

平成 27 年度 卒業論文

選択理論心理学に基づいた
カウンセリングの有用性

法政大学 理工学部 経営システム工学科

経営数理工学研究室

2016 年 2 月

12x4109 武川 広樹

指導教員 五島 洋行 教授

学科名	経営システム工	学籍番号	12x4109
申請者氏名		武川 広樹	
指導教員 氏名		五島 洋行	

論文要旨

論文題目	選択理論に基づいたカウンセリングの有用性
------	----------------------

本研究では、選択理論心理学に基づいたカウンセリングの有用性について偏差値とカウンセリングの点数を分析することで示していく。またこのカウンセリングが理想としているターゲットとなる生徒を明確にして、よりこのカウンセリングの有用性を強めていく。そのために、学習塾『ステップアップゼミ』で生徒に偏差値とカウンセリングの調査を行った。そのデータをもとに、カウンセリングの数値と偏差値の伸びを分析し、カウンセリングと偏差値の伸びには相関があり 1 次式で示すことができた。また、生徒を分類しカウンセリング項目ごとに分類することでこのカウンセリングの理想の生徒ターゲットが明確になった。

目次

第1章 はじめに	1
1.1 研究背景	1
1.2 研究動機	1
1.3 研究の目的	1
第2章 選択理論心理学の知識	2
2.1 選択理論心理学について	2
2.2 選択理論に基づいたカウンセリングの質問項目	3
第3節 調査手法と得られたデータ	6
3.1 調査内容	6
3.2 調査期間と対象者	6
3.3 調査結果データ	7
第4章 分析手順	9
4.1 単回帰分析	9
4.2 PPM法(プロダクト・ポートフォリオ・マネジメント)	9
4.4 カウンセリング項目ごと分析	10
第5章 分析結果	11
5.1 単回帰分析結果	11
5.2 PPM法による分析	14
5.3 カウンセリング項目ごとの分析	21
5.4 分析結果考察	エラー! ブックマークが定義されていません。
第6章 終わりに	25
参考文献	25
付録	26

第1章 はじめに

本章では、現在の心理学の背景を踏まえ、この研究をなぜ行おうと思ったのか、何のためにやっているか、この研究を行う目的を言及する。

1.1 研究背景

現在、心理学には様々な心理学が提唱されている。行動心理学や認知心理学など様々な分野の心理学が存在している。その中で現在注目を集めているのは、1996年にアメリカの精神科医のウィリアム・グラッサー博士が提唱した選択理論心理学である。以下、選択理論と呼ぶ。現在、選択理論は世界63カ国に広まっており、アメリカ・カナダで特に普及されている。この選択理論は「人の行動のメカニズム」を分析した心理学であり、「すべての人間の行動は自らが選択した結果である」とみなす心理学である[1]。現在この選択理論は教育界に多くの影響を及ぼしており、選択理論を土台とした学校であるクオリティスクールが世界各地で創設されている[2]。

1.2 研究動機

私は将来、この選択理論を土台とした教育を通し、子供達を教育していきたいと考えている。また、この選択理論を世界中の人々に広めていきたいと考えている。この教育が子供達にとってどのような効果をもたらすのか。データで検証していくことを通して定量的にこの教育の有用性について調べていきたいと思い、この研究に着手している。

1.3 研究の目的

本研究の目的は、生徒の偏差値とカウンセリングとの関係を調べ、どのような生徒にこのカウンセリングが効果的であるかという検証を通し、選択理論に基づいたカウンセリングの有用性を示していくことである。

第2章 選択理論心理学の知識

本章ではこの研究で分析をする対象となっている選択理論の知識について言及していく。また、選択理論に基づいたカウンセリングについても言及する。

2.1 選択理論心理学について

第一章では、この選択理論の歴史について簡単な説明をした。ここでは選択理論が具体的にどのような心理学なのかということについて触れる。選択理論は人間の行動のメカニズムを解析した心理学であり、人がいかになぜ問題行動を起こしてしまうのかということの説明している心理学である。選択理論は「すべての人間の行動は自らが選択した結果である」とみなす心理学である。人は外側からの刺激によって動機づけられると考えずに、人は内側から動機づけられるとする。この内側から人を動機づけるものを「5つの基本的欲求」と呼び、遺伝的に持っている欲求である。人は自分の基本的欲求を満たすために行動をしているが、行動を選択できるのは自分だけなので、他人に行動を直接選択させることはできない。選択理論では「人間関係をより良くする7つの習慣」といわれているが、こういった行動で他者と関わった結果、基本的欲求を満たしながら、他者との良好な人間関係を築く行動を選択することができる。選択理論では、「人は自らの願望に向かって行動している」と考えている。人は自らが求めているものに向かって思考と行動を管理し、願望実現のために最も効果的な選択をしている。ここでいう「願望」とは、選択理論の専門用語で「上質世界」を指している。学習塾『ステップアップゼミ』では、子どもたちの上質世界と子どもたちの夢を繋げ、今の勉強と夢への一貫性を通す教育をおこなっている。

2.2 選択理論に基づいたカウンセリングの質問項目

3ヶ月につき1回,子どもたち一人ひとりと1時間面談を行う.この面談でこの選択理論に基づいたカウンセリングをしていく.この面談の目的は子どもたちの願望の明確化と目標設定,その目標達成のコミットメントを強めることである.図1は選択理論に基づいたカウンセリングの質問項目である.

- ①あなたは誰のために勉強していますか？
- ②あなたは何のために勉強していますか？
- ③あなたの夢はなんですか？
- ④その夢はいつ叶えたいですか？
- ⑤夢を叶えるためにどんな大学、または専門学校にきますか？
- ⑥夢を叶えるためにどんな高校に行きますか？
- ⑦今現在、その夢に向けて何%頑張っていますか？
- ⑧〇%のできていることはなんですか？
- ⑨残り〇%の伸びしろはどんなところですか？
- ⑩〇高校に進学し、夢を叶えるために次のテストでは何点をとりますか？
- ⑪〇点の目標を達成するために、この1ヶ月何をしますか？
- ⑫〇点の目標を達成するために、この1週間何をしますか？
- ⑬〇点の目標を達成するために、今日何をしますか？
- ⑭何か先生に力になれることはありますか？

図 1 選択理論に基づいたカウンセリング質問項目

このカウンセリングの質問項目の特徴には大きく分けて3つある。

(i)夢や目標を明確にする項目

この項目は、図1の質問項目①～⑥である。この質問では将来の夢や自分が行きたい志望校を明確にする。いわゆる選択理論でいう願望を明確にしていく。この質問の目的は二つある。一つは、将来の夢や勉強を頑張る理由を明確にして自分が何のために勉強をするのかという目的を明確にしていくこと。二つ目は、将来の夢から逆算して本質的に将来の志望校を描くということである。

(ii)現状を分析し、もっと良くなることを明確にする項目

この項目は、図1の質問項目⑦～⑨である。この質問では生徒に理想に対しての自己評価を起こし、もっとよくできることを明確にする。この質問の目的は二つある。一つは現状を分析することである。現状を分析することで、改めて自分の夢や志望校に対しての現在地を知ることができる。もう一つは、これから何をすべきかということを確認することである。現状を分析した上でこれからすべきことを挙げることで理想に対してすべきことが明確にわかる。

(iii)具体的な目標や計画を明確にする項目

この項目は、図1の質問項目⑩～⑭である。この質問では目標設定をした上で目標に対しての勉強のプランを立てていく。この質問の目的は二つある。一つは志望校に対してテストの目標点数を決めること。志望校の合格者平均点を見せた上で、具体的に教科別に次のテストでの目標点を明確にしていく。もう一つは、計画を立てることである。長期・中期・短期で計画を立てていく。また、最後に先生に力になれることを聞くことで求めていることをさらに明確にして次回のカウンセリングや塾での関わりに気をつける手段としている。

