

Online Papers

ISSN: 2433-9369

Japanese Association of Industrial Counseling TODAY

オンライン論集

日本産業カウンセリング学会

**TODAY**

*VOL. 3 No.1 Jun. 2020*



一般社団法人 日本産業カウンセリング学会

## オンライン論集『日本産業カウンセリング学会 TODAY』について

本誌、オンライン論集『日本産業カウンセリング学会 TODAY』は、勤労者の健康、福祉、能力開発に貢献することを目的として、産業領域のカウンセラー、キャリアコンサルタント、臨床家、研究者などが立場や分野を超えた会員の相互啓発と社会への提言を目指し、2018年に創刊しました。

産業領域でのカウンセリング、キャリアコンサルティングに限らず、働く人たちの現状などについての情報、取組などを振るって原稿をお寄せください。そのほかにも、価値ある情報と思われるが、体裁の整った論文には至っていない、客観的データが十分得られなかったなど、査読付き論文集へ投稿を躊躇している方は、本誌への投稿をご検討ください。原則、自由投稿ですので、多くの方の積極的な投稿を歓迎いたします。

発行は電子刊行物として、産業カウンセリング学会指定の方法でウェブ上に公開します。

投稿いただける内容は、

(1) レポート（取組報告、体験報告、研修会報告、その他）

企業や団体、学校などでのカウンセリング、コンサルティングなどの実践者が行った取組についての報告や会員が参加した研修などの体験に基づく報告など、関係領域の進展や促進をするために発表など。

(2) ディスカッションペーパー

研究の進展と交流を促進するために、研究の過程または成果を公刊に先立って、迅速かつ簡易な方法で発表するもの。同一内容または一部を修正した論文の公刊はこれを妨げない。

発行希望者は、発行論文のタイトル名、本文の入った Word 形式の電子ファイルおよび「投稿論文チェックリスト」を、日本産業カウンセリング学会事務局『日本産業カウンセリング学会 TODAY』編集委員会に提出してください。

2019年12月

日本産業カウンセリング学会 TODAY

編集委員長 小玉一樹

## オンライン論集『日本産業カウンセリング学会 TODAY』投稿規程

### 1. (発行の趣旨)

オンライン論集『日本産業カウンセリング学会 TODAY』は、会員の実践および研究の促進を目的とした、取組報告、体験報告、研究などを公刊する電子刊行物(Electronic Publication)である。

### 2. (投稿者)

本誌に投稿できる者は、次のとおりとする。

- (1) 日本産業カウンセリング学会会員
- (2) 日本産業カウンセリング学会会員を筆頭著者とする共同執筆者
- (3) その他特別に編集委員会が承認し、または依頼した者

### 3. (論文等の種類)

投稿する論文等は次の種類とする。

- (1) レポート (取組報告、体験報告、研修会報告、その他)

企業や団体、学校などでのカウンセリング、コンサルティングなどの実践者が行った取組についての報告。また、会員が参加した研修などの体験に基づく報告など、関係領域の進展や促進をするために発表するものであること。

- (2) ディスカッションペーパー

研究の進展と交流を促進するために研究の過程または成果を公刊に先立って、迅速かつ簡易な方法で発表するものである。同一内容または一部を修正した論文の公刊はこれを妨げない。

### 4. (発行形態)

- (1) 電子刊行物として発行する。
- (2) 日本産業カウンセリング学会指定の方法でウェブ上に公開するものとする。

### 5. (発行方法)

- (1) 発行希望者は、発行論文のタイトル名、本文の入った Word 形式の電子ファイルおよび「投稿論文チェックリスト」を、産業カウンセリング学会事務局『オンライン論集 日本産業カウンセリング学会 TODAY』編集委員会に提出する。
- (2) 提出後、編集委員会は必要に応じて申請者に修正を求めることが出来る。
- (3) 承認された原稿は発刊番号が付与された後、日本産業カウンセリング学会が現在及び将来において指定するサーバーにアップロードし、ウェブ上にて公開する。

(4) その他発行に関わる作業について、発行希望者は編集委員会の指示に従うものとする。

## 6. (刊行物の規格)

### (1) 文字数

5000 字から 20000 字程度とする。

### (2) 本文 (和文原稿)

論文体裁は「TODAY 執筆要領」に定めるが、原則として次のとおりとする。

#### 1) 原稿サイズ

A4 版縦用紙を用い横書き 1 段とし、余白は縦横 30 mm とする。

#### 2) 文字数および文字サイズ

横 40 字×縦 45 行とし、タイトル文字サイズは 16 ポイント、本文の文字サイズは 10.5 ポイント、見出し以外の本文書体はすべて明朝体 (英文は Century) とする。但し、図表に関してはこの限りではない。

#### 3) その他

本文 1 頁目冒頭に、「表題」、「著者名」、「要旨」「キーワード (5 つまで)」を記述する。その後「本文」、「引用文献」とし、最終頁に「英文表題」、「英文著者名」、「英文 要約 (Abstract)」「英文キーワード」の順で記述する。ただし、英文は省略できるものとする。

図表、引用文献など、その他の項目に関しては「TODAY 執筆要領」に準じ、必要に応じて編集委員会で決定する。

## 7. (著作権)

『オンライン論集 日本産業カウンセリング学会 TODAY』に掲載された個々の論文等の著作物の著作権は著作者に属し、日本産業カウンセリング学会は編集著作権を持つものとする。また著作者は、『オンライン論集 日本産業カウンセリング学会 TODAY』に掲載された個々の著作物について、著作権の行使を本学会に委任するものとする。その場合にも、当該著作者が自ら著作権を行使することを妨げないものとする。

## 8. 附則

本規程は平成 30 年 4 月 1 日から施行する。

## オンライン論集『産業カウンセリング学会 TODAY』

### 投稿論文チェックリスト

ご投稿いただく前に、以下の 10 項目についてご確認ください。すべての項目に「はい」に○印がなく、内容や形式が規程に適合していない場合、編集委員から詳しい情報を求めたり、再提出をお願いしたりすることがあります。

(いずれかをクリック)

1. 「投稿規程」にもとづいて作成しましたか。 はい・いいえ
2. 表題，要約，本文，引用文献，脚注，図表などは揃っていますか。 はい・いいえ
3. 原稿の書式は規程に従っていますか。 はい・いいえ
4. 図表は規程に沿って作成していますか。 はい・いいえ
5. 引用文献の書式は規程に従っていますか。 はい・いいえ
6. 引用文献リストと本文中の引用箇所は照合していますか。 はい・いいえ
7. 論文の記述は，日本語として適切ですか。 はい・いいえ
8. 英文要約の英語は適切ですか（必要な場合）。 はい・いいえ
9. 研究の対象となる者および団体・組織に当該研究の公表について，十分に説明し，同意を得ていますか。 はい・いいえ
10. 研究の対象となる者および団体・組織を特定できる情報が漏えいしないために必要な措置を講じましたか。 はい・いいえ

