

LAC 法に抵抗感をもつ学生の要因に関する一考察

鈴木 亜矢

1 Consideration about the Factor of the Student Who Has Resistance in the LAC Method

Aya Suzuki

Abstract

The LAC method is effective for the medical treatment of the student of a student apathy state. Namely, it is targeted at the enervation student. Experience of the LAC method will clarify a sense of purpose. And it has volition. And it can act. However, in inside, when the LAC method is enforced, students who are not effective, such as uneasiness and non-volition, are also.

So, it decided to explore the factor for those who do not bring an effective result for the purpose of future development of the LAC method here.

According to the result of the empirical research, it was mentioned to the factor that the LAC method is not effective, by enforcing the LAC method that facing oneself evokes strong uneasiness. It is not just effective.

Therefore, the following things can be considered as an important matter when performing the LAC method. 1. making safe human relations first, 2. Explaining the meaning which performs the LAC method on it, and carrying out motivation, 3. There are those for whom not a group but individual guidance is suitable again.

Keywords: The LAC method, student apathy, Volition

キーワード: LAC 法, student apathy, 意欲

1. 問題と目的

LAC 法(松原, 1985)は、Therapy の一種であり、無気力な学生を意欲的にする効果があることで知られている。全ての療法は、万人に効果があるとはいえないが、方法を工夫することで効果的になることもある。そこで、ここでは、LAC 法に抵抗感を示した学生を対象として、なぜ抵抗があったのかを探り、今後の LAC 法の開発に役立つ

てることを目的とする。実習前後に LAC 法を施行してみて、その方法に抵抗感をもった学生を調査対象とした。

2. 方法と手続き

LAC 法の実施は以下の通りである。

(1) LAC 法対象者

群馬県内短期大学保育学科 2 年生 145名 有効回答数129名 (89%)

(2) 実施時期

2007年7月

(3) 実施方法

LAC法は、定型通りに行い、また同時に、LAC法に対する自由記述の感想を求めた。

その中から、LAC法実施に抵抗感を感じた学生を抽出して研究対象とした。

(4) (3)により抽出した学生に、個人面接を実施

本人に本研究の説明を行い、了承を得た上で、LAC法に対する感想並びに現在の様子を中心に自由に話してもらった。

3. 結果と考察

事例1 Aさんの場合

LAC法の感想である「夏休みにやることが多いと感じ、作っている時に気分が落ちた。」というこの記述に対して、「LAC法を試みた時期である夏期休業前は、就職に対するプレッシャーと施設実習前で不安定になっていたと思う。」と話している。

面談の要約

就職のことで頭がいっぱい(50%以上)である。友達が苦労なく就職が決まっていて、焦っている。悲観的になり、友達に置いていかれる気がする。しかし、焦っているものの、具体的な行動に踏み出せない。なぜなら、自信が無いからである。自信が無いから行動出来ないのである。

その自信が無い理由は、失敗を恐れている。傷付いたり、落ち込んだりしたくない。今まで経験した失敗の理由は、全て自分が悪かったと考えている。

また、これまで自分と向き合わないようになってきた。なぜなら、考えた通りには、物事が進まないと思っているからである。自分のこれまでの経験から、全て上手くいなくなる傾向があり、考えた通りにいかないと思っている。物事を重く考えた方が、良い方向にいき、軽く考えると、悪い方向に行くと思っている。

考察

本人の話やFDTの結果から、母親の存在を過干渉と感じているものの、母親との関係は良好と思われる。また、両親共が、自分に対して気を掛けてくれていることを、本人自身が感じられているように思われる。

本人の話にもあるように、これまでの経験から、全て上手くいなくなる傾向があり、考えた通りにいかないと思っている。また、物事を重く考えた方が、良い方向にいき、軽く考えると、悪い方向に行くと思っているという思い込みが、LAC法施行によって、不安を生じさせたのではないかと考えられる。