14項目の質問について個別に回答させた。その回答につき2, 1, 0点の3段階で評定する。その観測対象データを表1に示す。

表 1 カウンセリングの評価基準

評価点数 ○…2点 ○…1点 ×…0点
①あなたは誰のために勉強していますか？ ○自分 ×未回答・それ以外
②あなたはなんのために勉強していますか？ ○夢から一貫した解答 △目先の目標 ×他人・未解答・わからない
③あなたの夢はなんですか？ ○具体的に決めている △抽象的・決まっていない ×未解答・反社会的・非現実的
④その夢はいつ叶えますか？ ○具体的に期限を決めている △曖昧 ×未解答・わからない
⑤その夢を叶えるためにどんな大学に行きますか？ ○夢から一貫した大学 △理由が曖昧 ×未解答・わからない
⑥その大学に行くためにどんな高校に行きますか？ ○夢・目的が明確になっている △理由が曖昧 ×未解答・わからない
⑦その高校に行くために今何%頑張っていますか？ ○言い切っている △～%くらい ×未解答
⑧ %できているところはどんなところですか？ ○具体的に言える △曖昧な解答 ×未解答
⑨残り %の伸びしろの部分はどんなところですか？ ○具体的、ポジティブな表現 △ネガティブ・曖昧な表現 ×未解答
⑩高校に合格するために、次回のテストは何点取りますか？ ○明確に言い切っている・意欲的 △曖昧、自信が無い ×未解答
⑪目標を達成するために、この1ヶ月でなにをしますか？
⑫目標を達成するために、この1週間でなにをしますか？
⑬目標を達成するために、今日なにをしますか？ ○具体的かつ現実的 △抽象的かつ非現実的 ×未解答
※上記の3題は共通
⑭なにか先生に力になれることはありますか？ ○具体的 △抽象的 ×未解答

第3節 調査手法と得られたデータ

本章では、調査をどのように行ったかについて述べていく。また、その調査したデータをまとめたデータについてもここにあげていく。

3.1 調査内容

3ヶ月ごとの千葉県統一テストの成績の推移を追う。なお、テストの難易度によって点数は上下するため、今回の研究では「偏差値」を追うこととする。また、選択理論を基にしたカウンセリングを定期的に行い、その様子をまとめる。

3.2 調査期間と対象者

2014年4月～2015年3月の9ヶ月行う。ステップアップゼミに通う中学3年生15名（男子9人、女子6人）を対象とする。

3.3 調査結果データ

本研究で用いた生徒15名のデータについて説明していく。

y は偏差値である。4月, 7月, 10月, 1月の偏差値をそれぞれ $y_{4月}, y_{7月}, y_{10月}, y_{1月}$ とする。3ヶ月ごとの偏差値の伸びを $\frac{dy}{dt}$ とする。2014年4月から2015年1月の偏差値の中で一番大きい偏差値を y_{max} とする。

表2は, A~Oの計15人の4月から1月にかけて3ヶ月ごとの偏差値の推移である。この偏差値は千葉県統一テストの偏差値を基に観測したデータである。

表 2 対象生徒の偏差値の推移

対象		2014年			2015年	伸びの指数	最大値と4月との差
生徒	性別	$y_{4月}$	$y_{7月}$	$y_{10月}$	$y_{1月}$	$\frac{dy}{dt}$	$y_{max} - y_{4月}$
A	女	54	56	56	57	0.9	3
B	男	40	40	42	42	0.8	2
C	女	36	39	42	45	3	9
D	男	48	50	47	52	0.9	4
E	男	48	51	54	52	1.5	4
F	女	56	57	57	57	0.3	1
G	男	45	50	50	53	2.4	8
H	女	52	54	55	56	1.3	4
I	男	50	50	49	51	0.2	1
J	男	48	49	50	52	1.3	4
K	男	52	53	55	57	1.7	5
L	女	41	45	44	47	1.7	6
M	男	56	56	58	59	1.1	3
N	女	54	54	55	53	0.1	1
O	男	49	51	52	55	1.9	6
平均		48.6	50.3	51.1	52.5	1.27	4.06

x は偏差値である. 4月, 7月, 10月, 1月の偏差値をそれぞれ $x_{4月}, x_{7月}, x_{10月}, x_{1月}$ とする. 3ヶ月ごとの偏差値の伸びを $\frac{dx}{dt}$ とする.

2014年4月から2015年1月の偏差値の中で一番大きい偏差値を x_{max} とする.

表3は選択理論に基づいたカウンセリングを4月から1月にかけて3ヶ月ごとに行ったデータである.このカウンセリングの数値は表1の採点基準を基に点数を集計して作成した.このデータを基に第5章で分析をしていく.

表 3 対象生徒の選択理論に基づいたカウンセリングの得点推移

対象		2014年			2015年	伸びの指数	最大値と4月との差
生徒	性別	$x_{4月}$	$x_{7月}$	$x_{10月}$	$x_{1月}$	$\frac{dx}{dt}$	$x_{max} - x_{4月}$
A	女	20	20	24	25	1.9	5
B	男	9	9	12	11	0.9	2
C	女	12	15	24	27	5.2	15
D	男	7	9	18	19	4.5	12
E	男	14	15	25	26	4.6	12
F	女	23	24	26	26	1.1	3
G	男	12	13	23	24	4.6	12
H	女	18	17	25	28	3.8	10
I	男	8	8	11	12	1.5	4
J	男	13	16	25	17	2.1	12
K	男	14	19	27	28	5	14
L	女	7	9	19	21	5.2	14
M	男	18	21	27	28	3.6	10
N	女	17	19	20	20	1	3
O	男	10	11	22	25	5.6	15
平均		13.5	15.1	21.9	22.5	3.37	9.54

第4章 分析手順

本章では、本研究の目的を果たすための分析の手順について述べていく。まず 3.3 で示したデータを基に単回帰分析をして相関関係を調べていく。次に、具体的にどのような生徒にこのカウンセリングが有用であることを示すために PPM 法で使うフレームワークを基に分析を行い、対象のデータを様々な角度で分類していく。そして、具体的にどのような生徒にカウンセリングが有用であるかについて示していく。そのために、カウンセリングの項目ごとの分析も行い、偏差値に密接な関係があるのはどの項目なのかという分析を行うことを通し、ターゲットをより明確にしていく。その手順について本章で述べていく。

4.1 単回帰分析

単回帰分析とは 1 つの説明変数と目的変数の関係を求め、説明変数から目的変数を推定することができる分析手法である。この単回帰分析をする目的は二つある。一つは偏差値と選択理論に基づいたカウンセリングの伸びのデータが互いに相関しているかどうかを調べるといふこと。もう一つは相関係数を求め、偏差値と夢カウンセリングにはどのような相関関係があるのかということを示していくということである。

4.2 PPM で用いるフレームワークを用いた分類

PPM 分析とは一般的には事業管理の手法である。図 2 のように、市場におけるシェアと市場の成長率を見て、ポジショニングを分析するマーケティングの一つの手法である。本研究ではこの PPM 分析で用いている対象を 4 つに分けるフレームワークを通し、生徒の特徴ごとに生徒を分類していく。この分類を通し、どのような生徒にカウンセリングが有用であるかという生徒のターゲットをより明確にしていく。



図 2 PPM 分析で用いるフレームワーク

4.3 カウンセリング項目ごと分析

カウンセリングを 2.2 で示したように 3 つの項目ごとに分けて分析をしていく。この分析の目的はカウンセリングの 3 つの項目がどのように偏差値と相関しているかを示すことを通し、カウンセリングが効果的な生徒を明確にしていくことである。

第5章 分析結果

本章では、第4章で示した分析手順で得られる結果について述べていく。結果については図や表で示していく。また、それぞれどのような数値を得られたかどうかについては適宜検証を行う。

5.1 単回帰分析結果

(1) $y_{max} - y_{4月}$ と $x_{max} - x_{4月}$ を用いた単回帰分析

4月から最大の伸びの数値について検証することで生徒がカウンセリングによってどれくらい偏差値を伸ばしていくかという数値を表している。つまり、カウンセリングの数値を伸ばすと偏差値はどれくらい伸びるかという相関を示している。

表 4 (1)の回帰分析結果

回帰係数(a)	0.430
切片(b)	-0.279
決定係数	0.708
F 値	31.3
p 値	6.94×10^{-5}

単回帰分析の結果、決定係数が 0.708 となった。また P 値は 6.94×10^{-5} と有意水準 1% で棄却する。得られた式は

$$Y_1 = 0.430X_1 - 0.279 \quad (Y_1 = y_{max} - y_{4月}, X_1 = x_{max} - x_{4月})$$

