

対人援助者に求められる要素における研究

三橋 真人

英文要約

This paper considered laughter is intended to enrich the life for people. To laugh has impacts on people and it can be considered effective to the other party by laughing. In addition, it can be said that laughing is an important tool in which to build a relationship with each person.

Appropriate use of humors are intended to "shorten the interviewer and the social and psychological distance of the interviewer, reduce of the anxiety."

In this study, survey was to find out people do get used to have counseling by any talent and ho will make people happy or smile. From survey results, humor that appropriate laughter can relaxes tension of interpersonal relationships, to serve to increase the intimacy, and playfulness by changing the point of view, you can see the things on the way people are seeing.

和文要約

人にとって笑いは生活を豊かにするものであると考えられる。笑うことに対する研究は、笑うことでその人自身に与える影響、笑うことで相手に与える影響が検討され、それぞれ人との関係を築く上で重要なツールであるということが分かっている。ユーモアの適切な使用は「面接者と被面接者の社会・心理的距離をちぢめ、かたぐるしさを減ずる」ものであり、結果として両者の親しみを増す働きをもたらすのであるといえる。本研究では、タレントの中で誰にカウンセリングを受けたら笑顔になれるか。また、タレントの中で誰に介護を受けたら笑顔になれるかの調査を行い、どのような要素が笑顔に関係するのか考えた。調査結果より、適切な笑いというユーモアは対人関係の緊張をほぐし、親密さを増す働きをするし、遊び心は視点を変えて、もの事を見たり、自己の持つ能力の発揮を促進したりする働きをするということから、これを対人援助の中にうまく技法として取り入れることができ、また我国の文化になじむように対応できれば、対人援助の効率性、効果性を高めることができるのである。

はじめに

第1節 研究の背景

人にとって笑いは生活を豊かにするものであると考えられる。笑うことに対する研究は、笑うことでその人自身に与える影響、笑うことで相手に与える影響が検討され、それぞれ人との関係を築く上で重要なツールであるということが分かっている。

Martin (2007) によれば、ユーモア現象は、「世界中ですべての文化や個人に生じる普遍的な経験」であるにもかかわらず、次の2つの理由から、心理学研究の主流からは無視されがちであった。つまり、①ユーモアが愉快さや愉悦と関係するために、軽薄で重要度が低いと見なされがちである、②ユーモア現象はつかみ所がない¹。しかしながら、ユーモア現象は、日常の対人的相互作用において顕現的であることから、実証的研究の重要な対象であるといえる。

ユーモアの適切な使用は「面接者と被面接者の社会・心理的距離をちぢめ、かたぐるしさを減ずる」ものであり、結果として両者の親しみを増す働きをもたらすのであるといえる。竹内 (1992) によると被援助者の立場からこのユーモアを使用するメリットを考えると、攻撃心や自己の恥ずべき内容、あまりにもみじめな事柄や痛みを覚えるような内容は、ユーモアを交えて話すことでその感情を誰に責められることなく表出することができるし、本来なら内に秘めておかなければならないとわかっているにもかかわらず、どうしても抑えきれない感情をユーモアとして安全に表出できるということがあげられる。その結果は不必要な緊張や抑圧へのエネルギーの浪費の節約になるのである。このように、援助者、被援助者間の親密さが増し、堅苦しい雰囲気や緊張を柔らげることができ、感情の吐露が促進できれば、それだけでも問題解決へ近づけるであろうし、両者の問題解決への関与の度合は増す

であろう。不要な緊張へふりあてていた心的エネルギーの節約は、問題解決に注ぎ込むエネルギー量の増加を生み、問題をとらえる新たな視点を持つためにも使用できるのである。ユーモアは「笑い」を伴うものであるが、癌の末期患者への生きがい療法で「笑い」が取りあげられ、実際に患者が漫才などを見て笑ったあとに検査をしたら免疫力が向ヒするということがマスコミを通じて報道されていた。ストレスによる免疫力の低下は広く知られているところである²。このような面からも、ストレスに満たされていると言っても過言でない対人援助におけるユーモアの使用は、もっと積極的に考えられ、検討されるべきであろう。

第2節 研究の目的

2014年4月22日、産業能率大学は、平成26年度版の「新入社員の理想の上司」を発表した。男性上司1位は、俳優の堺雅人で昨年の55位から急伸した。昨年度のドラマでのキャラクターの影響が大きいと考えられる。女性が女優の天海祐希で5年連続の1位となった。

