

〔論文〕

## 社会福祉分野における「自己覚知」に対する考察

——概念・必要性・方法論の視点から——

大津 雅之

### 〈要旨〉

今日、日本の社会福祉分野において定着していることばに、「自己覚知」がある。特定の分野における専門用語は、通常、専門分野の者にとって何の違和感もなく使われている場合が多い。しかし、あらためてその専門用語を精査してみると、そのことばの重要性や解釈上における課題の再確認につながることもある。

筆者自身、「自己覚知」ということばは、その概念における点・その必要性における点・その方法論における点という三点で整理できると考えている。本稿では、「自己覚知」ということばをこれら三点から整理し、社会福祉分野における「自己覚知」の重要性やその解釈上における課題などを確認した。

キーワード：自己覚知，概念，必要性，方法論

### はじめに

今日、日本の社会福祉分野において定着していることばに「自己覚知」がある。そもそも日本国内において「自己覚知」ということばを定着させていったのは、社会福祉分野の中でもケースワークを中心とした社会福祉援助技術分野であったとされている。

今日に至るまで残されてきた社会福祉分野における膨大な関連文献から、「自己覚知」ということばは、特に1960年代頃から1980年代にかけて日本国内に定着してきていることが伺える。大塚達雄は、1960年代初頭から「自己覚知」を「自己確知」と表記し、その概念を用いていた。その大塚自身、1980年代後期には、『現代社会福祉事典（改訂新版）』の中で、「自己覚知」の概念を次のように述べている。

ケースワークの基本原理のひとつ。自己確知ともいう。普通、人間は他人をみるとき自分の価値基準や感情に影響されやすく、しかも、そのことにみずから気づきにくい。もしワーカーが、クライアントとの対人関係に自身の先入観的態度を持ち込んだり、自然のままに自分の感情で相手を律するなら、容易に人を受容できないし、正しく理解できない。それゆえワーカーは、ふだんから意識的に自分の心理や行動の特異性について熟知する必要がある。そのためにはスーパービジョンが欠かせない<sup>1)</sup>。

大塚が、冒頭から「ケースワークの基本原理のひとつ」と示すように、「自己覚知」ということばは、社会福祉分野における専門用語と位置づけられる。「自己覚知」ということばを数冊の辞典で確認してみると、『広辞苑（第五版）<sup>2)</sup>』や『新明解国語辞典（第四版）<sup>3)</sup>』といった一般的な辞典には記載されていない。特定の分野における専門用語は、通常、その専門分野の者にとって何の違和感もなく使われている場合が多い。しかし、あらためてその専門用語を精査してみると、そのことばの重要性や解釈上における課題の再確認につながることもある。

筆者自身、「自己覚知」ということばは、その概念における点・その必要性における点・その方法論における点という三点で整理できると考えている。そこで、本稿では、「自己覚知」ということばをこれら三点から整理し、社会福祉分野における「自己覚知」の重要性やその解釈上における課題などを確認してみたい。

## 1. 「自己覚知」の概念に対する考察

### 1. 1 「自己意識」と「自己覚知」との違い

日本国内においては、自分自身に気づくことや自分自身を知ることの意味で用いられることばに「自己意識」がある。「自己意識」には、「自己自身に関する意識。諸体験の統一的・恒常的・自同的主体としての自我の意識。自意識。自覚<sup>4)</sup>。」という意味がある。つまり「自己意識」自体、「自意識」や「自覚」をも含めた上で用いられていることから、自分自身に気づくことや自分自身を知

ることの意味で用いられることばにおいては、上位の概念であることが確認できよう。それでは、「自己意識」と「自己覚知」の違いはどこにあるのだろうか。本節では、「自己意識」ということばと「自己覚知」ということばを用いて、双方の概念を比較しながら、まず「自己覚知」ということばの概念とその位置づけを明確にしてみたい。

1960年、大塚は、自身の著書『ソーシャルケースワーク——その原理と技術——』を出版している。大塚は、この中で「自己確知」という表記を用いて、「自己覚知」の概念を次のように述べている。

もし、ワーカーが、クライアントとの対人関係に自分自身の先入的態度を持込むなら、その関係は大いに歪められるだろうし、またもし、自然のままに、自分の感情で人を律するなら、クライアントの事態や問題の理解に重大な誤をまねくかもしれない。また、ワーカーが内在的葛藤に苦しみ、それが解決していない場合は、クライアントの問題解決を援助する能力を妨げられる。これらのことは、自分自身を知ることによって防ぐことができる。……人間として偏見というような感情や意見をもつのは不自然ではない。ただ専門職業的立場では、偏見が介入するのは、仕事を進めるのに不適當なのである。……人を援助する専門的職業においては、ワーカーの自己確知が基本的条件であるといってもいいすぎではないだろう。<sup>5)</sup>