となった。この結果を基に、回帰直線を引いた図が図3である。

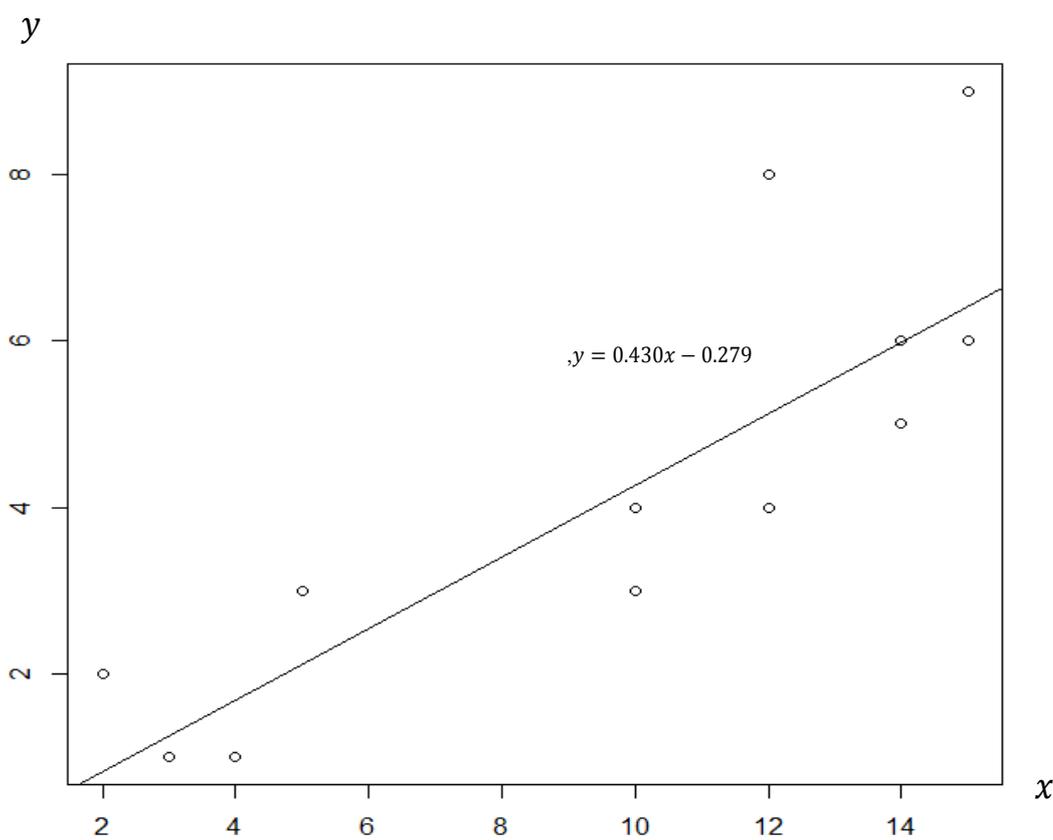


図 3 (1)のプロットと回帰直線

(2) $\frac{dy}{dt}$ と $\frac{dx}{dt}$ を用いた分析

3ヶ月ごとにカウンセリングと偏差値はどれくらい伸びたのかという数値を表している。この数値を分析することで3ヶ月単位でカウンセリングの数値を伸ばすと偏差値がどれくらい伸びるかという相関を求めることができる。

表 5 (2)の回帰分析結果

回帰係数(a)	0.370
切片(b)	0.024
決定係数	0.651
F 値	24.2
p 値	2.84×10^{-4}

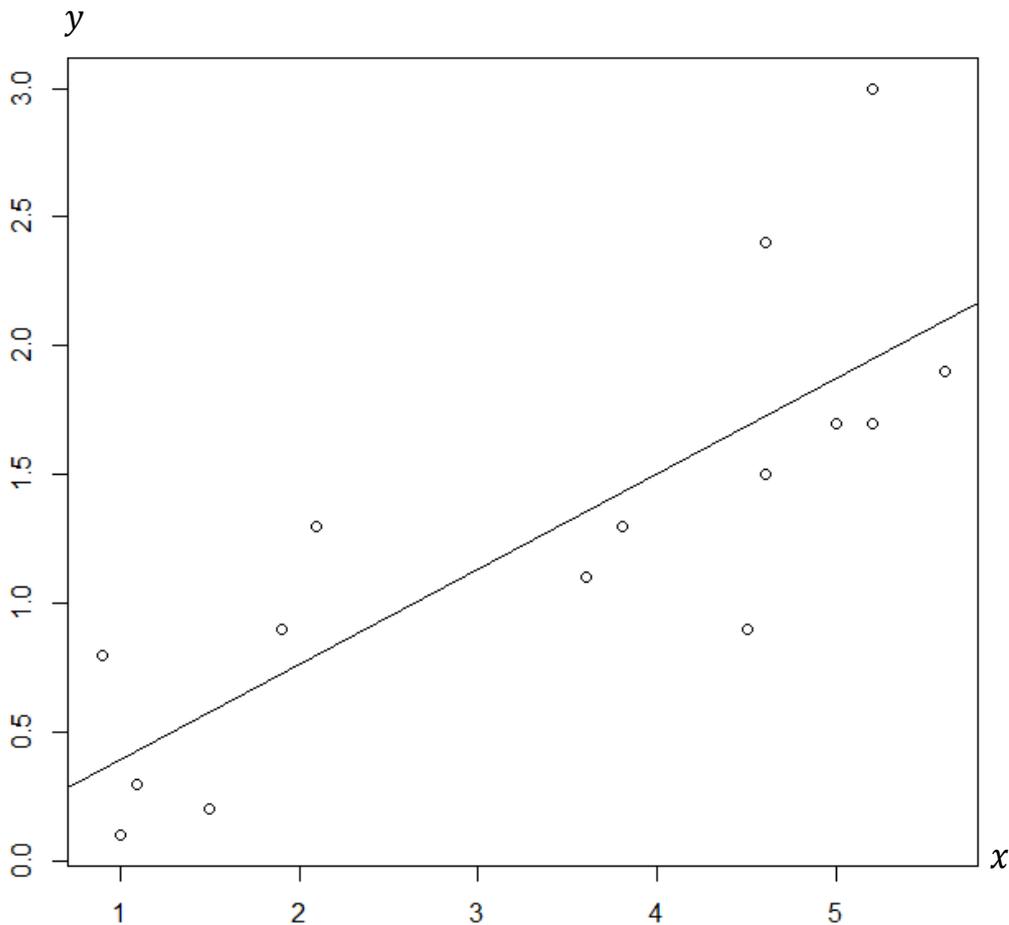


図 4 (2)のプロットと回帰直線

単回帰分析の結果,決定係数が 0.6505 となった.また P 値は 2.84×10^{-4} .つまり,有意水準 1%で棄却する.得られた式は

$$Y_2 = 0.3704X_2 + 0.024 \quad (Y_2 = \frac{dy}{dt}, X_2 = \frac{dx}{dt})$$

図 4 はこの結果を基に回帰直線を引いた図である.

(1)と(2)より偏差値とカウンセリングの伸びの関係を示すことができ,直線で表すことができた.この結果から生徒のカウンセリングの結果は偏差値と相関があるということがわかった.

5.2 PPM で用いるフレームワークによる分類

PPM を用いる目的はどのような人にこのカウンセリングが有用であるかというターゲットを明確にすることである。ターゲットを明確にするために4つの分類をしていく。

① $x_{4月}$ と $y_{4月}$ の関係

この研究の計測を始めた時の生徒カウンセリングと偏差値の数値の状態を考える、図5から初期の状態では大きく分けて二つに分類される。第一象限のグループは2013年4月の状態で偏差値もカウンセリングの数値も比較的高いグループである。第三象限のグループはカウンセリングの数値も偏差値も低いグループに分類される。