2014年度新入社員の理想の上司（産業能率大学）³

(敬称略)		
順位	男性上司	女性上司
第1位	堺 雅人	天海 祐希
第2位	池上 彰	江角マキコ
第3位	イチロー	篠原 涼子
第4位	長谷部 誠	澤 穂希
第5位	水谷 豊	仲間由紀恵
第6位	松岡 修造	真矢 みき
第7位	有吉 弘行	松嶋菜々子
第8位	所ジョージ	菅野 美穂
第9位	堤 真一	阿川佐和子
第10位	原 辰徳	大久保佳代子

男女ともにドラマで役柄が結果に大きく結果しているように見える。正義感の強い、人のために行動するといった役柄が比較的多いからである。特に堺雅人に関しては、2013ブレイク俳優ランキングでの一位に輝いており、大ヒットしたドラマではバブル期に東京中央銀行に入学したバンカー・半沢直樹が、銀行の内外に現れる「敵」と戦い、組織と格闘していく様子を中心に描かれており、その正義感の強さとコミカルなセリフは強く印象に残った。

このように社会の芸能人のイメージはその年の人気ドラマに左右されることがある。

また、発信された言葉の印象が社会に浸透されること

で、記憶に強く残ることもある。

本研究では、タレントの中で誰にカウンセリングを受けたら笑顔になれるか。また、タレントの中で誰に介護を受けたら笑顔になれるかの調査を行い、どのような要素が笑顔に関係するのか考えたい。

第3節 研究の視点及び方法

第1項 対象者

A大学1、2、3、4年生 (n=237)。質問紙は300名に配布、回収者237名、回収率79%。

第2項 調査期間

2013年7月16日、授業終了後。

第3項 質問項目

質問1。タレントの中で誰にカウンセリングを受けたら笑顔になれるか。男性、女性、それぞれ1名の名前を書いてください。質問2。タレントの中で誰に介護を受けたら笑顔になれるか。男性、女性、それぞれ1名の名前を書いてください。

第4項 調査手続き

対象者に性別記入欄と質問文が書かれた、B5版質問紙を1枚配布し、黒板に「学籍番号と名前は書かないでよい、参加したくないものは書かなくてもよい。本アンケートは複数回答可である」と教示し、解答時間は10分で実施した。

第5項 倫理的配慮：

1. 研究目的を説明したうえで、本アンケートは回答しなくても断ることができることを口頭で説明した。
2. 本アンケートの提出をもって同意とした。
3. アンケートの参加の有無が、成績と関係するものではないことを口頭で説明した。
4. 個人の特定がされないように無記名とし、性別は記入してもらった。
5. データは、本研究以外に使用しない旨を口頭で約束した。
6. データは研究発表終了後、シュレッダーで廃棄することを口頭で説明した。
7. 研究報告終了後、研究結果を協力者にフィードバックすることを約束した。

第2章 先行研究

笑いについては、発生のメカニズム (志水、2000)⁴、文化的差異 (札埜、1999; 碓、2003)⁵などさまざまな観点からの研究がなされている。最近特に注目を集めているのは笑いの健康への影響で、免疫力を高める (伊丹、

1997；伊丹、1998；西田・大西、2001)⁶、ストレスを緩和する（高下・上野、1991)⁷などの効果が指摘されている。対人場面における笑いに関する研究も少なくない。たとえば、対人場面の笑いの大半は会話中に起こり、また笑いながら話す現象は状況と強く関連し多様な機能をもち（桐田、2005；2003)⁸、笑顔はより社会的で知性的と判断される（Matsumoto & Kudoh、1993)⁹。一緒に見る相手が親密なほどテレビのお笑い番組を面白いと感じ、親密でないほど相手に同調して笑う（志岐、2006)¹⁰などである。以上のように、対人場面での笑いの意図、知覚、表出は状況や相手の影響を受け、また印象形成に影響を与えることが確かめられている。ところで笑いは、笑い声の有無による分類、意志の笑い感情の笑い（浅田、2004)¹¹、快の笑い・社交上の笑い・緊張緩和の笑い（志水、2000)¹²、正常な笑いとは異なる笑い（角辻、1996)¹³など、研究者によりさまざまに分類されている（浅田、2004)¹⁴。この背景には、笑いの送り手・受け手、笑いの意図や原因、笑いの表出方法等々、さまざまな視点が混在していることがあげられよう。また笑いの呼称の多様さは人間の微妙な感情表現の現れと解釈できる（井上、2002)¹⁵。しかしながら笑いの研究は、こうした多様な笑いの分類を考慮することなく検討されている場合も少なくない。笑いのひとつに芸人によるお笑い（以下、お笑い」と記述）がある。お笑いに関する研究は主に以下の3つに焦点をあててなされる場合が多い。第一に、お笑いの機能そのものに焦点をあてた研究である〔たとえばお笑いの地域性に関する研究（札幌、1999)¹⁶など〕。第二に、漫才などのビデオ視聴前後に生理的指標の測定がなされるといったように、健康への効果を検討する際に呈示刺激として用いられる。第三に、タレントの役割期待と笑いの知覚、反応を検討した研究（志岐、2006)¹⁷など、お笑いの視聴者への影響についての研究であるが、前者2つに比べるとこの点に関しては十分に検討がなされているとはいえない。また笑いとは職業の関係性についての研究も、ビジネススキルとして研究されることはあっても、どのような笑いの要素がどの職業に必要なようになってくるかについては研究がされていないといえる。