## もくじ

### ディスカッションペーパー

REBT の構成主義的側面に関する予備的考察・・・・・・・・・・・・・・・・・・1

森本康太郎（大阪国際大学）

### レポート

クライアントの洞察と行動を促進することで、短時間で終結したキャリア支援事例・・10

渡部昌平（秋田県立大学）

## REBT の構成主義的側面に関する予備的考察

森本康太郎 (大阪国際大学)

### 要旨

本稿の目的は、近年広がりを見せている構成主義に立脚したキャリアカウンセリングに関連し、1980年代以降の認知療法・認知的アプローチに対する構成主義的運動の高まりを踏まえたうえで、認知的アプローチの源流の一つである REBT (論理療法, 論理情動行動療法) の構成主義的側面について予備的に考察することである。認知的心理療法を合理主義的なグループと、構成主義的なグループに分類し、Ellis や Beck, Meichenbaum らを前者に含めた Mahoney らの主張に対し、Ellis は REBT が元来構成主義的であり、かつ他の認知的アプローチよりもより構成主義的であると反論した。この議論により、REBT の持つ構成主義的側面がより明確になった。本稿では、現在わが国で紹介されている構成主義的アプローチに加えて、構成主義的側面を含めた多面的かつ統合的な理論・技法として、REBT をキャリアカウンセリングで活用するための検討の余地が大きく残されていることを示した。

**キーワード:** 構成主義, キャリアカウンセリング, REBT, 論理療法, 論理情動行動療法

### 問題と目的

近年、キャリアカウンセリングの研究と実践において、構成主義あるいは社会構成主義を用いた手法が広がっている。宗方 (2012) は、*Journal of Vocational Behavior* に掲載された構成主義的キャリアカウンセリングに関する論文数の増加を引きながら、1990年代から今日にかけて米国における構成主義的キャリアカウンセリングへの関心の高まりを紹介している。この動きは米国にとどまらず、ヨーロッパやオセアニア、アフリカなど全世界に広がっているという (渡部, 2015)。我が国においても、Savickas のキャリア構築理論、Cochran のナラティブアプローチ、Peavy のソシオダイナミック・カウンセリングといった構成主義的立場に立脚したアプローチが紹介されている (例えば堀越, 2007; 野淵, 2008; 榎野, 2008; 下村, 2013)。特に最近では渡部 (2015, 2016, 2017) を中心に、構成主義または社会構成主義のキャリアカウンセリングが積極的に紹介され、急速に広がりを見せている。

渡部 (2016) は、(社会) 構成主義キャリアカウンセリングの可能性と課題について、カウンセリングの各派から得た示唆を紹介している。そこでは、ナラティブ・セラピー、解決志向アプローチ、家族療法 (システムティック・アプローチ) が取り上げられ、具体的なキャリアカウンセリングの適用については Savickas, Cochran, Peavy によるアプローチが紹介されている。

一方で、カウンセリングや心理療法における構成主義の広がりを目を向けてみると、1980年代から1990年代にかけて、認知療法や認知的アプローチに対する構成主義的運動の高まりがあった (根建・長江, 2001)。その結果として、1990年代には、認知的アプローチの創設者の多く (例えば Beck や Ellis, Meichenbaum ら) が構成主義への支持を表明することとなった (長江, 2005)。認知的アプローチは、科学的根拠に基づくエビデンスベーストの心理療法として近年評価が高まっており、現在わが国でも認知療法・認知行動療法が診療報

酬の保険点数化がなされている（沢宮，2013）。この認知的アプローチのなかでも、源流の一つに数えられる Rational Emotive Behavior Therapy（論理療法，あるいは論理情動行動療法，以下 REBT）（Ellis, 1994）は、キャリアカウンセリングにおいても代表的なアプローチの一つとされている（例えば木村，2018；労働政策研究・研修機構，2016）。そこで本稿では、キャリアカウンセリングにおける主要アプローチの一つである REBT について、その構成主義的側面について把握することを試みる。この検討により、構成主義に立つキャリアカウンセリングの可能性を、現在わが国で紹介されているアプローチに REBT を加えることで、拡大させることにつながる考えられる。

Ellis は、REBT が明らかに構成主義的であり、かつ他の認知的アプローチよりもより構成主義的であるとしている（Ellis, 1990, 1992, 1994, 1995；Ellis & Dryden, 1990；Ellis & MacLaren, 2005）。具体的には、REBT は、人々の思考や議論が柔軟で適応的な方法で行われることに力点を置き、クライアントがいかにか中核的な非機能的哲学を作り出すのかを理解し、それを自らの思考に継ぐ思考によって、いかに構築的に変えることができるかを援助するものであり（Ellis & MacLaren, 2005）、人間は自分自身を再構築し変化させることができる生得的能力を持つという考えに立っている（Ellis & MacLaren, 2005）。また、REBT では、感情的問題を引き起こすようなイラショナルビリーフや歪んだ推論を自ら構築してしまうという、人間の持つ能動的側面に着目する点において、構築主義的視点が強調されている（Dryden, 2015）。このように構築主義的側面を持つ REBT は、キャリアカウンセリングの実践においても、その適用が検討されてきた（例えば Dryden, 1979；Richman, 1993；Ogbuanya, et al., 2018）。しかし、本邦においては、REBT が構築主義的側面を持つことについてほとんど言及されていないように見受けられる。そこで本稿では、REBT の構成主義的側面について予備的に考察し、その上で REBT のキャリアカウンセリングへの適用を検討する。

## 方法

Ellis が REBT の構成主義的側面を強く主張していく契機は、Mahoney や Guidano といった構成主義の立場に立つ認知的心理療法家によって行われた、REBT が合理主義的な心理療法であるとの批判であった（例えば Guidano, 1988；Mahoney, 1988, 1995）。そこで本稿では、構成主義に立脚して REBT を従来の認知的アプローチに含めて合理主義的であるとした Mahoney および Guidano の批判と、それに対する Ellis の反論が行われた文献を参照した。あわせて、この三者を含めた認知主義的心理療法家による共著で Mahoney 編による書籍も発刊されているため、参照した（Table 1）。

