学生相談における自律性と関係性支援について

—自己決定理論の下位理論である**基本的心理欲求理論**に基づいて—

藤原善美

(東京女学館大学)

キーワード：関係性 自律性 学生相談

Autonomy and relatedness support in student counseling

: Based on Basic Psychological needs theory which is sub theory of Self-determination theory

Yoshimi Fujiwara

(Tokyo jyogakkan university)

Key Words: relatedness, autonomy, student counseling

問題・目的

学生相談が主に対象とする青年期後期にある学生は、就職や学業、人間関係などの社会生活のみならず、生きがいなどの精神生活においてもライフコースの転機を余儀なくされ、様々な課題を抱えている。そのような中で学生相談においては学生の自律性を支援しながらも、心に寄り添って関与していくことが求められている。

自己決定理論 (Self-determination theory, Deci & Ryan, 1985) の下位理論のひとつで、**基本的心理欲求理論** (Basic Psychological needs theory; BPNT) では、自律性 (autonomy) の欲求、有能さ (competence) の欲求、関係性 (relatedness) の欲求という 3 つの生得的な基本的心理欲求 (basic psychological needs) を仮定し、これらの欲求の充足がウェルビーイング (well-being) やパーソナリティの統合的な発達につながるとした。

有能さという概念は自己効力感 (self-efficacy) に基づいた概念であり、社会的文脈のなかで、認識した自らの能力の程度である。自律性という概念は、deCharms(1968)の自己原因性 (personal causation) という概念に基づいている。自分自身が自らの行動の原因 (origin) であると認知した場合をさす。関係性という概念は愛着 (attachment) に基づいた概念であり、親や教師との対人的関与を意味する。関係性は人とのつながりやコミュニケーションについての、肯定的で、安定した感覚である。

BPNT に基づいた動機づけモデル (Motivational Model, Connell & Wellborn, 1991) が提唱されており、社会的文脈によって基本的心理欲求が満たされることが実際の従事 (engagement) や対処 (coping) につながり、最終的には社会的・認知的・人格的発達が促進される (Skinner & Edge, 2002)。

3 つの基本的心理欲求の中でも関係性の概念は、他者への心理的支援が大きな意味をもつことを示唆している。

Ryan(1993)は真正の関係性 (authentic relatedness) という概念を提案した。関係性が真正かどうかについては、他者と関係性をもつ理由によって判定される。そして、他者と関係性をもつ理由は、認知された因果律によって説明される。

真正ではない関係性とは、弱点、拒絶、欲求不満から中核自己 (core self) を守るために偽の自己 (false self, Winnicott, 1965) を通して関係しようとするものである。一方で、真正な関係性とは、他者とのつながりによる内発的満足のような真正の目的のための関係であり、内的に認知された因果律をもつ状態のことである。

このように、自律性を伴った関係性は依存関係とは区別される。したがって、学生相談において時間をかけて学生を理解することは重要だが、自分の期待通りに相手を行動させようとして相手の自律性を奪うことは避ける必要がある。また、

学生の単なる承認欲求の充足だけにとどまると、真性の関係性とはいえなくなる。

それでは、社会的文脈における自律性支援と関与 (関係性支援) はどのような関係にあるのだろうか。これらの支援は一見両立が困難に見えるが、価値の内在化においては双方の両立が重要である。

本研究では、学生相談において、学生の自律性の感覚や有能性の感覚を充足し、実際の適応を導く自律性と関係性支援の具体的支援策について検討する。

方法

【調査対象者】4 年生大学の大学生【手続き】これまでの量的調査に基づいて、学生相談における実践の経過を検討する。

結果・考察

自律性支援と関係性支援 (関与) がこれらの欲求の充足を深め、それがさらに実際の適応につながるというプロセスの具体的支援策を検討した。これまでの量的調査に基づく、自律性支援として、特に低い自律性をもつ者に対しては危機感や葛藤などのネガティブな感情に対処することが介入として求められており、高い次元の自律性の段階に移行している者に対しては情報の提供や有能感のサポートが必要となっている。好意的な態度で感情などの理解と共感をする中で、もうすでにこのようなことができていると小さなことでさえも伝え、自分のできることを少しずつ試してみるという働きかけが必要である。

学生相談において自律性と関係性が尊重されているような文脈にいる学生は、これらの欲求が充足され、それが現実の適応を促進するだろう。その際に支援者は承認等の報酬によって相手を依存させることなく、自律性を伴った関係性を保つことに留意することが重要だろう。

引用文献

- Connell, J. P. & Wellborn, J. G. 1991 competence, autonomy, and relatedness: A motivational analysis of self-system processes. *The Minnesota Symposia on Child Development*, 23, 43-77.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. 1985a *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Grolnick, W. S., Ryan, R. M., Deci, E. L. 1991 The inner resources for school achievement: Motivational mediators of children's perceptions of their parents. *Journal of Educational Psychology*, 43, 493-508.