go.jp/>), 「CiNII Articles (日本の論文を探す)」(<http://ci.nii.ac.jp/>)などで論文の掲載雑誌名・巻号数・掲載ページや所蔵館などを検索できます。

これらの論文検索サイトは東北福祉大学図書館ホームページの「資料検索」/「国内の論文・記事を探す」から利用することができ、OPACで本学図書館の所蔵を確認することができます。

閲覧したい論文・記事等が本学に所蔵していない場合には、文献複写等を利用して(有料)入手することもできます。

詳しいOPAC利用・文献複写の依頼方法をお知りになりたい場合は、お手持ちの「図書館ハンドブック」を参考にしてください(図書館ホームページでも公開)。

VII章

卒業後の進路

52 心理学関連の資格取得に向けて ● 皆川 州正

53 卒業おめでとう ● 木村 進

皆 川 州 正

皆さんの中には、卒業と同時に「認定心理士」の資格取得を望んでいる方も多いと思います。また、卒業したら、さらに大学院に進み、「臨床心理士」や「臨床発達心理士」の資格取得をめざしている人もいることと思います。その他にも、心理の資格にはさまざまなものがあります。そこで、心理の資格について説明と紹介をしたいと思います。

◆認定心理士

本学福祉心理学科を卒業することによって、認定心理士の資格認定を申請して、取得することができます。

まず「認定心理士」とはどんな資格でしょうか。日本心理学会のホームページには次のようにあります。「日本心理学会認定心理士とは大学における心理学関係の学科名が学際性を帯びてきて、必ずしも「心理学」という、直接的名称が使われていない場合が多いことから、心理学の専門家として仕事をするために必要な最小限の標準的基礎学力と技能を習得している、と日本心理学会が認定した人のことです」。

ここには、3つのポイントがあります。

第一に、学科の名称の問題です。つまり、「行動科学科」「発達人間学科」などの名称のため、心理学を学んでいながらそのことが伝わらない場合に心理学を学んできたことを証明するのに用いられる資格ということです。したがって、本学のように「心理学」という名称が学科名についている場合には、取得しなくてもすむ資格ともいえます。ただし、「福祉心理学」というのは、本来〈福祉=well-being〉の心理学を意味するものですが、世間では〈福祉=welfare〉の心理学と誤解されている向きもあり、なかには“福祉領域の心理学なら、心理学の基礎（心理学実験や心理学研究法など）は学んでいないだろう”と思う人もおります。そういう場合に、この資格を持っていれば、基礎もしっかりと学んできていることを証明できます。

第二に、心理学の専門家としての仕事をするために必要な資格ということです。ただし、これは医師や看護師の資格のような業務独占の国家資格ではありませんので、これがなければ心理学の専門家としての仕事ができないというわけではありません。しかし、世間では「心理学」を騙ったセミナーが横行し、いわば似非「心理学」が流行ってもあります。そこで、これらの動きを牽制あるいは歯止めをかけるということも、この資格ができた背景の一つにあります。そこで、この資格を取得していれば、民間で心理学の仕事がしやすくなるということと言えるでしょう。

第三に、最小限の標準的基礎学力と技能の習得を証する資格ということです。あくまで基礎資格という位置づけです。ただし、大学院に行くための必要条件や専門資格（「臨床心理士」「臨床発達心理士」など）の取得のための必要条件になっているわけではありません。

取得の条件として、『学習の手引き』3章に示すような所定の科目履修が必要とされます。この点は本学福祉心理学科を卒業すれば満たされるようになっています。

取得希望の方は、卒業前に申請書類の申込みをして下さい。「郵便振替口座 00180-4-543408 加入者名社団法人日本心理学会認定委員会」に1,500円を振り込みますと、申請書類一式と申請の手引きが送付されます（通信教育事務室で閲覧は可能です）。日本心理学会のホームページから無料でダウンロードも可能です。

◆臨床心理士

「臨床心理士」とは、臨床心理学の知識や技術を用いて心理的な問題を扱う「心の専門家」のことであり、具体的には、面接・観察・種々の心理テストを用いた心理アセスメント、さまざまな臨床心理学的技法を用いての心の問題の改善に向けた援助（心理カウンセリング）、学校や社会や地域社会の人々に対する臨床心理学的地域援助、臨床心理的調査や研究活動を行います。ただし、業務独占の国家資格ではありません。有資格者の勤務先としては、病院の心理職（呼び方は「臨床心理士」「心理士」「心理判定員」などさまざま）やスクールカウンセラー（非常勤）などが多いです。なお、公務員の心理職および一部の病院の心理職は、「臨床心理士」の資格とは関係なく、

本学福祉心理学科を卒業見込みで受験できます。

臨床心理士の受験資格を得るには、財団法人臨床心理士認定協会が指定した大学院を修了する必要があります。1種は修了と同時に受験資格が取得でき、2種はさらに1年間の実務経験が必要です。通学制の本学大学院の臨床心理学分野は1種指定大学院になっています（通信制大学院は指定になっていません）。他に、東北では、1種指定として弘前大学、岩手大学、東北大学、秋田大学、山形大学、福島大学、福島学院大学、いわき明星大学、2種指定として岩手県立大学の各大学院があります。なお、通信制では放送大学大学院が2種指定、佛教大学・東京福祉大学大学院が1種指定です。