Table 1 対象著作・論文

著者と発表年	タイトル	備考
Ellis, A. (1990)	Is Rational-Emotive Therapy (RET) "Rationalist" or "Constructivist"?	Ellis & Dryden (1990) の第6章
Ellis, A. (1994)	A Consideration of Some of the Objections to Rational-Emotive Psychotherapy	Ellis (1994) の第14章
Ellis, A. (1995)	Reflections on Rational-Emotive Therapy	Mahoney (1995) の第5章
Guidano, V. F. (1988)	A Systems, Process-Oriented Approach to Cognitive Therapy	Dobson (1988) の第8章
Mahoney, M. J. (1988)	The Cognitive Sciences and Psychotherapy: Patterns in a Developing Relationship	Dobson (1988) の第9章
Mahoney, M. J. (1995)	Cognitive and Constructive Psychotherapies, Theory, Research, and Practice	Ellis, Guidano, Mahoneyらが分担執筆

注 Ellis, A. (1988) による論文 Are There "Rationalist" and "Constructivist" Camps of the Cognitive Therapies? A Response to Michael Mahoney, *Cognitive Behaviorist*, 10, 13-17. は入手できなかった。



## 結果

### 構成主義者による REBT への批判

Mahoney (1988) や Guidano (1988) は、認知的心理療法を、(1) 表面的構造の心理連合主義モデルを適用するグループと、(2) 深い構造の構成主義的なメタ理論を支持するグループ、の 2 つのグループに分けることを提唱した。そして、前者を合理主義であるとして、Beck, Ellis, Goldfried, Meichenbaum を代表者として示し、なかでも Ellis および伝統的な REBT を「厳格な合理主義論者」として特に批判している。

Mahoney (1988) は、合理主義のメタ理論を支援に適用する心理療法家は、個人の心理的発達への好ましい道程として、「現実との接触」「現実的な思考」「合理性」を強調する傾向があり、典型的な合理主義者にとっては、障害と不合理性は同義語であるとしている。合理主義者は、a) 不合理性は神経的精神病理の主な原因である、b) 明白なビリーフと論理的な推論は、感情や行動の全面的な変更を容易にできる、c) 効果的な心理療法の中核的プロセスは、不合理な思考パターンの合理的なものへの書き換えである、という仮定を持っているとする。一方、構成主義に立つ心理療法家は障害、疾患、発達といった概念同様、現実、認識、合理性に関する伝統的な概念に対しても異議を申し立てる。構成主義者は、a) 認知と有機体に対する、受動的・より主体的な見方を採用する、b) 暗黙的（無意識的）な秩序生成過程を強調する、c) 思考・感情・行動は、自己と社会的なシステムの相互作用によって展開される生涯発達の、相互依存的な表れであるとする複雑系モデルを支持する、という仮定を持つとする。さらに Mahoney (1988) は、合理主義と構成主義の哲学的相違および理論的相違について、Table 2 と Table 3 のように整理している。

また、Guidano (1988) は合理主義の第一グループが、不適応的な自己声明や行動をより適応的なものに取り換えることに心理療法の焦点を置き、連合や意味を知的・経験的な再構築による否認する方略が、認知の修正に適用されるとする。一方、構成主義の第二グループは、行動主義や精神分析とは一線を画す心理学の潮流の観点から認知主義を定義することを可能にする、新たな枠組みを作る試みであるとしている。この第二グループでは、人間の知識プロセスの能動的、生成的、意図的な側面を強調され、実際のアセスメントの手続きでは、個人の知識構成に一貫性や安定性をもたらしている不変の深い認知構造を特定することに焦点が置かれる。したがって、ここでの心理療法の方略は自己や世界に対する代替モデルの生成が基本となり、深い認知がより柔軟に適応的なものに調整される、とする。

Table 2 認知的心理療法における合理主義と構成主義の哲学的相違 (Mahoney, 1988)

問題・領域	合理主義の観点	構成主義の観点
1. 存在論 (現実の本質)	リアリズム：現実は一変で不変であり、外界のものである	相対主義：現実、個別的なもので、個人の収集的な経験における秩序の生成物である
2. 認識論 (知識の理論)	合理主義：知識は論理や合理によって妥当化される。現実感覚を介して明らかになる	構成主義：認識は認知的であり、行動的で感情的なものである。知識の妥当性は実現性よりも重要ではない。感覚が先行する
3. 原因論 (因果関係・変化の理論)	連合主義：学習と変化は原因と結果の直鎖である	構造的分化：学習と発達は心理的表象の精製や変形を含む

Table 3 認知的心理療法における合理主義と構成主義の理論的相違 (Mahoney, 1988)

問題・領域	合理主義の観点	構成主義の観点
1. 人間の神経システムの基本機能	妥当な心理的表象による行動と感情の統制と方向付け	妥当な心理的表象による経験の秩序化と組織化
2. 心理的表象の性質	心理的表象は現実世界の正確なコピーである	心理的表象は大部分が秩序の暗黙の認知構成であり、強い力を持つが行動計画を特定化するものではない
3. 身体と脳の関係性	脳至上主義：脳が身体を率いる	身体と精神の合体：身体と精神は分離できないものであり、相互依存である
4. 認知・行動・感情の関係性	理性至上主義：高度な知的プロセスが感情や行動を方向付けることができ、そうすべきである	全体論：思考、感情、行動は構造的にも機能的にも分離できないものである
5. 感情の性質	問題としての感情：ネガティブで激しい感情はコントロールまたは取り除かれるべきものである	根本的で強力な知識プロセスとしての感情：障害や激しい感情は発達の自然な要素である

### Ellis による反論

Ellis は、Mahoney (1988) や Guidano (1988) が REBT を合理主義的認知療法であるとし、構成主義的認知療法と REBT とを区別したことに対して、強力に、あるいは「全力で」(Mahoney, 1995) 反論している (例えば、Ellis, 1990, 1991, 1994, 1996a, 1996b, 1996c, 1999)。そのなかでも、Guidano (1988) が構成主義的認知療法について論じた 15 の観点 (Table 4) について、Ellis (1990) は紙幅を割き 5,000 words 以上にわたって Guidano (1988) と Mahoney (1988) への反論を行っている。この Ellis (1990) で論じられた内容を簡潔にまとめたものが Ellis (1994) である。以下、Ellis (1994) を参照し、Mahoney や Guidano の REBT に対する誤解を解き、REBT が構成主義的であることの正しい理解に向けて Ellis が論を展開している箇所について確認する。

Table 4 Ellis (1990) における反論の項目

1. 深層の認知構造
2. 精神運動理論
3. 知識の無意識・明示的な水準
4. 愛着の過程と自己アイデンティティ
5. アイデンティティと自己評価
6. 現実についてのモデル
7. クライエントの深遠な変化の過程
8. 生涯発達
9. 真実と現実に対するアプローチ
10. 発達の分析の役割
11. クライエントの変化に対する抵抗
12. 表面的または深遠な変化
13. 治療的变化の方略
14. 深い水準の認知、感情、行動の統合
15. 治療的関係性