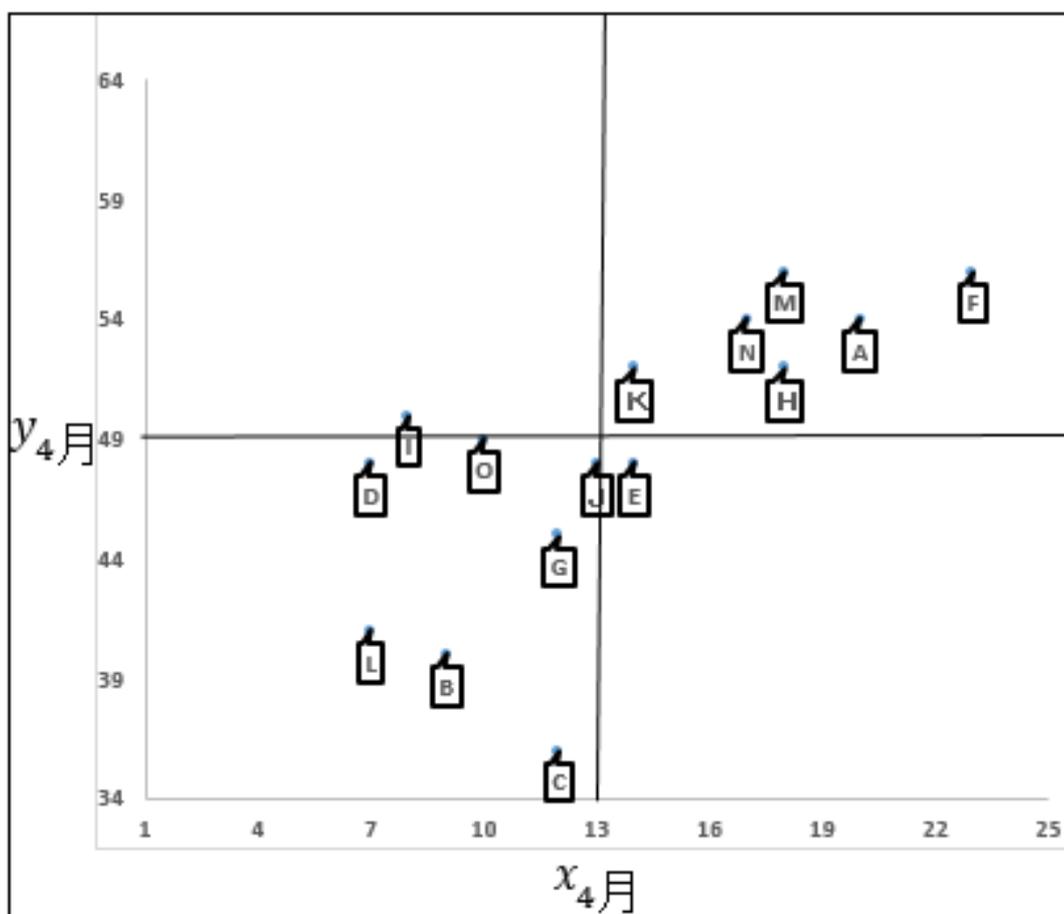


図5 $x_{4月}$ と $y_{4月}$ の関係

② $x_{4\text{月}}$ と $\frac{dx}{dt}$ の関係

$x_{4\text{月}}$ と3ヶ月ごとのカウンセリングの数値の伸びとの関係を示していく。4月の段階でどのような生徒がカウンセリングを伸ばしているのか。または、伸びていない生徒は元々、カウンセリングの数値はどうであったかということに関して明確にしていく。

図6は $x_{4\text{月}}$ と $\frac{dx}{dt}$ の関係を表した図である。図4で第一象限にいたグループは基本的に第4象限に移動している。また、図4で第3象限にいたグループも基本的に第2象限に移動している。偏差値もカウンセリングの数値も高い生徒はカウンセリングの伸びが小さく、偏差値もカウンセリングの数値も低い生徒はカウンセリングが大きく伸びていることがわかる。

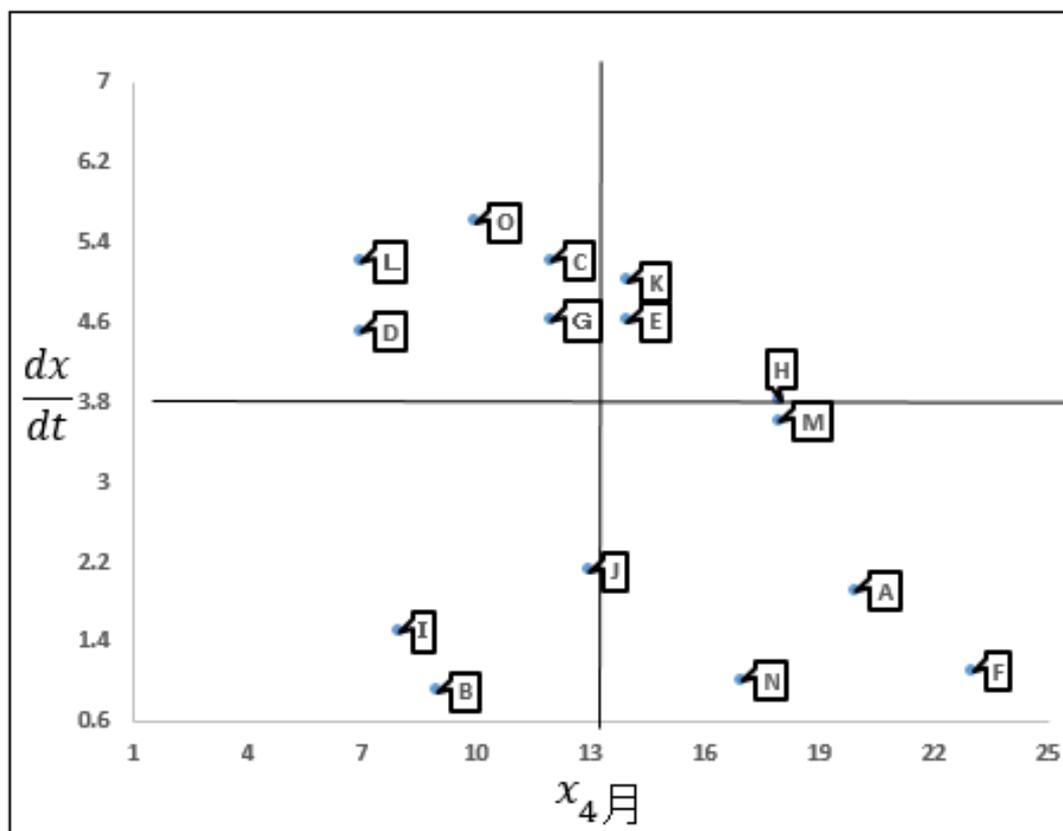


図6 $x_{4\text{月}}$ と $\frac{dx}{dt}$ の関係

③ $y_{4月}$ と $\frac{dy}{dt}$ の関係

$y_{4月}$ と3ヶ月ごとの偏差値の数値の伸びとの関係を示していく。4月の段階でどのような生徒が偏差値を伸ばしているのか。または、伸びていない生徒はもともと偏差値の数値はどれぐらいだったのかということに関して明確にしていく。

図7より、図6でカウンセリングの伸びの数値が高かったC,E,G,K,L,Oの偏差値の伸びが中間値の1.3を超えている。また、図6でカウンセリングの伸びが低かったB,N,F,I,Aの偏差値の伸びは中間値の1.3を下回った。MとHは互いにカウンセリングの伸びは中間値程の伸びであったが、偏差値の伸びもおおよそ中間値程の伸びであった。以上より、カウンセリングの伸びが高い生徒ほど偏差値の伸びが高くなっていて、カウンセリングの伸びが低い生徒ほど偏差値の伸びが低くなっていることがわかる。

