

# カウンセリングのロールプレイングにおける 沈黙体験の一考察〔1〕

高 柳 信 子

## Some Aspects of Silence in the Counseling Role Playing ——A Pilot Study

Nobuko Takayanagi

The purpose of this paper is to investigate the phenomena of silence in counseling role playing by trainees who are school teachers, college students and nurseryschool teachers. They took the role of clients in role playing sessions.

These results lead to the conclusion that silence is nonverbalization, but it does not mean noncommunication. We should be especially careful not to overlook the expression of emotions which may occur during the clients' silence.

### 目的と問題提起：

カウンセリングにおいて沈黙の問題は、古くて実は常に新しい課題であ

る。カウンセリングは主に言葉即ち対話をもって直接的手段とされる。そのため、例えばカウンセリングの効果を測定する手がかりとしてはクライアントの陳述内容そのものに関心が向けられ易い。従ってカウンセラーとクライアントとの間の沈黙は、言語表現はもちろん意思表示も無い、意味の無い時空間として軽視され看過され易いことになる。沈黙に対するカウンセラーまたはクライアントのこのような価値付けは、時に意識的に、また半ば無意識的になされていることが多い。カウンセラーが沈黙に耐えられなくなって、一方的に沈黙を破るためだけの発言をして、クライアントの気持ちの流れを止めてしまうことがあるのは、沈黙の価値を否定していることの一つの表れではないかと思われる。また、クライアント側も、沈黙は望ましい事ではないと感じて無理に発言したり、沈黙を自己の防衛のための一種の黙秘権として活用したりすることがある。カウンセリングには非言語的コミュニケーションが関与する事は自明の理とされているにも拘らず、実際に沈黙場面に直面すると、初心者ほどカウンセラーは沈黙のその時のクライアントにとっての意味や価値を見いだす努力よりも、沈黙を打ち消す努力に走り易いのではないかと思われる。そこでカウンセリング場面における沈黙の意味を明らかにし、これを理解しておく必要があるが、その前に先ずパイロットスタディとしてカウンセリングのロールプレイ体験の中からクライアントの沈黙体験が何を表すかを捉えることを試みる。最終的には、カウンセラーがカウンセリング場面での沈黙の意味を理解し、その時になし得る応答は何かの明確化に役立つことを望みたい。

## 方法：

### 1. 手続き

客観的研究法には予め測度や尺度を設定し、構造化しておいてから数値を捉える方法などが一般的に考えられるが、今回の場合それは対象者が自

分の内的体験を自分で一旦整理したあと、共通のいわば引き出しに再整理することになるので、個性的に思われるものまで無理に一般化する恐れを含むことになる。その点を最小限に抑えるためにも、最初は構造化された尺度などを用いることをあえて避けた。手続としてはカウンセリングに関する研修や授業の中で、カウンセラーとクライアントのロールプレイングを10-15分間体験し、次に役割を交換した。参加者が奇数のため3人組ができた時は一人をオブザーヴァーとして参加させた。ロールプレイングにはいろいろな目的や方法があって、例えば登校拒否の子をもつ母親役とカウンセラー役とか、医師の教育の一試みとして、医学生による医師役と、看護婦や学生以外の医師による患者役とによって行うロールプレイングなど、文字どおり仮の役を演じる体験学習が多く見られるが、ここでいうロールプレイングとは、ただカウンセラーとクライアントというお互いの役割と面接時間の取り決めだけで、クライアントやカウンセラーがどのような人か、クライアントの主訴は何か、どのような状況で始めるか、など一切を予め申し合わせることはむしろ禁止して始めるもので、筆者が「ブラインド方式」と名付けたものである。その理由は、劇化や演技の要素をできるだけ少なくし、絶えず新たに生じつつある現実を、クライアントとともにありのままに感受し、相手との今ここでの出会いを体験する学習をも意図したこと、及び実際のクライアントとのカウンセリングの体験過程は、常に互いに未知の連続だと筆者は考えているからである。従って状況を予め設定しなくてもロールプレイングは始めることができるし、クライアントやカウンセリングについての予備知識は必ずしも必要ではなくなる。体験後、それぞれの役割の中で沈黙したときにはどのようなであったかを内省してもらい、思いつくままに幾つでも箇条書き的に全く自由に記述してもらった。ここでいう沈黙とは、非言語的コミュニケーションはあるとしても、言語的交流が生起していない時で、カウンセラーとクライアントの