「自己意識」を自分自身に気づくことや自分自身を知ること全般という意味だけで捉えるならば、「自己覚知」も「自己意識」という大枠の概念に包含された限定的な概念であることがあらかじめ確認できよう。「自己意識」は、様々な対象を通して得ることが可能である。対人関係だけで言えば、実際、家族や友人といった日常一般における対人関係を通して「自己意識」につながることも多い。しかし、これに対し「自己覚知」は、大塚も述べるように、日常一般における対人関係とあえて差別化させた「ワーカー」と「クライアント」という「専門職業的立場」における対人関係の上に成り立つ「自己意識」を指している。そしてこの点に、単なる「自己意識」との違いを見出していると思われる。

なお、大塚が「専門職業的立場」とするように、「自己覚知」はワーカーだけに限らず、たとえば社会福祉教育課程における実習生（学生）にも使われている。ゆえに、本稿では引用部以外ワーカーとクライアントを援助者と利用者という表記に置き換えて整理したい。

## 1. 2 “self-awareness”を「自己覚知」とする翻訳の意義

「自己覚知」は、“self-awareness”の翻訳とされている。そもそも、欧米の社会福祉分野においていつ頃から“self-awareness”が用いられたのかを確認してみると、高橋五江は、「ソーシャルワークの歴史のなかで特に援助者の自己覚知として使われるようになったのは、1930年代以降主として、ケースワーク理論が心理主義的に深められて行く過程において、診断学派のケースワーク学者らによってである<sup>6)</sup>。」としている。そして、北本佳子もケースワーク理論が診断学派の影響を受けていた当時の状況を「自己覚知に関する論述は、もともとは精神分析の中で言われていた、転移現象の中でもとりわけ逆転移に関する問題との関連で、ワーカーとクライアントとの専門的な援助関係の形成にマイナスの影響を与え得る逆転移を統制するためにも、ワーカーはスーパービジョンの積極的利用などを通して、自分を知る（自己覚知）必要があるということであった<sup>7)</sup>。」と述べている。

欧米においても、日本と同様に自分自身に気づくことや自分自身を知ることの意味で用いられることばには“self-consciousness”をはじめとした様々なものがある。これまで述べてきたように、日本国内において、「自己覚知」ということばとしての語源は、社会福祉分野であったとされている。これに対し、欧米において、“self-awareness”ということばとしての語源は、社会福祉分野であったのかは本稿執筆時点で明確になっていない。なお、日本国内において、“self-awareness”を「自己覚知」と翻訳するようになった歴史的変遷を確認してみると、欧米におけるケースワーク理論を翻訳した著書群の中では、田代不二男・村越芳男が1965年に出版したF. P. バイステック（Felix P. Bistek<sup>8)</sup>）の『ケースワークの原則——よりよき援助を与えるために——』が、「自己覚知」ということばとしての定着に大きな影響を与えたと思われる。

それ以前にもそれ以後にも、“self-awareness”は、さまざまなことばで翻

訳がなされてきた。すべてをあげるわけにはいかないが、たとえばこれまで述べてきたように、大塚が用いた“self-awareness”は、「自己確知」とされている。この「確知」には「たしかに知ること」<sup>9)</sup>という意味がある。また、仲村優一が1964年出版した自身の著書『ケースワーク』において用いた“self-awareness”は、「自己確認」<sup>10)</sup>とされている。この「自己確認」は、『心理学辞典』<sup>11)</sup>にも記載されているが、その場合の「自己確認」は、“self-awareness”ではなく“self-verification”の日本語表記として記載されている。

これまで“self-awareness”がさまざまなことばで翻訳されてきたように、今後も「自己覚知」のみに縛られず、「自己意識」やそれに深く関連することばによって“self-awareness”の翻訳がなされていくこともあろう。それは、当然、日本語の持つ表現力の奥深さがあればこそ、さまざまなことばによる翻訳が生まれてくるのだと言える。しかし、筆者は、そのような中において、あえて“self-awareness”を「自己覚知」とする翻訳に意義を見出している。「覚知」ということばには、「さとり知ること」<sup>12)</sup>という意味がある。他人との関係を築くことは容易ではない。ましてやそれが社会福祉分野における援助者と利用者との専門職業的関係となればなおさらのことである。利用者の「自立」や「社会復帰」を目標にする以上、その専門職業的関係は、良好であったとしても、一過性のものと捉えなければならない。これに対し、「さとり知ること」には時間も要する。筆者自身、時間的視点に限定して言えば、「自己覚知」ということばには、まず援助者と利用者との出会いにはじまり、その専門職業的関係が終わっても、過去の出会いを振り返り学ぶことの大切さを示す意味も込められているように思う。ゆえに、「覚知」ということばを選び、定着させてきた社会福祉援助技術分野の一翻訳を大切にしたいと考えている。

