カウンセリング主要理論

精神分析療法

フロイト

治療目標
心的葛藤の意識化→
カタルシス→
洞察

人間観　快楽原則
決定論
因果論

発達理論
リビドー
（性のエネルギー）
口唇期
肛門期
男根期
潜伏期
性器期
固着

パーソナリティ論

（局所論的）	（構造的）
意識	スーパーエゴ（しつけ）
前意識	エゴ（現実原則）
無意識	イド（快楽原則）

無意識を探る方法
①自由連想法　②夢分析

分析の方法
①抵抗分析
②転移分析
③解釈

カウンセリングの関係
「治療同盟」「作業同盟」

来談者中心療法

ランク　タフト

ロジャース

カウンセリング関係
①心理的接触
②ＣＬは不一致
③ＣＯは一致・統合
④ＣＯは無条件の受容
⑤ＣＯはＣＬの内部的照合枠で共感的に
⑥④⑤がクライアントに伝わっている

人間観
自己成長力
自律性・自己実現

治療目標
感情と行動が一致
矛盾がない
「自己一致」→
「機能する人間」
「開かれた人間」

パーソナリティ論
自己実現する力
自己概念が行動の核

病理論
経験と自己概念の
自己不一致

技法
「積極的受容」
①単純じな受容
②内容の再陳述
③感情の反射
④明確化

行動療法

人間観
人間は白紙で生まれる
善悪は後天的条件付け

パーソナリティ論
習慣的な反応体系
後天的条件づけの結果
再学習→行動の変化→
パーソナリティの変化

病理論
不適切な行動は
反復的な経験により学習
・不安、恐怖→古典的条件づけ
・強迫症状→オペラント条件付け

技法　パブロフ
「レスポンス条件付け」
①系統的脱感作法
②主張訓練法
③嫌悪療法

治療目標
不適切行動自体を対象
刺激と反応の結びつきを学習→変容・修正

カウンセリング関係
ＣＯ：分析→治療計画
ＣＬ：課題に取り組む

ソーンダイク

スキナー

技法
「オペラント条件付け」
①シェーピング法
②トークン・エコノミー法
③認知技法「モデリング法」