

# カウンセリングマインドを導入した栄養教育（第3報）

——栄養士を目指す学生に対する段階的カウンセリング能力  
獲得訓練システムの効果——

江 坂 美 佐 子\*

## Nutritional Education Incorporating a Counseling Mind (Part 3)

—— Effectiveness of a Training System for Acquiring Stepwise Counseling Ability  
for Students Aspiring to Become Dietitians ——

Misako ESAKA

**Key words** : カウンセリングマインド Counseling mind, 栄養教育 Nutritional education, 栄養士 Dietitian, 段階的カウンセリング能力獲得訓練システム Training system for acquiring stepwise counseling ability, 共感的理解 Sympathetic understanding

### 【緒 言】

日々の栄養教育は、健康教育の歴史的成熟と共に変化してきた。従来の「指導モデル」から「学習援助モデル」へと、クライアントの自己管理能力を引き出すよう、方向転換してきた。そうしたなか、筆者は、職種や職域を超えて栄養教育の改善向上を切に願う有志が集まり温もりがあり、有効で実践的な栄養教育を身につけたいと考えて、1996年に立ち上げられたカウンセリングマインド同好会のメンバーに加わり、現在まで共同の実践活動を通して、情報の共有と啓発活動を行ってきた。

栄養教育を行うに当たり、カウンセリングマインドで接していくことは、信頼関係を芽生えさせる上で、重要な要素である。

栄養教育の効果を高めるため、温もりがあり、実践的で有効な接し方と探究したいと考えて、鎌田らが考案した「段階的カウンセリング能力獲得訓練システム」<sup>1)</sup>は、来談者に対する応答の仕方を紙上訓練することにより、理解の態度を根底にし、ひいてはクライアントが、臨機応変の対応能力獲得することを目指すものである。この理解の態度の育成は、単に栄養士の経験を重ねるだけでは困難で、学生時代から意図的に訓練を重ねることの必要性を示している<sup>2)</sup>。

また、栄養士養成施設のカリキュラムの「栄養の指導」

と同じ分野である管理栄養士養成施設のカリキュラムの「栄養教育論」の教育目標の中には、「特に行動科学やカウンセリングなどの理論と応用については演習・実習を活用して学ぶ」<sup>3)</sup>とあり、演習・実習を繰り返し行うことで高度な専門的知識及び技術を持つことが求められている。本学は栄養士養成施設ではあるが、栄養士が人を相手にする職業であることに変わりはない。

本報では、特に初対面時の対応の意義を重視し、共感的理解のできる栄養士の育成を目的に、栄養士を目指す学生に対し、在学中に前述の「段階的カウンセリング能力獲得訓練システム」による訓練の第1段階と第2段階を実施し、効果を確かめたいと考え検討を行った。さらに、リード<sup>4)</sup>の技法を加味した応答訓練を、共感的理解に連続して実施することの意義と効果を確かめたいと考えて分析を試みたので、経過を報告する。

### 【方 法】

#### 1. 調査対象

栄養士養成施設の本学とA校の2008年度入学生男女52名（授業名「栄養指導総論、栄養指導各論、栄養指導各論実習Ⅱ」の履修者）と、本学2012年度入学生男女36名（授業名「栄養指導総論、ライフステージの栄養学」の履修者）を調査対象とした。

\* 広島文化学園短期大学食物栄養学科

2. 調査実施日

2008年度入学生は、1回目2008年6月、2回目2008年12月、3回目2009年10月の合計3回行った。

2012年度入学生は、1回目2012年6月、2回目2012年12月の合計2回行った。

3. 調査内容

(1) 第1段階の方法

「段階的カウンセリング能力獲得訓練システム」(表1)(以下訓練システムと略す)の第1段階(表2)を用いて「面接紙上訓練(以下訓練と略す)」を実施した。この訓

練は、栄養士を目指す学生が、他人の問題に関してどのような態度をとる傾向があるか、特に初対面時の主訴に対する応答の仕方を分析する目的に行ったものであり、このドリル式訓練法を初回に体験することは、理解的態度の応答の困難さと、学習の方向性を示す上で必須である。栄養士の態度をポーター (Potter, E. H. Jr.)<sup>5)</sup> にならって便宜上典型的であると思われる5つのタイプに分けて、1つだけ選択する方法をとった。その際に行った説明の言葉は次のとおりである。

