

「心の相談室」の相談員という体験 ～院生相談員との関係を通して～

田中 健雄

「心の相談室」の相談員という体験 ～院生相談員との関係を通して～

田中 健雄

1. はじめに

筆者は、追手門学院大学地域支援心理研究センター附属「心の相談室」分室（以下、「心の相談室」）にて非常勤相談員として勤務している。（財）日本臨床心理士資格認定協会は、実習機関として原則有料の附属臨床心理相談室等を有することを指定大学院運用内規として定めている。追手門学院大学大学院は（財）日本臨床心理士資格認定協会の第一種指定大学院であり、「心の相談室」は（財）日本臨床心理士資格認定協会の定める附属臨床心理相談室でもある。そのため、心理臨床家を目指す大学院生（以下、院生相談員）が「実習」として実際の臨床に臨む機関である。

そこでの筆者の役割は、ケースを担当することはもちろんのこと、「院生相談員の臨床教育の補助」も役割として定められている。しかし、筆者は院生相談員よりもわずかばかりの経験があるだけで、自分の臨床に手一杯な状況である。そんな中での院生相談員の臨床教育の補助は、筆者自身が心理臨床家として何ができていて何ができていないのか、そして院生相談員の臨床教育の補助として筆者に何ができるのか、ということを考えさせられるものであった。

今回は、院生相談員に対して配慮すべき点を考えるために、初学者が抱く困難について筆者が大学院生だった時に感じていたこと、院生相談員と関わる中で感じることを含めて考察する。そして、最も院生相談員と直接的

な関わりを持つ院生相談員との並行面接の担当において、筆者が留意してきたことを報告する。なお、「心の相談室」では、筆者以外にも数名の非常勤相談員がいるが、今回は、あくまで筆者個人の体験をまとめたものであり、他の非常勤相談員の考え方や実践内容とは関係がないことを強調しておく。

2. 「院生相談員の臨床教育の補助」という体験

(1) 「心の相談室」について

先にも述べたが、「心の相談室」は院生相談員が「実習」として実際の臨床に臨む機関である。また、「心の相談室」は、地域に開かれた心理相談施設であり、心理臨床を「実践」する機関でもある。つまり、「心の相談室」は「実践」と「実習」という2つの側面を持つ機関と言える。

「実習」とは広辞苑（第六版）には「実地または実物について学習すること」とある。また、「実践」は「実際に履行すること」（広辞苑 第六版）とある。「心の相談室」における実習は、講義や書籍から（知的に）学んだ心理臨床を、実践の中で体験的に学んでいくことと言えるだろう。一方、クライアントは何らかの悩みや症状を抱えて「心の相談室」を訪れるのであり、実習はあくまで心理臨床を実践する側から見た側面と言える。この、「実践」と「実習」をどのように考えればよいのだろうか。

濱野（2005）は「教育訓練・自己研修と心理臨床実践はつねに一体的に捉えられるべきだ」と述べている。また、東山（1994）は「心理療法が実践の学であり、理論にいくら精通していても、心理療法がうまくやれるためには実践訓練が必要」と述べている。筆者の経験からは、書籍や講義での学習をもってようやく実際にケースにあたるが、その中で悩みや困難が生じ、それがスーパーバイズを受けることや研修への参加、書籍に知的理解を求めるといった動機につながってきたように思う。

以上のように、心理臨床において「実践」は「実習」をつねに含んでいると言えるだろう。そして、心理臨床家は実践を通して学び、より専門性の高い実践をクライアントに提供できるよう、さらなる自己訓練を繰り返すことが必要と言えるだろう。

また、「心の相談室」は院生相談員が初めて心理臨床家として実践にあたる場であり、院生相談員が心理臨床家としての歩みを始める場でもあると言える。

(2) 「心の相談室」の非常勤相談員という体験

「心の相談室」での筆者の役割に院生相談員の臨床教育の補助があることは先に述べた。院生相談員の臨床教育の補助は、日常の相談員の態度や振る舞い、ケースへの関わり方など間接的に影響を与えるものから、インターク面接の陪席やインターク資料の作成、並行面接を院生相談員と担当する中で直接的に行われているものがある。これらはいずれもケースにどのように関わるか、ケースの中で何に注目しているのか、ケースをどのように見ているのかなど、ほとんどがケースに関することである。そのため筆者は、ケースを担当するとはどういうことか、ということを院生相談員に筆者のわずかばかりの経験の中から伝えられることを伝えることが臨床教育の補助の主になると考えてきた。それは、筆者

