

正しい理解のための
コミュニティ心理学

講師

ユースキャリア研究所 高橋 浩

講師 高橋 浩 (たかはし・ひろし) プロフィール

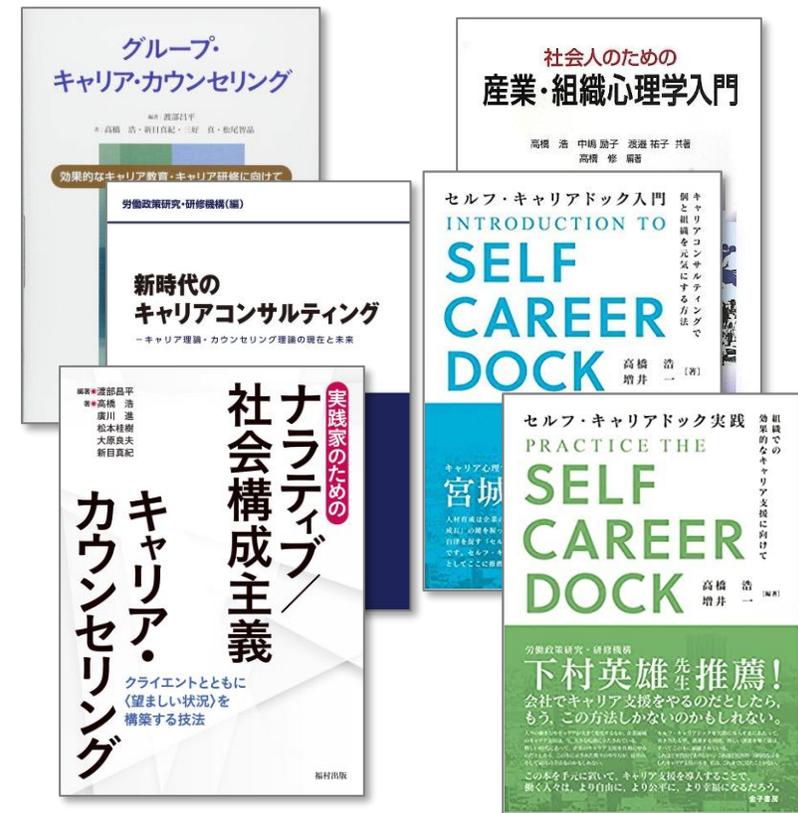
- ユースキャリア研究所 代表
- 日本キャリア開発協会 理事
- 日本キャリア・カウンセリング学会 理事
- 法政大学、明治学院大学、目白大学、JILPT労働大学校 講師
- 博士(心理学)・キャリアコンサルタント・公認心理師

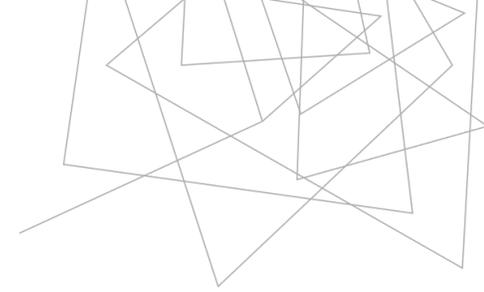
1987年、NECグループの半導体設計会社に入社。半導体設計、品質管理、経営企画、企業内キャリアカウンセリングに従事。2011年3月退職。2012年3月博士号取得、5月ユースキャリア研究所を設立。

現在は、大学講師、行政や大手企業でのキャリアカウンセラー、キャリア開発研修講師などを務め、キャリアに関する調査・研究活動も行っている。2016年～現在、厚生労働省委託事業にてセルフ・キャリアドック導入支援アドバイザーを務めている。

