

平成27年度 地域志向教育研究プロジェクト推進事業 事業報告書 (全8ページ以内)

※番号 (記入不要)	15		
① プロジェクト名称:	ポジティブ心理学を活用した地域におけるメンタルヘルスのボランティアの育成		
②プロジェクトメンバー:			
学部学科・所属部署	氏名	役割	
心理科学研究所・基礎教育部	塩谷 亨	代表	
心理科学研究所・基礎教育部	大矢寿美子	分担	
心理科学研究所・基礎教育部	松本 圭	分担	
心理科学研究所・基礎教育部	山上史野	分担	
心理科学研究所・基礎教育部	松本かおり	分担	
心理科学研究所・基礎教育部	石丸雅貴	分担	
産学連携推進課	川本 拓見・中山 尚武	事務	
③プロジェクトへの参加者数 (補助期間終了時)			
学部1～3年次生	研究室所属学生 (大学院生含む)	外部参加者数	
0名	6名	82名 (延べ400名)	
④関連した主要授業科目名			
授業科目名	対象学年	必修・選択	対象学科
臨床心理実習	2	必修	2P1
	主な特徴： 学外実習先と学内実習施設で実習を行う。学外実習では医療・教育・福祉のそれぞれの実習先について理解し、クライアントの抱える問題や治療・援助方法について学ぶ。またそれぞれの場での臨床心理士の専門業務について他職種の専門性とも比較しながら理解を深める。学内の臨床心理センターでは陪席や担当、心理検査の施行等を通して実習を行い、実際のクライアントとの関わりや心理療法の進め方について学ぶ。		
授業科目名	対象学年	必修・選択	対象学科
臨床心理基礎実習	1	必修	1P1
	主な特徴： 臨床心理士として実践を行うためには、まず、クライアントから安心され、信頼される関係を構築する必要がある。この関係はどのような職域であっても、専門的な知識や技能を十分に発揮するための前提条件である。この実習では、心理カウンセリングの基本的態度および傾聴スキルをロールプレイ実習、陪席実習、模擬カウンセリング実習など複数の訓練を通して習得する。		
授業科目名	対象学年	必修・選択	対象学科
臨床心理地域援助特論	2	必修	2P1

	<p>主な特徴：個人だけでなく、地域、組織等さまざまな「コミュニティ」を対象とした、臨床心理学的な査定および介入に関する理論・技法を理解する。また、様々な地域コミュニティが抱える精神健康面での問題や、各コミュニティにおける心理専門家の役割および職業倫理等を考究するための基礎能力を習得する。</p>
--	---

#### ⑤事業概要（800字以上1000字以内）

平成26年度に同名のプロジェクトを実施したところ、大きな成果が得られた。26年度のプロジェクトはパイロットスタディ的な位置づけであったので、27年度の本プロジェクトは、それを継承し、さらに発展させるものである。以下、26年度の概要を紹介し、27年度にこのプロジェクトをどのように継承し、発展させていくかという観点から本プロジェクトの概要を述べる。

26年度のプロジェクトでは、大学院臨床心理学専攻の教員と院生が、野々市市民を対象に「野々市市民カウンセラー講座」と称し、カウンセリングの基礎技能と社会資源の知識を修得できるように、役割演技を主とした訓練を2時間×5回行い、受講者には修了証を授与し、市民カウンセラー（受講修了者に対する名称）としての自覚をさらに高めるため、2時間のフォローアップ研修を実施した。30名の定員に対し定員を上回る申し込みがあった。また、受講者からは非常に良い評価を得、多くの受講者は自発的に市民カウンセラーの継続的な集まりを持ちたいと考えている。

そこで、27年度は、2時間×5回の「市民カウンセラー講座」を前学期と後学期の2度行い、市民が参加できる機会を増やす。このことは野々市市民のニーズに大きく応えることになると考えている。また、院生に対しても、26年度で既に示されている「教える立場に立つことによってカウンセリングに含まれる重要事項を再認識する」といった教育効果を高める機会を増加させることになる。