### 1. 3 プロセスと時系列的視点で捉える「自己覚知」

「自己覚知」は、プロセスと時系列的視点で捉えていくことが重要である。しかし、またそのことで明確になる解釈上の課題も出てくる。

筆者自身、「自己覚知」ということばには、過去の出会いを振り返ることの大切さを示す意味も込められているように思うと先述したように、実際には援助者と利用者との専門職業的関係が終わった後に「自己覚知」が誘発されるこ



とも多い。これに対し、たとえば、川村隆彦は、社会福祉専門職のもつ価値観について述べる際、「援助者は、利用者に向きあう前に、まず自分自身の価値観と向きあい、十分に自己覚知を行う必要がある。」<sup>13)</sup>としている。これは、先のものと反対に、これから始まろうとしている援助者と利用者との専門職業的関係に対するいわば「準備段階」における「自己覚知」と捉えることもできよう。

ケースワークには、「インテーク→アセスメント→プランニング→具体的援助の実施→モニタリング→援助の終結」<sup>14)</sup>といった展開過程がある。当然、利用者の置かれている状況によって、「アセスメント→プランニング→具体的援助の実施→モニタリング」の展開過程は複数回繰り返され、必ずしもすべてのケースが一度きりの展開過程で済むとは限らないが、ケースワークの展開過程そのものは「インテーク」から「援助の終結」に向かっている。「自己覚知」を整理するにあたり、このケースワークの展開過程における一つひとつの枠組を使用することも有効な手段である。

「インテーク」は、「受理面接」とも呼ばれ、援助者と利用者が最初に出会う局面に位置づけられる。たとえば、川村が「利用者に向きあう前」と表記した部分を含め、その「準備段階」を、ケースワークの展開過程における「インテーク」に置き換えて整理することも可能であろう。これに対し、たとえば、筆者が述べた援助者と利用者との専門職業的関係が終わった後を、ケースワークの展開過程における「援助の終結」以降に置き換えて整理することも可能であろう。これにより、双方の時点における「自己覚知」は、対のものとして整理することが可能となる。そもそも援助者と利用者との専門職業的関係は、ケースワークの展開過程が続くかぎり、その下地として存在している。しかし、これから始まろうとしている援助者と利用者との専門職業的関係に対するいわば「準備段階」における援助者自身による利用者に対する意識があるように、ケースワークの展開過程の終了とともに援助者と利用者との専門職業的関係は終了しても、援助者自身による利用者に対する意識自体が消滅することはない。筆者自身、これらの場合の「自己覚知」こそ、概念的にも方法論的にも非常に難しいとも考えている。今後は、「自己覚知」をプロセスと時系列的視点で捉えながら、とくに援助者と利用者との専門職業的関係が介在しない場合の「自

己覚知」について考察する必要がある。

## 2 「自己覚知」の必要性に対する考察

### 2. 1 「良心的エゴイズム」と「自己覚知」

「自己覚知」の必要性に対する考察を行うにあたり、「良心的エゴイズム」という一概念を通して考えてみたい。この概念をはじめて公表したのは早坂泰次郎で、早坂自身「良心的エゴイズム」を扱った数冊の著作を出版している。このうち、1994年に出版した自身の編著『〈関係性〉の人間学——良心的エゴイズムの心理——』において、足立叡執筆による「ナルシズムと良心的エゴイズム<sup>15)</sup>」が第Ⅰ章に位置付けられており、「良心的エゴイズム」の概念解説とともに社会福祉分野をはじめとする対人援助職分野における「良心的エゴイズム」についても触れている。

足立によれば『良心的エゴイズム』とは、いうなれば『他者に関心を向けようとしている〈その自分だけ〉にしか意識や関心を向けていない』ありようだといえよう。したがって、そうした良心的エゴイストにとって他者との人間関係とは、自分は『こうあるべきだ』という信念や態度の確かさを確かめ、自己評価するための大事な手段としてだけ大切なのである。……『良心的エゴイズム』に陥っている人にとって『自己』とは、他者との関係において、その他者の気持ちや感情に対して、もっぱら『閉じられた自己』として体験されている。」としている。そして、社会福祉分野における「自己覚知」もふまえながら「見のがすことのできないのは、こうした『自己を見つめる』という自己への態度が通常、たとえば社会心理学や産業心理学などではリーダーシップの担い手としての役割を期待される親や教師、看護婦や企業の管理者、あるいはカウンセラーやケースワーカー、さらには聖職者といった人びとなどについて、しばしばなによりも必要な援助者としての基本的態度であるとさえ言われてきていることである。」と指摘する。ゆえに、「『他者を知ることの難しさ』の克服とは、私たちが人間関係を生きる中でしばしば陥る『良心的エゴイズム』に気づくことにより、それを常に乗り越えていこうとすることだということも可能であろう。……その克服の可能性には結局、自己への関心を自己だけへの関