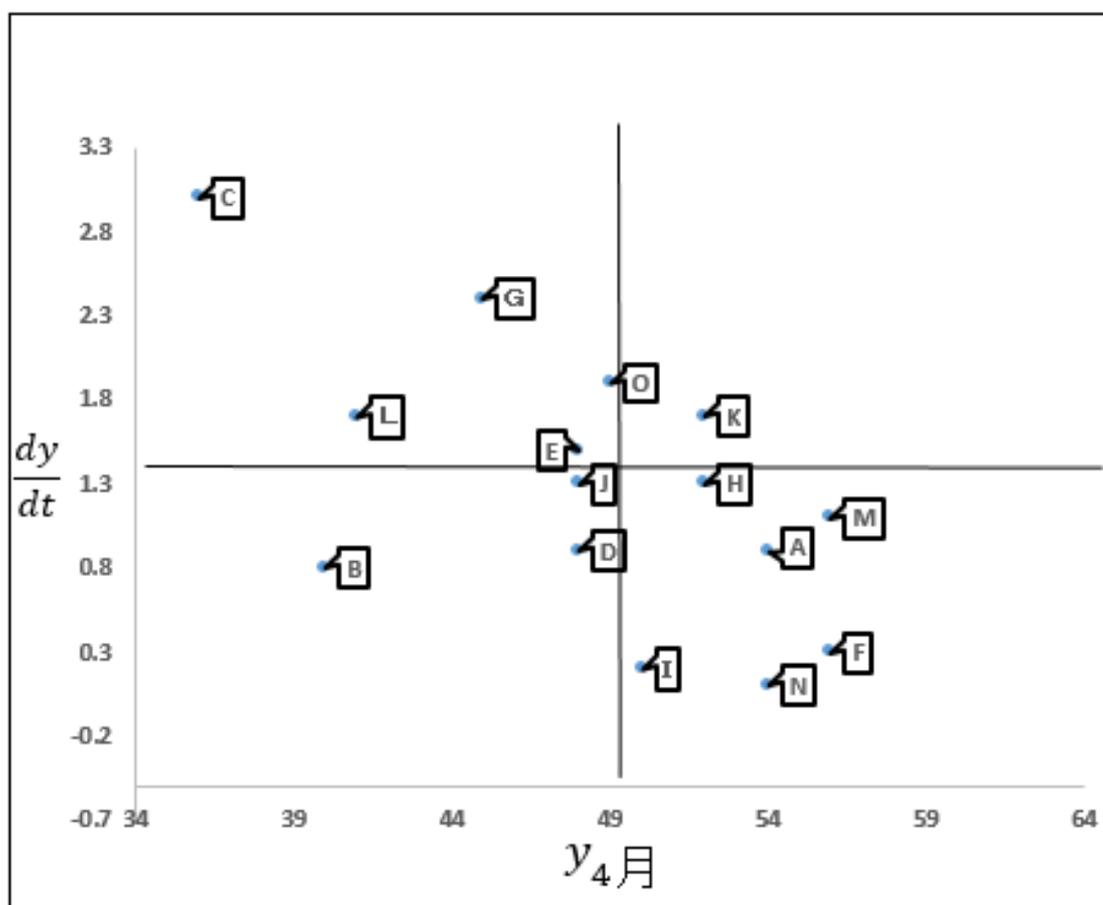


図7 $y_{4月}$ と $\frac{dy}{dt}$ の関係

④ $\frac{dx}{dt}$ と $\frac{dy}{dt}$ の関係

3ヶ月ごとの偏差値の数値の伸びとカウンセリングの数値の伸びの関係を示していく。図8より、大きく分けて3つに分類される。飛躍的にカウンセリングの数値を伸ばし、偏差値も伸ばしたグループ。カウンセリングの伸びが少なく、偏差値もあまり伸びなかったグループ。そしてどちらにも当てはまらないグループがある。

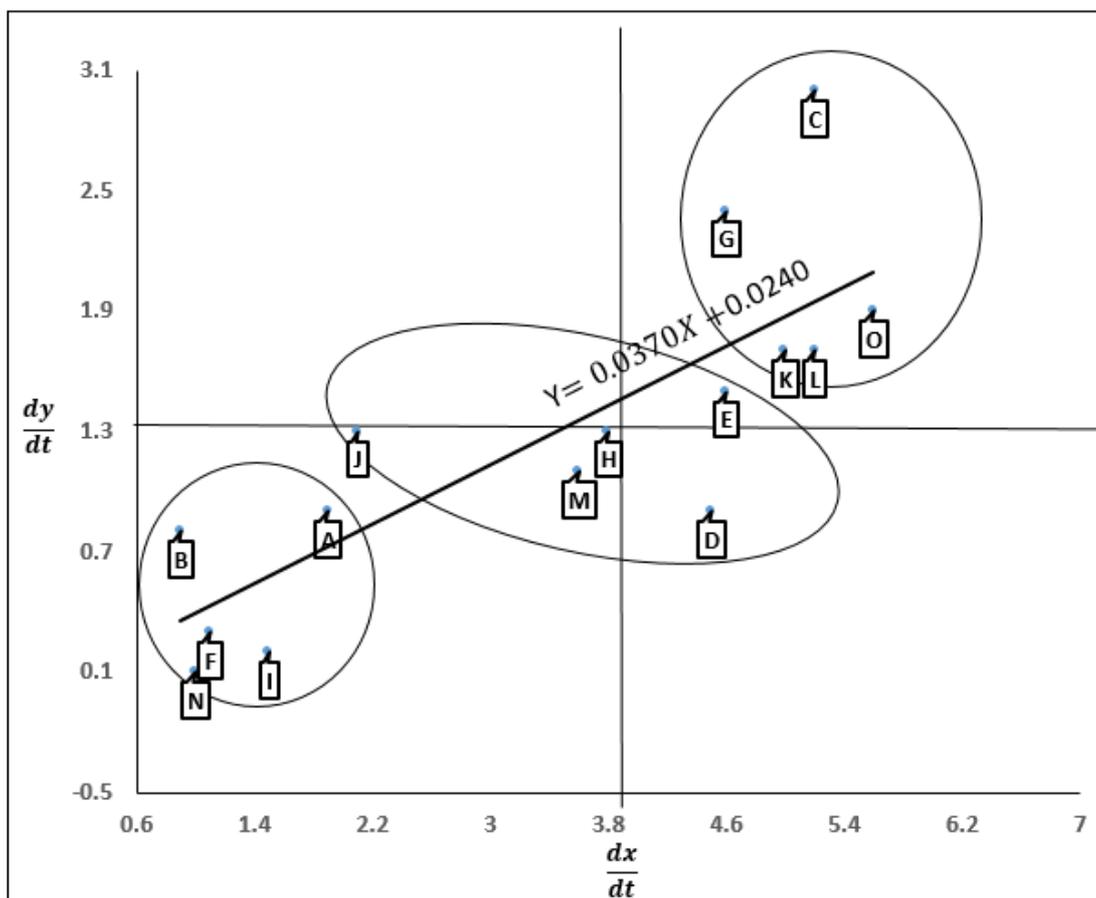


図 8 x との関係

表 6 PPM 分析の結果

	①	②	③	④
A	1	4	4	3
B	3	3	3	3
C	3	2	2	1
D	3	2	3	4
E	4	1	2	1
F	1	4	4	3
G	3	2	2	1
H	1	3	4	3
I	2	3	4	3
J	3	3	3	3
K	1	1	1	1
L	3	2	2	1
M	1	4	4	3
N	1	4	4	3
O	3	2	2	1

①～④の分類を表 6 でまとめる。各生徒が①～④の分類で第何象限にいたのかということについて表 6 では示している。第一象限にいるのであれば 1 と算用数字を用いて簡略化して表にまとめている。

(I) α グループ

表 7 α グループの分析データ

		偏差値		カウンセリング		PPM 分析			
生徒	性別	4月	dy/dt	4月	dx/dt	①	②	③	④
A	女	54	0.9	20	1.9	1	4	4	3
B	男	40	0.8	9	0.9	3	3	3	3
F	女	56	0.3	23	1.1	1	4	4	3
I	男	50	0.2	8	1.5	2	3	4	3
N	女	54	0.1	17	1	1	4	4	3
平均		50.8	0.46	15.4	1.28				

4月の段階でカウンセリングも偏差値も大きかったグループである。PPM分析の結果、全て④で第三象限にいる。全体平均と比べ偏差値とカウンセリングの伸びは小さい。つまり、 α グループはカウンセリングの数値も偏差値もあまり伸びなかったグループである。

(II) β グループ

表 8 β グループの分析データ

		偏差値		カウンセリング		PPM 分析			
生徒	性別	4月	dy/dt	4月	dx/dt	①	②	③	④
D	男	48	0.9	7	4.5	3	2	3	4
E	男	48	1.5	14	4.6	4	1	2	1
H	女	52	1.3	18	3.8	1	3	4	3
J	男	48	1.3	13	2.1	3	3	3	3
M	男	56	1.1	18	3.6	1	4	4	3
平均		50.4	1.22	14	3.72				

4月の段階でカウンセリングも偏差値もが二番目に大きかったグループである。カウンセリングの数値の平均の伸びは3.72と高い数値を出したが、偏差値の伸びは1.22とあまり伸びなかった。PPMに関しては各生徒によりばらつきがある。

(III) γ グループ

表 9 γ グループの分析データ

		偏差値		カウンセリング		PPM 分析			
生徒	性別	4月	dy/dt	4月	dx/dt	①	②	③	④
C	女	36	3	12	5.2	3	2	2	1
G	男	45	2.4	12	4.6	3	2	2	1
K	男	52	1.7	14	5	1	1	1	1
L	女	41	1.7	7	5.2	3	2	2	1
O	男	49	1.9	10	5.6	3	2	2	1
平均		44.6	2.14	11	5.32				

4月の段階でカウンセリングも偏差値も平均が一番小さいグループである。カウンセリングの伸びの平均数値は 5.32 と高い数値を出し、偏差値の伸びの平均も 2.14 と高い数値を出した。このグループが一番カウンセリングによって偏差値を伸ばしたグループだといえる。また PPM 分析のところを見ると、K 以外は①～④全て同じ結果を出している。つまり PPM 分析で①～④の結果が出る生徒は偏差値とカウンセリングを伸ばしやすいくことがわかる。また、K については付録でなぜ偏差値を伸ばしたか定性的に考えた。