※2022年3月現在のプロフィール

【主な著書】



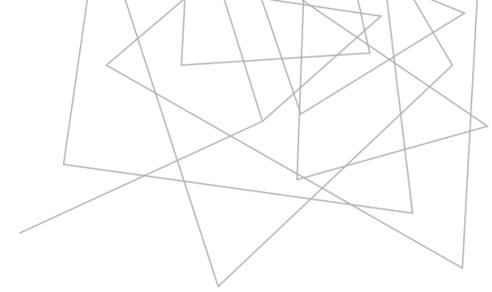


日本におけるコミュニティ心理学の第一人者 山本和郎（やまもと かずお）

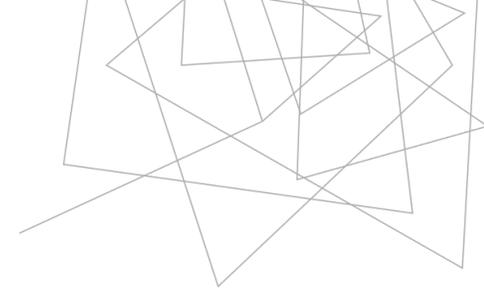
- 日本コミュニティ心理学会 初代会長。
- 日本人として初めて、ハーバード大にてコミュニティ心理学の理論と実践について習得。日本におけるコミュニティ心理学のパイオニアとされる。コミュニティ心理学の研究者および実践者を多数輩出した。

出典：ウィキペディア「山本和郎」より

コミュニティ心理学の入門書



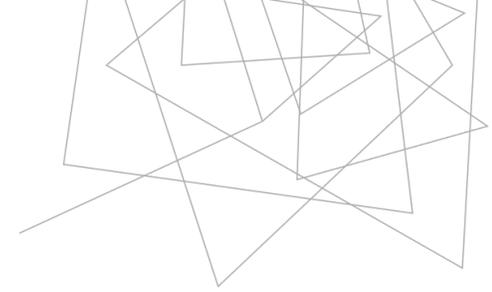
〔編者〕 植村勝彦・高畠克子・箕口雅博・原 裕視・久田 満



目的

- 近年、対人支援において、コミュニティ心理学（コミュニティ・アプローチ）が注目され始めている。特に、多職種連携や組織介入などが取り上げられることが多い。
- しかしこれらは、コミュニティ心理学の一端を表現しているに過ぎず、書籍やインターネット上でも誤解を生じさせる表現がなされている。
- このレクチャーでは、よくある誤解を取り上げ、その誤解を解消すると同時に正しい理解について解説をする。そして、コミュニティ心理学とキャリア支援との関連について理解を深めていく。

目次



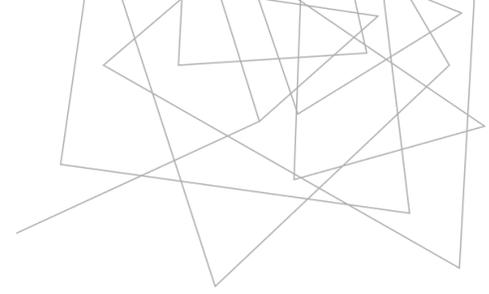
- コミュニティ心理学とは？
- コミュニティ心理学にまつわる 5 つの誤解
- コミュニティ心理学の再確認
- コミュニティ心理学とキャリア支援



1

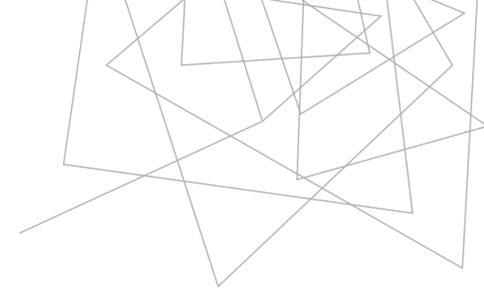
コミュニティ心理学
とは？

誤解 1



コミュニティ・アプローチは

地域社会への支援である



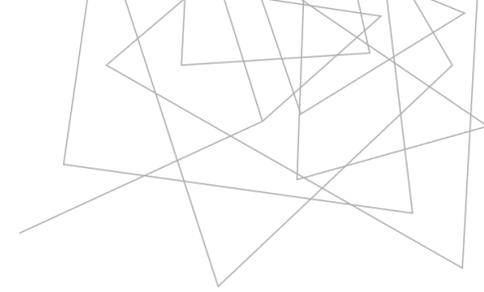
そもそも「コミュニティ」とは

語源はラテン語の "**communus**" (コミュニース)

communus = com (共に) + munus (貢献・任務)
= 「共同の貢献」「共に任務を遂行」

現在では「コミュニティ」は、場所によらず何らかの機能をする共同体を指す

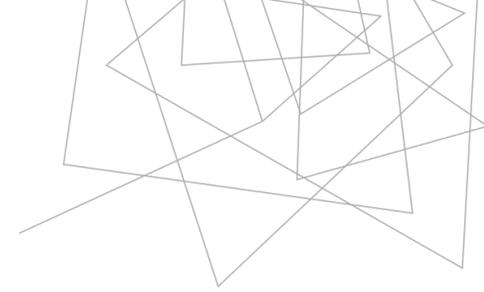
- 企業・組織もコミュニティ
- 家族も学校もコミュニティ
- SNSのグループもコミュニティ