### クライエントの感情の扱い

Mahoney (1988) は、認知的構成主義者が、行動と感情は適応と発達の現れとして切り

離すことができないと考えているのに対し、合理主義的な心理療法はクライアントの感情を無視していると批判し、REBTもその一つであるとした。Ellisは、REBTがクライアントの感情を無視しているという批判は大きな誤解であると次のように反論している。REBTは、すでに1955年の発表時点において、人間の感情、行動、知識・思考は分割できないことを示しているが、1961年には、クライアントの感情面へのアプローチを行うことが明確にわかるように、発表当初のRational Therapy (RT)からRational-Emotive Therapy (RET)に名称変更されている。実際の介入では、REBTはネガティブな感情を、不健康でネガティブな感情と健康なネガティブ感情とに区別し、イラショナルビリーフをラショナルビリーフに変えていくことで、前不健康でネガティブな感情を低減させていく。これらの点より、EllisはREBTがMahoneyやGuidanoが指摘するような、人間の感情を無視した合理主義の心理療法に分類されるものではないことは明らかであると述べている。

### クライアントへの絶対的な基準の押し付け

Guidano (1988)は、クライアントの持つイラショナルな思い込みは、クライアント自身の持つ知識に一貫性と信頼性を与え、「イラショナルであるだけでなく役に立たない解決法だから」という理由で修正する必要があることに気づくために、その思い込みは実はラショナルなものであるといえる、と述べている。これは、イラショナルビリーフが絶対的に間違ったものであり、ラショナルビリーフが絶対的に正しいものであるという基準を設け、それをクライアントに押し付けているという批判である (Mahoney, 1988)。しかし、Ellisはすでに1979年の時点で、REBTは「絶対的で普遍的な理性の基準は存在しない」という仮定に立っていることを示している (Ellis, 1994)。REBTでは、個人の目標、価値、興味を阻害するようなビリーフは、イラショナルで機能不全であると判定することができる。そして、そのビリーフが自己破滅的で、個人の目標達成の妨げとなっている場合、または個人の価値や興味を阻害している場合、介入によってそれを変えた方が良く、と考えられている。一方、非現実的で不合理な、自滅的な思考やビリーフがある種の人々にとっては幸福につながっている可能性もある。後者の場合、ビリーフそのものがイラショナルであるとは断言できない。Ellisはこの点についてREBTに対するGuidanoやMahoneyの理解が不足していることを指摘している。

### 積極的・指示的な介入

MahoneyやGuidanoは、積極的かつ指示的な介入は、クライアントが自然に変化する能力を大きく妨げるとして批判している。Ellisはこの批判に対して、ブッダ、エピクテートス、マルクス・アウレリウスを構成主義の先駆者として例にあげ、彼らが積極的かつ指示的な方法で思い込みや生活様式を変えることを弟子たちに奨励し、認知的、感情的、行動的な課題を課していたことや、今まで何世紀にもわたって、指示的に課されたホームワークに取り組むセルフヘルプによって、多くの人々が自らパーソナリティの変化を経験してきたことを示して反論している。そして、クライアントに自然な認知再構成の機会を与える方法と同じように、クライアントのパーソナリティの変化を積極的に教示する方法も構成的であることを論じている。また、GuidanoとMahoneyは、クライアントの根本的なパーソナリティの変化を起こすための援助にはクライアントと心理療法家の受容的な治療的關係が重要であると強調しているが、REBTも含めた合理主義的な認知療法は、この点が欠如しているとして批判している。しかしEllisは、REBTではクライアントと心理療法家の協働關係を強調している点と、積極的指示的技法と反対に、クライアントと心理療法家が受容的な關係である場合、その有効性の一方で、クライアントの心理療法家に対する依存性を高め、自律性の向上による自滅的傾向の減少が妨げられてしまう点をあげて反論している。

## 自己受容

この点は、上記のクライアントと心理療法家の関係性に関連している。Guidano らが強調する受容的な治療的關係には、クライアントが自己受容をするうえで、「心理療法家が私に好意的なので、私は自己を受容することができる」という、条件付きの自己受容をクライアントが作り上げやすい危険があることを Ellis は指摘している。REBT では、クライアントの怒りや低い欲求不満耐性に働きかけ、Rogers が行うように、クライアントが自身の抱える感情や問題のすべてを無条件に受容することを勧めている。その上で REBT は、単に心理療法家がクライアントの感情や問題を受容することを求めるのではなく、クライアント自身が自己受容を自分の中に構造化させてそれが機能するようになるために、心理療法家がクライアントに教示することに力点を置いている。

## REBT がより構成主義的である点

Kelly, Mahoney, Guidano ら多くの心理療法家によって推進されている構成主義的な認知行動療法の流れに REBT も乗っているが、それだけではなく、REBT は他の認知行動療法よりもより構成主義的である (Ellis, 1994)。Guidano と Mahoney が強調している、人間が深層の認知構造を作りあげるなかで培ってきた、個人内の意識過程の能動的、生成的、意図的側面は、REBT がすでに長い間重視してきたものである。つまり、深層の認知構造がより柔軟に、適応的に機能するように、自己と世界についての選択的モデルを獲得するための支援を行う、という点において一致している。より具体的には、頑なな絶対的な要求や欲求を、柔軟な要求に変えていくための探索を行う支援である。さらに REBT は、Guidano らの主張とは異なって、クライアントがその探索を自然に行うことに依存するのではなく、クライアントが自己の内側に持つ構成主義的な傾向を、いかにして自身や社会に向けて用いるかについて、積極的かつ指示的にアプローチする点において特徴を持つ。

また、Guidano や Mahoney は、心理療法家がクライアントの持つ非現実的で非論理的な推測や認知を論破し、クライアント自身もそのようにすることを教示する認知的心理療法に対して、浅い心理療法だとして批判を行っている。しかし Ellis は、REBT は表面的な認知主義的心理療法とは異なり、非現実的な推測や価値化の背後にある深く根付いた自滅的な人生哲学を明らかにし、それを変えていくことに力点を置いているとする。つまり、REBT は他の認知行動療法が強調するような、非現実的な思い込みや推論を修正しようとするのみではなく、クライアントが「深遠で哲学的な姿勢の変化」を起こすように支援するところに特徴がある。したがって、REBT は、経験に基づかないような思い込みを論破することを教示するが、それに加えて、クライアントの深い部分に根付いている絶対的な要求に対する介入をも行う。この点において、REBT は非常に構成主義的であるといえ、このような介入は Guidano や Mahoney が通常行わないものである。以上より Ellis は、構成主義の立場からの批判よりも、REBT は遥かに構成主義的であるとした。