その後、本人の希望で面談を重ねた結果、「考えた通りには、物事が進まない」と思っている思い込みに、本人自身が気づき、目的意識を明確化していき、意欲を持って、目標に向けて行動を始めた。その結果、本人が行動する前から、駄目だと思い込んでいた就職が、希望通り決まった。思い込みに気づき行動出来たことで自信につながったように感じられる。

事例2 Bさんの場合

LAC法の感想である「何かに追われる気がして、嫌な気持ちになる。現実を見なければいけないと思うと辛い。」というこの記述に対して、「LAC法を試みて、自分を知ったことで悲しくなった。自分のやりたいことが見つからなかった。やりたい事とやれる事が、かけ離れていたことに気付いた。」と話している。

面談の要約

現在は、安定しているが、少し前まで気分の差が激しく、日常生活でのたわいのない事で、母親との衝突を繰り返していた。(その時期は)自宅にいたくなかった。母親に対して、自分が悪いと思っても、素直になれなかった。母親には、幼少の頃から、一切相談しない。何故なら、悲しませたくないからである。友人関係では、喧嘩をした

事が無く、常に相手の話を聞く側で、広く浅く、深入りはしないようにしている。

両親は、自分に対して期待が大きい。また、自分は習い事も全て、無理やりやらされてきたと思っている。本当は、やりたくなかった。しかし、自発的ではないけれど、一生懸命取り組むと、両親は喜ぶ。つまり、期待に応える事で、両親が喜ぶと感じている。

実は、過呼吸になることがある。母親の前でも、パニックになった事があり、母親に謝られた。自分の為にやってくれたことなのに、パニックになってしまった。その時に、母親に対して罪の意識を感じた。そういった経緯から、母親には、心配をかけたくないので、相談事はせず、楽しい話しかしなくなった。

考察

本人の話と FDT の結果からも、両親からの期待を一身に背負って生きてきた経緯があるため、今回の就職問題もこれまで同様、その期待に応えようと、懸命であるように感じられる。また、自己決定する機会が少なく、戸惑ってしまったとも、考えられる。本人の話にもあるように、LAC 法を試みて、自分を知ったことと、失敗を恐れるあまり、不安を強めたと考えられる。

事例3 Cさんの場合

LAC 法の感想である「他にもやるべきこと、やらなければいけないと思うことがたくさんあった。けれど、やることなど、予定や順序が少し整理されたので良かった。でも、やらなくてはいけない事がはっきりしてくると、不安になった。」という記述に対して、「やろうと思っても、行動に移せない。夏期休業中、就職活動はしなかった。やりたくても、やれない葛藤があった。現在は、就職活動をしており、周囲の言葉掛けでやらなければと思った。」と話している。

面談の要約

いつも、どうしようと思うだけで行動出来ない。

何故なら、自信がない。最初からどうせ駄目だろうと、思ってしまう。上手く言葉に出来ない。自分自身は、考えがまとまらないから言葉にならないということ、友達に指摘されることがある。友達関係において、自分が必要ないのではないかと悩んだことがある。

考察

面接時に、表情が固く、1回の面接では、ラポールがとりくいように、感じられた。本人の話からも、自信がないという理由で行動出来なかったことと、最初からどうせ駄目だと思ってしまうという観点が、LAC 法施行によって、目的が明確化されたことで、不安を生じさせたのではないかと考えられる。その後、本人の希望で、面接を続けたところ、ラポールが形成されていくことと同時に、序々に自分の想いを話すようになってきた。そして、始めから無理だという思い込みに気づき、前向きに行動するようになった。

事例4 Dさんの場合

LAC 法の感想である「やらなければいけない事、やりたい事を整理出来たので、夏休みの過ごし方が少し考えられた。やりたいことが結構あった。やらなければいけない事を改めて考えたら、不安になった。」というこの記述に対して、「LAC 法を試みて、やりたいこと・やらなければならぬことを整理したら、自分に出来るか心配になり、落ち込んだ。」と話している。