コミュニティ心理学とは

コミュニティ心理学は、……複雑な相互作用の中で**個人の行動と社会体系とを関係づける心理過程全般**に関する研究に貢献するものである。この関係づけについての概念化と試みによる明確化は、**個人、集団、そして社会システムを改善**しようとする活動計画の基礎を提供するものである

(Bennett, 1969)



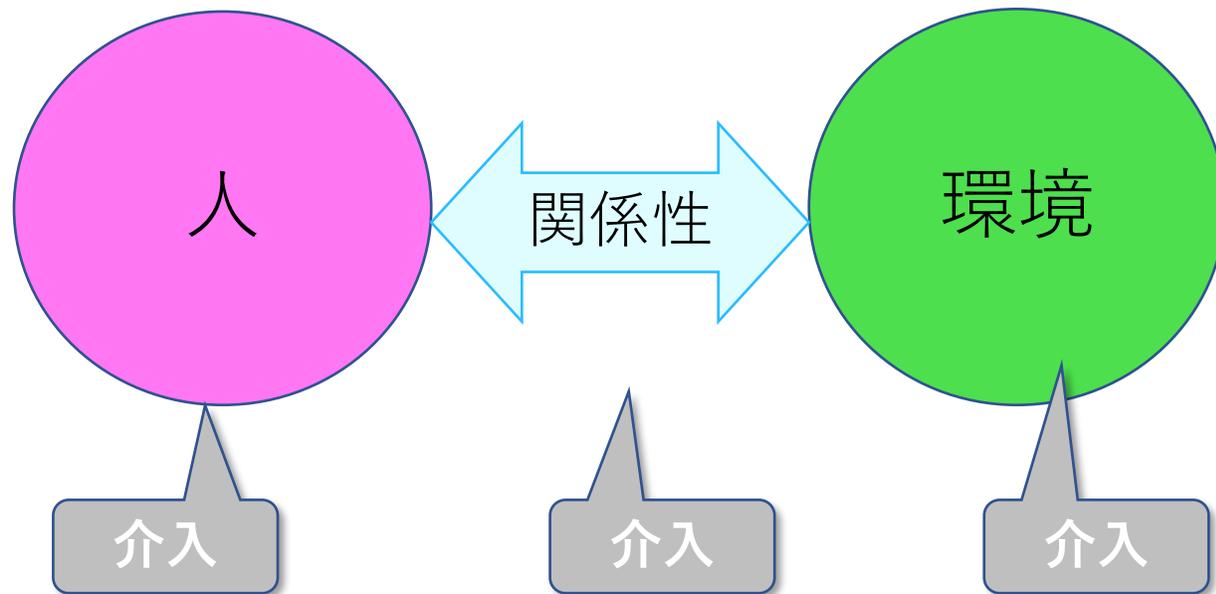
コミュニティ・アプローチとは (コミュニティ心理学に基づく介入)

- コミュニティは**人と環境から成り立つ「システム」**
- 介入の目的：人びとの**QOL, well-being** の向上
- 介入の目標：**人と環境の適合**
- 介入の方法：**人と環境とその関係性**に介入する

生物-心理-社会の側面から考え得る
さまざまな介入を行う

コミュニティへの介入

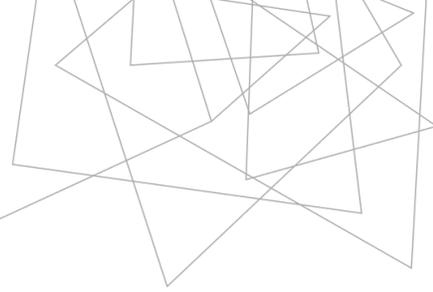
介入の全体像



【留意点】

- 介入の切り口として3つあるだけで、常に3つ行うわけではない。
- 必要に応じて、組み合わせたり、優先順位を決めて介入する。

コミュニティ・アプローチの必要性



- 面接室で待っているだけでは助けにならない → アウトリーチ
- 面談だけでは、問題を解決できない → 組織や環境への介入が必要
- カウンセラー 1 人では解決できない → 多職種連携が必要
- メンタルヘルス不調者の増加 → 予防が重要