①説明の言葉：この来談者の訴える問題をよく聞いてください。そしてあなたの応えを1から5まで5通りあ

表1 「段階的カウンセリング能力獲得訓練システム」の概要

段 階	内 容	類 度	訓練スタイル	システムの留意点
第1段階	主訴に対し 5つの選択肢から1つ選ぶ	アドバイザー	学習者 紙上訓練 (選択)	前半はドリル的なシステムであるが、グループでフィードバック(発表と自己分析、以下同様)
第2段階	主訴に対し 自分で考えて書きフィードバック応用例を用いてフィードバックする	アドバイザー	学習者 紙上訓練 (記述)	
第3段階	面接初期の一部分の対話(栄養指導場面)を示して栄養士の応答のことばを書く	アドバイザー	学習者 紙上訓練 (対人応答)	症例を用いて、主訴に対しての応答(カウンセリングを含む)
第4段階	ケースの逐語録のカウンセラーの言葉を一部を虫喰いとする自分なら「こう応える」と思って書く	アドバイザー	学習者 紙上訓練 (テープ、ビデオ併用) (シナリオ把握)	個人ケーススタディ カウンセラーの発言を虫喰いに (自発性重視)
第5段階	個人カウンセリングケーススタディ(主訴に対する応答が以後の栄養指導に与える影響を学ぶ)	アドバイザー	学習者 セルフコメント後、 グループワーク、討 論 (シナリオ構成)	学生同士の相互作用重視 (かくれた主訴の発見)
第6段階	ケーススタディ・グループカウンセリング	アドバイザー	学習者 シミュレーション	グループカウンセリング (共生、参画意識の醸成)
目 標	臨 機 応 変 な 対 応	能力の獲得		実 地 健康教育としてのカウンセリング

アドバイザー：空気みたいな存在  
リードの技法を加味した応答

鎌田澄江<sup>1)</sup>

表2 「段階的カウンセリング能力獲得訓練システム」 第1段階(様式1)<sup>1)</sup>

来 談 者 の 発 言	来談者の発言に対する栄養士の応答
<p>「私はひとりでいるのがこわいんです。とてもこわいんです。自殺したくなるんじゃないかと思ったりです。自殺したくはないんですけど、一でもとてもゆううつなんです。ひどい恐怖にとらわれるんです。現実的なものではないのですが、実際そうなるんです。だんだんこわくなってきて、しまいには叫び出します。外へ出ようと思っても、自動車の前かけ出しはしないかと思って、外へ出るのもこわくなるのです。一家にいるのもこわい—自分自身がこわい—医者に行つて診察を受けるのもこわいのです。癌だといわれはしないかと思って。私の母も癌だったのです。祖母も叔母もそうなんです。私は一生癌と一緒に暮らしてきたのです。—地獄ですわね。—こんな考えがはじめて頭に浮かんだときにね—癌について話すだけで、もうぐっしょり汗をかきます。ああ、何とかならないもんでしょか。」</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. あなたの恐怖心は別として、ほんとうに癌ではないのだろうかと思わせるような何かの徴候がありましたか。</li> <li>2. こんなおそろしい恐怖のために、ひとりであることができなくなるのですね。</li> <li>3. 癌であるかも知れないと考えるべき理由が何かあるとすれば、あなたは自分の恐怖心を克服して、医師の診断を受けるように努力しなければなりません。</li> <li>4. こういうことをやってみましょうか。いつでもそんな恐怖心におそわれたとき、私に電話をかける。相談室の方でも家の方でも。そして私と話をする。話をすることによってわれわれは、よく平静な気持ちになれるものですからね。</li> <li>5. 私が思うにはね、この恐怖心をもう少し追求してみると、それが、あなたが考えているほど現実的なものではないことがわかつて思うんです。あなたがかなり罪悪感を感じている何かがあって、そのためにあなたは自分自身に罰を加えているのだ、と私は思うんです。</li> </ol>

