

人格心理学

～2017

科目コード

FF2511・
FF2528



単位数	履修方法	配当年次	担当教員
4	R or SR(講義)	1年以上	武村 尊生

※2017年度以前に入学した方が対象の科目です。2018年度以降に入学した方は履修登録できません。

※2018年度以降に入学した方は、p. 186「感情・人格心理学」(科目コード：FF3550、2単位、履修方法：RorSR)を参照してください。

※本科目を履修登録する方も、下記記載の「■レポート課題」「■アドバイス」以外の項目は、p. 186「感情・人格心理学」(科目コード：FF3550)を参照してください。

※この科目は2022年度まで開講します。レポート提出、スクーリング受講、科目修了試験受験は2023年3月まで可能です(新規履修登録はできません)。

※2018年度のスクーリングより、スクーリング単位1単位(8コマ)に変更されました。

※科目コード FF2511 2017年までのスクーリング受講者(スクーリング単位2単位)
FF2528 上記以外の方(スクーリング単位1単位)

■レポート課題

1 単位め	「TFUオンデマンド」上で客観式レポートに解答してください。
2 単位め	「TFUオンデマンド」上で客観式レポートに解答してください。
3 単位め	力動的構造論の一つをとりあげ、その力動的構造論の観点から、心理的不適応の具体例について考察しなさい。
4 単位め	人格諸理論の視点から自己分析を試みて、その感想とコメントを述べなさい。

※提出されたレポートは添削指導を行い返却します。

■アドバイス

人格の研究方法として、伝記・日誌法、フィールドワーク、実験法、自然観察法、面接法、観察法(客観的評価法)、尺度・質問紙法、投影法などがあります。人格について理解を深める際も、単に知識として学ぶだけでなく、人格の研究法を参考に実際の日常生活場面での人格にアプローチして考えていくことが望まれます。その際、認知と感情と行動の関係及び他人の性格に対する私たちのとらえ方の癖や歪み(寛大化傾向、中心化傾向、接誤差、対比誤差、年功誤差、ハロー効果、論理的誤謬、傾性帰属傾向など)についてよく知っておくことが大切です。前者については、テキスト1)の第9章の1のAの情動の障害及び2の情動を、後者についてはテキスト1)の第5章の1のBの[1]の(1)帰属と(2)印象形成も参照してください。また、あいまいな状況では、評価者の善悪の価値・期待・願い・恐れ・不安なども無意識に投影されて理解されがちです。

テキスト1)の第3章の2では、人格のさまざまなとらえ方について述べてありますので、よく読ん

で、その背後にある人間観の違いについても考えてみてください。

レポートの作成にあたっては、テキストなどをよく読んで、その内容をよく理解してください。その際、①知識の理解、②具体的な場面での理解、③テキストの執筆者の見方や意図の理解、④家庭・仕事・教育・臨床などの場面での応用を心がけるとよいでしょう。また、知識の理解に際しても、心理学的な見方や考え方に目を向け、理論や学説が生まれた経緯や背景も考えながら読み進めるとよいでしょう。さらに、テキストだけでなく、各自でいろいろ調べて深めてください（3単位め課題については、テキスト以外に少なくとも2冊以上の専門書を参考にし、引用・参考文献として明示してください）。

※以下、このアドバイス欄であげたテキストの章立てで指示のないものは教科書1)のものです。

1・2単位め アドバイス

教科書をよく読み、「TFUオンデマンド」上で客観式レポートに解答してください。

3単位め アドバイス

テキスト1)の第3章の2のD（力動的構造からみる）と第11章の1のA（精神分析と分析心理学）あるいは第11章の1のE（交流分析）をよく読んで取り組んでください。さらに、テキストだけではなく、各自でいろいろ調べて考察してください（テキスト以外に少なくとも2冊以上の専門書を参考にし、引用・参考文献として明示してください）。力動的な人格理論は、障害や心理的不適応を説明するために臨床的知見から得られた理論でもあります。心理的不適応の具体例については、身近な人や社会的な事件、臨床的な事例などを取り上げて理解を試みてください。そしてテキストなどを参考に、力動的構造論の立場から、その具体例の人に対してどのように援助していったら心理的適応を促すことになるかについても考えてみてください。

