臨床心理学専攻生に対する教育訓練の一考察

塩 山 二 郎

A study of Education and Training for graduate Students specialized in Clinical Psychology

Jiro SHIOYAMA

はじめに

本大学の臨床心理学専攻の大学院生が入学して5年が経とうとしている。そういう中で本大学院の附属心理相談センターは、日本臨床心理士資格認定協会からの指定大学院の『3年目視察』を受けた。2、3の指摘を受けたが、その中で、院生のスーパーヴィジョンは大学院の教員が、外部の講師に任せることなく、責任を持って指導すべきというコメントを頂いた。筆者はこのコメントに目を疑った。日本臨床心理士資格認定協会は、これまでの方針を変えたのだろうかと思えた。おそらく、個人スーパーヴィジョンについての見解が未整理なままなのだろうと推測されるが、これは、いずれ認定協会に質すとして、ここらで、われわれの教育訓練のあり方についてもう一度、考えを整理する必要があると思えるのである。そこで本年報に筆者の考えを述べ、批判を仰ぐ次第である。ただ、この問題に関しては、数多くの指南書などが出版されているので、詳しくはそちらに譲るとして、ここでは概略を述べるにとどめたい。また、ここで述べる教育訓練の中身は、筆者が長年行ってきた精神分析的心理療法の習得のための教育訓練であることを断っておきたい。

1．臨床心理学的援助に関わる者の姿勢と心構え

心理療法とは、立場の違うものが一定のルールに従ってかかわりを持ち、その中から何がしかの創造的なものを導き出す過程と言える。面接回数、その期間の長さにもよるが、クライエントにも、面接者にもその終了の段階で何か達成されたもの、新たな発見などを得て終わるのではないだろうか。これなくしては、この領域の発展はなかったものと思われる。

援助する側の者にとって、ここらの理解でおもしろいのは、一つは、神田橋條治の考えである。彼は、患者さんと関わる精神療法家の存在を「異物」と呼ぶ（神田橋 P28）。順調に話が進んでいるときは、それによって自然治癒力が発揮されているのだから、精神療法家はその邪魔をしないことが大切だと言う。異物とは、最も遠慮がちに登場してくる機能である。しかし、その異物も、ややっこしく、面接が進まなくなったときには、専門的な技術を使って患者さんに対応する必要が出てくるときに登場する。出番が回るのである。異物という表現がとても言い得て妙であり、臨床家の特徴をうまく表現していると言える。

また、もう一つは、巻頭言にも触れた渡辺久子の考えである。渡辺は、臨床家のありようについて、（巻頭言と重複するが）子育て中の母親は、子宮の中の羊水であり、子宮は父親であると言う。そして、羊水は、何も文句を言わずにせっせと胎児を包み込んで育てるのだ（渡辺 P145）。これを面接関係に持ってくれば、援助者として働く時のわれわれは、羊水であり、子宮という入れ物であるのである。つまり、母性と父性の両方を備えた面接者がクライエントを支え、護るのである。この両方の機能がないとクライエントは育たないのである。母性とは、傾聴、受容、共感といった、包み込む作業であり、父性とは、構造を守り、倫理的な見方から離れないように働きかける姿勢である。心理臨床家の機能をとてもうまく表現しているといえる。

また、鑪は、カウンセラーにとってのカウンセリングとは、「元来物真似として学ぶことのできるようなものではなく、自分の経験を直視しながら、これに磨

きをかけていくというしんどい道があるのみだ」という。そして、「しかし、このような過程をゆっくり苦しみながら進んでいくときに、カウンセリングを学ぶよろこびが単なる猿真似でない、自己の発見の喜びが見出せるのではないだろうか」と述べる（鑪 Piii）。

この３人の言葉は、それぞれ長年の経験の下に語られた含蓄のある言葉といえる。研修相談員の皆さんに味わっていただきたい言葉でもある。

筆者は、院生の研修相談員としての辞令交付式のときに「面接者としての心得と倫理」について簡単に述べる機会を得ている。その際、クライエントをどのように理解すべきかについて触れた。クライエントとは、その人がどんな症状を呈していても、どんなに見るからに異様な状態にあっても、一人の人として尊重されなければならない。また、両者の関係については、契約の上で成り立つ特別な対人関係であるので、面接室外での日常の対人関係の対象ではないこと、したがって、クライエントとは面接室外で会うことはないし、日常にかかわりのある人はカウンセリングの対象にはならないことを強調している。ともあれ、われわれ心理臨床家はさまざまな制約を受ける存在であり、長年の訓練を強いられる存在であるが、その奥に、とてつもない創造的喜びを経験できる存在でもあると言えよう。