さらに、27年度では、26年度に既に受講を修了した「市民カウンセラー」の自発的な集まりに、プロジェクトメンバーの教員が助言者として参加し、市民が主体の活動を行政（野々市市）とともに側面から支援していく。その場に院生を同席させることにより、地域の中で市民がどのような心理的な問題に実際に遭遇しており、それらを解決するために市民レベルでどのようなことが行われているかを、市民の議論の中に身を置くことで実感を持って体験することになる。この体験は、「密室で個人の内面にひたすら注目する」傾向のある臨床心理学教育に、現実の生活の場で人間は存在しているとの認識を与える意味で大きな教育的効果が期待できる。

#### ⑥地域志向教育研究プロジェクトの活動実績

##### 1. 「市民カウンセラー講座」の実施について

平成27年度には予定通り2回の「野々市市市民カウンセラー講座」（2015年6～7月、2015年9～10月）を実施した。講座（2時間×5回コース、1講座での募集定員30名）には、2講座で57名（第2期：37名、第3期：20名）が受講し、1講座5回全てに出席した受講生は2回あわせて51名（第2期：34名で受講生の94%、第3期：16名で受講生の80%）であった。受講生の9割以上が野々市市の住民であり、子供会役員、町内会役員、民生委員など地域で何らかの役割を経験した者が多かった。

### 1-1. 「市民カウンセラー講座」受講者の講座に対する評価

講座終了時に実施したアンケート結果から、受講者の講座に対する評価を報告する。2つの講座内容に大きな差異はないため、2講座における皆出席者のうち研究協力に同意を得られた50名を分析対象とした。講座への満足度および役に立つ程度を図1および図2に示す。

全5回のプログラム内容に対し、受講者の94%が「非常に満足」「やや満足」と回答した。「やや不満」「非常に不満」への理由は、「自分の傾聴に問題があったのがわかった」といった反省や「少し難しい部分があったのでもっと日数が多くてもよかった」といった意欲的なもの

であり、内容に対する「期待はずれ」等の批判的な記載は皆無であった。また、「プログラムは今後のあなたの生活に役立ちそうか」の設問には、受講者全員が役に立つと回答し、「やや役に立たない」「全く役に立たない」への回答は皆無であった。プログラム内容についても「ロールプレイ訓練が大変ではあったが非常にためになった」と好評であり、聴講だけでなく訓練を重ねる本講座のプログラムが受講生のニーズに合致していると推測できた。



講座初回には「のっティ」も応援に（6月）

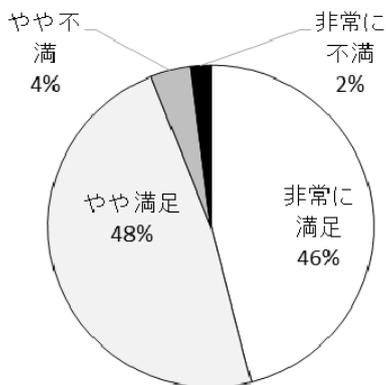


図1 当プログラムは満足できましたか？(4件法)

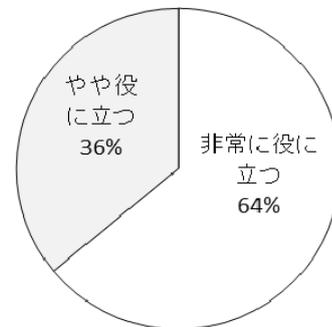


図2 当プログラムは今後の生活の役に立ちますか？(4件法)

### 1-2. 受講者のポジティブな側面の変化と地域に対するコミュニティ感覚

「市民カウンセラー講座」の目的のひとつは、ポジティブ心理学の代表的な介入方法である「3つのよいこと」を宿題とすることで、受講者の心理的な側面がポジティブな方向に変化するという仮説を検証することであった。