5.3 カウンセリング質問項目ごとの分析

5.2 では、あまりカウンセリングの効果がなかった生徒が α グループとカウンセリングの数値を中程度伸ばすことができ、その結果、偏差値は中程度伸びた β グループと γ カウンセリングの数値を大幅に伸ばすことで偏差値が大きく伸びた γ グループ②分類することに成功した。では、 α グループはなぜあまり効果が表れなかったのか、 β グループと γ グループでは何が違ったのか、カウンセリングの項目を見ることで細かく原因を分析していく。

表 10 では各生徒がカウンセリング項目ごとにどのような点数を取ったのかということについてまとめた。表 11 は表 10 でまとめた数値の全体の平均についてまとめた。このデータを基に各グループごとに分析を行う。

表 10 各生徒のカウンセリングの質問項目の点数推移

対象		2014年												2015年				伸び指数			
		4月				7月				10月				1月							
生徒	性別	(i)	(ii)	(iii)	計	(i)	(ii)	(iii)	計	(i)	(ii)	(iii)	計	(i)	(ii)	(iii)	計	(i)	(ii)	(iii)	計
A	女	10	3	7	20	8	3	9	20	12	5	7	24	12	5	8	25	1	0.8	0.1	1.9
B	男	1	3	5	9	1	3	5	9	3	6	3	12	3	3	5	11	0.8	0.9	-0	1.5
C	女	5	0	7	12	6	4	7	17	12	4	11	27	12	5	10	27	2.7	1.3	1.3	5.3
D	男	0	0	7	7	3	3	5	11	9	4	5	18	9	5	5	19	3.3	1.4	-1	4.1
E	男	4	4	6	14	5	4	6	15	10	6	9	25	12	5	9	26	2.9	0.7	1.2	4.8
F	女	12	5	6	23	12	5	6	23	12	6	8	26	12	6	8	26	0	0.4	0.8	1.2
G	男	3	2	7	12	5	2	6	13	10	5	8	23	11	5	8	24	2.9	1.2	0.5	4.6
H	女	8	4	6	18	8	4	5	17	12	6	7	25	12	6	10	28	1.6	0.8	1.4	3.8
I	男	2	2	4	8	2	2	4	8	4	3	4	11	4	4	4	12	0.8	0.5	0	1.3
J	男	2	5	6	13	4	5	7	16	11	6	8	25	11	3	4	18	3.4	0.1	-1	3
K	男	7	2	5	14	7	3	9	19	12	5	10	27	12	6	10	28	2	1.2	1.6	4.8
L	女	0	0	7	7	1	0	8	9	8	5	6	19	8	5	8	21	3.1	2	0.1	5.2
M	男	7	5	6	18	7	5	9	21	11	6	10	27	12	6	10	28	1.9	0.4	1.3	3.6
N	女	8	4	5	17	8	4	7	19	8	5	7	20	8	4	8	20	0	0.3	0.9	1.2
O	男	5	1	4	10	5	0	6	11	9	5	8	22	10	6	9	25	1.9	1.8	1.7	5.4
平均		4.9	2.7	5.9	13	5.5	3.1	6.6	15	9.5	5.1	7.4	22	9.9	4.9	7.7	23	1.9	0.9	0.6	3.4

表 11 全体のカウンセリング項目ごとの数値平均

	2014年4月				2015年1月				伸び			
	(i)	(ii)	(iii)	計	(i)	(ii)	(iii)	計	(i)	(ii)	(iii)	計
全体												
平均	4.9	2.7	5.9	13	9.9	5	8	22.9	1.9	0.9	0.6	3.4

図9～図11は表10と表11のデータをそれぞれ図にしてまとめたものである。以降このグラフを用い、各グループごとに分析を行っていく。

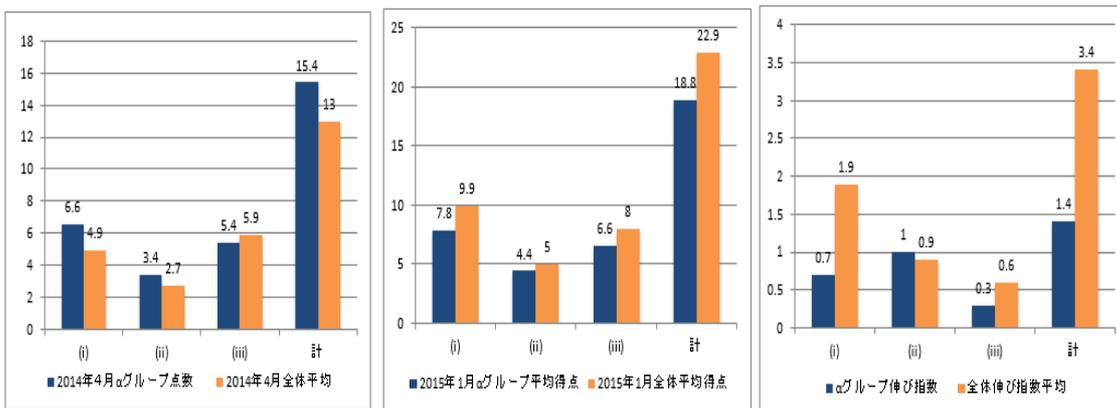


図9 αグループの項目ごとのカウンセリング得点推移

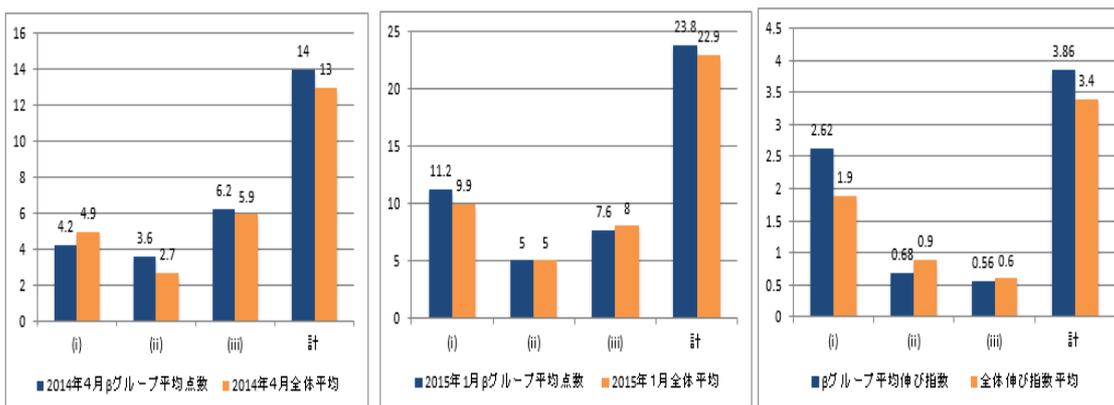


図10 βグループの項目ごとのカウンセリング得点推移

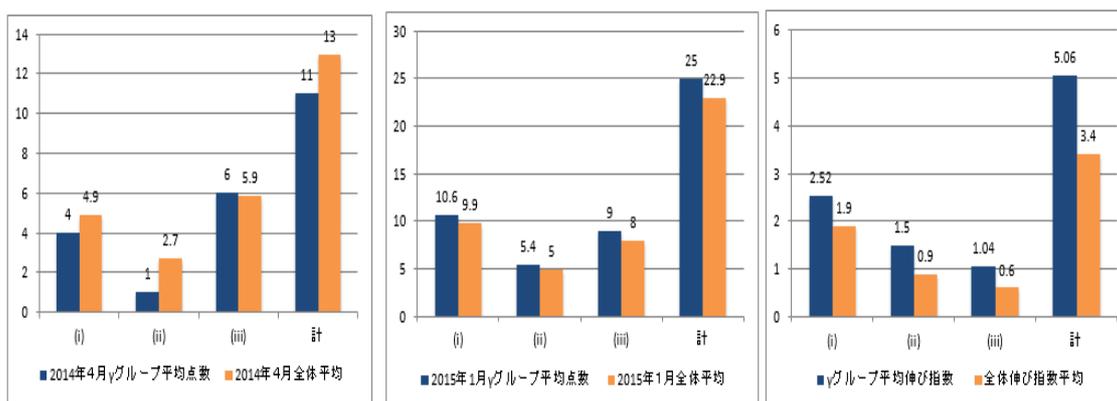


図11 γグループの項目ごとのカウンセリング得点推移

(I) α グループと β グループの考察

α グループは偏差値が伸びなかったグループである。 β グループは偏差値を中程度伸ばしたグループである。なぜ β グループは α グループより偏差値が伸び、 α グループ垂はなぜ伸びなかったのかということについて図 9 と図 10 を用いて考える。図 9 と図 10 より、 α グループと β グループは(ii)と(iii)の質問項目の点数にさほど差がないことがわかる。大きく点数に差があるのは(i)の夢や目標を明確にする質問項目の点数である。 α グループは 4 月の段階で 6.6 点を取っていて全体平均を超えているが、1 月では 7.8 点と全体平均を下回っている。対して、 β グループは、4 月の時点では 4.2 点と全体平均を下回っていたが、1 月には 11.2 点と全体平均を上回っている。このことから(i)の質問の夢や目標を明確にする点数がカウンセリングにおいて偏差値を高める要因であることがわかる。以上より、 β グループは(i)の項目の点数が高かったことが偏差値を伸ばし、 α グループは(i)の項目の点数が低かったことが偏差値をあまり伸ばすことができなかった要因であることがわかった。