2人の間での無声の状態を指す。沈黙時間の長短は問わない。

## 2. 対 象

ロールプレイングの対象者は、カウンセリングについては専門家ではなく初心の学習者で、職業は保育、教員（小・中・高校）のほか大学生を含む。職業別にそれぞれ60名、32名、78名、計170名である。今回分析の直接の対象者となったのは、そのうち、クライアント体験を記述したそれぞれ17名、8名、49名、計74名である。年齢は21歳から65歳迄で、その内女性は49名、男性は9名、不明16名であった。

ロールプレイングの実施地域は九州のS県、関東のK県、S県であるが、対象者はその時の学習グループの構成によって、職業的には等質であっても在住地域としては必ずしも等質集団ではなく、個人的には北は北海道から南は九州にわたっている。初心者を選んだのは、体験を専門用語にすり替えて知性化した論理的解答をできるだけ避けることと、課題にこだわらず新鮮に体験を感じ、素朴に体験を表明してくれるであろうことを期待し意図したからである。

## 3. 資料の整理

今回はカウンセラー・クライアント・オブザーヴァー体験のうち、クライアント体験についてのみ取り上げる。資料の整理に際しては、筆者の他に1名の評定者を用意した。先ず2文章以上または比較的長文の記述は、1文章ずつ区切るか形容詞または副詞などを手がかりに内省記述の一まとまりとして区分した。1文章中に2つ以上の意味を表明している場合も複数扱いとした。抽出された記述文は、共通と思われるものを一群として整理をしてみると、その体験内容の特性から、情緒・感情・感覚（不安だ、など）、論理・思考（自分の考えを整理、など）、行動・態度（自分の手を

見る、など)、期待・希望・要求 (聞かないで欲しい、など)、発見・気づき (苦しくなってくる自分に気付いた、など)、疑問 (沈黙が適切か否か、など)、評価 (沈黙は失礼だ、など)、7つのカテゴリーに一次分類された。今回はその中で特に頻度の高かった情緒・感情・感覚カテゴリーを取り上げ、更に感情などの方向性 (対自己、対カウンセラー、対カウンセリング場面) 及びそれらる方向への評価 (肯定的、否定的、中間的) とについて下位分類し考察した。

#### 4. 結 果

(1) 抽出された内省報告は全部で233項目が捉えられ、クライアント役一人当たりの平均は3.59項目であった。

(2) 記述文の一次分類の結果は第1表の如くであった。

第1表：クライアント役の内省による各カテゴリーの比率

情緒・感情・感覚	論理・思考	行動・態度	そ の 他
46.3% (108項)	28.3% (66項)	13.7% (32項)	11.6% (27項)

(註)「その他」の内訳：期待・希望・要求 4.3% (10項)  
 疑問 3.4% (8項)  
 評価 3.0% (7項)  
 発見・気づき 0.9% (2項)

この結果からは、情緒・感情・感覚など感性に関する内省報告が最も頻度多く表明されている。

(3) そこで次にこの情緒・感情・感覚カテゴリーに属する記述を、更に方向性 (対自己、対カウンセラー、対カウンセリング場面) と、評価 (肯定的、否定的、中間的) の視点から下位分類を行ったところ、第2表のごとき結果を得た。評価は、カウンセリング過程や関係の促進、積極性、肯定的感情、自立などを表明する建設的記述を肯定的 (+) とし、カウンセ

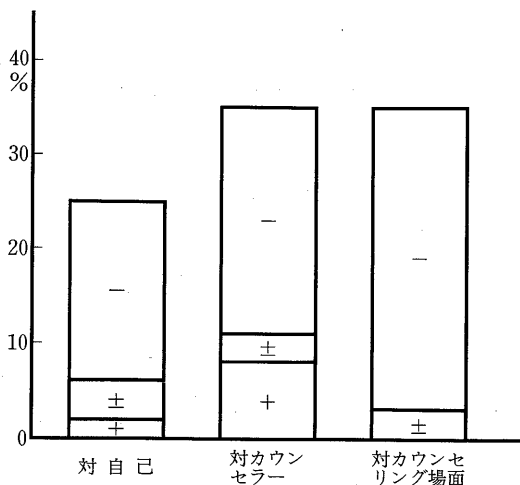
リング過程や関係の停滞、消極性、否定的感情を表す非建設的記述の場合は否定的（-）として、その中間的、中性的、または分類不明の場合を中間的（±）とした。これらの結果を表にまとめたものが第2表である。