２．心理療法習得過程における訓練の問題

この領域では、心理療法を学ぶ際にその技術の習得は芸術的なものなのか、それとも技術的なものかという議論がなされて久しい。筆者の訓練を受けた経過を振り返ると、この問題に対する理解は「訓練を受ければ誰でも臨床家になれる」という思いであった。だからと言って、今の筆者は、できのいいプロと言うわけではなく、いまだプロを目指して励んでいる一臨床家である。

日本の心理臨床を育てた第一期の先達、前田重治、成瀬悟策、河合隼雄らは、芸術的に、その技術を高めたと言える。河合は、講演の中でも、書物でも、臨床家の訓練は、芸術と技術の中間に位置すると述べている。しかし、筆者の経験を含めていえば、訓練を受ければ、誰でも臨床家になれると考えている。問題は、訓練に耐えうるかどうかということである。数年間、自分がクライエントとして心理療法を受け、それからまた数年の個人スーパーヴィジョンを受け続けるといった訓練に耐えられるかである。こういった訓練の中で得られるものは、情緒的豊かさを身につけることではないだろうか。抱えられる体験、育てられたという経験、なるほどという自己に対する新たな発見により更なる努力を注ぐ力を得ていくのではないだろうか。

では、どのような技術的訓練が必要なのかについて、以下、段階を追って考えてみたい。

１）紙上応答訓練

このような学習プログラムを始めるに当たり、すでに理論的なことを一通り学んでいなければならない。心理学科出身の院生であれば、学部時代に一通りの臨床心理学は学んでいるが、他学科出身の院生は、それを学ばねばならないので、忙しい２年間である。また、心理描写などの多い映画を見るとか、文学作品を読むとか、一般的な人と人のかかわりについて知っておく必要がある。

心理療法の学習方法として実際的な第一歩は紙上応答訓練である。これはさまざまな場面を想定して、クライエントが語った言葉に訓練生がどのような言葉で応じるか、言葉で表現するものを、紙の上に表現するといった方法である。たとえば、「彼にひどい仕打ちをされて、もう腹が立って仕方ありません」という文章を読んで、どう答えるかなどである。前半の、彼の仕打ちに反応するか、後半の、自分の腹が立って仕方ないという言葉に応答するか、さまざまである。基本は当然、自分の感情の方に応じるのが正解といえる。20問くらい集団でこなしておけば、次のステップに進むことができよう。

２）ロールプレイ

この技法は、大学院では、臨床心理学基礎実習で行われている。

考慮すべき事項

- ２人の人が、それぞれ交代でカウンセラー役、クライエント役を行う。
- 時間は、10分～20分、時間が長ければ長いほど、訓練になる。全くの初心者である場合は、10分くらいから始める。
- クライエント役の人は、あらかじめどんな悩み、問題を話すのか、考えておく。できれば、メモをしておくのがいい。しかし、そのメモは、ロールプレイ中は見ないこと。
- クライエント役の人は、決して実際の自分の抱えている問題をしゃべらないこと。もし、考えるの

が面倒で、自分の問題を話したとしたら、時に収拾がつかなくなることもあるので、禁忌である。あくまで自分以外の人の問題について話すことが大切である。

・このロールプレイを録音し、その逐語録を作り、それぞれ検討すると実際の対応の難しさが分かる。特におもしろいのは、役割演技でありながら、クライエント役のその人物の特徴が如実に表れていることである。

3）試行カウンセリング

ロールプレイについで、訓練として行われているのが試行カウンセリングである。これまでのロールプレイと異なり、実際のカウンセリングである。何故か、試行というと心理療法ではなく、カウンセリングという言葉が用いられている。

考慮すべき事項

・本格的なカウンセリングであると考えるべき。

・ただし、訓練として行うので、回数が制限されている。概ね5回か、10回である。最近は、5回のほうが多い。

・クライエントは、健康度の高い人が望ましい。しかし、クライエント選びにみんな苦労するものである。依頼するときに、インストラクションとしては、「自分のことをお話いただければ結構です。」などであろうか。

