

カール・ロジャーズの人格理論

カール・ロジャーズの人格理論は、個人の成長と自己実現に焦点を当てた革新的なアプローチです。クライアント中心療法の基礎となるこの理論は、19の基本命題に基づいており、人間の潜在能力と自己理解の重要性を強調しています。

[詳細を学ぶ](#)

[ロジャーズの著作を探す](#)

ロジャーズの理論の発展

1

初期の関心

ロジャーズは、子供の自己と自己理想に対する意識的な態度の重要性に注目し、性格調整テストを開発しました。

2

セラピープロセスの研究

防衛の軽減と自己認識の拡大を通じたクライアントの成長プロセスを観察し、記述しました。

3

19の命題の形成

観察と研究結果を基に、人格と行動に関する包括的な理論を19の基本命題として定式化しました。

ロジャーズの19の命題：基本原則

1 個人の経験世界

各個人は、常に変化する経験の世界の中心に存在しています。

3 全体的な反応

生物は、組織化された全体としてこの現象場に反応します。

2 知覚フィールドへの反応

有機体は、個人の「現実」である知覚されたフィールドに反応します。

4 自己実現の傾向

生物には、自己を実現し、維持し、強化しようとする基本的な傾向があります。

行動と感情の理解

目的志向の行動

行動は、生物がその知覚フィールドで経験したニーズを満たそうとする目的を持った試みです。

感情の役割

感情は目標指向の行動を伴い、それを促進します。感情の種類と強さは、行動の探究と完成、および生体の維持と強化に関係しています。

内部フレーム

行動を理解するための最良の視点は、個人の内部フレームから見ることです。

自己の構造と形成

自己の分化

知覚領域の一部が徐々に自己として分化していきます。

相互作用の影響

自己の構造は、特に他者との評価的相互作用の結果として形成されます。

価値観の導入

自己構造の一部である価値観は、直接経験したものや他者から導入されたものがあります。

経験の象徴化

経験は自己との関係として象徴化され、組織化されるか、無視されるか、歪められる可能性があります。

行動と自己概念の関係

▼ 行動と自己概念の一致

生物が採用する行動様式のほとんどは、自己の概念と一致します。これは、個人の行動が自己イメージや価値観に基づいて選択されることを意味します。

▼ 象徴化されていない経験による行動

場合によっては、象徴化されていない生物的な経験やニーズによって行動が引き起こされることがあります。このような行動は自己の構造と矛盾する可能性があり、個人によって「所有」されないことがあります。

▼ 心理的不適応と緊張

重要な感覚的および内臓的経験を認識することを拒否し、自己構造に組み込まれない場合、心理的不適応が生じる可能性があります。これにより、潜在的な心理的緊張が発生する可能性があります。

心理的調整と脅威

1

心理的調整

自己の概念が、すべての感覚的および内臓的経験を一貫した関係に同化できる場合、心理的調整が存在します。

2

脅威の認識

自己の組織や構造と矛盾する経験は脅威として認識される可能性があります。

3

自己構造の維持

脅威の認識が多いほど、自己構造はより厳密に組織化されて維持されます。

4

経験の同化

脅威がない状態では、矛盾する経験が知覚され、自己構造に同化される可能性があります。



自己認識と他者理解



自己認識の拡大

個人が自分のすべての感覚的および本能的な経験を認識し始めます。



経験の統合

認識された経験を一貫した統合されたシステムに受け入れます。



他者理解の向上

自己認識が高まることで、他者をより理解し、受け入れられるようになります。



個人的成長

このプロセスを通じて、個人は心理的に成長し、より適応的になります。

価値体系の変化

初期の価値体系

歪んで象徴化された導入に基づく

変化のプロセス

有機的な経験の認識と受容

新しい価値体系

継続的な有機的な評価プロセスに基づく

結果

より適応的で個人化された価値観の確立

ロジャーズの理論の影響と応用



心理療法への応用

クライアント中心療法の基礎として、多くのセラピストに影響を与えました。



教育への影響

学生中心の学習アプローチの発展に貢献しました。



乳児ケアへの拡張

フレデリック・ルボワイエの人間中心の出産アプローチに影響を与えました。