## まとめと今後の課題

本稿では、認知的アプローチのなかでも REBT に注目し、REBT が合理主義的であるという批判とそれに対する Ellis の反論を通じて、REBT が持つ構成主義的側面についてレビューした。以下、構成主義の REBT に対する影響と REBT の変遷について論じる。その上で、今後 REBT のキャリアカウンセリングへの適用についての課題を示す。

Ellis は REBT が構成主義的であることの主張とあわせて、REBT がより構成主義的、情動的な方向性に進んでいったことを認めている (Ellis, 1995)。つまり、初期の REBT が強く認知的で主に実証的であり、非常に積極的・指示的な面を強調していたものが、変化していった (Ellis, 1995)。これは、Ellis が 1961 年に RT (Rational Therapy) を RET (Rational-

Emotive Therapy) に、1993年にはRETをREBTに名称変更を行っていることと関連していると考えられる。例えば、RETへの改称はRTが合理主義哲学の信奉者であり、クライアントの感情を無視しているという誤解を解くため(Yankura and Dryden, 1994)であった。また、健康でネガティブな感情と不健康でネガティブな感情の区別、いくつかの強い感情的技法(例えばイメージ法、ユーモア・ユーモアソング、シェイムアタックなど)の活用を加えていった(Dryden and Mytton, 1999)。さらに、1993年にはRETが認知と認知的技法の利用に過度に焦点を当てすぎているという批判に対応するべく、RETからREBTへと改称し、認知・感情・行動の相互作用をより一層強調した。認知的アプローチに対する構成主義的運動の高まりは1980年代から1990年代にかけて見られた(根建・長江, 2001)が、RTをRETに改訂したのが1961年であることから、Ellisが、理性だけが人間を心理的な健康あるいは感情的惑乱状態に導くという合理主義にREBTが立脚するのではなく、人間の心理的発達に認知・感情・行動の相互作用によるものであるという立場に立つことを早い段階で強調していることが見て取れる。Ellis自身は、構成主義者であるMahoneyやGuidanoによる批判が、REBTの持つ構造主義的立場を再認識する契機になったとも述べている(Ellis, 1994)。この構成主義的運動の背景も含めて、1955年の創始以降REBTが構成主義的、情動的な方向性に向かった変遷と発展を知ることは、REBTのより深い理解を促進するものであろう。

今後、構成主義的側面を含めて、REBTをキャリアカウンセリングに適用する際には、REBTの持つ多面性についての理解が有用と考えられる。REBTは一般的には認知行動療法のグループに属する理論および技法と考えられているが、REBT独特の持ち味があり、例えば、哲学的要素があげられる。EllisはREBTの基本原理は、エピクテトスやマルクス・アウレリウスといったストア派哲学の影響を大きく受けているほか、ブッダや孔子、老子などの古代東洋の思想家、あるいはカント、ポパー、ラッセルなどの近代哲学者からの影響や、ユージブスキーの一般意味論からも影響を受けている。また心理療法家では、Ellisは精神分析家としての訓練を受けており特にホーナイの影響を受けている一方、REBTの考案に際しては、アドラーの影響が非常に大きい。Ellisは生涯長きにわたって北米アドラー心理学会の会員であり、同学会の機関誌にはEllisの論文5編が掲載され、それらのなかでEllisはアドラーからの直接的影響と彼に対する敬意を表明している(例えばEllis, 1957; 1971)。なお、アドラーは構成主義の先駆者の一人としても見なされている(Mahoney, 1988)。一方で行動的技法の面では、ワトソンやスキナーの影響が認められ、かつ人間性主義・実存的主義の側面を持ち、そして構成主義的側面を持つ。これらの点は、REBTが、クライアントの状況に合わせてそれぞれの技法を折衷して用い、多くの治療理論の側面を統合している(Ellis and MacLaren, 2005)ことを表している。國分(1999)も、REBTを統合主義型の折衷主義であるとし、REBTが現存の諸理論と諸技法をひとつにまとめていると述べている。つまり、多様なクライアントの多様な問題に対応できる統合主義であるとする(國分, 1999)。本邦ではREBTおよび論理療法は、カウンセラーによるビリーフの論駁が強調されて理解されているかも知れないが、実際には、REBTを用いる臨床家の47%は「強い説得調の論駁は、より穏やかで間接的な論駁よりも効果がある」という考え方に異を唱えている、という調査結果がある(Warren and McLellarn, 1987)。これらより、REBTがいかにか多面的な要素を持った理論・技法であることが読み取れるだろう。

クライアントの状況とニーズに合わせたアプローチを選択できる手法として、REBTは構成主義的な側面を含め、多面的かつ統合的な理論・技法としての理解が広がることで、その優位性がより生かされるものと考えられる。

## 引用文献

- Dryden, W. (1979). Rational-emotive therapy and its contribution to careers counselling. *British Journal of Guidance and Counselling*, 7, 181-187.
- Dryden, W. (2015). *Rational emotive behaviour therapy: distinctive features, second edition*. Hove: Routledge.
- Dryden, W. & Mytton, J. (1999). *Four approaches to counselling and psychotherapy*. London: Routledge.
- Ellis, A. (1957). Rational psychotherapy and Individual Psychology. *Journal of Individual Psychology*, 13, 38-44.
- Ellis, A. (1971). Reason and emotion in the Individual Psychology of Adler. *Journal of Individual Psychology*, 27, 50-64.
- Ellis, A. (1990). Is rational-emotive therapy (RET) “rationalist” or “constructivist”? In A. Ellis & W. Dryden, *The essential of Albert Ellis: seminal writing on psychotherapy*. New York: Springer. 117-141.
- Ellis, A. (1991). Using RET effectively: reflections and interview. In M. E. Bernard (Ed.), *Using rational-emotive therapy effectively*. New York: Plenum.
- Ellis, A. (1992). Foreword. In S. R. Walen, R. DiGiuseppe, & W. Dryden, *A practitioner's guide to rational-emotive therapy, second edition*. New York: Oxford University Press.
- Ellis, A. (1994). *Reason and emotion in psychotherapy, revised and updated*. New York: Birch Lane.
- Ellis, A. (1995). Reflections on rational-emotive therapy. In M. J. Mahoney (Ed.), *Cognitive and constructive psychotherapies, theory, research, and practice*. New York: Springer. 69-73.
- Ellis, A. (1996a). *Better, deeper and more enduring brief therapy*. New York: Bruner/Mazel.
- Ellis, A. (1996b). Postmodernity or reality? A response to Allen E. Ivey, Don C. Locke, and Sandra Rigazio-DiGilio. *Counseling Today*, 39, 26-27.
- Ellis, A. (1996c). A social constructionist position for mental health counseling: a response to Jeffrey T. Guterman. *Journal of Mental Health Counseling*, 18, 16-28.
- Ellis, A. (1999). How rational emotive therapy belongs in the constructivist camp. In M. F. Hoyt (ed.), *The handbook of constructive therapies: innovative approaches from leading practitioners*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Ellis, A. & Dryden, W. (1990). *The essential of Albert Ellis: seminal writing on psychotherapy*. New York: Springer.
- Ellis, A. & MacLaren, C. (2005). *Rational emotive behavior therapy: a therapist's guide, second edition*. Atascadero, CA: Impact Publishers.
- Guidano, V. F. (1988). A systems, process-oriented approach to cognitive therapy. In K. S. Dobson (Ed.), *Handbook of cognitive-behavioral therapies*. New York: Guilford. 307-356.
- 堀越 弘 (2007). マーク・サビカス キャリア構築理論 渡辺三枝子 (編) 新版キャリアの心理学第2版 ナカニシヤ出版 85-109.
- 榎野 潤 (2008). キャリア教育の実践とソシオダイナミック・カウンセリング 進路指導 81, 76-79.
- 木村 周 (2018). キャリアコンサルティング 理論と実際 5訂版 雇用問題研究会
- 國分康孝 (1999). 論理療法の意義と特質 國分康孝 (編) 論理療法の理論と実際 誠信書