・カウンセラー側は初心者であることを自覚すべき。うまくやろうとかほめられるような面接にしようとか、思わないこと。

・始まりは、何の条件もつけず、「では、よろしくお願いいたします」くらいの言葉で始めるのが望ましい。

・ロールプレイと同じく、次の回までに逐語録を起こし、スーパーヴィジョンを受けるのが望ましい。院生であれば、グループスーパーヴィジョンもおもしろい。とにかく、何が聞けて、何が聞けていないか、しっかり検討する必要がある。理論と実践は大きく隔たりがあり、当然のこと、なかなか思うような結果が得られないものである。長い道のりの第一歩である。

4）心理療法の始まりとスーパーヴィジョン

比治山大学大学院の研修相談員には、事例を持ったら、直ちに個人スーパーヴィジョンを受けるよう指示している。外部講師としてお願いしているスーパーヴァイザーは現在8人いる。臨床心理士か長年心理療法を手がけてきたヴェテランのヴァイザーである。面接が週一であれば、スーパーヴィジョンも週一受けるようにしている。なぜ外部講師にお願いしているかというと、評価をする側にある内部の教員では、ヴァイジーが自由に自分の考えを言えないものであり、窮屈である。これを兒玉は職業倫理上問題があるとの認識を学内スーパーヴァイザーが抱いているが外部スーパーヴァイザーがいないため、やむを得ず担っているという（兒玉 P12)。

考慮すべき事項

・新しいクライエントが来られたら、臨床心理士がインテーク面接をする。

・その後打ち合わせ会で研修相談員の中から担当者を決め、クライエントの了解を得て、2回目の面接時に陪席をする。

・3回目は、研修相談員が面接をし、インテーカーが陪席をし、4回目から一対一の面接に入る。

・早ければ、自分で事例を持った時点で、外部スーパーヴァイザーにスーパーヴィジョンをお願いする。

・研修相談員であれば、スーパーヴィジョンは、逐語録を持って受けることを原則としている。これは、逐語録を作る段階からスーパーヴィジョンは始まっていると考えられるからである。逐語録を起こす作業は、効率も悪いし、時間のかかる作業であるが、その中で、自分の対応がどの程度理論から外れているかを知る最適な方法だからである。初心者であれば、途中で投げ出したくなるほどの苦痛を味わうことが多い。しかし、このような段階を経ないと実際の面接技法は上達しないものである。

・スーパーヴィジョンの時間は、ヴァイザーの考えによるが、院生を通してこれまでの経験を聞くと、90分から120分してもらっている。今の時代で言えば、贅沢と考えられる。しかも、料金は5,000円以下でお願いしており、おおよそ3,000円から5,000円の間である。大学によってこの料金の支払いは異なる。大学が外部講師の報酬を支払っているところは、ヴァイジーは無料。そうでないところは、ヴァイジーの個人負担である。ただ、大学が報酬を支払っているところは、院生の授業料の中に実習費が含まれているので、大差はない。

・スーパーヴィジョンの回数は、院生の間には無理

だが、合計100回くらい受けるのが基本とされている。日本臨床心理士会でも、スーパーヴィジョンを受けることを条件に入れようとした時期があったが、ヴァイザー制度もないので見送られた経緯がある。

・初めての事例は、できるだけ病理性の低い、言い換えれば健康度の高いクライエントが望ましい。イニシャルケースで成功するのと失敗するのとでは、その後の面接意欲に大きな影響が出る。

スーパーヴィジョンで学ぶものは、臨床的技法もさることながらヴァイザーによる情緒的支えが大きい。それは、初心者であればあるほどそうである。

筆者は、昨年の第28回日本心理臨床学会の実行委員会主催のシンポジウムで、スーパーヴィジョンについて話す機会を得た。そこで強調したことは、スーパーヴィジョンの構造は、渡辺の言う子宮の中の羊水と胎児の関係をダブらせたものと考えていいのではないかと説いた。図1.はその時示した図である。簡単に言えば、クライエントとセラピストの関係をさらに包み込む関係がスーパーヴィジョンの一形態と考える。完全に包み込むものではないが、それに近い関係と考えるのである。しかも、初心者のスーパーヴィジョンであればあるほどこの構造に近いと言えよう。