面談の要約

現在は、就職活動について悩んでおり、夏期休業中、サークル等で忙しく、一切活動出来なかった。これまで、楽な方、楽な方にいっていたと思う。また、自分は、行動力がないと思う。焦る気持ちはあるものの、行動出来ない。行動出来ない理由は、怒られることが怖い。何か、言われるのではないかと、責められるのではないかと、周囲の人間の目が気になる。勉強は嫌いではなく、保育者になる為に必要なものと考えて勉強しており、成

績は優秀で、友達にも勉強の面で認められている。しかし、周囲から優秀であることを言われれば言われるほど、プレッシャーに感じている。自分では、他人より、優れているものがないと思っている。こういうものが出来るという大きな自信になるものがこれとってない。つまり、自信が無い。

考察

その後、本人の希望で、面談を続けることが出来た。そこで、何故これほどまでに就職に抵抗を示すのかという疑問点について、本人の希望を見出すことが出来た。本人の目的について、探ったところ、本人曰く、現在の自分の保育知識では、保育現場に出て適用する自信が無い。もっと、知識を深めてから、保育現場に出たいという希望があった。

つまり、LAC法を行った時点では、目的を明確化させたことで、不安を生じさせたと考えられる。しかし、面談の回を重ねるごとに、本人の目的意識を明確化していき、意欲を持ち、それに向けて行動を始められるようになった。

事例5 Eさんの場合

LAC法の感想である「自分がやる事がいっぱいあって嫌になった。夏休みが来ないでほしいと思った。」というこの記述に対して、「LAC法を試みて、やらなければならないことがやりたくない(出来ない)ことだった。知りたくなかったのに、知ってしまった。やりたくないから、考えたくない。だから、嫌だった。普段から嫌だから、行動に移せない。」と話している。

面談の要約

自分は、怒られたくないし、自己開示は苦手である。保育学科専攻に関しては、自分の意志ではなかった。他にやる事がなかった。別に保育でなくても良かった。短大保育学科進学については、本当は嫌だった。ただ、方向転換が出来なかっただけである。また、別に受験するのが、億劫だった。就職に関しては考えたくない。無理かもしれ

ないと思っている。

考察

その後も、本人の希望で面接を重ねた。本人としては、自分の意志が無いので、周囲の人間からの指示に従って生きてきた。就職に関しても、周囲の人間からの強い指示があると言う。本人は、周囲の人間から、言われれば言われるほど、悩み、行動出来なくなり、現在就職活動を行って何度も失敗すれば、自分(の意志)はともかく(駄目だということ)周囲が納得する、現在は、その為に就職活動を行っている話す。このような言動から、LAC法を行い、目的意識を明確化することで、自分と向き合わなければならない状況になり、抵抗感を持ったと考えられる。

統括的考察

LAC法は、student apathy状態の学生の治療に効果的なものとして誕生している。すなわち、無気力的な学生を対象としており、LAC法を経験することで、殆どの学生が、目的意識を明確化し、意欲を持つ。本調査の結果でも、LAC法を行った学生の感想として、何をすべきか、何がしたいかが一目で理解でき、明確化されたとの感想が殆どであった。したがって、明確化したことで、次どのような行動を起こせばよいのか、具体化に向けて考えることが出来、意欲が高まってきたと考えられる。その理由は、周囲の人間関係や状況に流されなくなるからであると考えられる。自分で今やらなければならないこと、やりたいことを記述させることで主体性を、また記述したものを重要なものの順に並び替えさせることにより価値観の確認を、さらには今本当に取り組まなければならないものをどう行動化するかを考え、行動の選択させている、それが意欲へとつながっていると考えられる。