自身の心理臨床家としての在り方を振り返る体験でもあった。

そして繰り返しになるが、院生相談員にとって「心の相談室」での実践は、同時に実習でもある。またほとんどの院生相談員にとって初めての実践となり、心理臨床家としての歩み始めでもある。そのため、院生相談員の臨床教育の補助は、当然そのことを意識した上で行われる必要があると思われる。どのような点に配慮すべきかを考えるにあたり、初学者が抱く困難について考えることから始めたいと思う。

3. 初学者が抱く困難

(1) 筆者の体験

筆者は大学院の時、授業、書籍などから得た知識を持って実習に望んだが、実際にクライアントを目の前にすると、何をどうすればいいのかわからず混乱することばかりであった。書籍や講義から、セラピストや心理療法がこういったもの、といういくつかのイメージはあったが、いざクライアントを目の前にすると、それらのイメージは役に立たず混乱していた。自分が何をしているのか、何をすべきなのかがわからないため、何ができていないのか、何ができているのかもわからず不安に圧倒されそうになることが多々あった。目の前のクライアントを理解したいと思っても、どうすれば理解できるのかがわからなかった。そして、次第に筆者は、書籍や講義から得た知識、スーパーバイザーの言葉などで象った自身の中のセラピストイメージ、心理療法イメージにとらわれ、目の前のクライアントをわずかばかりの知識に当てはめて何とか理解したつもりになろうとするようになっていった。しかし、それでクライアントを理解できるわけもなく、やはりクライアントを理解できないことに直面し、無力感や焦燥感にさいなまれることが多々あった。しか

し、この無力感や焦燥感が、スーパーバイズや、教員や先輩・後輩、同僚といったさまざまな方々にさまざまなレベルで相談する、または研修会への参加や書籍を通して知識を得ようとする、といった自己訓練の動機になっていたように思う。

そうして、わずかばかりの知識の積み上げや、様々な方の力を借りながらクライアントを理解しようとするを通して、ある時クライアントとの体験が知識と結び付き、体験（感覚）的な理解が生じるという経験をするようになっていった。そうすると、それまで自分が何にわからないと感じていたのかが少しわかり、少しは筆者の中で「わからなさ」が鮮明になってきたように思う。

(2) 「わかる」ということ

上記の体験は筆者個人の体験であるが、「(クライアントのことを) わかる／わからない」ということをめぐって苦悩してきており、現在もそうである。そして、この「わかる／わからない」ということをめぐる苦悩は、筆者が院生相談員と接する中でよく感じることもである。

土居 (1992) は「彼らは常に何らかの形で自分の心を伝えてきているが、しかし周囲はそれをわからないままである。それを他の人々に代わって理解することこそ面接者の責務である。そしてそれを理解できるということに面接者の専門性、すなわちBildungがある」と述べている。「(クライアントを) わかる (理解する)」ということが心理臨床家 (面接者) の責務であり専門性の一つと言えるだろう。

また土居 (1992) は「何がわかり、何がわからないのかの区別がわからねばならない」「精神科的面接の勘所は、どうやってこの『わからない』という感覚を獲得できるかということにかかっている」とも述べている。さらに成田 (2018) は「わかればわかるほど

わからないところが見えてくるというのが実感である」と述べている。

土居 (1992) の言う、面接の勘所である「わからない」という感覚は、クライアントのことを「わかる」という体験があるからこそ生じるものと言える。つまり、「わかる」ということは「わからない」ということがわかることと表裏一体なのだろう。そして、この「わかる (わからない)」ということがわからなければ、そこでのクライアントの言動はただそこにあるだけであり、セラピストにとってもクライアントにとっても存在するものとならないのであろう。そして、「わかる」という体験を積み重ねることで、「わからない」という感覚も広がっていくと言えるだろう。

(3) 初学者の困難

大村・桑本・岡村・松野 (2017) は、「初学者は実感を持って『わかる』状態を前提にした『わからない』状態なのではなく、ひたすら混沌の中で『わからない』だけなのである」「『情報に重み付けをしてまとめあげられない』とか『わかっているのかわかっていないのかわからない』などという初学者の困難は、経験の浅さに起因すると思われる」「実際にある程度の期間支援し続けた経験を持たないと、この先どのような支援によってどうなっていくのか実感を持って見通せない。クライアントを心理療法に導入するにしても、『心理療法で良くなる』とはどういうことなのか、そもそも『心理療法とは何なのか』について実感を持って見通しを立てられないし、それゆえクライアントに胸を張って説明することも難しい」と述べている。また、木村・木村 (2017) は初学者が抱える面接場面における困難について、「セラピストとしての役割への疑惑、知識不足や技術不足と言った面接自体への不慣れさ、面接の固定的イメージから逸脱した状況への困惑」を