(II) β グループと γ グループの考察

β グループは偏差値が中程度伸ばしたグループである。 γ グループは偏差値を一番伸ばしたグループである。なぜ γ グループは β グループより偏差値が伸びたのかということについて図 10 と図 11 を用いて考える。図 10 と図 11 より、 β グループと γ グループは(i)の質問項目に関してはさほど差がないことがわかる。点数に差があるのは、質問項目(ii)の伸びの指数と(iii)の 1 月時の点数にある。 β グループは 4 月時の(ii)の質問項目の点数は 3.6 点と全体平均より高いが、1 月時には 5 点で全体平均と同じ点数になって伸び指数は 0.68 と全体平均を下回っている。また、質問項目(iii)は 4 月時は γ グループとあまり差がないが、1 月時に 7.6 点で全体平均を下回っている。 γ グループは 4 月時の(ii)の質問項目の点数は 1.0 点と全体平均より低いだが、1 月時には 5.4 点と全体平均を上回り、伸び指数も 1.5 と全体指数を上回っている。また、質問項目(iii)は 4 月時は γ グループとあまり差がないが、1 月時に全体平均を上回っている。以上より、 γ グループは全ての項目でバランスよく点を取っていることが偏差値を伸ばした要因であるということがわかる。

(I)~(II)より、なぜ γ グループが偏差値を伸ばすことができ、 α グループがあまり偏差値を伸ばすことができなかつたのかについてわかつた。そして、このカウンセリングが一番効果的だつたグループが γ グループであるということがわかる。よつて、カウンセリングが効果的な生徒のターゲットが γ グループの生徒であることがわかる。 γ グループの4月時の偏差値とカウンセリングの点数を平均を取り、表12に示す。

表 12 カウンセリングが効果的な生徒のターゲット

$y_{4月}$	$x_{4月}$	項目		
		(i)	(ii)	(iii)
44.6	11	4	1	6

第6章 終わりに

本研究では選択理論に基づいたカウンセリングと偏差値の相関分析, 生徒の特徴分析を行った。単回帰分析により, 偏差値とカウンセリングは相関があることがわかり, 一次方程式で示すことができた。また, PPM 法とカウンセリングの質問項目を分析することを通し, 選択理論に基づいたカウンセリングの効果的な生徒像が明確になった。分類した生徒をより細かく分析するために, カウンセリングの質問項目ごとの分析を行った。夢や目標を明確にすること, 全ての項目をバランス良く点数を取ることが重要だということが分かった。また, このカウンセリングを受ける理想の生徒のターゲットに関しても明確になり, 本研究の目的を果たすことができた。今後の課題としては, 今回はデータ数が少なかつたため, データを増やし, 違うケースの解析をする必要があると考えられる。

参考文献

- [1] 青木仁志 (2012) 『目標達成の技術』 アチーブメント出版
- [2] ウィリアム・グラッサー(著) 柿谷正期(訳) (2003) 『グラッサー博士の選択理論心理学』 アチーブメント出版
- [3] 柿谷寿美江 (2003) 『幸せを育む素敵な人間関係』 アチーブメント出版
- [4] 柿谷正期・井上千代 (2011) 『選択理論を学校に〜クオリティースクールの実現に向けて〜』 ほんの森出版

付録

表 13 Mさんの回答 1

①Mさん 3月時偏差値 52 8月夢合宿参加 第一志望校合格	
4月:カウンセリング 1回目	14点
・あなたは誰のために勉強していますか？	
ー自分のため	○
・あなたはなんのために勉強していますか？	
ー成績をあげるため。いい高校に入学したいから。	△
・あなたの夢はなんですか？	
ー小学校の先生になりたい。なんとなく。	△
・その夢はいつ叶えますか？	
ー大学卒業したら。このまま行けば 23 歳。	△
・その夢を叶えるためにどんな大学に行きますか？	
ーなるべくいいところ。教員免許を取得できるところ。	△
・その大学に行くためにどんな高校に行きますか？	
ーなるべくいいところ。大学進学率が高い高校。	△
・その高校に行くために今何%頑張っていますか？	
ー70%くらい	△
・70%できているところはどんなところですか？	
ー塾の宿題がだいたいできている。塾に休まず来ていること。	△
・残り 30%の伸びしろの部分はどんなところですか？	
ー受験勉強ができていない。授業の予習や復習ができていない。	×
・高校に合格するために、次回のテストは何点取りますか？	
ー300 点くらい。平均点よりちょっと上。	△
・300 点の目標を達成するために、この1ヶ月でなにをしますか？	
ー学校のワークを全部わかるまでやる！	△
・300 点の目標を達成するために、この1週間でなにをしますか？	
ー塾の宿題をしっかりと終わらせる。	△
・300 点の目標を達成するために、今日なにをしますか？	
ーテストの範囲を確認する。	○
・なにか先生に力になれることはありますか？	
ーとくになし	×

表 14 M さんの回答 2

①Mさん 3月時偏差値 52 8月夢合宿参加 第一志望校合格	
7月:カウンセリング2回目	19点
・あなたは誰のために勉強していますか？	
一自分のため	○
・あなたはなんのために勉強していますか？	
一成績をあげるため。いい高校に入学したいから。	△
・あなたの夢はなんですか？	
一小学校の先生か中学校の先生になりたい。	△
・その夢はいつ叶えますか？	
一大学卒業したら。このまま行けば 23 歳。	△
・その夢を叶えるためにどんな大学に行きますか？	
一千葉県で教員免許取れるところ。しかし千葉大は行ける気がしない。	△
・その大学に行くためにどんな高校に行きますか？	
一A 高校(偏差値 54 程の中堅)を学校の先生からおすすめされた。	△
・その高校に行くために今何%頑張っていますか？	
一30%くらい	△
・30%できているところはどんなところですか？	
一部活との両立。学校の定期テストの目標を達成した。	△
・残り 70%の伸びしろの部分はどんなところですか？	
一正直受験の準備が全くできていない。高校を知らなすぎる。	△
・高校に合格するために、次回のテストは何点取りますか？	
一前回 290 点で目標未達成だったので、こんどこそ 300 点取る！	○
・300 点の目標を達成するために、この1ヶ月でなにをしますか？	
一学校のワークを全部わかるまでやる！志望校を決める！	△
・300 点の目標を達成するために、この1週間でなにをしますか？	
一学校のワークを1周解く。学校説明会に行く日を決める。	○
・300 点の目標を達成するために、今日なにをしますか？	
一高校の資料を請求してモチベーションを上げる。塾の宿題をやる。	○
・なにか先生に力になれることはありますか？	
一学校説明会の日程を調べてほしい。	○

表 15 Mさんの回答3

①Mさん 3月時偏差値52 8月夢合宿参加 第一志望校合格	
10月:カウンセリング3回目	27点
・あなたは誰のために勉強していますか？	
—自分のため	○
・あなたはなんのために勉強していますか？	
—教師になるという夢を叶えるため。	○
・あなたの夢はなんですか？	
—子どもたちの笑顔と可能性を引き出せる小学校の先生になる。	○
・その夢はいつ叶えますか？	
—30歳までには自分の理想の先生像を実現させたい。	○
・その夢を叶えるためにどんな大学に行きますか？	
—千葉大学に行く！	○
・その大学に行くためにどんな高校に行きますか？	
—B高校(偏差値56程の進学校)に行く！	○
・その高校に行くために今何%頑張っていますか？	
—80%くらい	△
・80%できているところはどんなところですか？	
—毎日3時間受験勉強ができています。問題を解けるようになった実感あり。	○
・残り20%の伸びしろの部分はどんなところですか？	
—もっと点数に繋げるために、応用問題にもチャレンジしたい。	○
・高校に合格するために、次回のテストは何点取りますか？	
—360点！C判定以上を取りたい！	○
・360点の目標を達成するために、この1ヶ月でなにをしますか？	
—塾のワークを3周解く。理科と社会の勉強も自分で進める。	○
・360点の目標を達成するために、この1週間でなにをしますか？	
—塾のワークを1周解く。解き直しまでしっかりやる。	○
・360点の目標を達成するために、今日なにをしますか？	
—1ヶ月の学習計画をたてる。目標を紙に書いて机に貼る。	○
・なにか先生に力になれることはありますか？	
—理科と社会の教材ほしい。過去問ほしい。3年後期の勉強の先取り。	○