◆臨床発達心理士

「臨床発達心理士」とは、発達心理学をベースとした発達の観点を持って、人の健やかな育ちを支援する専門家のことであり、具体的には、発達をめぐる問題の査定と支援、子どもから大人までの生涯にわたる支援、家族・地域への支援、子育て・気になる子ども・障害・社会適応などの問題への対応を行います。この資格も、業務独占ではありません。受験資格を得るには、学会連合資格「臨床発達心理士」資格認定委員会（日本発達心理学会を中心とする関連4学会で構成）による大学院での指定科目の履修か講習会の受講、臨床経験等が必要です。なお、本学大学院（通学課程）の福祉心理学分野では、現在、指定科目を履修できるようになっております。

◆その他の資格

他に、心理学関連の資格として、認定カウンセラー、学校心理士、学校カウンセラー、大学カウンセラー、産業カウンセラー、健康心理士、福祉心理士、交流分析士、行動療法士、応用心理士、交通心理士、家族相談士、催眠技能士、バイオフィードバック士、臨床動作士、自律訓練法認定士、音楽療法士などがあります。いずれも学会認定の資格であり、当該学会への所属および学会発表や研修会受講などを条件としています。詳しくは、インターネットで調べてください。

なお、本学福祉心理学科では、所定の科目を修得することによって「福祉

心理士受験資格」を取得することが可能です。

「福祉心理士」とは、福祉サービスを利用する人のアセスメントを行ったり、サービス利用者やその家族、そして、そこで働く職員の福祉心理相談・支援を行ったりするうえで専門家として求められる基礎学力と技能を修得していると日本福祉心理学会が認めた資格のことです。

詳しくは、通信教育部ホームページの「募集要項」をご覧ください。

◆大学院受験に向けて

大学院の受験は、通常は、書類（履歴書・健康診断書・成績証明書などの他に、志望理由書、研究計画書、卒論のコピー）、英語と心理学の試験（社会人入試の場合は小論文試験が多い）、面接からなります。英語は、多くは読解中心の出題で、受験勉強が必要です。また、心理学関連の英語の問題が出題されることも多く、心理学用語についても知っておく必要があります。心理学は、『新・心理学の基礎知識』『心理用語の基礎知識』（いずれも有斐閣）、および希望専攻分野に応じた専門書・事典類、過去の問題で勉強している人が多いです。面接では、学習・研究の意欲に加えて、日頃の学習姿勢と修士論文が書けるだけの下地を持っているかどうかが問われます。さらに臨床心理士などをめざす場合は、面接での応答や生活の態度なども重視されるでしょう。志望理由書や研究計画書の書き方については、大学院受験に関する本やインターネットなどを調べて参照してください。

大学院入試日程は各大学によって異なります。本学大学院は年によっても異なりますが、Ⅰ期が一般選抜10月頃・社会人選抜12月頃、Ⅱ期が一般選抜2月頃・社会人選抜3月頃、特別選抜推薦（学内）が12月頃にあり、本学通信制大学院はⅠ期が11月頃、Ⅱ期が2月頃にありますが、他大学大学院ではⅠ期が7～9月、Ⅱ期が1～2月にあることが多いので、早めに日程を確認した方がよいでしょう。また、合格者数は、通常Ⅰ期が多く、Ⅱ期は少ないので、Ⅰ期を受験できるように準備を進めた方がよいでしょう。

なお、本学大学院で臨床発達心理学関連の学習・研究を希望の場合は、臨床心理学分野ではなく、福祉心理学分野になりますのでご注意ください。

◆心理学検定について

心理学検定は、日本心理学諸学会連合が行う学問的に信頼性のある検定制度で、大学心理学科等の卒業レベルの心理学的知識・能力を測定します。資格は「特1級」「1級」「2級」があり、1級は大学卒の心理学的知識・能力の認定、2級は限られた領域での心理学的知識・能力の認定を意味しています。検定試験は、心理学の10科目について行われ、合格科目は5年間有効です。誰でも受験でき、取得後の資格更新はありません。

また、所定の3科目合格後に「認定心理士」の資格を取得した場合は、申請により、「心理学検定1級」が取得できます。

詳しくは、日本心理学諸学会連合「心理学検定」のホームページをご覧ください。

◆心理職の国家資格の動向について

心理職の国家資格として「公認心理師」の導入が検討されております（2015年5月時点；2014年第187回国会で法案が提出されて継続審議、第188回臨時国会で解散に伴い廃案、その後再提出の検討）。詳しくは、日本心理学諸学会連合のホームページ又は日本心理臨床学会のホームページをご覧ください。

他に、キャリア・カウンセリングの国家資格として「キャリア・コンサルタント」の導入が検討されております（2015年5月時点；第189回国会で法案が提出され審議）。詳しくは、厚生労働省のホームページで「勤労青少年福祉法等の一部を改正する法律案（平成27年3月17日提出）」をご覧ください。