4単位め アドバイス

人間の目は前についていて外を向いています。ある人は、このことから、自分を振り返り、自分の内に目を向ける人は少ないといえます。また、ソクラテスは「汝自身を知れ」といい、己の無知さをまず知ることを説きました。他方、インドには、ソクラテスを訪ねた修行者が「あなたの哲学は何か」と問うたところ、ソクラテスは「自分自身を知ること」と答えたので、その修行者は「人間の本質を知らずして自分自身を知るなんて不可能」と思い、早々に帰ってきたという話が伝わっているそうです。それほど自分自身を知ることは難しいものです。

自分自身を知ることが難しい理由を心理学的にみた場合に、防衛機制と自我関与の働きがあります（加藤、2001）。自己分析に際して、防衛機制が働くと、知的に理解することで無意識に自分の感情に直面することを避けたり、〇〇だから仕方がないとあきらめたりするようになります。また、自我関与が働くと、自分のことだけを考えて、相手がどんな気持ちでいるかをなかなか考えられなくなったり、考えても自分の都合のいいように考えてしまったりします。そうすると、自分の感情（葛藤する感情や隠れた動機など）を見つめること、相手の気持ちに目を向け、相手の気持ちにそって考えることで自己分析の幅も広がるでしょう。

自己分析を行う際には、まずテーマをしぼります。最近イヤなこと、恥ずかしかったこと、癪に障ったこと、ガックリきたこと、あわてたことなどを思い出して、焦点をしぼって、そのときの自分の気持ちや

動機について分析を行います（加藤、2001）。また、相手や周囲がどんな気持ちでいたか、自分の言動によってどんな気持ちになったかを考えます。

次に人格諸理論の視点から自己分析を行います。テキストの第3章だけでなく、第11章も読むと役立つと思います。以下に要点を述べますので、参考にしてください。

- (1) 類型論：自分の類型について知るとともに、相手の類型の良さを生かせる状況作りを図ったかどうか、相手の類型の短所を補うように助けたかどうかを振り返ります。
- (2) 特性論：自分の特性や相手の特性の病理的特徴を一般的特徴に言いかえてみます（たとえば、「臆病な人」は「とても控えめな人」というと印象が変わる）。そして、その特性を認め、その特性を十分にさせる状況や新たな行動の付加を考えてみます（たとえば、立食パーティでは大いに控えめにしているので、周囲をよく観察してコップや料理の皿が空になっている人にはそっとビールをついだり料理を届けたりするなど）。
- (3) 力動的構造論：精神分析理論によれば、現実生活での外傷的体験やストレスを振り返るとともにそれ以前（主に子どもの頃）に性愛的（愛情・依存）欲求や攻撃欲求などで葛藤し、抑圧してこなかったかどうかを振り返り、抑圧してきた欲求を社会的に認められる形で満たす方法を考えます。ユング心理学によれば、症状や問題行動を無意識の補償作用や個性化の過程としてとらえ直し、生き方を変えていきます。個人心理学によれば、問題行動を通して自分は本当には何を望んでいるのか（行動の目的）を振り返り、問題行動以外で目的を達するやり方を考えます。交流分析理論（p. 40、p. 186～189）によれば、自我状態をとらえ、高い自我状態での行動に偏っていないかどうかを振り返り、低い自我状態を高めるようにします。また、自分が繰り返しやすいゲームのパターンや人生脚本に気づき、ゲームからの脱却や再決断を行います。
- (4) 学習理論：自分の問題行動について先行する手がかり刺激や強化について振り返ります。そして、段階的に目標行動に向かうことや目標行動の誘導の工夫（マークをつける、自己会話（「落ち着け」など）をするなど）、社会的スキルの訓練、役割遂行や自己選択による自己効力感の向上、セルフ・モニタリング（自ら毎日測定記録をつける）などを図ります。
- (5) 人間性心理学：自己概念を振り返り、経験していること（自分の感情や欲求など）に目を向けるようにします。
- (6) 認知論：認知スタイルや認知の歪みについて振り返り、別の考え方や取り組みを図ります。

なお、第3章末のジェネリックポイントの人生の意味の探究や自分についての物語、第11章の1のDの[3]のソリューション・トークも、新たな視点や問題行動と偽解決の悪循環パターンから抜け出すヒントを与えてくれるので、参照してください。

レポートでは、複数的人格理論の視点を取りあげて考察してください。