平成27年度に実施した第2回および第3回目の講座では人のポジティブな側面をよりの確に測定できる尺度として、我々が翻案、開発した「PERMA-Profiler KIT版」を新たに適用し、講座開始時と講座終了時の尺度得点を比較することによってワークの効果を測定した。全講座に参加し、質問票への回答に不備の無かった46名を分析対象とした結果、講座開始時点でポジテ

ィブな特性が比較的高かった人は受講後も高いままを維持していること、また、講座開始時にそれが比較的低かった人では受講後に「Positive Emotion (ポジティブ感情)」、 「Meaning (人生の意味)」、 および、「Accomplishment (達成)」の各尺度が有意に上昇していることが明らかとなった (順に  $F(1, 44)=9.97, p<.01$ ,  $F(1, 44)=5.39, p<.05$ ,  $F(1,44)=11.51, p<.01$ )。平成 26 年度に採用していた「人生満足度尺度」では天井効果が生じたため明確ではなかったが、使用する測度を洗練させたことで、本講座が受講者のポジティブな側面を促進する効果を有することが示された。

また、この講座の受講が受講者の居住地域に対するコミュニティ感覚に与える影響を探索することも本プロジェクトの目的のひとつであった。先と同じく、46 名を分析対象として講座開始時と終了時のコミュニティ感覚に関する尺度値を比較した。その結果、野々市市への所属感が比較的低かった人では、講座開始時から終了時にかけて「経験 (市と関連する諸活動への参加)」と「意識 (市政に対する参加意識)」の尺度値の有意、もしくは有意傾向の上昇が見られた (順に  $F(1, 44)=3.60, p=.06$ ,  $F(1, 44)=7.68, p<.01$ )。平成 26 年に実施した第 1 回目の講座ではコミュニティ感覚を測定する全ての心理尺度で得点の上昇が見られたが、それに加えて、本講座を通して野々市市への所属感も高まっていることが示された。こういった受講者の変化が、参加者同士の繋がりを強め、「野々市市民カウンセラーの会ほわっと」の設立、またその後の活動の維持、発展を支えているものと考えられる。

## 2. 受講修了生によるボランティア団体「ほわっと」結成と活動

平成 26 年度に開催した「野々市市民カウンセラー講座」受講者の有志により、平成 27 年 2 月にボランティア団体「野々市市民カウンセラーの会ほわっと」が結成された。講座毎に会員は増え、平成 28 年 2 月現在で 38 名である。当会は「平成 27 年度野々市市提案型協働事業 (地区公民館と連携した市民によるコミュニティ活動活性化事業)」の「市民提案型」に採択され、活動内容が「広報野々市」をはじめ、市民協働のまちづくり市民会議の関連のホームページ等で発信されている。

市民を対象としたイベント (平成 27 年 9 月 21 日, 同年 11 月 22 日, 平成 28 年 1 月 30 日), 老人福祉センター等での傾聴活動など積極的な活動を展開しており, 図 3 のようにメディアでも取り上げられた。11 月 22 日のイベントには松本かおりが市民講座の講師を担当した。

「ほわっと」は、上記イベント以外に、本学 12 号館 1 階アントレプレナーズラボで定期的に会合を開いており、担当教員、および、大学院生が各回に必ず複数名で参加し、研修講師や専門家としてのアドバイザーの役割を果たしている。



図 3. 「ほわっと」の活動が掲載された北國新聞記事 (平成 27 年 6 月 4 日)

### 3. 有識者との意見交換

以下2名の先生と意見交換を行い、当プロジェクト発展の参考とした。

#### 3-1. 植村勝彦先生（元愛知淑徳大学教授）との意見交換会（2016年1月）

植村先生は、地域コミュニティや社会制度を対象とした心理臨床実践の在り方を扱う「コミュニティ心理学」を専門とされており、日本コミュニティ心理学会の副会長を務めておられた先生である。植村先生とは、当プロジェクト内容の効果に関する科学的な実証や今後の発展について意見交換を行った。植村先生が愛知県で実践されている地域コミュニティに対する貴重な介入事例をお聞きすることができ、対象となる地域コミュニティの特徴やニーズについて改めて理解が深まった。また今後の活動およびアウトプットの方針についても非常に有意義な意見を頂いた。