第3章 研究結果

回収した237名（男子生徒95名、女子生徒142名）の回答結果を集計し、指摘された芸能人の回数を明らかにした。心理カウンセラーに向いている芸能人として、男性111名、女性93名の名前があげられた。介護士に向いている芸能人には、男性116名、女性101名の名

前があげられた。これらの芸能人を男子生徒、女子生徒に分け、それぞれの上位10名の芸能人を下記に記す。

第1節 心理カウンセラーに向いている芸能人

第1項 男子生徒 TOP10

	男性		女性	
1	マツコ・デラックス	9	マツコ・デラックス	7
2	有吉 弘行	9	わからない	7
3	DaiGo(メンタリスト)	7	天海 祐希	5
4	わからない	4	ローラ	5
5	美輪 明宏	3	江角マキコ	4
6	福山 雅治	3	ベッキー	3
7	タモリ	3	芦田 愛菜	3
8	笑福亭鶴瓶	3	仲間由紀恵	3
9	阿部 寛	3	堀北 真希	3
10	茂木健一郎	2	黒柳 徹子	2

第2項 女子生徒 TOP10

	男性		女性	
1	マツコ・デラックス	24	天海 祐希	16
2	有吉 弘行	8	江角マキコ	13
3	DaiGo(メンタリスト)	8	ベッキー	13
4	タモリ	7	マツコ・デラックス	9
5	福山 雅治	4	柳原可奈子	6
6	堺 雅人	4	真矢 ミキ	5
7	桜井 翔(嵐)	3	わからない	4
8	笑福亭鶴瓶	3	新垣 結衣	4
9	向井 理	3	はるな 愛	4
10	綾野 剛	2	加藤綾子(アナウンサー)	3

第2節 介護士に向いている芸能人

第1項 男子生徒 TOP10

	男性		女性	
1	草薨 剛	12	わからない	11
2	わからない	7	綾瀬はるか	5
3	佐々木健介	4	泉 ピン子	5
4	スギちゃん	3	和田アキ子	5
5	石塚 英彦	3	北斗 晶	5
6	照 英	3	柳原可奈子	3
7	SMAP	3	ベッキー	3
8	向井 理	2	キンタロー	3
9	山下 智久	2	マツコ・デラックス	2
10	タカ(タカアンドトシ)	2	桜庭みなみ	2

第2項 女子生徒 TOP10

	男性		女性	
1	草薨 剛	15	ベッキー	14
2	向井 理	13	綾瀬はるか	9
3	相場 雅紀(嵐)	8	柳原可奈子	6
4	香取 慎吾	6	関根 麻里	4
5	佐々木健介	5	イモトアヤコ	4
6	わからない	4	わからない	4
7	つるの剛士	4	松嶋奈々子	4
8	上地 雄輔	4	本田 翼	3
9	楽 しんご	3	友 近	3
10	宮川 大輔	2	北斗 晶	3

第4章 考察

第1節 心理カウンセラー

男子生徒の結果を見ていくと、心理カウンセラーであげられた男性芸能人はコミュニケーション力が高く、言葉を巧みに使いこなすことができる人が多いことが特徴的である。女性芸能人としても1位に挙げられたマツコ・デラックスは現在7つの番組に出演しており、テレビで見ない日はないほどの人気を誇る。検索サイト Google で検索すると、キーワードとして、「マツコ・デラックス 名言」と出てくる。その検索結果のトップにくるNAVERのまとめサイトでは「独自の切り口で存在感放つ」、「響く名言」と彼(彼女)の発信力には定評があることがうかがえる。男性芸能人で2位に挙げられた有吉弘行は一位のマツコ・デラックスとマツコ&有吉の怒り新党という番組で共演しており、マツコ・デラックスとの軽快な会話は有吉自身のトーク力が高いこともうかがえる。3位以降のDaiGo、美輪明宏、福山雅治、タモリ、笑福亭鶴瓶、阿部寛、茂木健一郎もその言動が注目されることが多く、大衆を魅了する言葉を発信する力もっている。女性芸能人では、ドラマの役柄の影響もあるのか、はっきりとした物言いと天真爛漫さを持ち合わせた人が選ばれている。