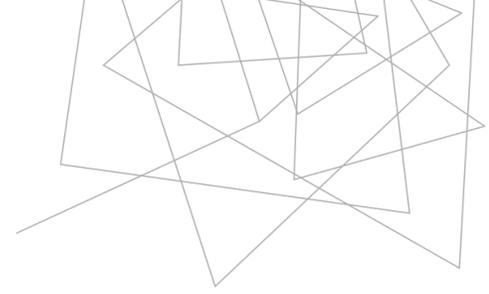
コミュニティ・アプローチの出番！



2

コミュニティ心理学
にまつわる5つの誤解

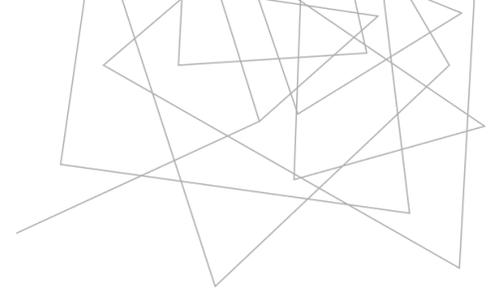
誤解 2



コミュニティ・アプローチは

アウトリーチのことである

誤解 3



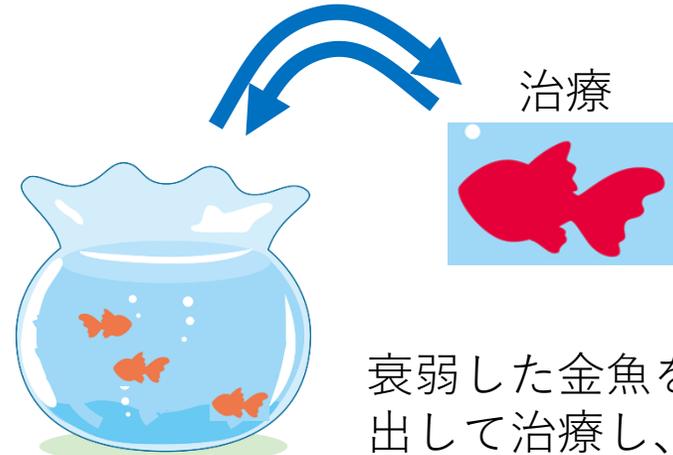
コミュニティ・アプローチは

環境介入・組織介入のことである

衰弱した金魚



金魚が衰弱している



衰弱した金魚を取り出して治療し、戻す

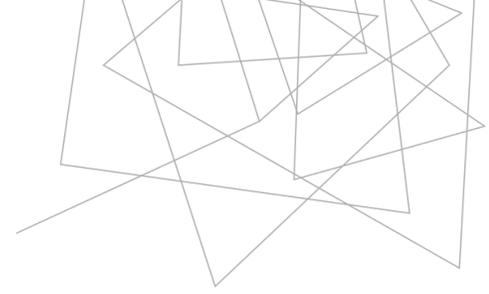


金魚も環境も変えなければ
根本的な改善にならない

ところが、金魚は再び衰弱。なぜ？



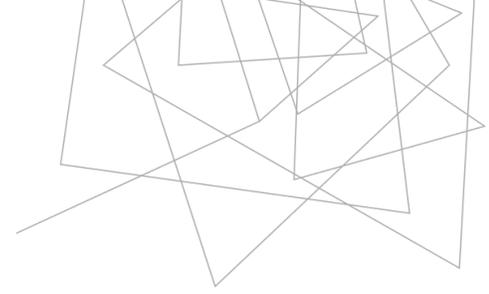
誤解 4



コミュニティ・アプローチは

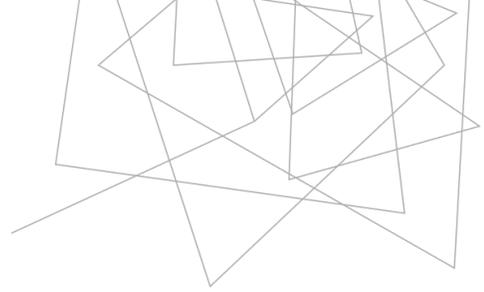
多職種連携のことである

誤解 5



コミュニティ・アプローチは

予防重視である



治療からエンパワメントまで

できる事は何でもやる