表 16 Mさんの回答 4

①Mさん 3月時偏差値 52 8月夢合宿参加 第一志望校合格	
1月:カウンセリング4回目	28点
・あなたは誰のために勉強していますか？	
ー自分のため	<input type="radio"/>
・あなたはなんのために勉強していますか？	
ー教師になるという夢を叶えるため	<input type="radio"/>
・あなたの夢はなんですか？	
ー子どもたちの笑顔と可能性を引き出せる小学校の先生になる！	<input type="radio"/>
・その夢はいつ叶えますか？	
ー30歳までに自分の理想の教師像を実現させる！	<input type="radio"/>
・その夢を叶えるためにどんな大学に行きますか？	
ー千葉大学に行く！りゅう先生と同じところ！	<input type="radio"/>
・その大学に行くためにどんな高校に行きますか？	
ーB高校(偏差値 56 程の進学校)に行く！	<input type="radio"/>
・その高校に行くために今何%頑張っていますか？	
ー90%！	<input type="radio"/>
・90%できているところはどんなところですか？	
ーA判定が初めて出たから。過去問が解けるようになった。	<input type="radio"/>
・残り10%の伸びしろの部分はどんなところですか？	
ー合格するまで今のペースを続けること。過去問の解き直しをしっかりとる。	<input type="radio"/>
・高校に合格するために、次回のテストは何点取りますか？	
ー400点にチャレンジしたい。本番まで伸ばせるだけ伸ばす！	<input type="radio"/>
・400点の目標を達成するために、この1ヶ月でなにをしますか？	
ー今まで解いた過去問の間違った問題をもう一度解く！私立高校の合格！	<input type="radio"/>
・400点の目標を達成するために、この1週間でなにをしますか？	
ー数学の過去問の解き直しをする。私立の受験をしっかりと受けてくる。	<input type="radio"/>
・400点の目標を達成するために、今日なにをしますか？	
ーテストまでの計画、入試までの計画を見直し、修正する。	<input type="radio"/>
・なにか先生に力になれることはありますか？	
ー面接の対策と志願理由書の書き方を教えてほしい。	<input type="radio"/>

表 17 Bさんの回答1

①Bさん 3月時偏差値54 8月夢合宿参加 第一志望校不合格	
4月:カウンセリング1回目	20点
・あなたは誰のために勉強していますか？	
一自分のため	○
・あなたはなんのために勉強していますか？	
一A高校(県内トップクラスの進学校)に進学するため	○
・あなたの夢はなんですか？	
一獣医になる！	△
・その夢はいつ叶えますか？	
一大学卒業したら。	△
・その夢を叶えるためにどんな大学に行きますか？	
一北里大学の獣医学部	○
・その大学に行くためにどんな高校に行きますか？	
一A高校！	○
・その高校に行くために今何%頑張っていますか？	
一90%くらい	△
・90%できているところはどんなところですか？	
一自分で勉強ができています。宿題全部正解。	△
・残り10%の伸びしろの部分はどんなところですか？	
一時間がもっと欲しい。	△
・高校に合格するために、次回のテストは何点取りますか？	
一400点を超えたい。	△
・400点の目標を達成するために、この1ヶ月でなにをしますか？	
一塾のワークを全部解けるようになるまで解くこと！	○
・400点の目標を達成するために、この1週間でなにをしますか？	
一平日3時間・休日8時間勉強する。	○
・300点の目標を達成するために、今日なにをしますか？	
一3時間勉強する。数学のテキストを解く	○
・なにか先生に力になれることはありますか？	
一とくになし	×

表 18 Bさんの回答2

①Bさん 3月時偏差値54 8月夢合宿参加 第一志望校不合格	
7月:カウンセリング2回目	20点
・あなたは誰のために勉強していますか？	
一自分のため	○
・あなたはなんのために勉強していますか？	
一A高校(県内トップクラスの進学校)に進学するため	○
・あなたの夢はなんですか？	
一獣医になる！	△
・その夢はいつ叶えますか？	
一大学卒業したら。	△
・その夢を叶えるためにどんな大学に行きますか？	
一北里大学の獣医学部	○
・その大学に行くためにどんな高校に行きますか？	
一A高校！	○
・その高校に行くために今何%頑張っていますか？	
一90%くらい	△
・90%できているところはどんなところですか？	
一学校のテストが目標に近づいたから。伸びているのかな。	△
・残り10%の伸びしろの部分はどんなところですか？	
一受験勉強ができていない。学校のテストが目標まであと一歩だから。	△
・高校に合格するために、次回のテストは何点取りますか？	
一400点はいきたい。	△
・400点の目標を達成するために、この1ヶ月でなにをしますか？	
一過去問を解いてみる！3年分は解いて完璧にする。	○
・400点の目標を達成するために、この1週間でなにをしますか？	
一学校のテストの間違った問題の直し。	○
・400点の目標を達成するために、今日なにをしますか？	
一学校のテストの間違った問題の確認。	○
・なにか先生に力になれることはありますか？	
一とくになし	×

表 19 Bさんの回答 3

①Bさん 3月時偏差値 54 8月夢合宿参加 第一志望校不合格	
10月:カウンセリング 3回目	24点
・あなたは誰のために勉強していますか？	
一自分のため	○
・あなたはなんのために勉強していますか？	
一A高校(県内トップクラスの進学校)に進学し、自分の夢に近づくため！	○
・あなたの夢はなんですか？	
一たくさんの動物の命を救える獣医になる！	○
・その夢はいつ叶えますか？	
一35歳で動物病院を開業する。	○
・その夢を叶えるためにどんな大学に行きますか？	
一北里大学の獣医学部	○
・その大学に行くためにどんな高校に行きますか？	
一A高校！	○
・その高校に行くために今何%頑張っていますか？	
一100%！	○
・100%できているところはどんなところですか？	
一毎日プランニング通りに勉強できているから！順調！	○
・100%をこれからもっと超えて行くために必要なことはなんですか？	
一もっと自分を追い込んでもいいと思う。	△
・高校に合格するために、次回のテストは何点取りますか？	
一420点！	○
・420点の目標を達成するために、この1ヶ月でなにをしますか？	
一理科と社会のテストがもっと伸ばせるので、それぞれテキスト2周解く！	○
・420点の目標を達成するために、この1週間でなにをしますか？	
一前回の実力テストの解き直し！	○
・420点の目標を達成するために、今日なにをしますか？	
一私立の受験校を決めなきゃ。	×
・なにか先生に力になれることはありますか？	
一私立調べるからパソコン貸してほしい。	△

表 20 B さんの回答 4

①B さん 3 月時偏差値 54 8 月夢合宿参加 第一志望校不合格	
1 月:カウンセリング 4 回目	25 点
・あなたは誰のために勉強していますか？	
—自分のため	○
・あなたはなんのために勉強していますか？	
—A 高校(県内トップクラスの進学校)に進学し、自分の夢に近づくため！	○
・あなたの夢はなんですか？	
—たくさん動物の命を救える獣医になる！	○
・その夢はいつ叶えますか？	
—35 歳で動物病院を開業する。	○
・その夢を叶えるためにどんな大学に行きますか？	
—北里大学の獣医学部	○
・その大学に行くためにどんな高校に行きますか？	
—A 高校！	○
・その高校に行くために今何%頑張っていますか？	
—80%！	○
・80%できているところはどんなところですか？	
—受験のための準備は最大限やっている。	○
・残り 20%の伸びしろの部分はどんなところですか？	
—もっと頑張らなきゃ！時間が足りない！前回のテスト未達成だったから。	×
・高校に合格するために、次回のテストは何点取りますか？	
—420 点絶対取る！	○
・420 点の目標を達成するために、この1ヶ月でなにをしますか？	
—今まで解いたテキストの総復習！とくに間違えてチェック付けた問題！	○
・420 点の目標を達成するために、この1週間でなにをしますか？	
—やれること全部やる！	△
・420 点の目標を達成するために、今日なにをしますか？	
—やれること全部やる！	△
・なにか先生に力になれることはありますか？	
—面接の練習に付き合ってほしい！	○