しかし、中には、LAC法を実施することで、反対に不安や無意欲になるなど効果的ではない学生もいるのも事実である。そこで、本研究において

は、LAC法の今後の開発を目的として、効果的な結果とならない者を対象として、その要因を探ってみることとした。

まず、LAC法の感想を自由記述で述べてもらい、その中から、不安や抵抗を示すと思われる言葉を記述した学生を抽出した。そして、その不安や無意欲を訴えるなどその取り組みに抵抗を示す学生5名に面談を行った。その結果、学生5名の傾向として、LAC法を実施することにより、自分と向き合うという、そのことが強い不安を喚起してくることを要因として考えられた。その学生の話によれば、不安や焦り、抵抗が起こった理由としては、自信が無いためであり、自分の想いとはかけ離れている現状と、なかなか考えたことを行動に移せないということで悩んでいることが挙げられる。つまり、これらの学生の資質として、物事に対して過度に慎重という特性があると考えられる。また、目立つ現象として、自分と向き合うことに抵抗を示したことが考えられる。慎重であることで、LAC法を実施し、自らの目的が明確化されたことで、現状と何をすべきか、何がしたいかが、かけ離れていると、焦りを感じ、落ち込み、不安につながるのである。そして、逆に不安や無意欲を訴えるなどその取り組みに抵抗を示すと解することが出来る。つまり、LAC法が効果的でない要因には、LAC法を実施することにより、自分と向き合うという、そのことが強い不安を喚起する。強い不安な状態であるから、行動に移すことが出来ない。まさに、LAC法が、適性として効果的ではないのである。

また、面談では、周囲の人間関係や状況を気にする発言が多かった。つまり、目的意識を明確化し、意欲を持ち、最終的には行動へと連なるというLAC法の手順にあるように、自分自身で物事を考えなければならない状況に直面したことで、不安を喚起させたと考えられる。したがって、LAC法が効果的ではない学生の傾向として、自我の弱さが考えられる。

また、面談時に、不安や無意欲を訴えるなどその取り組みに抵抗を示す背景に、生育歴や親子関係が影響するのではないかという仮説のもと、それについても調査を行った。その結果、面接内容やFDTの結果は様々で、同じような傾向は見られなかった。

学生との面談において、LAC法による取り組みに対しての焦りや不安を探っていくうちに、個別での対応を試みたところ、意識の変革が起こり、目的が明確化したことで、次にどのような行動を起こせばよいのか、具体化に向けて考えることが出来、意欲が高まってくるということが感じられた。つまり、集団ではなく、個別対応が適している学生がいることが、考えられた。

したがって、LAC法を行う上での留意点として、以下のことが考えられる。

まず、第一に、安心出来る人間関係作りをすることが必要である。また、その上でLAC法を行う意味を説明し、動機付けをしていくことが、必要である。また、抽出した学生5名のように、個別面談を行うことで、意欲を増すこともあることから、集団ではなく個別指導が適している者がいることが挙げられる。

LAC法は、主体性・価値感の確認の段階を経て、新たな行動を選択させている。つまり、LAC法は、セルフカウンセリングの一種であり、自分自身で、気付きや行動の変容を生まなければならない作業をすることになるといえる。したがって、LAC法は、焦りや落ち込みなど、自分自身や現実と向き合うことが苦手な学生には、不向きなのではないかということが考えられる。今後、更なる検討を行っていきたい。

参考文献

- 松原達哉 1985 行動分析的カウンセリングの研究 (I)
—Student apathy— 筑波大学心理学研究 7 pp.87
- 94
松原達哉 1985 生活分析的カウンセリング 学校教育相

談カウンセリング辞典（高野清純・國分康隆・西 君子
編） 教育出版 p.214
松原達哉 1995 生活分析的カウンセリング 学校カウ
ンセリング講座① カウンセリング入門（松原達哉編）
ぎょうせい pp.167-182
松原達哉 1997 生活分析的カウンセリングの理論と技法
立正大学大学院紀要 13 pp.47-69
土谷由美子 2004 施設実習に関する意欲と現状について
—学生のアンケートを中心に— 中国学園紀要 pp.77

- 82

土谷由美子 2005 施設実習に関する意欲と現状について
II—学生のアンケートを中心に— 中国学園紀要 pp.
85-90
佐藤達全 2005 生命を大切にするための教育について
—施設実習の持つ意味を中心に— 育英短期大学研究紀
要 第22号 pp.15-28
東 洋他 2002 Family Diagnostic Test —親子関係診
断検査— 日本文化科学社

〔 2007年10月25日 受理 〕
〔 2007年11月29日 受理 〕