#### 3-2. 目黒達哉先生（同朋大学社会福祉学部教授）との意見交換会（2016年1月）

学部長も務められている目黒先生が設立された、同朋大学の学内認定資格「傾聴士」のしくみと制度に関する意見交換を行った。当プロジェクトは、来年度以降、学生などの若年層を対象としていく予定であり、若者の「話を聴く」スキルへの関心の程度や、スキル向上に奏功する講義内容について非常に有意義な意見を頂いた。

### 4. 成果発表

平成26年度のCOC事業関連活動に関する成果について、下記4件の学会発表を行った。

日本コミュニティ心理学会第18回大会では、塩谷、山上、松本圭が連続した口頭発表を行った。フロアからは、ポジティブ心理学の適用、および市民カウンセラー講座修了生のその後の活動に対する質問が多く寄せられた。ポジティブ心理学に関しては、我が国では実践・研究報告例が少なく、「3つのよいこと」実践の具体的な手続きや効果について注目された印象を受けた。また講座修了生のその後の活動について、ボランティア団体を立ち上げ非常に積極的な活動を行っている様子を伝えると、修了生の自発性および積極性に対し非常に驚かれた印象を受けた。

日本心理臨床学会第34回大会では、松本かおりがCOC事業と連携した大学院実習教育の効果についてポスター発表を行った。このテーマに関する発表はほとんど見当たらず、院生教育に携わる教員らが興味関心を持って質問やコメントを寄せて下さった。本学大学院心理科学研究科の修了生達からは、「私達の代にもこの実習教育があれば良かった…」と羨む感想も聞かれた。院生が本事業に継続参加することで得られる教育効果については、次回の同学会にて引き続きポスター発表を行う予定である。

塩谷亨・山上史野・松本圭・松本かおり・石丸雅貴・大矢寿美子（2015）。「市民カウンセラー養成講座」の実施（1）—背景とプログラムの概要— 日本コミュニティ心理学会第18回大会発表論文集，36-37.

山上史野・塩谷亨・松本圭・松本かおり・石丸雅貴・大矢寿美子（2015）。「市民カウンセラー養成講座」の実施（2）—受講者のプログラムに対する評価— 日本コミュニティ心理学会第18回大会発表論文集，38-39.

松本圭・山上史野・塩谷亨・松本かおり・石丸雅貴・大矢寿美子（2015）。「市民カウンセラー

養成講座」の実施 (3) —プログラムを通じた主観的幸福感とコミュニティ感覚の変化—  
日本コミュニティ心理学会第 18 回大会発表論文集, 40-41.

松本かおり・石丸雅貴・塩谷亨・山上史野・松本圭 (2015). 第 1 種指定校における COC 事業  
と連携した大学院実習教育—基礎実習で学んだスキルを地域援助プログラム内で活かす  
試み— 日本心理臨床学会第 34 回大会発表論文集, 396.

#### ⑦地域志向教育研究プロジェクトの具体的な成果

### 1. 「市民カウンセラー講座」の実施に対する成果

#### 地域に対する成果

平成 27 年度に実施した 2 講座の内容に対し、受講者全員から「役に立つ」との評価を得た。  
さらにポジティブ心理学の代表的な介入方法である「3 つのよいこと」を宿題とし、「PERMA-  
Profiler KIT 版」を用いて効果を測定したところ、講座開始時にそれが比較的良かった人では受  
講後に「Positive Emotion (ポジティブ感情)」、「Meaning (人生の意味)」、および、「Accomplishment  
(達成)」の各尺度が統計的に有意に上昇していることが明らかとなった。また、講座開始時と終  
了時のコミュニティ感覚に関する尺度値を比較したところ、野々市市への所属感が比較的低下  
した人では、講座開始時から終了時にかけて「経験 (市と関連する諸活動への参加)」と「意識  
(市政に対する参加意識)」の尺度値の有意、もしくは有意傾向の上昇が見られた。