あげ、「最も注意を払われるべきものは、セラピストという役割へのとらわれや役割として不十分なのではという疑惑であると思われる」と述べている。

東山（1994）は「心理療法家にとって必要なものは、知識・体験・見立て・伝達力である」と述べており、やはり経験（体験）は心理臨床家にとって重要なようである。クライアントは生身の人間であり、当然、書籍や講義で学んだことに収まりきるものでもなく、クライアントに耳を傾け、クライアントをわかっていくためには、生身の人間としてのセラピストがクライアントに出会うことが必要になる。このセラピストとクライアントが出会い関係する中で心理療法は行われるのであり、そのプロセスには背景とする理論はあるにせよ、明確なマニュアルがあるわけではない。心理療法は、それほど不確かなものであると言えるだろう。さらに、セラピストがクライアントを引き受けることで、セラピストとしての責任を引き受けることにもなる。この不確かさと責任の中で、何をするのか、わかるというのはどういうことなのか、クライアントと出会っていくことでどうなっていくのか、といったことがわからないのであるから、初学者が困惑し、自身の役割への疑惑を持つのも当然と言えるだろう。

山口・高澤・藤居（2017）は「セラピストとして生きていくこと」について、「クライアントの様々な人生の局面を分かち合い、人の心のわからなさ、曖昧さ、そしてクライアントとの間での数多くの傷つきに耐えねばならない」と述べている。まず初学者は人の心という曖昧でわからないものを対象とする心理療法の不確かさや、セラピストとしての責任を抱えつつも、心理臨床家として歩み続けなければならないのだろう。

（4）初学者を支えるもの

わずかばかりの道のりではあるものの、筆

者がこれまで心理臨床家としての歩みを止めずに来られたのは、書籍や講義から得た知識や、教員やスーパーバイザー、先輩や後輩、同僚といった様々な方々に様々なレベルで相談するということが支えになってくれたからであり、それは現在もかわらず支えとなり続けてくれている。そこで得られる知識などは、不確かさや責任に対する不安を軽減してくれたし、支えてくれる存在があるということが不安の中でも安心感につながっていた。

山口他（2017）は「セラピストとしての道のりは端的に言って厳しい」とした上で、その道のりを歩み続けることを助ける要因として、「理論的オリエンテーション」「支えてくれる人」をあげている。理論的オリエンテーションは、「知識」に置き換えることができるだろう。支えてくれる人は、院生相談員にとっては、スーパーバイザー、大学院の同級生や教員、研修先のスタッフなどであろう。

これらの支えは初学者にとっては大きな安心感につながるのは確かだろう。一方で、それに縋りとらわれてしまうといった事態にもつながってしまう可能性もある。例えば、不安ゆえに知識を正しく実行しようとして知識にとらわれてしまう、スーパーバイザーの言葉通り実行しようとしてその言葉にとらわれてしまうといった事態である。これらはいずれもセラピストの頭の中にある心理療法を実行しようとしているのであり、セラピストはクライアントを見えなくなってしまうと言える。そのため、クライアントとの体験を十分に経験できないことになる。

支えはあくまでも支えであり、頼ることはあっても、それに縋るほどに頼ることは避けねばならない。

さらに、上述のような支えに縋りとらわれている状態では、セラピストが主体的に考えて動くということが欠如してしまう。しかし、心理療法はセラピストとクライアントの共同作業の中で進められるものであり、さらに不

確かなものであるからこそ、セラピストが主体的に判断して行動せねばならない局面は多々ある。そのため、不安な中でも主体的に考え判断する力を養っていくことも必要と思われる。さらにそれが不確かさを抱える力にもつながるだろう。

以上のように、知識や支えてくれる人たちとの出会いに支えられながら、心理療法の不確かさやセラピストとしての責任を抱えつつ、クライアントのことを「わかる」という体験に至り、それを積み重ねていくことで、初学者は心理臨床家として歩み続けられるのだろう。

5. 筆者の院生相談員の臨床教育の補助

(1) 院生相談員の伴走者

院生相談員との関係は、並行面接を共に担当する共同治療者としての横関係、さらに「院生相談員の臨床教育の補助」という、補助であるにせよ教育する者とされる者という縦関係がある。この2つの関係がある中で、院生相談員によって筆者をどう見るかは異なり、院生相談員が筆者をどのように見ているのかを把握することは大切にしている。そこに院生相談員のセラピストとしての不安が反映される場合が多いと感じているためである。筆者としては、先輩（M2）よりも少し先輩といったイメージがしっくりくる。そして、そういった斜めの関係を感じる人が多いが、その傾斜はやはり院生相談員それぞれによってかなり異なる。