心から、開かれた自—他の関係性の世界への関心へと開き、育てること、換言すれば閉ざされた感じやすさとしての Sensibility（感性）を、開かれた感じやすさとしての Sensitivity（感受性）へと展開させていくことが必要になる。」と考察している。

たしかに「自己覚知」は、援助者と利用者との関係における援助者自身の基本的態度を扱っているに過ぎない。ゆえに、「良心的エゴイズム」の状態に陥ることに注意しなければならない点は頷ける。しかし、「自己覚知」は、本来、何故必要なのであろうか。足立の言うように、たとえ援助者と利用者との関係が、「自分は『こうあるべきだ』という信念や態度の確かさを確かめ、自己評価するための大事な手段としてだけ大切」なものであるとしても、むしろその自己へのフィードバックがあればこそ、援助者自身の基本的態度を利用者へと反映し、還元させることができるのである。つまり、「自己覚知」は、決して「閉じられた自己」のまま完結するような概念ではなく、むしろ「良心的エゴイズム」の状態に陥ることさえ乗り越えた時点ではじめて成立する概念と言えるはずであり、足立の求めているものこそ「自己覚知」と言えるはずである。

「自己覚知」が「良心的エゴイズム」の状態に陥ることに注意することは大切であるが、本来的な「自己覚知」の必要性が理解できていれば、「良心的エゴイズム」という視点からのみ「自己覚知」を批判してしまうことは適切と言いがたい。筆者は、この点から、あらためて「自己覚知」の必要性を明確化させる必要があると考えた。そこで、本章では、「自己覚知」の意義について触れた文献などを通して、本来的な「自己覚知」の必要性を確認したい。

## 2. 2 「自己覚知」が何故必要なのか

佐藤豊道は、社会福祉士資格取得のための養成テキスト『新版 社会福祉士養成講座 8 社会福祉援助技術 I（第2版）』の中で、「自己覚知の意義」と題した独立項目を設け、「自己覚知」の必要性を次のように述べている。

他者を援助するに当たっては、その前に適切な他者理解がなければならない。他者理解を得るためには、その前に適切な自己理解がなければならない。人は誰でも主観をとおして感じ、フィルターをとおして意味づけする。人は



それぞれ各自の経験によって自分なりの基本的傾向や基本的前提をもっている。

自己覚知とは、なぜこの利用者に対しては安心したり不安になるのか、あるいは激しい憤りを感じたり、心底から同一化して同情心で一杯になるのか等々について、自己の言語、感情及び行動のメカニズムを、自己が客観的に理解できることをいう。価値・倫理・知識・技能等の学習傾向も、そしてそれらの意識的あるいは無意識的な自己による読み替えや歪曲も、援助者側の<sup>16)</sup>個別的要因に深く関係しているのである。

多くの文献において、佐藤のように「自己覚知」の意義や「自己覚知」の必要性だけを抜き出し、独立させている記述は非常に少ない。しかし、あらためて「自己覚知」が何故必要なのかを明確にしておくならば、佐藤の述べる「他者を援助するに当たっては、その前に適切な他者理解がなければならない。他者理解を得るためには、その前に適切な自己理解がなければならない。」という部分に集約できよう。「自己覚知」の必要性を端的に述べようとする場合、筆者は、この一文以上にまとめたものを他に探すことはできない。むしろ、この一文が当然の前提とされすぎているためか、その他多くの文献においては、これに触れないまま、より複雑な言い回しで記載されているように思う。ゆえに、本来的な「自己覚知」の必要性が見えにくくなっており、「良心的エゴイズム」という視点からのみ「自己覚知」を批判されてしまうことにもつながるのではないだろうか。

### 2. 3 「自己活用」のための「自己覚知」

尾崎新は、1994年に出版した自身の著書『ケースワークの臨床技法——「援助関係」と「逆転移」の活用<sup>17)</sup>——』において、「『自己覚知』の概念を再検討した上で、『自己活用』という概念を提示」している。尾崎は、「これまで、多くのケースワーク論が共通に重視してきた概念に『自己覚知』がある。……しかし、この概念には、不足している側面がある。」と指摘する。それは、「援助者の個性やもち味をどのように援助関係の中で生かしたらよいかという議論が不足している。」という点であり、「援助関係では、援助者の感情などが重要な意

味をもつ。また、感情のもち方・表現の仕方には、各援助者によって異なる個性が表れることが自然である。このような援助者の個性やもち味は、援助関係を自然なものとする上でも、……生かされてよい。」としている。