講座に対する以上のような結果から、以下の成果が得られた。

- 1) 地域住民の精神健康維持に対する野々市市民の熱意、および「人の話を聴く」知識・技能  
に対する野々市市民の潜在的なニーズが確認できた。
- 2) 「市民カウンセラー講座」実施体制や講座の内容が市民のニーズに応じたものであり、  
有用性が非常に高い完成度の高いものであることが確認できた。
- 3) 「市民カウンセラー講座」が野々市市で平成 27 年度に予算化され、平成 28 年度にも再  
び予算化されるとともに増額された。

#### 学生に対する成果

「臨床心理基礎実習」は 1 年次の通年科目である。当科目の受講生は 2 回の市民カウンセラー  
講座にスタッフとして参加した。教育効果を検討するため、当科目における学習目標に基づき、  
講座における独自の以下の 10 項目の行動目標を設定した。なお、項目中、「受講者」ではなく  
「参加者」とあるのは、個々のプログラムに参加しているという意味である。

- A) 「市民講座」において、参加者と協力関係を築くことができる。
- B) 「市民講座」に積極的に参加することができる。
- C) 「市民講座」において、参加者が積極的に講座に関わるよう促進することができる。
- D) 「市民講座」において、参加者からの質問に対応することができる。
- E) 「市民講座」の傾聴訓練においてモデルを示すことができる。
- F) 他者の応答の言語的・非言語的特徴を観察することによって、自分の応答の特徴を再認  
識することができる。
- G) さまざまな立場や状況の人の感情について注意深く観察し、多様な感情の言語化、伝え  
方を検討することができる。
- H) ロールプレイについて、他者からの質問に応じながら、ロールプレイの内容や指導の仕

方を理解することができる。

- I) 市民のメンタルヘルス向上に寄与するボランティアの役割を説明することができる。
- J) 臨床心理学の分野に対する地域の方々のニーズを理解し、臨床心理士としての役割を考察することができる。

院生には講座終了後に各項目について達成度の自己評価を行わせ、その理由を記述させた。客観的に自己を振り返り、妥当な評価を下す作業そのものが、現場で自己の在り様をマクロな視点で眺める専門家の姿勢に繋がる。院生は教員からのフィードバックも元に達成度を修正し、教員からのコメントを踏まえて現場における自身の言動を見つめなおしている。結果、臨床心理基礎実習の学習目標とも関係する、「参加者から安心され、信頼される関係を構築する」ことは概ね達成されており、自身のカウンセリングの基礎知識や技法を振り返り、反省点や改善点を見出すといった効果がみられた。さらに、第2回、3回の講座に連続して参加することにより、参加者との関係の築き方や地域の方々のニーズをより深く理解することができ、市民からのニーズにどのように対応し、どのように準備を進めるべきか、といった、机上の学問からだけでは得にくい実践的な学びも深めたことが講座終了後の評価とその理由から見て取れた。

## **2. 受講修了生によるボランティア団体「ほわっと」に関する成果**

### **地域に対する成果**

平成26年度に開催した「野々市市民カウンセラー講座」受講者の有志により、平成27年2月にボランティア団体「野々市市民カウンセラーの会ほわっと」が結成された。講座毎に会員は増え、平成28年2月現在で38名である。当会は「平成27年度野々市市提案型協働事業（地区公民館と連携した市民によるコミュニティ活動活性化事業）」の「市民提案型」に採択され、活動内容が「広報野々市」をはじめ、市民協働のまちづくり市民会議の関連のホームページ等で発信されている。ほわっと主催のイベントは毎回盛況であり、我々が目指す「地域コミュニティの中で自然発生的に相互援助活動が自発的に行われる健全な地域コミュニティ」の第一歩を踏み出せたことは大きな成果である。