房 3-14.

- Mahoney, M. J. (1988). The cognitive sciences and psychotherapy: Patterns in a developing relationship. In K. S. Dobson (Ed.), *Handbook of cognitive-behavioral therapies*. New York: Guilford. 357-386.
- Mahoney, M. J. (Ed.) (1995). *Cognitive and constructive psychotherapies, theory, research, and practice*. New York: Springer.
- 宗方比佐子 (2012). 構成主義的キャリアカウンセリングの現代的意義と課題 金城学院大学論集 人文科学編, 8, 125-134.
- 長江信和 (2005). 大学生のシャイネスに対する構成主義的な認知療法の効果とその要因 早稲田大学大学院人間科学研究科博士論文
- 根建金男・長江信和 (2001). 認知行動療法 小林重雄 (監) 総説臨床心理学 コレール社 168-176.
- 野淵龍雄 (2008). Super, D. E.の後に来るもの—Savickas, M. L.と Cochran, L.に注目して キャリア教育研究, 27, 9-14.
- Ogbuanya, T. C., Eseadi, C., Orji, C. T., Anyanwu, J. I., Joachim, O. C., & Otu, M. S. (2018). The effect of rational emotive behavior therapy on irrational career beliefs of students of electrical electronics and other engineering trades in technical colleges in Nigeria. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 36, 201-219.
- Richman, D. R. (1993). Cognitive career counseling: A rational-emotive approach to career development. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 11, 91-108.
- 労働政策研究・研修機構 (2016). 新時代のキャリアコンサルティング—キャリア理論・カウンセリング理論の現在と未来
- 沢宮容子 (2013). 認知行動療法 日本人生哲学感情心理療法学会 (編) 人生哲学感情心理療法入門 アルバート・エリス博士のREBTを学ぶ 静岡学術出版 190-200.
- 下村英雄 (2013). 成人キャリア発達とキャリア・ガイダンス—成人キャリア・コンサルティングの理論的・実践的・政策的基盤 労働政策研究・研修機構
- Warren, R., & McLellarn, R. W. (1987). What do RET therapists think they are doing? An international survey. *Journal of Rational-Emotive Therapy*, 5, 71-91.
- 渡部昌平 (2015). 質的キャリア・アセスメントとその応用 渡部昌平 (編) 社会構成主義キャリア・カウンセリングの理論と実践 ナラティブ, 質的アセスメントの活用 福村出版 76-103.
- 渡部昌平 (2016). 社会構成主義からライフ・キャリア適応を考える—社会構成主義キャリア・カウンセリング各派からの示唆— 秋田県立大学総合科学研究彙報, 17, 19-24.
- 渡部昌平 (2017). 実践家のためのナラティブ/社会構成主義キャリア・カウンセリング 福村出版
- Yankura, J. & Dryden, W. (1994). *Albert Ellis*. London: Sage.

# クライアントの洞察と行動を促進することで 短時間で終結したキャリア支援事例

渡部昌平（秋田県立大学）

## 要旨

ロジャーズ以来、カウンセリングや心理療法ではクライアントのパーソナリティの変容を目指す、すなわち心の問題に焦点を当てクライアントのパーソナリティの問題を改善することに重点が置かれがちであったが、キャリア支援にはパーソナリティ変容は馴染まない。クライアントの問題や弱さ・短所を指摘して改善するよりも、良いところ・成功体験・できること・あるものを認め、伸ばす支援のほうが効果的・効率的である。本研究ではパーソナリティの変容よりも「洞察と行動の促進」の支援に焦点を当てたキャリア相談事例について報告する。

**キーワード：**キャリアコンサルティング、洞察と行動、態度、在り方

## 問題と目的

ロジャーズ以来、カウンセリングや心理療法ではクライアントの「パーソナリティの変容」を目指す、すなわち「心の問題に焦点を当て、問題を含むクライアントのパーソナリティを変える」ことに重点が置かれがちであった。

國分（2019）はロジャーズがカウンセリングと心理療法を識別しなかった影響で日本ではカウンセリング心理学が確立されていないと指摘し、「要するに旧来のパーソナリティ・チェンジのための面接とは異なるスキルを、カウンセリング心理学は研究開発する任務がある」とする。渡辺（2011）も同様に、カウンセリングと心理療法・臨床心理学との明確な識別の必要性を指摘している。

確かにカウンセリング心理学が対象とする発達課題は学業・キャリア・社会性・人間関係・性格・健康・家族・産後など多様であり、パーソナリティの変容が目的とは限らない。カウンセリングの目的を國分（2019）は「クライアントの洞察と行動を促進する」こと、渡辺（2011）は「クライアントの人間的成長」「豊かな社会生活の実現」「生涯において遭遇する諸問題の予防と解決」への援助だとしている。

ところでブリーフカウンセリング（ブリーフセラピー・解決志向アプローチとも呼ばれるが、栗原(2004)は対象が疾病を抱えた患者とは限らず、むしろすべての子ども・保護者・教職員を対象とすることからブリーフカウンセリングとする）とは、クライアントの問題や弱さ・短所を指摘して改善するというよりも、良いところ・成功体験・できること・あるものを認め、伸ばす支援である（その際の技法として例外探し、スケーリング等がある）。渡部（2018a）は、こうしたブリーフカウンセリングの特徴から「短時間で効果的・効率的に終結する」「具体的で肯定的であるからこそ、クライアントも自身が選択した変化・行動を受け入れやすい」とする。また栗原（2004）や渡部（2018a）は教育との親和性も指摘する。