第2表：情緒・感情・感覚の方向性と評価

		感情の方向							
		対自己		対カウンセラー		対場面		計	
		頻数	%	頻数	%	頻数	%	頻数	%
感情の評価	+	2	2	10	9	0	0	12	11
	±	4	4	3	3	3	3	10	9
	-	22	20	27	25	37	34	86	80
計		28	26	40	37	40	37	108	100

(4) 情緒・感情・感覚の向かう方向とその評価との関係を図に表したものが次の第1図である。

第1図：情緒・感情・感覚の方向とその評価との関係



感情の方向性は、カウンセラーとカウンセリング場面に対するものが自分に対するよりも多く、それは良かれ悪しかれ内向性よりも外向性の傾向を示した。評価的には、カウンセラーに対しては相対的に言えば自己やカウンセリング場面に対するよりも肯定度は高い。全体の傾向は、自己、カウンセラー、カウンセリング場面のいずれに対しても強い否定感情が示されているが、なかでもカウンセリング場面に対して最も著しく、また全く肯定的感情が示されていないのが特徴的である。

## 5. 考察と討議

以上の結果から次の様なことが考察された。

(1) 情緒・感情・感覚といった感性に関する表明が最も多く、しかも否定的傾向が示されたことは、沈黙中のnon-verbal communicationが建設的な展開をもたらしにくい関係を示唆する。その否定的な感情は、必ずしもカウンセラーにのみ向けられず、むしろカウンセリング場面により多く強く向けられている。3方向の中では、カウンセラーに対して相対的に好意的なのは、役割交換を意識したからかもしれないし、同じ学習者としての仲間意識が相手に対する配慮として関与したのではないかと思われる。

(2) ロールプレイングにおける沈黙時のクライアントの非言語的コミュニケーションの体験内容は、否定的な傾向が極めて強かったとはいえ、反面、少数とはいえ肯定的な体験を得た例も見られている。否定的な体験の中には、その深さにおいて心理的次元から生理的次元までさまざまな様相が見られた。否定的体験結果が認められたこと自体は、直ちに沈黙が無意

味と結論づけるよりも前に、このようなクライアント体験をそのままにカウンセラーが共有しようとするか、しているかが問われるべきである。沈黙はただ破ればよいというものではなく、カウンセラーが沈黙中の内的体験の内容、深さに応じて、即時的に受容し反射し明確化するべき時空間と考える。

(3) カウンセラー役が初心者であったが、もし経験豊かなクライアント中心療法の立場のカウンセラーであり、基本的に沈黙を肯定的に受容し、クライアントにとっての意味と価値を感受しようと努力し、また可能な人であれば、カウンセラー自身の内的感受性ももっと温かく豊かなものとなるであろうと予想される。今回の結果がいわば初心のカウンセラーの態度の反映と考えれば、カウンセリングの学習や指導に示唆を与えるものである。

(4) クライアントは、自分が話した内容やそれにともなう感情を、いったいカウンセラーはどのようにどれだけ正確に受けとめてくれたのかを知りたがっており、また待っている。と同時にクライアントは、そのために自分から沈黙を破ることがあるが、積極的具体的な意思表示はなく、カウンセラーに依存したまま終わっている。そこで、カウンセラーの理解や共感に疑いや不信を感じると、その責任を自分で背負ってしまう記述も認められる。これはカウンセリング学習者のロールプレイング体験であって、臨床的なカウンセラー・クライアント体験ではなかったという被検者の特性と、カウンセラー役とクライアント役の両者の学習の場が共通して互換性があるというロールプレイングの方法がもたらした結果に関係があると思われる。

(5) Porter, E. H. Jr. は、面接者の5つの態度カテゴリー（評価的・調査的・支持的・分析的・共感的理解）を発表したが、これらのカテゴリーは沈黙状況に臨む態度に限定してもそのままあてはめることができると考



えられた。

## 6. 今後の課題

(1) 今回はロールプレイングにおけるクライアント体験の中の感情的側面のみ取り上げたが、そのほかにはどのような側面が見られるか、カウンセラー及びオブザーヴァーとしての内的体験はどのようなものか、については被検者数の問題と共に今後に残された。