### **学生に対する成果**

「臨床心理実習」は2年次の通年科目である。受講生の有志によるボランティア団体「野々市市民カウンセラーの会ほわっと」の会合に参加することで、傾聴を中心とした援助活動の市民への広がりとそれを支える専門家の役割を考える機会とした。対象の大学院生は、昨年度の講座に参加した受講生たちが自主的に学び、活動の場を広げて地域に受け入れられていく様子の一端を垣間見るとともに、こうした市民活動を支えることも専門家の仕事であり、臨床心理士の仕事の多様性を体験的に学ぶと予想される。これまでは臨床心理実習は医療機関や福祉施設での実習が中心であったが、今回、身近な地域における活動に参加したことで、相談機関を訪れる一人のクライアントを取り巻く地域や環境への視点が養われることが期待される。

「臨床心理地域援助特論」は2年次後期に開講される科目である。当科目の受講生には市民カウンセラー講座の修了生有志による「野々市市民カウンセラーの会ほわっと」へ参加することを義務付け、地域コミュニティを対象とした臨床実践の現場を体験してもらった。教育効果は、参加を通して得られた知見に関するレポート課題を通して検討した。レポートではボランティ

ア活動に関する参考資料（「臨床・コミュニティ心理学—臨床心理学的地域援助の基礎知識—」の抜粋のコピー）をもとに、今後予測される「ほわっと」の問題点、およびその問題点に対する専門家としての然るべき対応について考察することを課した。提出されたレポートには、「ほわっと」に参加した経験をもとに具体的な問題点および介入手法が記載されていた。当授業では例年、紙面上の事例（文献や架空事例）をもとにコミュニティ介入に関する考察・議論を行っていた。COC 事業に参加することによって、「臨床心理地域援助特論」の学習目標である「各コミュニティの問題・介入法」および「各コミュニティにおける心理専門家の役割」に関し、例年とは異なる「実感を伴った」考案・考察が可能となることが確認された。

#### ⑧次年度以降の活動予定

##### 平成 28 年度以降の活動について

スローガンとしてきた「野々市市民カウンセラー1万人」を早期に達成するため、平成 28 年度は、今まで参加が難しかった人々のニーズへの対応を目指し、①市民カウンセラー講座の内容を精査し従来の 5 回から 4 回に減らし、若年層（40 歳未満）に限定し夜間に実施すること、②「市民カウンセラー講座」のデジタル教材化（動画を含む）、③修了生の会「ほわっと」へのさらなる支援の充実、④以上の活動に臨床心理士を目指す学部生および大学院生が関与することで臨床心理の専門性に対するニーズや対応手法を実践的に理解してもらうこと、を計画している。

①により、今まで参加が難しかった企業従業員や学生が受講しやすくなる。②の教材の完成により、講座内容の予習と復習が Web 上で可能になるので、実際に対面して受講する時間は減少する等、利便性が高まり、多くの場面で教材を活用した展開が期待できる。③により、現在活動を続けている市民カウンセラーのボランティア団体が地域住民から「役に立つ」という評価が高くなる。①、②、③は相乗的な成果を上げると思われるので、「野々市市民カウンセラー1万人」の実現がより近くなると考える。

また、今までのプロジェクトの成果から、「地域に貢献したい」といった市民のニーズが明らかとなっている。市民のニーズが満たされ、野々市市に対するコミュニティ感覚が増大していけば、地域コミュニティの中で自然発生的に、また自発的に相互援助活動が行われ、健全な地域コミュニティの創出につながる。行政にとっても、市民の自発的な活動団体「ほわっと」を側面から支援することにより、市民との協働関係が促進され、いわゆるサービスギャップの解消につながるものと思われる。

大学にとっては、臨床心理学専攻院生の実地教育の場が広がるとともに、臨床心理学専攻スタッフが地域社会の心理的幸福に貢献する機会が増大すると思われる。大学院生にとっては、今後更に多様な地域住民と直接関わることは「臨床心理士に対する多様な市民からのニーズ」を肌で感じる貴重な貴会であるため、将来のビジョンの明確化および修学意欲の向上につながるだろう。