態度の5つのカテゴリーは、伊東 博、新訂・カウンセリング、東京：誠信書房、1966；425-430ポーター (Potter, E. H. Jr.) により作成

表3 「段階的カウンセリング能力獲得訓練システム」 第2段階（様式2）<sup>1)</sup>

ベッドサイドの栄養指導で5人の患者さんに面接しました。患者さんの最初の発言（訴え）に対してあなた（栄養士・管理栄養士）はどう応えますか。

来談者	来談者の発言（訴え）	来談者の発言に対する栄養士の応え（1センテンス）
訓練のねらい ①来談者は、いまどんな主観的世界に生きているか。この2つを理解した上で、来談者が栄養士に訴えている心の問題をどのように伝え返せば、相手に「分かってもらっている」という感じをひきおこし、体験が明確になるかを訓練する。 ②こうしたことを述べることによって、栄養士に何を理解してもらいたいと思っているか。		
Aさん	食事は冷たくなっていくし、毎日塩っ気のない食事をたべさせられるし、ほんとうに、病院というところは味気ないところですね。	
Bさん	私は、入院してから薬も飲まされず、ただ寝かされています。早く糖尿病をなおすことをやってもええないのですかね。	
Cさん (71歳 男性)	わしは、いつから酒が飲めるようになるんですか。酒をとめられると嫁の目は厳しくなるし、先は短いに生きているかいないのう。	
Dさん	私は何を食べてもおいしいと思ったことはないし、特別に何を食べたいというふうにも思いません。何に対しても欲求が起こらないし、感動したことはありません。	
Eさん (29歳 女性)	私には友人も恋人もなく、両親は私を分かってくれないし、ひとりぼっちです。こうして病院のベッドにひとり寝ていると、私は、何のために生きているのかわからなくなることがあります。	

表4 リードの技法を加味した応答訓練用紙

2F6-12-1

[表1] リードの技法を用いたFさんの応答訓練用紙		
CI (来談者). のプロフィール	Kさんは、1歳3ヶ月の女児Uちゃんの母親。小児科医師から、Uちゃんの体重が8 kg（基準体重に3 kg 不足）のため栄養相談依頼があった。授乳は混合栄養で順調だった。離乳食は5か月から開始したがあまり食べてくれなかった。Kさんは、食事を一生懸命作って食べせようとするが、なかなか食べてくれない。Uちゃんは椅子から降りて歩き回る。Kさんが追いかけるとニコッと笑って逃げ回るので困っている。Kさんは、子供が気分屋の為に食べてくれないと考えていて、イライラして叱ってばかりである。食べさせることばかりに必死になっていてどうしたらよいのか悩んでいる。	
訓練のねらい	①CI. は今どんな主観的世界に生きているか。 ②こうしたことを述べることによって、Co. に何を理解してもらいたいと思っているか。 →	この二つを理解した上で、CI. がCo. に訴えている心の問題をどのように伝え返せば、相手を「分かってもらっている」という感じを引き起こし、リードすることができるかを訓練する。
CI. (来談者)	CI. の発言（訴え）	CI. の発言に対する Co. (カウンセラー) の応え (リードの技法を用いて)
Kさん	食事を一生懸命作っても食べてくれない、口の中に一口入れるのがやっとで、それも気に入らなければペッと出すんです。 →	* 1～2センテンスで書いてみましょう。

訓練の感想：なんでもご自由にお書きください。

げられていますから、あなたがその中から“私はこう応える”というものを一つ選んでください。

②次に、表2の“来談者の発言”を読む

③選択肢：表2の“来談者の発言に対する栄養士の応答”の5つの選択肢を読む。

(2) 第2段階の方法

「訓練システム」の第2段階(表3)を用いて訓練を実施した。この第2段階は、鎌田が、実際の栄養相談中の5人の来談者の発言に基づいて作成され、スーパーバイズを受けたもので第1段階と共にドリル方式である。5人の来談者の最初の訴え(主訴)に対して、栄養士はどう応えるかをワンセンテンスで書き入れる。Bさんで例えると、「私は、入院してから薬も飲まされず、ただ寝かされています。早く糖尿病をなおすことをやってもらえないですかね」という発言に対して、学生に応答を自分で考えて記述をしてもらった。その後、望ましい応答(理解の態度)と望ましくない応答(理解の態度以外)を示して、フィードバックを行った。応答態度の判定基準は、カウンセリングの態度の5つのカテゴリー(探索的態度・理解の態度・評価的態度・支持的態度・解釈の態度)<sup>5)</sup>に基づいて分類し、集計をした。さらに、訓練後に訓練の感想や疑問点を書く自由記述欄を設けた。なお、

