

社会構成主義を理解・実践する

(2)社会構成主義を平易に理解する



渡部 昌平

秋田県立大学
総合科学教育研究センター
准教授

前回に引き続き社会構成主義です。社会構成主義には「とつつきにくさ」があるように感じます。どうにか分かりやすく理解できないものでしょうか。

社会構成主義では「我々は客観的事実の世界に生きているのではなく、経験に意味づけをして自らのストーリーを作り、そのストーリーに従って人生を送る」と考えます(図1)。社会構成主義カウンセリングでは、クライエントの「そのストーリー」を未来の適応に向けて再確認・再構成するプロセスを重視します。

「そのストーリー(ドミナント・ストーリー)」はその時点では適応的であったかもしれませんが。しかし変化の時期には、問題や障害として顕れるかもしれません。その時に現在の問題や

いろいろなエピソードがあるはずが

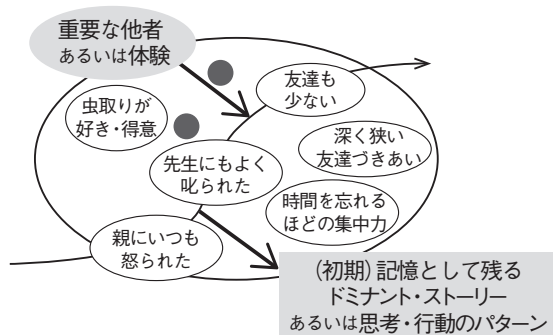


図1 ドミナント・ストーリーに縛られるクライエント

「あつて欲しい未来」から再構築

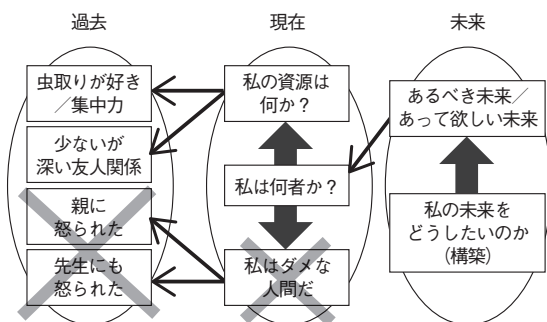


図2 社会構成主義アプローチのイメージ

過去の問題の原因に焦点を当てるのではなく、未来のあつて欲しい姿をイメージして現在・過去を再構築していくのが、社会構成主義カウンセリングであるというふうに認識しています(図2)。「今、自信がないから何もしない」ではなく「未来に自信を持ちたいから今、何かをする」、「将来が不安で今、何もできない」ではなく「将来に不安がないように、今何かをする」と考えていくのです。

「つらい生活環境だった」(ネガティブな環境)は、「そんな環境でもやってきた」(ポジティブな能力)かもしれません。コンプレックス(ネガティブな資源)は、同時にモチベーション(ポジティブな資源)かもしれません。クライエントにとって何が大切で、何が大切でないのか? 何が使えるのか? ほかにも方法はないのか? そう問うていくのが、社会構成主義カウンセリングだと考えています。実は日常生活ではドミナント・ストーリーからはみ出した価値観や人生観が積み出していることも少なくありません(図3)。

ですからキャリア選択の場面では「尊敬する人(ロールモデル)」「好きなテレビ番組・雑誌」「好きな言葉・モットー」などの質問を通じて、本人が大切にしている仕事観・人生観を引き出すことが重要なのです。

※引用文献

・渡部昌平(2016)『はじめてのナラティブ/社会構成主義キャリア・カウンセリング』川島書店

一方で日常の行動では?

「ドミナント・ストーリー」と異なる思考・行動も

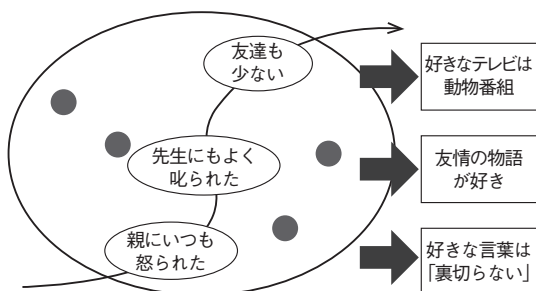


図3 日常の行動では?