尾崎によれば、「従来、自己覚知の方法として、『自分を客観的に理解すること』が重視されてきた。『客観』とは、だれ目から見ても同じように見えるということであり、また実証性をともなった見方という意味でもある。あるいは、偏見や先入観のない見方ということでもある。しかし、『自分を客観的に理解する』という考え方や方法には、限界と無理がある。だれでも、自分を完璧に客観視することはできない。ビデオや写真に自分を撮影しても、ビデオや写真を見るのは主観によってである。つまり、自分を自分から切り離して、まったく客体化することはできない。たしかに、自分を見る際に、先入観を排除すること、また冷静に見ることは重要である。しかし、自分を見るとき、その観察から完璧に主観を排除することはできない。」と、そもそも「自己覚知」には、「『客観的理解』という無理」があると指摘する。ゆえに、「自分を理解する方法は、『主観的でよいから、自分を多面的に観ること』である。ただし、主観は偏見や先入観に支配されやすい。したがって、さまざまな角度から主観的に自分を観る。つまり、自分を一面的に見て、わかったつもりにならないことが大切である。偏見とは、『偏った見方』である。すなわち、偏見をもたない方法は、『偏見をもたぬようにすること』ではなく、『さまざまな種類の異なった偏見をできるだけたくさんもつこと』である。さまざまな視点で自分を観れば、それらが主観によるものであっても、見方が偏ることを防ぐことができる。」と考察している。

また、尾崎は、「これまで、『自己覚知』は『援助者としての自分の欠点を自覚し、それを修正することが目的である』と考えられてきたように思う。この考えにも無理がある。この考え方が、自己理解の過程を堅苦しく、不必要にむずかしいものにしている。」と、「自己覚知」には「『欠点を矯正する』という無理」があるとも指摘する。ゆえに、「むろん、ときには援助者が自分の欠点を反省し、修正することも必要である。また、自分に関心をもっても、欠点ばかりが目についてしまうこともある。しかし、援助者が専門家としての自分を生かして援助関係をつくったり……するためには、自分の欠点ばかりでなく、

長所、能力などを含めて、ありのままの自分に関心をもつことが重要である。いいかえれば、自分を変えることが自分に関心をもつ目的ではなく、自分を援助の中でどのように生かしたらよいかを探ることが目標である。そのためには、自分をいろいろな角度から観る。まずは、ありのままに知ろうとする。」と考察している。

尾崎は、これら「援助者が自分を多面的に理解する目的は、専門家としての自分や自分の個性を援助関係の中で生かすことができるようにすることである。」としている。そして、「従来の『自己覚知』の概念には、援助者が自分の個性などを援助関係の中で生かすという発想はあまりない。むしろ、援助者が個性を抑制し、だれもが一つの理想的な援助者像に自分を適合させることをめざしているように思う。『聖人君主』『修行僧』のような援助者像がつくられてきたのは、そのためではなかろうか。しかし、援助者の個性やもち味は、援助関係を自然で個性豊かなものとするためにも……生かされてよい。」とも言及している。

つまり、尾崎の述べる「自己活用」とは、「良心的エゴイズム」や「『客観的理解』という無理」といった「閉じられた自己」をも乗り越えた概念であると言える。「自己覚知」が援助者のみに終わるのではなく、「自己活用」のための「自己覚知」を行い「援助者が自分の個性などを援助関係の中で生かす」ことによって、利用者へも還元されることを端的に示している。筆者は、「自己活用」こそ、「他者を援助するに当たっては、その前に適切な他者理解がなければならない。他者理解を得るためには、その前に適切な自己理解がなければならない。」という、本来的な「自己覚知」の必要性を見失うことなく、むしろ、それに忠実であればこそ生まれてきた重要な概念であると考えている。本来的な「自己覚知」の必要性を論考するにあたり、「自己活用」の概念を併用することで、その理解もより深まるのではないだろうか。

### 3. 「自己覚知」の方法論に対する考察

#### 3. 1 「自己覚知」の方法論に対する問題意識

荒川義子によれば、「自己覚知は自分一人で深めることがむずかしく、スー

パーバイザーの助けによって自分の感情や態度に気づいていくことができる。<sup>18)</sup>」としている。荒川の論法は、「自己覚知」を一人で行うことはむずかしいと言及したうえで、「自己覚知」の方法論をスーパービジョンと合わせて述べている。筆者が確認した文献の中ではこの論法での記述が特に数多く見受けられる。

また、河崎洋充によれば、「自己覚知を促進するために、スーパービジョン、精神分析、自己洞察、グループセラピー、交流分析などをうける方法がある。<sup>19)</sup>」としている。河崎の論法は、スーパービジョンをふまえつつも、「自己覚知」の方法論を精神分析や心理療法などの応用と合わせて述べている。先述したように、そもそも“self-awareness”が、欧米において1930年代以降、ケースワーク理論を心理主義的に深められて行く過程で、診断学派のケースワーク学者らによって考察されてきたと考えるならば、「自己覚知」自体、当時から精神分析や心理療法ありきで解釈されていたようにも思われる。筆者が確認した文献の中ではこの論法での記述も数多く見受けられる。