訓練用のシナリオを用いて訓練の統一化を図った。

(3) リードの技法を加味した応答訓練

2012年度入学生には、2回目の訓練時にリードの技法を加味した応答訓練(表4)を併せて行った。

リードとは、カウンセラー(以下Co.と略す)のクライアント(以下Cl.と略す)に対する介入が、相互に一致するようなポイントを指していることで、Co.がCl.の歩みを的確に推測し、相手が確実に受け止められるような対応をすれば、Cl.の進歩を促す働きができる<sup>4)</sup>。「明確化」・「是認」・「要約」などは、リードの量が小さく、比較的面接の初期段階で用いるのが適している。カウンセリングマインド同好会において、それを予測する技術を重視する理念を基に、理解的態度の実践編としてリードの技法を用いた応答訓練の訓練法の開発を目指してきた。表4、表5はその中の一部である。

Cl.(来談者)Kさんのプロフィールを読み、面接中のCl.(来談者)がCo.(栄養士)に訴えている心の訴えに対しどのように応え返せば、相手に「分かってもらっている」という感じを引き起こし、リードすることができるかという訓練のねらいに沿って、訓練を行った。訓練後に望ましい応答についてフィードバック(表5)を行った。表4と表5は裏表に印刷し、表4を上にして配

表5 リードの技法を加味した応答訓練フィードバック用紙

2F6-12-2

リードの技法を用いたFさんの応答訓練 フィードバック		
リードの量が小さい例		【明確化】
Cl.(Kさん)の訴え	訓練としては望ましい応答	訓練としては望ましくない応答
食事も一生懸命作っても食べてくれない、口の中に一口入れるのがやっとなで、それも気に入らなければベツと出すんです。	ベツと出すのですね。その時、お母さんはどうなさっておられますか、一緒に考えてみませんか。	①一生懸命作っても食べてくれないとご心配ですね。 ②一生懸命作っても食べてくれないとご心配なのですね。 ③それは心配ですね。食事はどのようなものを作っていますか？ ④Uちゃんに適した離乳食になっていないのかもしれないですね。
解説	「訓練としては望ましい応答」は、まず食べてくれない悩みを理解し、続いてCl.の子どもの食事に対する考え方や対応を明確にするために、食事内容に留まらず食環境や食行動の明確化に寄与する応答。「訓練としては望ましくない応答①」は、感情を汲み取ろうと支持的態度の応答であり、解決までの時間を要してしまう。「訓練としては望ましくない応答②」は、意味・内容の明確化にとどまっただけで、解決までの時間を要しがち。「訓練としては望ましくない応答③」は、支持的態度と探索的態度で臨んでしまい、解決までに時間を要しがち。「訓練としては望ましくない応答④」は、いきなり評価的態度で応答し対話の言葉となっていない。	
補足説明	母親は、やれ食べない、口に入れてもベツと出す、気分でご飯、など、Co.(カウンセラー)にとって、「大変疲れた」栄養指導であった。根気よく聴き、質問を投げかけることにより、Cl.(Kさん)が「何とかして食べさせようとするばかりでイライラして叱ってばかりで、ほめることがなく、母子が向かい合っていないこと」に気づいた。Co.が、面接の少し早い時点で、Cl.のこの心情に気がつけば、問題の解決がより早くなるという事例である。この「リードの技法の訓練」は、面接の要約を先ず記録することから始まる。	
面接の要約	Cl.(Kさん)は、1歳3ヶ月児の母親。子供(Uちゃん)の体重が8kg(基準体重に3kg不足)のため、小児科医師からの依頼があり来談。Uちゃんに一生懸命食べさせようとするが、なかなか食べてくれない。どうにか食べさせようとして食事時間になると子どもを追っかけて食べさせようとしている。Cl.はUちゃんが気分屋のため食べないと考えており、またイライラしてしまう。面接によってCl.の考えや態度が明確化し、Cl.の態度が子どもの食事に影響していることに気づいた事例。	



付し、訓練後裏面の表5を出してフィードバックを行った。その応答態度をリードの技法が加味されているかについて分類し集計した。

【結果および考察】

1. 第2段階訓練1回目の学生の初対面時の応答態度  
 訓練1回目の応答態度を示した(図1)。2008年度入学生の応答態度は解釈的態度が36%と最も多く、次いで評価的態度が30%、支持的態度が24%、探索的態度が6%、理解的態度は4%であった。2012年度入学生の第1回目の応答態度は、支持的態度が47%と最も多く、次いで解釈的態度が31%、評価態度が13%、理解的態度が5%、探索的態度が4%であった。今回の訓練で求める態度である理解的態度はいずれの訓練でも少ない結果となった。