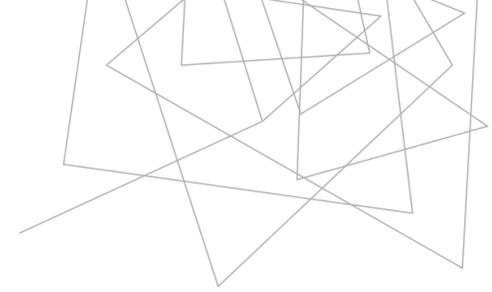




3

コミュニティ心理学
の再確認

「どちらか」ではなく「どちらも」



	コミュニティ・アプローチ	
	伝統的アプローチ（個人直接）	
介入対象	個人（患者、クライアント）	集団、組織、地域社会
介入方法	治療的（心理療法、カウンセリング）	予防的、教育的、ケア
責任の所在	専門家中心の責任性	コミュニティ中心の責任性
扱う内容	病気、障害、欠点、弱点	生活、生き方（QOL）
提供サービス	定式化されたサービス	創造的なサービス
サービス方略	単一的サービス	多面的・総合的サービス
援助資源	専門家中心	非専門家との協働
活動スタイル	抱え込み型援助	ネットワーク型援助

出典：Bloom(1973)をもとに一般社団法人ホワイトアイコロキアムが2012年に再編集

コミュニティ・アプローチとは

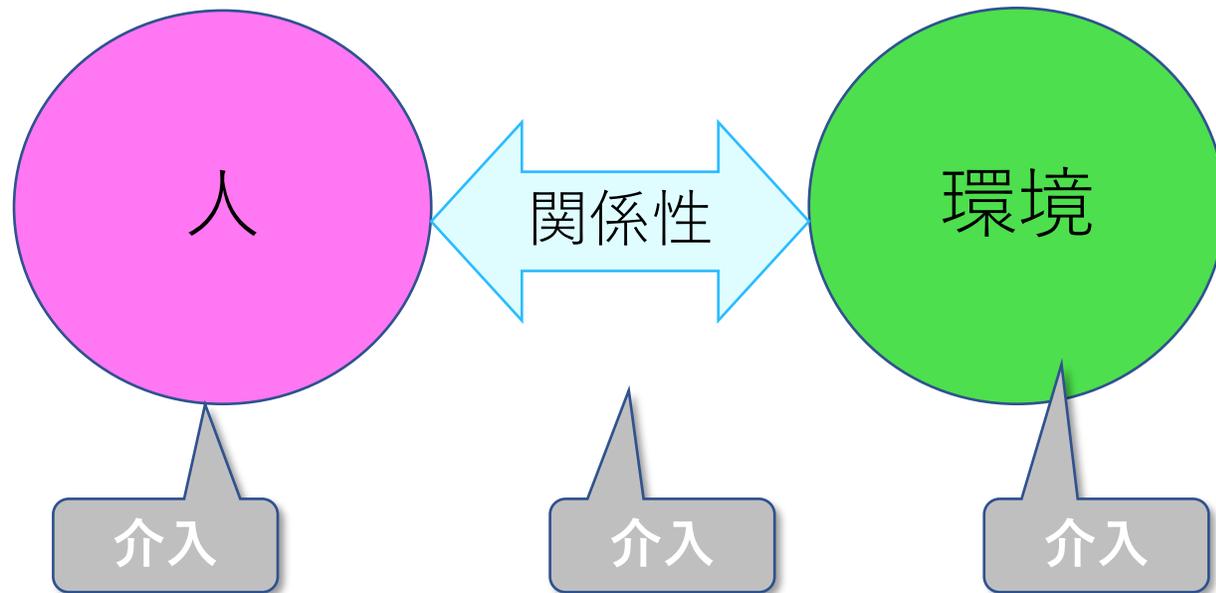
(コミュニティ心理学に基づく介入)

- コミュニティは**人と環境から成り立つ「システム」**
- 介入の目的：人びとの**QOL, well-being** の向上
- 介入の目標：**人と環境の適合**
- 介入の方法：**人と環境とその関係性**に介入する