早いもので本学に通信教育部が誕生して4年が過ぎようとしています（注：執筆の2006年時点）。そして、初めての卒業生を出せることになったのは、私たち教員にとっても嬉しい限りです。何しろすべてが初めての経験だったので、戸惑いの連続の4年間でした。十分な指導ができなかった面も多々あると思われますが、学生の皆さんの努力で卒業までこぎつけられたことに心から感謝をするとともに、「おめでとう」と声高らかに申し上げたい心境です。

卒業される皆さんのほなむけに、いくつかメッセージを差し上げたいと思います。

1 重 さ は ？

必要な単位を揃えれば卒業ということになり、卒業証書をもらえることになるわけですが、同じ卒業証書でも、人によってその重みは違うのではないかと思います。あなたの重さはどうでしょう？ レポートを書いたり、スクーリングに出席したりしてコツコツと単位を揃えていった結果ですから、きっとずしりと重いのではないのでしょうか。レポートを読んでいるの勝手な推測ですが、時としてそのレポートを書くのに悪戦苦闘している様子が伝わってくる場合があります。そういうレポートの積み重ねの結果としての卒業証書はきっと重いに違いありません。

卒業証書の重さは、あなたの努力の重さです。その重さが、大学を卒業したという実感の土台になり、大学を卒業したことが、今後の人生に大きな意味を持つ原動力になるのだと思います。卒業証書を手にしたとき、ぜひその重さを実感し、それを忘れないでください。

2 賢 さ は ？

入学時のコメントで、大学で学ぶのは、知識や技術以上にhow to learnということだと言った覚えがあります。つまり「学び方を学ぶ」ということ

です。大学入学の動機はそれぞれの異なるかもしれませんが、卒業まで到了たときに、このことについて振り返ってみてほしいと思っています。

4年間の学習の中で、あなたの中に残ったこと、新しくつくられたことは何ですか？あなたは確実に賢くなったはずですが、さて、賢さとは何でしょうか？

多くの時間はレポートの作成に費やされたはずですが、レポートを作成するということは、課題（テーマ）を理解し、書くべき内容を集め、それを整理して組み立て、文章として仕上げるという過程を含んでいます。そして、この過程全体に必要なとされるのは、「考える」という行動です。したがって、考え深くなったと言えるでしょう。考え深いということは、別の表現をすれば、論理的に物事を考えられるということを意味しています。つまり、賢くなったということは、論理的に考えられるようになったということです。どんな仕事であれ、このことは、きっと大きく役に立つことと期待されます。

3 心理学は？

卒業後は、「大学で何をやったの？」と尋かれたら「心理学をやりました。」と答えることになります。だから、「心理学」が卒業後のキーワードになります。

私は心理学者ですから、「顔を見ただけで人の心がわかるでしょう」とよく言われます。そういう時、もちろん「そんなことはありません」と答えますが、世の中の一般の人はそう考えているのだということを実感します。学業をおえて卒業の時を迎えているあなたがたが、同じように「そんなことはありません」と答えられるとしたら、それは、あなたがたの学習が確実なものだったということを意味していると言って良いでしょう。

「心理学をやった」ということの意味は、第一に、人の心を考える癖がついたということだと思います。何かにつけて、この人は、どんな風に考えているのだろうか、感じているのだろうか考えるということです。第二には、その時の答が複数考えられるということです。私はこれを「可能な答」と読んでいますが、別の言い方をすれば、断定して考えないということです。第三には、その可能な答の中からもっとも適切と思われるものを選択することになるわけですが、その時に、可能な限り裏づけとなるものを土台にして考えるということです。その裏づけは、理論であったり、知識であったり

り、経験であったり、観察や調査や検査のデータであったりします。第四には、その結果でた咎を人を操ることにではなく、人を動かすことに使うということです。

卒業おめでとう！ 方向は違っていても、同じく大学で心理学を学んだ仲間が増えることは喜ばしいことです。あなたがたが属している学科は、「福祉心理学科」です。福祉は幸福と同義です。したがって、福祉心理学科は、人の幸せに貢献できる人材養成、人の心の幸せを実現するために心理学を活用できる人材を育てることを目標にきています。その学科で学んだ人が世に出て、それぞれの分野で活躍してくれるということは、その分だけ福祉の向上に貢献できるという大きな期待感をもって、あなたがたを送り出します。

卒業後の進路については、『学習の手引き』3章も合わせてお読みください。

学籍 番号	
氏名	
住所	〒 _____

福祉心理学科 スタディ・ガイド（第3版）

2005年4月20日 初版発行
 2007年9月20日 第2版発行
 2015年7月1日 第3版発行

発行 東北福祉大学通信教育部
 〒983-8511（本学） 仙台市宮城野区榴岡2-5-26
 電話 022-233-2211 <http://www.tfu.ac.jp/tushin/>
 印刷・製本 今野印刷株式会社

©Tohoku Fukushi University 2015 Printed in Japan



この印刷物は、環境にやさしい「水なし印刷」と「植物油インキ」を使用しています。