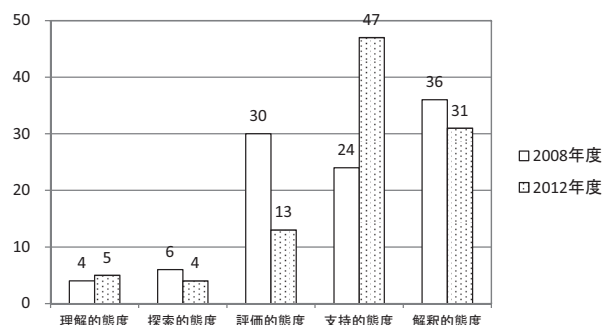


図1 訓練1回目の応答態度 (%)

Bさんへの応答例を次にいくつか挙げた。

- ・少しずつよくなっていると思うのであせらず治していきましょう。(支持的態度)
- ・まずは食事でよくなれるようにがんばりましょうね。(支持的態度)
- ・むやみに薬をのめば治るといわけではないです。寝ることも大事な治療ですよ。(解釈的態度)
- ・患者様の体の様子をみているんです。もう少しすると治療できますよ。(評価的態度)
- ・寝るのは嫌いですか？(探索的態度)
- ・そうですね……何もやってももらえないような気がして少しあせられているのですね。(理解的態度)

訓練1回目の時期は、栄養指導総論の学習項目であるカウンセリングについて学習する前に設定した。まずは、訓練を体験して現時点での自分自身の応答態度の傾向を把握して欲しいという考えからである。カウンセリングの基本姿勢や基本的な技法(オウム返しや繰り返しの技法)<sup>6)</sup>について学習していないため、訓練のねらいである、来談者が栄養士に訴えている心の問題をどのように伝えかえせば、相手に「分かってもらっている」という感じを引き起こせるか、つまり理解的態度の応答が少ない結果となったことが考えられる。

2. 訓練法の効果

1) 2008年度入学生の訓練2回目の結果とフィードバックの改良について

訓練1回目と、フィードバックを行った後の訓練2回目の第2段階の応答態度を集計し、応答態度の変化を示した(図2)。訓練2回目では、支持的態度が45%と最も多く、理解的態度が16%に留まった。訓練2回目の結果が目指す理解的態度ではなく、支持的態度へ多く移行したことを受けて、理解的態度と支持的態度の違いに着目し、整理した表を作成(表6)し、ロールプレイを加えたフィードバックに改良・工夫することとした。

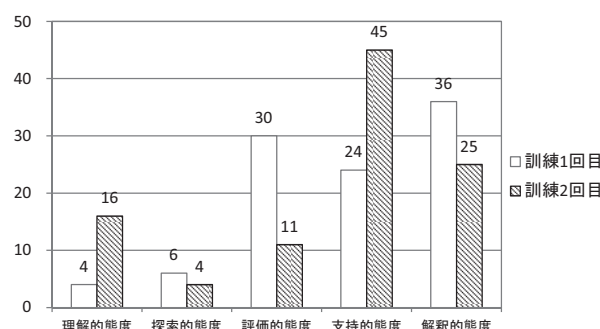


図2 2008年度入学生訓練1回と2回の応答態度の変化 (%)

2) 訓練法の効果

2008年度入学生の訓練3回目の第2段階の応答態度の変化と、2012年度入学生の訓練2回目の第2段階の応答態度の変化を示した(図3, 図4)。いずれも訓練時に、改良したフィードバックを行い、訓練を実施した。その結果、2008年度入学生は、理解的態度が2回目の16%から69%と急激に多くなった。また、支持的態度が、2回目の45%から24%になった。このことから、理解的態度と支持的態度の違いを理解した者が増えたことが示された。

訓練を体験した学生の応答態度の移行結果を示した(表7)。Cさんの訴えに対し、訓練1回目と訓練2回目は、支持的態度で応答したが、訓練3回目は「お酒を飲めることが生きがいなのですね」と受容し共感する理解的態度で応答した。学生からも次のような感想があった。「理解的態度は“主語があなた”というのがとてもよいヒントになった。ロールプレイを感情移入して行ってみると、こんなわずかな言葉の違いでCIの感情が違っているのかと驚いた。」