(2) 実際の臨床カウンセリング場面の沈黙では、カウンセラーやクライアントはどのような内的体験と意味をもつのかの問題も見逃すことは出来ない。臨床カウンセリングの場合は、沈黙が特に深い意味をもつ。指導や教育カウンセリングにおいては、目的や方法が多少異なる部分があるので、カウンセラーにとっての沈黙の意味も異なってくるかも知れない。

(3) 「沈黙」と「間」とを分けて考えることもできるが、今回は沈黙の長さを問題にせず、沈黙の定義はクライアントの主観的判断と選択に委ねた。沈黙時間の長短によっても体験の内容や意味は異なるであろう。

(4) 今回はロールプレイング体験についての総括であったが、継続的なカウンセリングでは沈黙にも過程による意味の変容が起こるであろう。以上、これらについては今後にゆずる。

## 参考文献

1. 飯塚銀次, 岸田 博, 清水幹夫, 増田 実: 体験的応答と沈黙(3), 1976, 日本応用心理学会第43回大会論文集, 慶応義塾大学
2. 飯塚銀次, 岸田 博, 清水幹夫: カウンセリングにおける沈黙, 1977, 日本相談学会第10回大会論文集, p.41-42, 日本女子大学
3. 飯塚銀次, 岸田 博, 清水幹夫, 常間地ひとみ: カウンセリングにおける沈黙, 1977, 日本応用心理学会第44回大会論文集, p.63, 東北大学

4. 飯塚銀次, 岸田 博, 清水幹夫, 佐藤淑子, 広井法子, 常間地ひとみ  
カウンセリングにおける沈黙の研究, 1978  
日本応用心理学会第45回大会論文集, p.135-136, 東京都立大学
5. 飯塚銀次, 岸田 博, 清水幹夫, 佐藤淑子, 広井法子, 常間地ひとみ  
カウンセリングにおける沈黙の研究, 1978  
日本相談学会第11回大会論文集, p.83-84
6. 伊東 博: 新訂・カウンセリング, 誠信書房, 1966
7. 木戸幸聖: 面接入門—コミュニケーションの精神医学, 創元社, 1985,  
4. 沈黙と間, p.90-96
8. 岸田 博, 清水幹夫: 体験的応答と沈黙, 1975  
日本応用心理学会第42回大会論文集, 広島工業大学
9. 岸田 博: 体験的応答の効果に関する基本的一考察, 1976  
相談学研究, Vol. 9, No. 2, p.19-29
10. 岸田 博, 清水幹夫: 体験的応答と沈黙(2), 1976  
日本相談学会第9回大会論文集, p.4-5, 愛知教育大学
11. 岸田 博: 来談者中心カウンセリングにおける沈黙の基礎的一考察  
—沈黙の効果について—, 1979  
相談学研究, Vol. 12, No. 2, p.62-73
12. 国分康孝: カウンセリングの技法, 誠信書房, 1979
13. Marjorie, F. Vargas: *Louder Than Words — An Introduction to  
Nonverbal Communication*, (石丸 正訳: 非言語コミュニケーション,  
新潮社, 新潮選書, 1987)
14. 村山正治, 田畑 治: 来談者中心療法, 福村出版, 1977  
講座心理療法1, 1. 精神分裂病—心理療法の問題と方法, p.161—
15. Porter, E. H. Jr.: *Introduction to Therapeutic Counseling*.  
Houghton-Mifflin, 1950

16. Robinson, F. P. : Principles and procedures in student counseling ;  
1950, Harper & Brother (伊東 博訳：カウンセリングの原理と方法, 誠信書房, 1957, p.124-126)
17. 霜山徳爾：心理療法における間(Pause)の問題, 誠信書房, 臨床心理学の進歩, 1967年版, 日本臨床心理学会編, p.204-209
18. 田畑 治：カウンセリング実習入門, 新曜社, 1982
19. 田畑 治：心理治療関係による人格適応過程の研究, 風間書房, 1978
20. Tindall, K. M. & Robinson, F. P. : The use of silence as a technique in counseling ; J. clin. psychol. 1947, 3, p.136-141  
(沢田慶輔編：相談心理学, 朝倉書店, 1962  
4. その他の一般的技術 「沈黙の扱い方」 p.233-234)
21. Weiner, I. B. : Principles of Psychotherapy. John Wiley & Sons, Inc. 1975 (秋谷たつ子・小川俊樹・中村伸一訳：心理療法の諸原則上, 星和書店, 1984, p.173-178)