そして、初学者の抱える困難に見てきたように、院生相談員の臨床教育の補助において最も配慮の必要な点は、院生相談員を支えることであろう。つまり、院生相談員がセラピスト役割への疑惑や見通しの持てなさ、さらにわかるということがわからないといったことを抱えつつ、セラピストとしてクライアントに会い続けられるよう支えることが必要と

思われる。しかし、支えるといっても筆者が全面的に支えるには荷が重すぎる。筆者は共にケースにあたる者として、院生相談員の見通しの持てなさやわからなさを共に抱えつつ、伴走者として院生相談員と関わるよう努めている。

(2) 並行面接における院生相談員の伴走者

並行面接において、筆者は親を担当し、院生相談員が子どもを担当することが多い。そして、面接後にはなるべく院生相談員と話をする時間を持つようにしている。そこでは、互いの面接の振り返りや情報共有を通して、親子についての理解が深まるよう努めている。この並行面接という構造が、院生相談員を伴走者として支えることにもつながっているように感じている。

①子どもの心理療法のプロセスを守る

一つは、弘中（2006）が遊戯療法における親面接について「親面接の重要な役割は、子どもの遊戯療法を『守り』『支える』ことである」「親面接の最大の目的は、子どもの遊戯療法の進行を適切に守ることにある」と述べているように、親面接は、子どもの心理療法を外枠で守り支えるものである、という点である。もちろん、これは来談してもらうことが目的ではなく、子どもの心理療法のプロセスを守ることが目的である。安定して子どもとの心理療法を行えるということは、院生相談員にとってもクライアントにとっても安心感につながる部分は大きいだろう。一方、中断やキャンセルはそのプロセスにとって重要な意味のあるものであることが多いが、セラピストとしては心揺さぶられるものでもある。もし、こういった事態が生じた際には、その意味について担当者間で話し合うことは重要と考えている。

そのため、院生相談員との面接後の振り返りや情報共有を通して、子どもの心理療法の

プロセスを把握することが重要と考えている。親面接において子どもの心理療法を外枠で守るということは、親担当者と親の関係が安定していることや、親の来談意欲を維持させることはさることながら、子どもの心理療法のプロセスを親担当者として把握しておくことで、子どもの心理療法のプロセスを守るための環境調整や、そのプロセスにおける子どもの状態への理解を親に促すことが必要になるからである。

②クライアントを共に見つめる

面接後の振り返りや情報共有を重要と考えているが、その理由は、子どもを共に見つめることになるという点にもある。この「共に見つめる」というプロセスが、ケース理解を促す側面は大きいように思う。

例えば、親面接で語られた家庭や学校での子どもの状況について伝えることは、子どもの言動の理解につながることもある。また、親担当者として、親と接する中で感じることを子ども担当者に伝えることで、子どもの理解が深まることにつながることもある。これらは少なくとも、院生相談員がクライアントのことを全くわからない状態、しいてはセラピスト役割への疑惑を抱く状態を少しは和らげることに、さらに少しは見通しを持てることにつながると思われる。

また、このプロセスにおいて、子どものことが「わからない」ということを院生相談員と共にすることも重要と考えている。この「わからない」を共有した上で、院生相談員とクライアントとの間にあるものが「わかる」という体験となればと思い、わずかばかりの筆者の経験から伝えられることは伝えるよう努めている。

例えば、知的理解があれば目の前のクライアントへの理解が深まるのではないかと感じた場合、書籍を勧めることもある。反対に知識が先行していると感じた場合は、クライエ

ントから感じることやクライアントの言動の奥にあるものに目を向けてもらいながら話し合うこともある。また、親から感じることや筆者の体験を伝えることもある。そうして、院生相談員がさまざまなクライアント理解の可能性を持てるよう努めている。

③院生相談員の主体性の尊重

しかし、筆者の考えたことを伝えすぎると院生相談員がクライアントについて考える機会を奪いかねない。セラピスト役割への不安の強い院生相談員は、筆者との関係が縦関係に近くなる印象があるからである。おそらく、不安ゆえに何らかの糸口といった縋るものを求めるためと感じている。しかし、院生相談員が自分を感じたことを自分で考え、自分なりの理解に至ることが必要なものであり、筆者にできることは、それを共にすることである。そこでの筆者の理解を院生相談員がそのまま採用するのであれば、院生相談員の主体性が育まれないことになるが、不安ゆえに採用される傾向にある。何をどこまでどのように伝えるのかは難しい問題である。