訓練3回目で理解的態度への移行が飛躍的に多くなったのは、フィードバックにロールプレイを入れるなど改良・工夫したことが効果的であったことが考えられる。すなわち、フィードバックが必須であることがわかった。

2012年度入学生の理解的態度は訓練1回目の5%から、訓練2回目では36%となり、約7倍増加した。一方、解釈的態度では、31%から5%に減少し理解的態度と逆の

表6 面接の応答紙上訓練の手引き オリエンテーション 解説用資料

応答態度：「S」と「U」の比較	支持的態度：S (Supportive)	理解的態度：U (Understanding)
	主語は Co. (わたし)。「Co. (私) も同じようにそう思いますよ」と、支えたり、同調したり、肩をもったり、慰めたりするような態度。	主語は Cl. (あなた)。「あなたは……という気持ちなのですね。」と、オウム返しや相槌を打ち、なるほどとうなずく態度。Cl. の立場に立って評価しないで聴く態度。
〈Aさん〉 食事は冷たくなっているし、毎日塩っ気のない食事をたべさせられるし、ほんとうに、病院というところは味気ないところですね。	冷たい食事は本当に美味しくないですよ。	(Aさんは) 食事が冷たくて、味気ないところだと感じておられるのですね。
〈Bさん〉 私は、入院してから薬も飲まされず、ただ寝かされています。早く糖尿病をなおすことをやってもらえないのですかね。	ただ寝ているだけでなく、治したいですよ。	(Bさんは) 早く糖尿病を治したいのですね。
〈Cさん〉 わしは、いつから酒が飲めるようになるんですか。酒をとめられると嫁の目は厳しくなるし、先は短いのに生きているかいないのう。	お酒が飲めないのは辛いですよ。	(Cさんは) お酒を飲むことが生きがいなのです。
〈Dさん〉 私は何を食べてもおいしいと思ったことはないし、特別に何を食いたいというふうにも思いません。何に対しても欲求が起らないし、感動したことはありません。	これから、一緒に少しでも感動を見つけましょう。	(Dさんは) 何に対しても欲求が起らないのです。
〈Eさん〉 私には友人も恋人もなく、両親は私を分かってくれないし、ひとりぼっちです。こうして病院のベッドにひとりで寝ていると、私は、何のために生きているのかわからなくなることがあります。	ひとりぼっちは淋しいですよ。	(Eさんは) 一人ぼっちで寝ていると、さみしくなるのです。

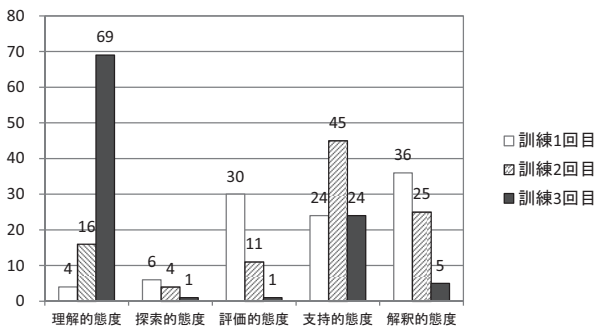


図3 2008年度入学生 訓練前後の応答態度の変化 (%)

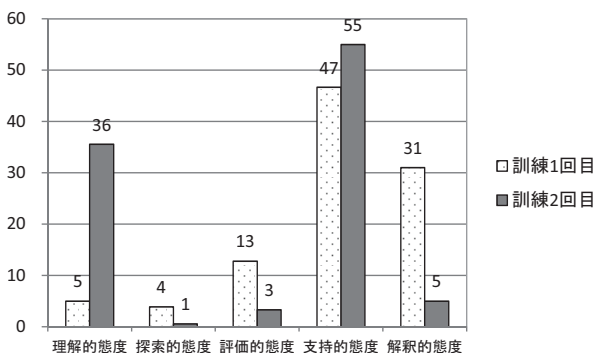


図4 2012年度入学生 訓練前後の応答態度の変化 (%)

表7 学生の応答態度の移行例 (来談者Cさんの発言に対して)

応答態度		応答態度別
訓練1回目	今生きていることに感謝し、一緒に頑張っていきましょう。	支持的態度
訓練2回目	お酒が飲めないときついですね。	支持的態度
訓練3回目	お酒を飲むことが生きがいなのです。	理解的態度