生物-心理-社会の側面から考え得る
さまざまな介入を行う

コミュニティへの介入

介入の全体像



【留意点】

- 介入の切り口として3つあるだけで、常に3つ行うわけではない。
- 必要に応じて、組み合わせたり、優先順位を決めて介入する。

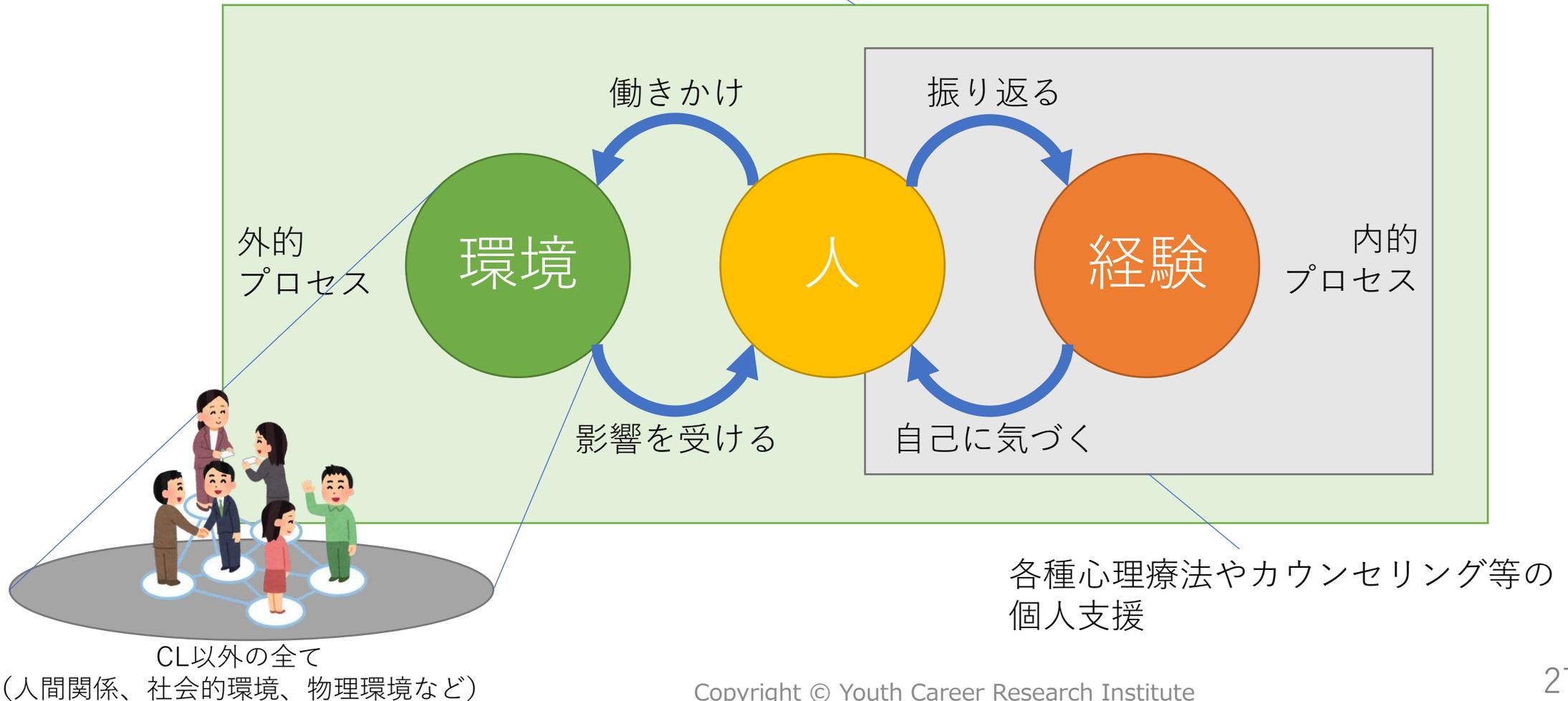


4

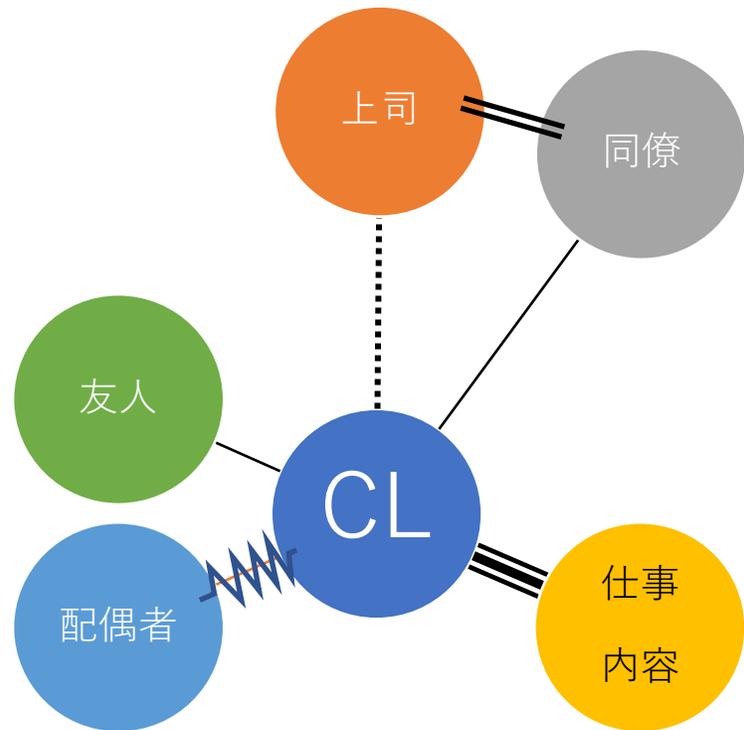
コミュニティ心理学
とキャリア支援

クライアントの内外プロセスを見立てる

コミュニティ・アプローチ

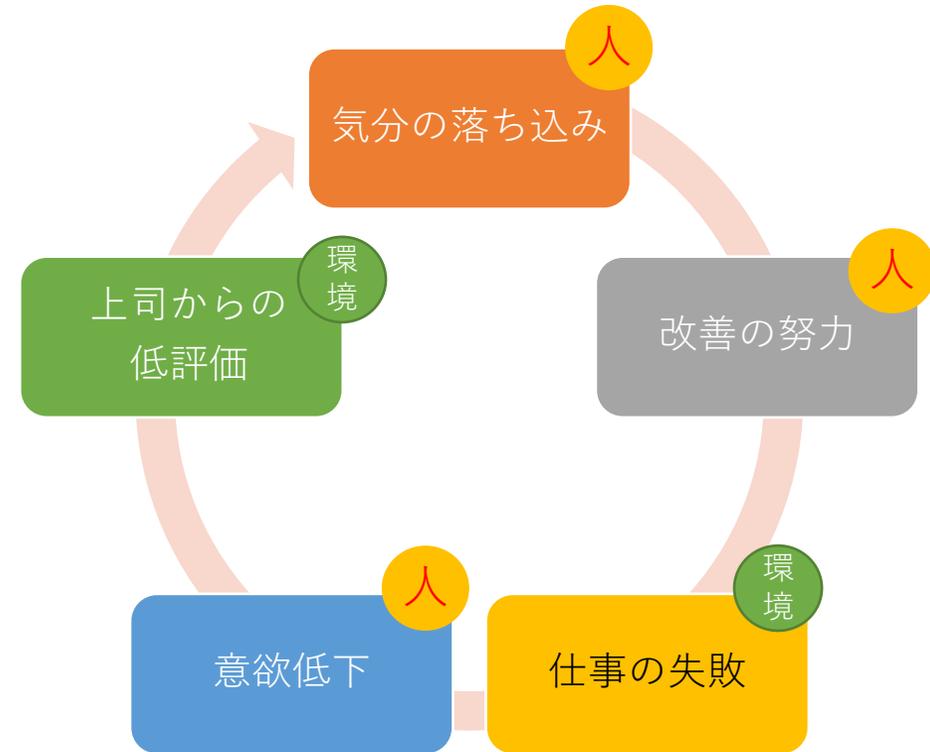


外的プロセス（人と環境の相互作用）を見立てる



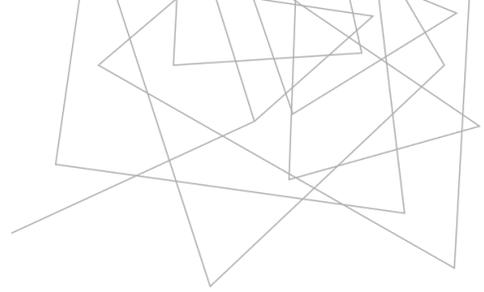
【エコ・マップ】

他者やリソースとのつながりを線で表す