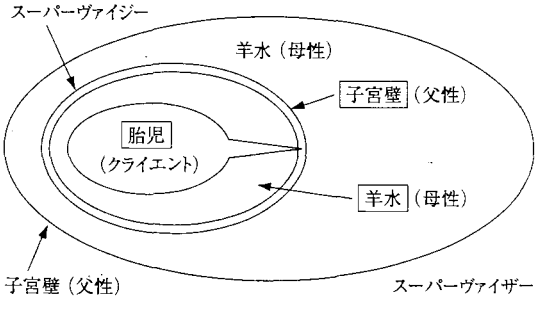

図1．スーパーヴァイザーとスーパーヴァイジーの関係

5）個人分析または教育分析

個人分析あるいは教育分析と呼ばれている訓練の形態は、自分がクライエント体験をすることである。精神分析的心理療法学習の重要な訓練の一つである。理論や事例の知的学習、スーパーヴィジョン、個人分析の3つが学習の柱となる。個人分析で考慮されねばならない条件を以下に記す。

考慮すべき事項

・心理療法を受けるための心理臨床家を選ぶときには、直接利害が関与しない関係の人にお願いする。

・週に1回以上の間隔で受け、少なくとも100回以上受けること。この回数については、さまざまな学会、特にアメリカなどの学会では、回数を独自に決めているところもある。

・個人分析とスーパーヴィジョンのどちらを先に受けるかという問題があるが、その時の状況次第で、あるいは、その人の必要性次第で順序は異なる。しかし、できるだけ受けることが望ましい。臨床心理士が増えている現在、まだ、訓練としての個人分析を受けていない人が圧倒的に多いのではないだろうか。

3．クライエント理解の技法

精神分析的心理療法における技法の習得に欠かせないのは、面接を行った後に残される記録の問題である。心理療法の実践の中で、心理臨床家にとってとても厄介なものである。病院臨床の中では、カルテと言われる患者診療録にどこまで面接の内容を書くかということもあり、二重の記録を必要とすることが多かった。

また、1日6ケースの面接をこなしたあと、その記録を丁寧に作るには、さらに3時間程度の時間が必要になる。時間を捻出するのに苦労させられた思い出がある。記録の問題は、日本心理臨床学会の自主シンポで議論したことはあるが、あまり表に出てこないテーマなので、ここで簡単に触れておきたい。

1）面接記録のとり方

まず、初心者の間は、面接中は、何も記録をとらずに、クライエントの話を集中して聴くという作業が望ましいと考える。終了後、面接内容、コメントを書くのが常道であろう。しかし、時間の制約の中で多くの面接を強いられるものにとっては、面接中にメモを取ることは許されていいといえる。筆者は、仕事について5年経ったころから面接中にメモをとるようにした。ずいぶんと楽だし、慣れてくると、クライエントの情緒的な訴えに対しても、対応しながらメモを取ることができるようになった。

ただし、メモは面接内容だけであるし、いわゆるコメントについては、面接終了後記録することになる。コメントの内容は、以下のとおりである。

テーマ、印象、心理力動、転移関係、今後の方針

①テーマ…面接を行ったその回の中心テーマをクライエントの語った言葉かセラピストの思いついた

イメージを1、2行くらいでまとめる。面接がどのような流れになったかを理解するには、テーマをずっとみていくとわかりやすい。

②印象…回毎の印象について触れる。服装、髪型、表情、態度、しぐさなど外見的なところから受けるものから非言語的コミュニケーションとしての一瞬の印象など、さまざまである。

③心理力動…その回毎に語られたエピソードをクライエントの対人関係の中で、理解し、仮説を立てる作業である。これは、回毎に仮説の修正がなされていくものである。詳しくは次の項に譲る。

④転移関係…クライエントからセラピストへの感情とセラピストからクライエントへの感情の記述である。ここが書けるようになるかならないかは、セラピストとしての訓練いかんである。これも次の項に譲る。