結果となった。支持的態度では、47%から55%となり他の態度と比べ、高い傾向であった。

学生の訓練前後の理解的態度への移行が5%から36%へと向上したことは、第2段階の訓練法の効果の兆しと考える。2012年度入学生には在学中、もう1回の訓練を予定しており、訓練法の効果を上げていきたい。支持的態度が理解的態度よりも多い結果が続くが、ロールプレイ後の学生の感想からも、支持的態度の応答は日常会話の使用頻度が高いのに比べ、理解的態度の応答頻度が極めて低いことも、その要因だと推測される。学生にとってまさにカウンセリングの扉が開かれた瞬間の自己評価と受け止め、今後、この2つの態度の違いに焦点を当てたフィードバックを重ねて、システムを改良したいと考える。小松ら<sup>7)</sup>は、カウンセリングのスキルや心構えを

習得するためには、実習をとおして傾聴に必要な技法の練習が必要となるとし、実習のプログラムを紹介している。そのプログラムに沿って、「かかわり行動」「単純受容」「理解したことを確認する」「気持ちを受けとめ応答する」などの課題の順に12テーマの各実習を進めることとしている。このことから、受容・共感・自己一致を学ぶためには、繰り返しの体験が必要と考えられる。

3) 学生の訓練前後の感情の変化

訓練実施後のいくつかの感想を示した（表8）。訓練法に対する訓練1回目の感想では、「難しかった」「理解できなかった」という感想が多かったが、訓練2回目は、応答に対する態度の理解が深まり、自己評価が進んだことが示された。訓練を重ねながら、傾聴し、受容し、共感することで、自ら向上したいと願う気持ちを育成し、カウンセリングマインド能力の獲得を期待したいと考える。

表8 学生の訓練前後の感情の変化（学生の感想文より）

訓練1回目	初めてだったから、全然わからなかったです。
	とても難しく感じました。
	なかなか良い応えができなくて言葉が見つけれなかった。
	相手の気持ちを少しでも理解することができるようにになりたい。
	自分の考えを押し付けないようにしたい。
訓練2回目	相手の立場になって、考えてみる事ができたと思う。
	前回より、少し言葉が頭の中に早く思いつくようになったと思う。
	自分が共感的態度だと思っても、支持的態度になっていた。カウンセリングは奥が深いと思った。
	応答が素早くできるようになりたい。
	訓練をする前に“私”ではなく“あなた”を主語にして考えてみるようにしました。

2. 「訓練法」に連続したリードの技法を加味した応答訓練について

連続して行なった「リードの技法を加味した紙上応答訓練」の結果を示した（図5）。

「理解の態度で応答した上で、リードを加味した応答」の技法を理解していた者が19%（7名）、「理解の態度のみの応答」でリードの技法を理解できなかった者が14%（5名）であった。

リードの技法を理解していた7名のうち6名は、第2段階のAさんからEさんまでの5名に対する初対面時の応答の2つ以上が理解の態度の者であった。

求める応答ができた者が19%であり、初の試みとしては効果が期待できると考える。また、1回目の訓練で理解の態度の基礎編（共感的理解）が理解された上で、2回目に理解の態度の実践編（リードの技法を加味した応答）

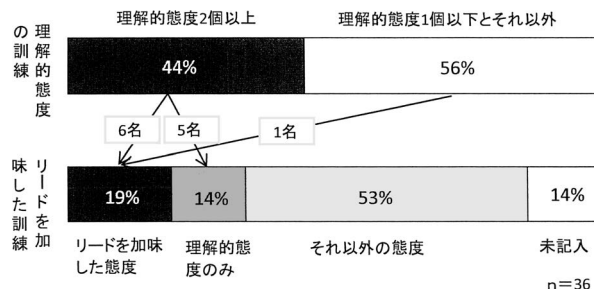


図5 連続して行なった「リードの技法を加味した訓練」態度の移行状態

の理解を深める訓練を行なったが、リードの技法の訓練前に、理解の態度の基礎的訓練が必須であることが示唆された。このリードの技法についても研鑽を積んで、事例を重ねていき、更に効果を上げて行きたいと考える。

面接の経過を、単なる技術としてではなく、Co.（栄養士）とCl.（来談者）の温もりのある心理的なコミュニケーションの過程と捉え、受容・核心に対する反応・リードの量の意識的な訓練をすれば、Cl.（来談者）の特性を、より敏感に受け止めることができ、共感的理解のできる栄養士の育成は、更に効果が期待されると考える。