【ループ図】

問題の発生・維持を円環的因果関係で表す

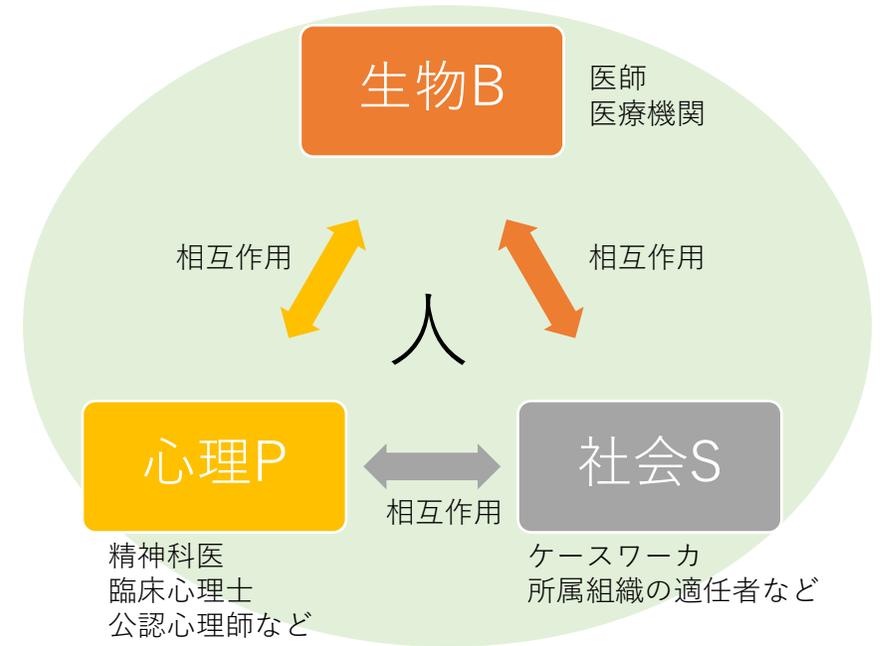


介入策の検討…連携による介入

【介入の4側面】

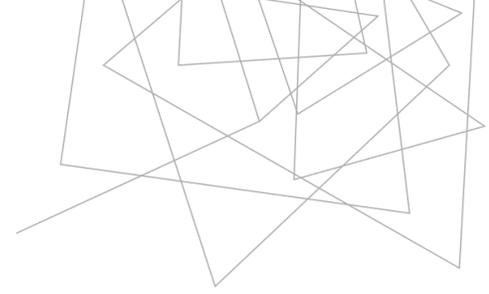
人・環境×直接・間接で可能な介入策を検討する

	人 (CL)	環境
直接	支援者がCLを直接支援する カウンセリング アウトリーチなど	支援者がコミュニティに接触しコミュニティ全体の理解力・支援力を高める 心理教育、職場の関係改善など
間接	支援者がCLを直接支援せず他者を介して支援する コンサルテーション リファラー・連携など	支援者がコミュニティ全体の理解力・支援力を高めるための仕組みを整備する 組織構造、制度、規則、規範などの見直し



【BPSモデル】

生物-心理-社会の視点でCLの問題を捉える
各専門家と連携する



キャリア支援での活用場面

コミュニティ内での調和・調整が求められるケース

- 企業内キャリア支援
- 学校でのキャリア支援
- 家庭と仕事の両立支援 など

複数の支援領域にまたがるケース

- メンタルヘルス不調者へのキャリア支援
- 何らかの障害を持つ方へのキャリア支援
- 治療と仕事の両立支援 など



まとめ

- 地域支援、アウトリーチ、環境介入、予防重視などは、コミュニティ・アプローチの**一端に過ぎない**。
- 「**人と環境の適合**」によるQOLの向上・well-beingの実現のために可能な介入は**何でもする**のがコミュニティ・アプローチである。
- そのためには「**人と環境との相互作用**」を見立てて、必要な介入を**多角的に発想**し、適切な人（非専門家も含む）と**連携して**問題解決を図る。
- **キャリア支援**においても十分活用できるものである。