一方、女子生徒の結果でも、男性芸能人で圧倒的に選ばれたのがマツコ・デラックスである。同氏は女性芸能人としても4位に選ばれている。男性芸能人の2位、3位は男子生徒と変わらず、有吉弘行とDaiGoの発言力、発信力の高さは性別に関係なく、浸透していることがうかがえる。また、4位以降のタモリ、福山雅治、笑福亭鶴瓶も男子生徒のランキングに入っているメンバーである。男子生徒との違いは、桜井翔(嵐)、向井理、綾野剛など女性に人気のタレントがランクインしていること

であろう。また、堺雅人は先述したように2013年の人気タレントに選ばれていることから、ランクインしたと考えられる。

このように心理カウンセラーと笑いには、人の言葉を理解し、言葉にできない思考を言葉にする人が優れているとイメージが学生にあるということが分かった。

第2節 介護士に向いている芸能人

男子生徒の結果では、男性芸能人では草薨剛が1位にランクインした。同氏においては、ドラマ「いいひと」や「僕と彼女の生きる道」など、その柔らかい外見と話し方から、「良い人」役を演じることが多いことがこの結果へと繋がっていることが推測できる。また、同氏の所属するアイドルグループのSMAPも7位にランクインしていることから、SMAPがグループとして、男子生徒たちに好意的なイメージと彼らの発言力の高さや注目度の高さがうかがえる。同結果で、夫婦でランクインした佐々木健介(男性3位)と北斗晶(男性5位)はプロレスラーとしての身体的な強靭さとバラエティ番組で見せる温厚な笑顔に加え、軽快なトークが印象的で好感度が高い。男性芸能人では肉体派の照英も6位にランクインしており、介護士は体力が必要な職業であるというイメージがあるということが考えられた。女性芸能人でも、和田アキ子(4位)など身体的な強さが特徴的な人が選ばれている。また、女性芸能人で選ばれた柳原可奈子(6位)はバラエティ番組などで体を使った演出にも取り組んでおり、対応力の高さやコミュニケーション力の高さが介護士に向いていると判断されたと考えられる。

女子生徒の結果では、男子生徒と同様に草薨剛が1位にランクインした。4位に同氏と同グループの香取慎吾がランクインしていることから、やはりSMAPの好意的なイメージは性別に関係ないものであると考えられる。また、元プロレスラーの佐々木健介(男性5位)と北斗晶(女性10位)と男子生徒同様にトップテンにランクインした。

このように介護士と笑いには、良い人であるということと身体的な強靭さが必要とされているというイメージがあるということが分かった。

第3節 3つのユーモア

ユーモアには上野(1996)がユーモアを図る尺度を開発している。それは第1に「遊戯的ユーモア(陽気な雰囲気醸し出し、自己や他者を楽しませることを動機づけとして表出されるユーモア刺激によって生じられる)」、第2に「攻撃的ユーモア(他者を攻撃したり、中

傷したりすることを動機づけとして表出されるユーモア刺激によって生起される)、第3に「支援的ユーモア(自己や他者を励まし、許し、心を落ち着けさせることを動機づけとして表出されるユーモア刺激によって生起される)」の3つのタイプ¹⁸である。これをもとに宮戸・上野(1996)では、支援的ユーモア志向が否定的出来事に対する耐性を高め抑うつ傾向を低下させることを実証しており、対人援助者においても支援的なユーモア志向が必要であるといえる。今回の研究結果でも、支援的ユーモア志向が高い芸能人が比較的上位にランクインしていたことから、支援的なユーモア志向に対する前向きな姿勢が見て取れた。

第4節 専門知識・技能に加え対人コミュニケーション力の高さの必要性

お笑い芸人のノウハウではなく、通常のビジネスにおいても相手に面白いと思わせることが成功への糸口というところらしい。人を笑わせることはとても難しい。人によって何を面白いと感じるかは、社会的・文化的背景、年齢、人生経験などによって様々だからである。人を笑わせるには、優れた分析・洞察力とアピール力(働きかけ力)が求められる。このようなスキルは職業スキルという点から見てとても重要である。