理解の態度が身に付くよう、今後もフィードバックの意義を認識して事例を重ねていきたい。

【要 約】

共感的理解のできる栄養士の育成を目的として、栄養士養成校の2008年度入学生（本学とA校）と、2012年度入学生（本学のみ）について、「段階的カウンセリング能力獲得訓練システム」を用いた訓練を実施し、効果を検討した。さらに、リードの技法を加味した応答訓練を、共感的理解に連続して実施することの意義と効果について検討した。

2008年度入学生の訓練1回目では、理解の態度はわずか4%だったが、訓練3回目では、理解の態度が69%と、目指す態度に近づいた。2012年度入学生の訓練1回目と訓練2回目では、理解の態度は5%から36%となり約7倍増加した。学生に対する第2段階の段階的カウンセリング能力獲得訓練システムの効果が確認された。

理解の態度の基礎編（共感的理解）に連続して、理解の態度の実践編（リードの技法を加味した応答）を行なった。リードの技法の訓練前に、理解の態度の基礎的訓練が必須であることが示唆された。学生時代から意図的に訓練を重ねることの重要性を認識した。

本システムの使用に当たっては、単なる知識として学ぶのではなく、学生と向かい合って、試行錯誤を重ねながら、納得して理解し、自己決定力を付けて行く過程、つまり、フィードバックの大切さが示唆された。本研究の一部は広島県栄養改善学会で報告したことがある。今後も、本訓練法をカリキュラムに織り込みながら時代の

要請に応える栄養士の育成に励みたい。

### 【謝 辞】

本研究をすすめるに当たり、ご指導・ご協力を賜りましたカウンセリングマインド同好会の皆様、そして、ご協力いただいた本学とA校栄養士養成施設の学生諸氏に深く感謝いたします。

### 【文 献】

- 1) 鎌田澄江, 今中鏡子: 栄養指導としてのカウンセリング学習前後の変化—段階的紙上面接訓練システムの試み—日本健康教育学会誌, **1996. 4** (特別号), 152-153 (1996)
- 2) 鎌田澄江: 栄養指導法の工夫, 臨床栄養, **61**, 604-609 (1982)
- 3) 厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室: 管理栄養士・栄養士養成施設カリキュラム等に関する検討会報告書 (2001)
- 4) 伊藤 博: カウンセリングの原理と方法, **58**, 64-68, (1957), 誠信書房, 東京
- 5) 伊東 博: 新訂・カウンセリング, 初版, 425-430, (1966), 誠信書房, 東京
- 6) 大野知子, 辻とみ子: ヘルス21栄養教育・栄養指導論第6版, 108-112, (2009), 医歯薬出版, 東京
- 7) 小松啓子, 大谷貴美子: 栄養カウンセリング論第2版, 91-130, (2009), 講談社, 東京

### Summary

With the objective of nurturing dietitians capable of sympathetic understanding, we implemented and investigated the effectiveness of training using the “training system for acquiring stepwise counseling ability” on students entering a dietitian training school in the 2008 (at our school or school A) or 2012 (at our school only) academic year. In addition, we examined the significance and effectiveness of performing response training incorporating lead techniques continuously with sympathetic understanding.

The attitude of understanding was only 4% after the first training session for students who entered in the 2008 academic year, but increased to 69% after the third training session, a level closer to the target. Among students who entered in the 2012 academic year, the attitude of understanding increased approximately 7-fold from the first to second training sessions from 5% to 36%. The effectiveness of the training system for acquiring stepwise counseling ability conducted in two steps for students was confirmed.

The practical aspect of attitude of understanding (responses incorporating lead techniques) was conducted continuously with the basic aspect of attitude of understanding (sympathetic understanding). Basic training for attitude of understanding was found to be necessary prior to training for lead techniques. The importance of consciously accumulating training from the start of university education was recognized.

The use of the present system suggested the importance of the process of gaining a full understanding and developing the ability to make decisions by oneself while facing up to students and repeating trial and error rather than simply learning knowledge, in other words the importance of feedback. A part of this study was previously reported at the meeting of the Hiroshima Prefecture Society for Nutritional Improvement. We hope to continue to contribute to the nurturing of dietitians capable of meeting the needs of society while incorporating the present training method into the curriculum.