一方、近年のキャリア関連学会誌でブリーフカウンセリングが取り上げられたのは、筆者



が見た限り金山・中川（2016）や渡部（2018a）の教育相談研修の事例など数える程度しかない上、実際のクライアントとの1対1でのキャリア相談事例を報告したものは定金（1996）や渡部（2018b）などしか見当たらなかった（なお対象を学会誌以外・事例以外に広げると、他に松田（2016a;2016b）、渡部（2016）、金山（2018）などがある）。

このため本研究では、特に各種カウンセリング技法の中でもブリーフカウンセリング技法を用いて、パーソナリティの変容よりも「洞察と行動の促進」の支援に焦点を当てたキャリア相談事例を報告する。パーソナリティの変容でなく「洞察と行動の促進」に焦点を当てることで、短時間でキャリア分野の相談が終結する可能性について探索的に検討する。

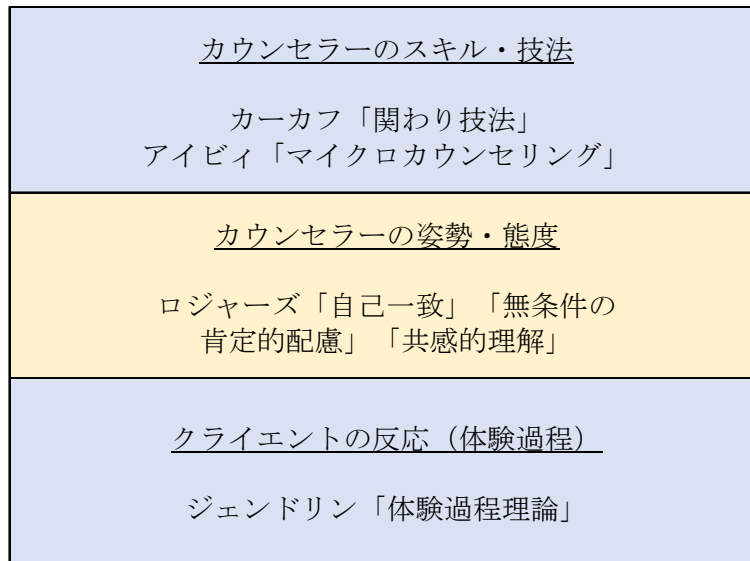


Figure.1 ロジャーズ、ジェンドリン、カーカフ、アイビィの関係（渡部,2019）

### 方法：対象学生について

大学1年生Aさん。援助者が担当するキャリア教育科目（前期（4月～9月）の教養選択科目「現代の働く環境」：自己分析のほか企業研究などを行う）を受講しており、その関係で前期後半に支援者の研究室に（オフィスアワーとは関係なく）飛び込みで相談に来る。

将来、①発展途上国の食糧自給率の向上②日本の里山保全のどちらかをやりたいので、大学院に進学することを考えている。しかし（大学院進学は）3年も先の話なので今やるべきことが分からず、大学生活のモチベーションが湧かない。それまでに具体的に何をすればいいか分からない、との相談。

### 結果：支援の概要

やるべきことが分からないという悩み（あるいは悩んでいる学生のパーソナリティ）に焦点を当てるのではなく、またやるべきことがなぜ分からないのかという悩みの原因に焦点を当てるのではなく（すなわち学生のパーソナリティを変容しようという立場に立たず）、今やるべきことを少しでも明確にするために大学院受験のスケジュール、大学院試験の内容について確認し、事前に専門科目と英語の勉強は必要であることをクライアントと共有

した。

その上で、大学院で学びたいあるいは将来の仕事にしたい内容を大学院進学や就職の前の段階、すなわち今の段階から発展途上国・食料自給・里山に関する本や雑誌を読んだり、関連イベントなどに参加したりして、大学院進学あるいは就職に向けてそれらに関する知識や経験を積むのはどうか、と提案した（※学生の考えを待たずに援助者側から提案を行ったのは、将来やりたいこと・大学院で学びたいことが明確であるのに、学部でやるべきことが分からないと話していたためである）。実際に自分の目で発展途上国や日本の里山を見に行ってみたり、国際機関やNPOなどに話を聞きに行ったりするのも将来のために良いのではないかと提案し、クライアントも納得・了解した。

続いて大学生活でのモチベーションを湧かせるために、（なぜモチベーションが湧かないのかという学生のパーソナリティに焦点を当てるのではなく）高校時代はどんなことでモチベーションが湧いたのかを確認した。高校時代の成長の実感は「尊敬できる先生や後輩と出会い、自分も真似したいと頑張った」「勉強を継続することで成長が実感できた」とのことだったので、それらを継続するとともに大学生活でも尊敬できる人を探すことを提案し、クライアントの納得・了解を得た。

相談直後に、相談によって今やるべきことの具体的なイメージが明確になったか否かを10段階のスケールで自己評価をしてもらったところ、相談前が10段階で2か3、相談後は8か9まで上がったとのこと（スケールはブリーフカウンセリングで良いところ・成功体験・できること・あるものを探す際に例外探しと並んで良く用いられる技法であるが、ここでは相談の評価に用いている）。

今後自分だけでも今やるべきことを進められるかどうか確認したところ、「尊敬できる人が見つければ」進められるとのことだった。尊敬できる人が見つからなかったらまた相談に来ることを約束して、相談を終了した。

全体で15分程度の相談であった。

## 考察

相談が早く終われば成功というものではなく、クライアントの洞察や行動が変容しなければ意味がない。渡部（2015）は相談の効率を求め過ぎてクライアントの不安や悩みに気付かず、結果として相談が長期化した事例を報告している。

本研究で紹介した事例では、相談終了後にスケールを用いてクライアントに相談結果の評価をしてもらい、そうした急ぎすぎのリスクを回避している。また大学での成長の実感が分からないという「問題」に焦点を当てるのではなく、高校時代の成長実感という「成功体験」を振り返ってもらうことで、大学での成長に向けた洞察と行動の促進を支援した。ただし相談後に実際に行動したか否かまでは把握できていない。

特に若者など知識や経験の少ないクライアントの場合、目標が明確でない場合も多いし、仮に将来の目標がある程度定まったとしても「（目標達成のために）何をしたいか分からない」と行動できずに立ち止まる場合も少なくない。「何をしたいか分からない」という悩みそのものやその原因に焦点を当てると「自分のパーソナリティが問題だ」というネガティブな思考に至りやすいため、そこには焦点を当てずむしろ未来に向けて「何をすればいいか」「何ができるか」という洞察や行動に焦点を当てる相談が重要となる。