このように、「自己覚知」の方法論を確認すれば、スーパービジョンと合わせて行う方法のみならず、心理療法と合わせて行う方法も多数散見できる状況にある。そもそも「知る」という行為は、「知的好奇心」、「知的探究心」といったことばがあるように、欲求に基づきながら「知る」範囲を肥大化させていく傾向があり、むしろそれこそが「知る」という行為の本質であるとも考えられる。同じく、「自己覚知」にしても、たとえば高橋重宏は、「援助者と利用者との専門対人援助関係の形成は、社会福祉についての専門知識、技術を単に知的にのみ理解しただけでは不十分である。援助者は、自分がどのような思想や価値観を形成してきているのか、どのような反応や行動をする人間なのか、どのような育成集団に帰属し、どんな経験をし、どのようなパーソナリティを形成してきたかなど、時間的・空間的にかなり深い次元での自己理解をしていることが必要になる。……援助者は、自己が所属する集団からの主観や、科学的な客観へのとらわれから脱し自由になることが必要である。そのためには、これらの主観や客観の特性と限界を自覚し洞察し、とらわれから自由にならなければならない。<sup>20)</sup>」と、「知る」範囲を「深い次元での自己理解をしていること」と述べている。しかし、どのような方法を用いた場合においても、自分自身を「知る」ということは、深くなるにつれ、それだけリスクを伴うことを忘れて

はならない。

自分自身に気づくことや自分自身を知ること全般という「自己意識」の概念にも包含された「自己覚知」であるならば、それらを扱う心理療法分野に同じく、方法論を述べる際は、それを行う者の精神的側面に注意した言及も必要である。しかし、日本国内の社会福祉分野における文献などでは、その言及を採すことさえ難しい状況にある。<sup>21)</sup>ゆえに、ここに「自己覚知」の方法論における問題点を指摘できる。筆者は、この問題点から、あらためて「自己覚知」の方法論における注意事項を明確化させる必要があると考えた。そこで、本章では、これまでの援助者と利用者との関係といった視点ではなく、援助者側のみに焦点を絞り、社会福祉専門職を目指す者の背景と心理療法の注意事項を通して、「自己覚知」の方法論における注意事項を確認したい。

### 3. 2 社会福祉専門職を目指す者の背景

黒岩晴子は、社会福祉専門職教育の実践において、学生が自分自身の援助を知るために、実習の振り返りや事例検討などを行っている。その中で、「近年さまざまな社会問題が深刻化しているが、そのような影響を自身の課題として背負い福祉専門職を希望する学生が増えている状況がある。従って、授業で行う自己覚知の方法として安全であることが重要である。」<sup>22)</sup>と指摘している。

また、川島恵美は、1994年より社会福祉士受験資格取得にあたっての演習などの過程で、「自己覚知」や対人感受性の深化を目的とする実験的なカリキュラムの開発プロジェクトに参加している。その中で「受講者の体験を素材として、対人間の相互作用によってすすめていく体験学習の方法は、本来的な個人の変化や成長を導くものであるが、場合によっては、これらの体験が精神的、心理的な影響を個人に与えることも充分在り得る。」とし、「受講者同士の関係が密接になってくると、ふりかえりやわかちあいのレベルで思わぬ外傷体験のフラッシュバックが起こらないとは限らない。」<sup>23)</sup>と指摘している。

黒岩の実践が、おもに大学生の4年生（4年生）を対象としていることに対し、川島の実践は、「社会福祉従事者の現任訓練としての参加者」が少なかったものの、「市民大学」と称し一般の社会人をも対象としている。ゆえに、川島の指摘は、学生時代を終えた社会人をも含めたものである点に注意しておき



たい。そして、川島の実践の場自体、1994年以降の神戸市社会福祉協議会における実践であったことから、震災直後にある当時の状況をふまえば、「特に阪神大震災以降、心的外傷を体験された受講者も多くおられるので、受講者の背景などを把握し、PTSD などへの対応も充分考慮する必要があるかと思われる。」という指摘の重要性も見のがすことはできないであろう。

たとえば心理療法は、本来、被治療者に対する治療や症状の軽減を目的としていることに対し、「自己覚知」はそれを本来の目的としていない。ゆえに「自己覚知」を行う者と被治療者を混同させてしまうような誤解を招くことは、絶対に避けなければならない。黒岩、川島両者のように「自己覚知」を行う者に対する注意事項を適切に記述した文献が非常に少ない背景として、その記述方法の難しさもあるように見受けられる。しかし、筆者は、両者の指摘こそ、「自己覚知」の方法論を考察する上で最も忘れてはならないことと考えている。

### 3. 3 「自己覚知」の方法論と心理療法の注意事項

心理療法には複数の注意事項があり、それを吟味することによって実践が行われている。ゆえに「自己覚知」に心理療法的技法を用いる場合はもとより、心理療法に同じく自分自身に気づき自分自身を知るという「自己覚知」の方法論全般においても、心理療法の注意事項をおさえておくべき必要があると言える。この心理療法の注意事項については、安藤治が心理療法のアプローチの解説とともにその一部を端的にまとめているので抜粋しておきたい。

