

1.3.行動（学習）理論／ヴント VS ワトソン、パブロフ

ヴント：ヒトの意識を自己観察（内観：内観療法とは関係がないので注意）で明らかにしようとした。

ワトソン：「心は見えないのだから、外部から客観的に観察可能な『行動』を対象にするほうが科学的である」との考えから行動主義を提唱、パブロフ等と共に、ヒトの行動を【刺激（Stimulation）】と【反応（Response）】の結果と捉え、S-R理論で人の行動を解明しようとした。

例：肉を食べさせる直前に【S：ベルを鳴らす】→【R：よだれが出る】

ベルの刺激【S】が継続すると、肉は無くても【S：ベルを鳴らす】→【R：よだれが出る】

このように反応が変化する。この「反応の変化」を「学習（条件付け）」と捉える。

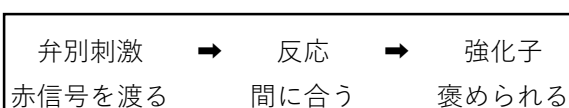
→条件付け：もともと関係のない【刺激】と【反応】を（意図的に）【結合】させること。

バンデュエラの社会的学習理論は、スキナーのオペラント条件付け（直接経験による学習理論）や、パブロフのレスポナント条件付け（反射等の学習理論）が基礎となって生まれた。

1.3.1.オペラント条件付け

自発された行動がそれに後続する事態によって獲得・維持されていく過程。

→「行動の直後に生じた「結果（反応）＝報酬／罰」によって、その行動が生じる頻度が変化すること」



オペラントは「オペレイト（操作する）」が語源。
→「報酬と罰を意図的に与えて行動を変える」理論

この3項の関係から成立（三項随伴性）すると考える。（渡辺 p73）

① 弁別刺激…反応が生じる機会を与える刺激。

② 強化子…反応の後に続き、反応を増加させる機能を持つ刺激。正と負がある。

→「賞賛（コンプリメント）」を行うかどうかは、専門家として個々の判断による。

6.2.感情的アプローチ 6-32-1

基本的人間観

- ① 人は自分自身の感情に真に触れれば、十全に発達し、自己実現することができる。
- ② 人は、自分の感情や考えを自由に表現し、それを確かめ、それによって自分の経験と感情を呼び戻すような人間関係を求めるものである。
- ③ 人は、この感情や経験が自分自身のアイデンティティの基盤となったとき、自己実現を目指して機能できる。

→感情的アプローチでは、状況や環境よりも、クライアント自身の現在の見方や感じ方を問題とする。

6.2.1.感情的アプローチ実施に際して重視するポイント

- ① 「今、ここ」に集中する。
- ② 創造や知的理解ではなく、現実を経験する。
- ③ 全感覚を用いて、「自己」「自分自身の価値」に気づいていく。
- ④ 自分の感情、思考、行動に責任を持つ。
- ⑤ カウンセリングの重点は、一対一の「人間関係の質」を高めることに置かれる。

6.2.2.感情的アプローチの中心理論・手法

- ① 来談者中心カウンセリング
- ② ヒューマニスティックカウンセリング（フォーカシング等）
- ③ 精神分析的カウンセリング
- ④ ゲシュタルト療法的カウンセリング

来談者中心カウンセリングの基本的な視点は、S-R理論や社会的学習理論と正反対になる。

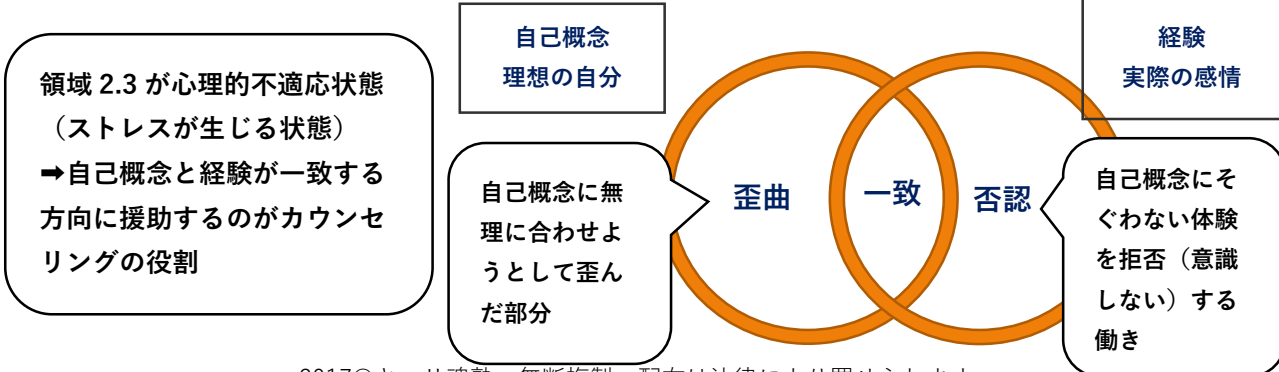
6.2.2.1.来談者中心カウンセリング

主要人物：ロジャース

基本的視点：人は自分を中心とする主観的な知覚の世界、即ち「現象的な場」に生きており、個人の行動は外界からの刺激によって規定されるのではなく、その個人の受け取り方や意味付けによって規定される。ひとりよがりや独善的な支援をしないためには、「主訴を引き出そうとする態度」が重要。

パーソナリティの基本要素：自己概念と経験であり、自己概念と経験を3つの領域（状態）に区分する。

- 領域1：自己一致（適応的パーソナリティ）：自己概念と経験が一致している状態
- 領域2：歪曲された部分・・・自己概念のうち経験と一致していない部分
- 領域3：拒否された部分・・・経験のうち自己概念と一致していない部分



参考書籍

「新版キャリアの心理学（初版）」渡辺三枝子 ナカニシヤ出版

「新時代のキャリアコンサルティングーキャリア理論・カウンセリング理論の現在と未来」労働政策研究・研修機構