ただし「何をすればいいか」「何ができるか」がクライアントの中には少ない、あるいはほとんどないこともある。また将来の「何をすればいいか」「何ができるか」が分かっても、目標到達まで先が長い場合には、直ちには行動につながりにくい場合も少なくない。そうした点は、支援者側からのコメントやアドバイスで埋めていく必要があるだろう。

本事例はブリーフカウンセリングの視点から「クライアントのどこに焦点を当てるか」を定め、悩みそのものや悩みの原因には焦点を当てず（すなわち学生のパーソナリティを変容すべきとは捉えず）、学生の「洞察と行動の促進」に焦点を当て、「何をすればいいか」「何ができるか」を支援者が問う（あるいはコメント・アドバイスをする）ことで短期に終結した事例であると考えている。

## まとめと今後の課題

クライアントの成長や「洞察と行動を促進する」（國分, 2019）観点からは「クライアントがやるべきこと（あるいはやりたいこと）に焦点を当て、未来に向けて何をすべきか、何ができるかを一緒に考える（あるいは行動を支援する）」ほうが効果的・効率的に解決することもある。当然、進路決定・キャリア形成支援においても、クライアントの「洞察と行動を促進する」ことが重要となる。

本研究の事例もクライアントの未来に向けて何をすべきか、何ができるかを一緒に考え、洞察と行動を促進することを目指したものである。

これまでの先行研究でも、小西（2016）は小学生に「あたたかい言葉かけ」の SST を行うことで児童の洞察と行動を促進したことを報告しているし、小西（2017）はマラソン練習を忌避していた児童にメンタルフレンド的に関わることでマラソン練習に意欲的に取り組むようになったことを報告する。しかし、特にクラス担任のような制度を持たない大学においては、恒常的に学生と「関係を持つ」「関わる」ことが困難な場合も少なくない。時間をかけて信頼関係を築き、少しずつパーソナリティの変容や洞察・行動の変容を目指すことは困難なことも少なくない。できるだけ短期で効率の良いキャリア支援が求められる。田澤（2018）は大学 1 年生を対象にした目標設定ワークショップを紹介しているが、こうした実践も参考になるだろう。

井上・榊原（2005）は伝統的心理療法が「人の不健康な面を主に見る」「その人の精神内界に主に注目する」とし、伝統的心理療法のパラダイムには「エンパワー」という言葉が馴染みにくかったと指摘する。もちろん「パーソナリティの変容」や心の問題に焦点を当てるべき時もあるが、「洞察や行動」に焦点を当てて短期的な解決が望めるのであれば、それに越したことはない。

一方、本事例はあくまで悩みの軽い（パーソナリティの変容までは必要のない）大学生に対する 1 回短時間のキャリア支援事例であり、その後この学生がしっかり洞察や行動を進めることができているのか、学業・社会性・人間関係・性格・健康など他の問題を持つ学生等でもブリーフカウンセリングで対応可能なのかなど、多面的に検討していく必要がある。

## 引用文献

- 井上孝代・榊原佐和子（2005）「臨床心理学における「エンパワーメント」の概念とマクロ・カウンセリングでの位置づけ」『心理学紀要（明治学院大学）』15号, pp.35-48.
- 金山元春・中川真身（2016）「教育のリソースを喚起する教育相談研修の試み」『教育カウンセリング研究』7巻1号, pp.59-68.
- 金山元春（2018）「教職課程で学ぶ進路指導、キャリア教育とガイダンス、カウンセリング」『高知大学研究論集』23号, pp.1-9.
- 國分康孝（2019）『講座カウンセリング心理学』図書文化社
- 小西一博（2016）「あたたかい言葉かけの促進に向けた小学校での学級全体への SST の取

- り組み』『教育カウンセリング研究』7巻1号, pp.69-76
- 小西一博 (2017)「苦手な授業への参加を拒む子どもへの教師によるメンタルフレンド的な  
かかわりーマラソン大会へ向けての練習に焦点を当ててー」『教育カウンセリング研究』  
8巻1号, pp.43-52
- 栗原慎二 (2004)「ブリーフカウンセリング」 日本教育カウンセラー協会 (編)『教育カウ  
ンセラー標準テキスト上級編』 pp.70-79 図書文化社
- 松田侑子 (2016a)「19 ブリーフセラピー」労働政策研究・研修機構編『職業相談場面に  
おけるキャリア理論及びカウンセリング理論の活用・普及に関する文献調査』JILPT 資  
料シリーズ pp.141-143
- 松田侑子 (2016b)「20 解決志向カウンセリング」労働政策研究・研修機構編『職業相談  
場面におけるキャリア理論及びカウンセリング理論の活用・普及に関する文献調査』  
JILPT 資料シリーズ pp.144-146
- 定金浩一 (1996)「進路カウンセリングとしてのブリーフ・カウンセリング：学習習慣が身  
に付いた事例」『進路指導研究』17巻1号, pp.1-8.
- 田澤実 (2018)「大学1年生を対象にした目標設定ワークショップ」『キャリアデザイン研  
究』Vol.14, pp.133-138.
- 渡辺三枝子 (2011)「カウンセリングの定義とプロセス」楡木満生・田上不二夫編『カウ  
ンセリング心理学ハンドブック上巻』 pp.3-23 金子書房
- 渡部昌平 (2015)「社会構成主義キャリア・カウンセリングの効果と課題——時間展望の変  
化にみる事例検討——」東北心理学会第69回大会ポスター発表
- 渡部昌平 (2016)「社会構成主義からライフ・キャリア適応を考える——社会構成主義キャ  
リア・カウンセリング各派からの示唆——」『秋田県立大学総合科学研究彙報』17号,  
pp.19-24
- 渡部昌平 (2018a)「教育相談にブリーフカウンセリングとリフレクティングチームを導入  
する効果」『教育カウンセリング研究』9巻1号, pp.53-57.
- 渡部昌平 (2018b)「質的キャリア・アセスメントの活用によるライフキャリア発掘の有用  
性」『ブリーフサイコセラピー研究』27巻1号, pp.13-21.

---

オンライン論集「日本産業カウンセリング学会 TODAY」編集委員会委員

---

編集委員長 小玉一樹

編集委員 小野伸幸，加賀谷晴美，小林暖，関和晋，中藤美智子，  
野々垣みどり（五十音順）

オンライン論集 日本産業カウンセリング学会 TODAY 第3巻 第1号  
ISSN 2433-9369  
2020年6月29日発行

編集 「日本産業カウンセリング学会 TODAY」編集委員会  
委員長 小玉一樹  
発行 一般社団法人 日本産業カウンセリング学会  
会長 廣川 進