⑤今後の方針…④までを記録してきて、最後に、次につなぐ目標とか取り上げる内容について触れておくと面接の継続がスムーズになる。

2）心理力動の理解

心理臨床家の訓練の一つである理論の習得がどの程度なされているかは、この項目をどの程度書けるかどうかにかかっている。クライエントが語るさまざまな話から、その具体的な内容を理論の枠から考えるという作業である。これは、はじめは何を書いていいか分からないもので、ぎこちない文章になり、自らの能力に幻滅することが多い。この項目で大切なことは、対人関係の基礎である家族関係についての考察である。母子関係、分離不安の問題、エデプス関係、思春期にある人であれば、両親関係と友人関係のもち方なども問題になる。そのような考察をしながら、クライエント理解として、仮説を立てるのである。その仮説は、新しいクライエントの情報から、あるいは、クライエントの感情の変化から修正されていくものである。そして、仮説が納得のいくものになればなるほど、面接の終了が近づいていると考えられる。この作業は、分析的心理臨床家であれば、誰でも最も醍醐味のある作業であり、楽しみな時間である。心理臨床家としての訓練を考えると、すべてのケースとまではいかないが、少なくとも、2、3のケースに対しては、このような丁寧な記録をとることが必要ではないだろうか。長年、筆者の面接記録を読んでくれていた精神科の一人は、筆者の文章が読みやすく、分かりやすくなったと評してくれたことがある。望外の喜びであった。

3）転移関係の理解と記述

転移・逆転移の問題は、心理臨床家を終生悩ませる問題である。初心者のころ、これを書きなさいとヴァイザーにいわれても、どう考えても書けなかった思いがある。それもそのはず、経験を積まないとなかなか書けないのである。

① 転　移

クライエントが示すセラピストへのさまざまな感情と定義できるが、これを面接後に書くとなるとなかなか書けない。無意識の意識を読み取る力が必要である。たとえば、前回の面接を終えて、次にやってきたクライエントの服装が、暗いイメージのものだとしたら、クライエントは前回の面接でセラピストに陰性の転移感情があったことを想定してみる必要があるなどというのは、かなり経験を積まないとわからないことである。

陰性の転移感情は、セラピストとしてみたくないものであるし、陽性の転移感情には反応したくなるものである。これらをしっかりと読み取る訓練は、時間をかけた個人スーパーヴィジョンで鍛えられなければならないだろう。

② 逆転移

逆転移の問題が、この領域の仕事としては、最も難解な問題である。なぜなら、面接中に自分の心の動きを見ることが求められているからである。転移のように、相手の思いに思いを馳せるというのは、難しいといってもまだ、可能である。しかし、関係の中で、自分の心の動きに思いを馳せるというのは、難しいし、厄介なことである。こんな七面倒くさい仕事ってないよと思った時期もある。近年、認知行動療法の隆盛を見て思うのは、このような面倒な作業をする精神分析的かかわりがセラピストにとって苦しいからではないかと思われる。

しかし、関係精神分析的にいえば、この逆転移感情を面接の中で利用することこそ治療的に重要で、意味のある考え方といえる。逆転移感情をうまくかけるかどうかは、その人の臨床家としての実力が問われる。初心者であればあるほど、この項目を何が何でも、どんなに稚拙であっても書き続けることが要求されるであろう。

おわりに

大学の一施設での心理臨床の訓練は、2年間という制約の中で行われることが多い。博士課程を持っている大学院であれば、さらに3年の訓練期間があるが、当大学院では、2年に限られている。そういった中で、修士課程でケースを持っている人が、そのケースを続けて面接を行えるように、当施設では、1年間に限って、特別研修員という制度を設けた。そうすることによって、3年間の継続的な訓練を受ける機会が与えられたことになる。しかし、これで十分というには程遠いもので、生涯訓練を続けるつもりで学習していかねばならないのは、明白である。病院金曜会は、われわれの事例研究会だが、32年目を迎えている。今後、さらに継続されていくものと思われる。

引用文献

神田橋穣治　1990　精神療法面接のコツ　p28　岩崎学術出版

渡辺久子　2008　子育て支援と世代間伝達　p145　金剛出版

鑪幹八郎　1977　試行カウンセリング　piii　誠信書房

兒玉憲一　2009　中国地方における院生および初心の臨床心理士の職能形成とスーパーヴァイザー養成に関する研究　p12　日本臨床心理士資格認定協会助成研究成果報告書