心理療法のアプローチは、一般的に大きく二つに分けて考えることができる。一つは、無意識に抑圧されたものを浮上させ、それを意識に取り入れることが治療作用をもつとする「抑圧解除的技法 (uncovering technique)」。フロイトの精神分析の考えに立つものだが、「神経症レベル」と呼ばれるたいの心理的病いには、基本的にこのアプローチが取られる。

しかし、一般の神経症レベルよりもより重い障害をもつと考えられる、たとえば「境界例」などの病いの場合には、この抑圧解除的な方法はむしろ有害になると考えられている。それらの病いにおいては、そうした方法に耐えられるだけの十分な自我の強さが形成されていないことがまず一番の問題で

あり、いわばまだ抑圧が十分に行えるようなレベルには達していないことが病理を生み出している原因と考えられるからである。こうした場合には、抑圧を解除させるのではなく、むしろ必要な抑圧を強化させ、自我の構造をしつかりと作り上げるアプローチ（「構造構築的（structure building）技法」と呼ばれる）が必要になってくる。<sup>24)</sup>

つまり、心理療法における「抑圧解除的技法（uncovering technique）」と「構造構築的（structure building）技法」との違いは、心理療法とそれを受ける者との適応と非適応といった観点を明確にしている。これにより、その心理療法がどのような人に有効で、どのような人に行ってはならないのかといった点での注意を喚起できている。

「自己覚知」の方法論においてもこれら心理療法の注意事項を通して、今後は「自己覚知」とそれを行う者との適応と非適応といった観点を明確にする必要があると思われる。さまざまな「自己覚知」の方法論を紹介するだけの記述が多くを占める中で、「自己覚知」がどのような人に有効で、どのような人に行ってはならないのかといった点での注意を喚起できる記述や研究数を増やしていくことも重要な課題と言えるのではないだろうか。

### 3. 4 現実に即した「自己覚知」の方法論

筆者自身、「自己覚知」の方法論が発展することは望ましいことであると考えている。しかし、同時に「自己覚知」の方法論に応用される理論や技法が、今日、社会福祉分野の置かれている状況に即しているということが重要な点であることは言うまでもない。

荒田寛によれば、荒川に同じく「自己覚知」を「個人で実践することには困難が伴うため、スーパーバイザーの助力が望まれるのである。」と言及したうえで、しかし、「スーパーバイザーがいなくても、ソーシャルワーカーが自分自身で学習することは、日常のソーシャルワーク実践を反省していくうえで大切である。実際には、スーパーバイザーのいない職場はまだ多く、自分自身の業務や援助について反省する作業を進めるうえで、援助記録による反省や、業務分析による業務総括は可能である。<sup>25)</sup>」としている。荒田の論法は、「自己覚

知」の方法論をそれまでの「スーパーバイザーとスーパーバイジー」など二者以上で行うことありきの論法や「スーパービジョン」、「心理療法」など方法名を記すことを定型化していた論法から、むしろ個人一人でも行えることが可能な方法を自ら探ることの重要性を強調した新しい論法に変えている。少なくとも筆者が確認した文献の中で、この論法での記述は皆無に等しい。しかし、この論法こそ今日社会福祉分野の置かれている状況に即したものであり、筆者自身、今後、このような論法やこのような視点からの考察も大切にしたいと考えている。

## おわりに

本稿の執筆を経て、「自己覚知」に対する様々な考察の整理を試みたが、様々な考察が存在するその状況だけでも、「自己覚知」ということばの重要性が見出せたように思う。ただし、「自己覚知」の概念に対する考察で述べたように、筆者自身、その概念自体の解釈には依然考察の余地があると考えている。その中で、今日においては、「自己覚知」の拡充に方向性を持った記述が多く散見できる印象を持った。しかし、「自己覚知」の拡充は、社会福祉分野における整った体制と高い水準に達した援助者の上にあることを忘れてはならない。「スーパービジョン」や「心理療法」を用いた「自己覚知」は、決して一人では行えず、二人以上の者がいてこそその方法論となる。荒田が、「実際には、スーパーバイザーのいない職場はまだ多く」と指摘するように、「自己覚知」の拡充は、社会福祉分野における体制の拡充とも密接に関係してくる。また、尾崎の述べた「自己活用」も、尾崎自身、「いかなる援助者も個性を活用する前に、基礎的な臨床技術や原則だけは身につける必要がある。また、援助に関する知識や価値観も、援助を進める際に前提となるものである。これらを見無視し、個性の活用ばかりに熱中したのでは、援助全体にバラつきが生まれ、公平性と均質性を維持することができない。」<sup>26)</sup>と言及しており、スーパーバイザーの立場に同じく、援助者の水準が一定の高さに達してこそその概念と言える。