第5章 おわりに

本研究で分かったのは、笑いには言語を巧みに使いこなすことが必要とされているということが分かった。心理カウンセラーと介護士という職業にはコミュニケーション力の高さが必要とされるため、笑いは重要な要素である。つまり、笑いには言語力と理解力の二つが必要とされているということが分かった。

メイヤー(Maier, H. W)は「あそび心は人々が普段の能力を、また普段の自己概念を広げるように勇気づける。また「希望のない状況を越えられるよう、普段の生活の中で新鮮な空気の1呼吸と新しい働きを提供することで進歩を強めてくれる」¹³⁾ものであると述べている。精神的に追いつめられたり、社会的苦境に陥った場合、我々の中から遊びを楽しむ精神的余裕はなくなっていく。問題解決にエネルギーのほとんどを費すことが要求されるからである¹⁹⁾。

適切な笑いというユーモアは対人関係の緊張をほぐし、親密さを増す働きをするし、遊び心は視点を変えて、もの事を見たり、自己の持つ能力の発揮を促進したりする働きをするということからも、これを対人援助の中うまく技法として取り入れることができ、また

我国の文化になじむように対応できれば、対人援助の効率性、効果性を高めることができるであろう。

参考文献

瀬沼文安彰 (n.d) 『若者はことばをフィールドワークする』コミュニケーション科学 (22)
http://www.tku.ac.jp/kiyou/contents/communication/22/10_senuma.pdf

引用文献

- Martin, R.A(2007)“The psychology of humor: An integrative approach”Elsevier Inc. 野村良太・雨宮俊彦・丸野俊一 (2011) 北大路書房
- 竹内一夫 (1992) 『対人援助関係におけるユーモアの遊び心の効用』川崎医療福祉学会誌 Vol2 No2
- 調査期間 2014年3月26日～4月10日、調査対象 新入社員研修の参加者516人 調査方法 書面アンケート、有効回答 442人(男性288人・女性154人)
- 志水彰 (2000) 笑いその異常と正常 東京：勁草書房
- 札埜和夫(1999)「おかん」をめぐる笑いの諸相、笑い学研究、6、36-47 碓朋子 (2003) テレビ広告に対する受け手の反応における笑いの文化の地域性の検討、笑い学研究、10、71-89
- 伊丹仁朗 (1997) 笑い一心と免疫をつなぐもの一 東京：創元社 伊丹仁朗 (1998) 生きがい療法でガンに克つ 東京：講談社 西田元彦、大西憲和(2001) 笑いとNK細胞活性の変化について、笑い学研究、8、27-33
- 高下保幸、上野良重 (1991) ストレス緩和剤としてのユーモア 現代のエスプリ、290、204-215 東京：至文堂
- 桐田隆博 (2003) 面接場面の笑い—笑いながら話す現象 (laugh-speak) とその機能—、電子情報通信学会技術研究報告、102(734)、1-6 桐田隆博 (2005) 人が笑いながら話すとき—認知心理学的アプローチ—、基礎心理学研究、23 (2)、207-212
- Matsumoto D and Kudoh T(1993): American-Japanese cultural differences in attributions of personality based on smiles. Journal of Nonverbal Behavior, 17 (4) , 231-243
- 志岐裕子 (2006) 他者への同調とタレントへの役割期待が笑い反応に及ぼす効果、社会心理学研究、22 (2)、189-197
- 浅田由美 (2004) 心理臨床場面における笑いの取り扱い—その効用と実際—、展望について、九州大学心理学研究、5、153-161
- 志水彰 (2000) 笑いその異常と正常 東京：勁草書房
- 角辻豊 (1996) 笑いのちから—ストレス時代の快楽学— 東京：家の光協会
- 浅田由美 (2004) 心理臨床場面における笑いの取り扱い—その効用と実際—、展望について、九州大学心理学研究、5、153-161
- 井上宏 (2002) 「笑い学」研究について、笑い学研究、9、3-15
- 札埜和夫 (1999) 「おかん」をめぐる笑いの諸相、笑い学研究、6、36-47

- ¹⁷ 志岐裕子 (2006) 他者への同調とタレントへの役割期待が笑い反応に及ぼす効果、社会心理学研究、22 (2)、189-197
- ¹⁸ 諸井克英、田村優奈、島崎真美 (2012) 『女子大学生におけるお笑い番組接触傾向とユーモア態度』同志社女子大学 学術研究年報 第 63 巻
- ¹⁹ Maier HW (1986) "Play is More Than a Four-Letter Word : Play and Playfulness in the Interaction of People. "Glasser PH and Mayadas NS eds., Rowman & Littlefield, pp66.