今後、「自己覚知」に対する研究は、本稿で述べたその概念における点・その必要性における点・その方法論における点という三点からの考察をはじめ、

援助に対するミクロな視点からの考察のみならず、体制的な問題などをふまえた日本の社会福祉分野が置かれている現状に対するマクロな視点からの考察も必要になると思われる。

▶ 注

- 1) 大塚達雄「自己覚知」仲村優一ほか編『現代社会福祉事典（改訂新版）』全国社会福祉協議会，1988年，202頁
- 2) 新村出編『広辞苑（第5版）』岩波書店，1998年
- 3) 金田一京助・山田忠雄ほか編『新明解国語辞典（第四版）』三省堂，1989年
- 4) 前掲書，新村出，1156頁
- 5) 大塚達雄『ソーシャルケースワーク——その原理と技術——』ミネルヴァ書房，1960年，24-27頁
- 6) 高橋五江「社会福祉援助職の自己覚知について」『淑徳大学研究紀要』第28号，1994年，163-177頁
- 7) 北本佳子「障害者に対する福祉専門職の援助の方向——ソーシャルワーク研究における自己覚知概念の展開から——」『リハビリテーション研究』（日本障害者リハビリテーション協会）第87号，1996年，25-29頁
- 8) F. P. バイステック著，田代不二男・村越芳男訳『ケースワークの原則——よりよき援助を与えるために——』誠信書房，1965年（Felix P. Biestek, *The case-work relationship*, Loyola University Press, 1957.）
- 9) 前掲書，新村出，474頁
- 10) 仲村優一『ケースワーク』誠信書房，1964年
- 11) 沼崎誠「自己確認（self-verification）」中島義明ほか編『心理学辞典』有斐閣，1999年，328頁
- 12) 前掲書，新村出，474頁
- 13) 川村隆彦「第1章 社会福祉専門職と社会福祉援助活動 第2節 社会福祉専門職の価値と倫理」福祉士養成講座編集委員会編集『新版 介護福祉士養成講座5 社会福祉援助技術（第3版）』中央法規出版，2006年，26頁
- 14) 松原康夫「第2章 個別援助技術の展開過程 第1節 個別援助技術における過程の意味」福祉士養成講座編集委員会編集『新版 社会福祉士養成講座9 社会福祉援助技術Ⅱ（第2版）』中央法規出版，2003年，42頁
- 15) 足立叡「I ナルシズムと良心的エゴイズム」早坂泰次郎編著『〈関係性〉の人間学——良心的エゴイズムの心理——』川島書店，1994年，11-29頁
- 16) 佐藤豊道「第6章 社会福祉援助技術と直接・間接援助技術の関係 第1節 社

- 会福祉援助技術の基本原理・原則」福祉士養成講座編集委員会編集『新版 社会福祉士養成講座 8 社会福祉援助技術 I (第2版)』中央法規出版, 2003年, 192頁
- 17) 尾崎新『ケースワークの臨床技法——「援助関係」と「逆転移」の活用——』誠信書房, 1994年, 160-172頁
- 18) 荒川義子「自己覚知」日本社会福祉実践理論学会編『社会福祉基本用語辞典』川島書店, 1996年, 67頁
- 19) 河崎洋充「自己覚知」成清美治・加納光子編集代表『現代社会福祉用語の基礎知識 (第3版)』学文社, 2003年, 80頁
- 20) 高橋重宏「第1章 社会福祉専門職と社会福祉援助活動 第1節 専門性の構造とその要素」福祉士養成講座編集委員会編集『新版 介護福祉士養成講座 5 社会福祉援助技術 (第3版)』中央法規出版, 2006年, 23頁
- 21) 大津雅之「適切な自己覚知を考える(1)——拡大する定義と今日の教育内容の整理——」『花園大学社会福祉学部研究紀要』第16号, 2008年, 97-109頁
- 22) 黒岩晴子「社会福祉専門職の資質向上をめざして——社会福祉学演習の試み——」『福祉教育開発センター紀要』(佛教大学福祉教育開発センター) 第3号, 2006年, 1-13頁
- 23) 川島恵美「自己覚知や対人感受性の養成を目的とした社会福祉援助技術演習プログラムの開発——神戸市社会福祉協議会市民福祉大学ヒューマンサービスコース初級プログラムの開発——」『関西学院大学社会学部紀要』第80号, 1998年, 69-81頁
- 24) 安藤治『ZEN 心理療法』駿河台出版社, 2005年, 124-125頁
- 25) 荒田寛「第2章 精神障害者に対する社会福祉援助活動の目的・価値・原則および諸過程と共通課題 II 社会福祉援助活動の原則」柏木昭・大野和男・荒田寛編集代表『改訂第3版 精神保健福祉士養成セミナー 第5巻 精神保健福祉援助技術総論』へるす出版, 2005年, 56頁
- 26) 前掲書, 尾崎新