このような場合、筆者はなるべく面接後の振り返りや情報共有の中で、院生相談員の「わからない」について一緒に話し合い、筆者と院生相談員なりの少しの「わかる」に至る、もしくは少なくとも院生相談員の「わからない」を共に抱えられるよう努めている。

このように、院生相談員と子どもの心理療法のプロセスを見つめるだけでなく、院生相談員の状態にも思いを馳せる必要があるだろう。

(3) 院生相談員の感想から

筆者と並行面接を担当した院生相談員の一人が感想をくれた。固有名詞などが使用されているため、内容が変わらない程度に変更を加え、その一部を記載する。

「こんな話を聞いててもいいのかなという

ような話から始まり、それでもクライアントのことを知ろうと思い、できるところから関わっていこうと思い、話を聞いていました」「ケースを持つこと、クライアントと出会うことに対する責任感や恐怖感とかでしんどくなってしまう、こんなことが続いたらやめたいと思うこともありました」というものがあつた。そこには、初学者としての苦悩が見て取れる。そして、苦悩の中でも「できるところから」という思いを支えにして、何とかクライアントを理解しようとしてきたことも見て取れる。

この院生相談員が、苦悩を抱えつつもクライアントを理解しようとし続けられたのはなぜだったのだろうか。感想にはさらに、「ケースを継続することができたのは、同期の院生が話を聞いてくれたり、気にかけてくれていたからだと思います」と仲間の支えの存在をあげている。また、「スーパーバイザーや教員、非常勤相談員、先輩に相談する中で、自分のできていないところや、クライアントとの関係の中で、自分がすごく距離を置いてしまっていることにも気が付きました」と述べている。院生相談員とクライアントとの関係を共に見てくれる存在が、初学者としての現実を体験させる半面、経験を積んだ者の視点を通してそこにある関係の中で起こっていることを「わかる」という体験を院生相談員にもたらしめている。この経験のなさを埋めてくれる存在があることも、院生相談員の支えとなるのであろう。

また、非常勤相談員と並行面接を担当する中での感想として、「自分一人ではなくて一緒にさせてもらえるという安心感も感じていました」「スーパーバイザーとは違った意見や考えを非常勤相談員からお話いただくこともあり、自分の考える機会が増えたことにもつながっていたと思います」「遊びの中での表現やクライアントの変化等については、非常勤相談員との話の中で深めることができた

と思っています」とあつた。安心感については、何に由来する安心感かは定かではないが、何かあれば頼る存在がある、もしくはクライアントを共に見つめる存在があるということが安心感につながっていたものと思われる。

さらに、非常勤相談員と話し合う中で、「考える機会が増えた」「(クライアントの表現についての理解を) 深めることができた」とあり、非常勤相談員と話し合うことで、院生相談員が心理療法の不確かさを抱えつつ、クライアントについて主体的に考えるということにつながっていたと言えるだろう。

6. 「心の相談室」という体験

ここまで、まず初学者の抱える苦悩について、「(クライアントのことを) わかる」ということを中心に考察し、その苦悩を踏まえて筆者が初学者である院生相談員と関わる際に留意していることについて報告した。さらに筆者が並行面接において院生相談員と共にクライアントを抱えることを通して、伴走者として院生相談員を支えられるよう努めているということを述べた。

初学者は、クライアントを「(実感を持って) わかる」という体験がないために、わかるということがわからない。そのためにクライアントと会っていくことへの見通しが持てず、それがセラピストとしての役割への疑惑につながるのだろう。初学者の抱く困難は、初学者が実感を持って「わかる」という体験を持たないことに端を発すると言える。

初学者は以上のような困難を抱えつつも、支えられながら、心理臨床家として自らの足で歩み続けねばならない。しかし、歩み続けた先に何があるのだろうか。「わかる」ということを通して、心理臨床家として歩み続けることについて若干の考察を加えたい。

(1) 再び、「わかる」ということ

ここで、再び筆者の体験について述べる。筆者は、知識や様々な方々に支えられながらクライアントを理解しようとする中で、ある時クライアントとの体験が知識と結びつく体験が生じるようになっていった。それは、「知識としては知っていたが、その状態ににいるということはこういう感覚だったのか」「語られる内容は理解していたが、その中にいるということはこういう感覚なのか」といった感覚（体験）的なものであった。いわば、「知的にも感覚的にもクライアントことがわかる」という体験で、自身がクライアントと類似の体験を味わっていると感じるような体験であった。そして、このような体験が増えてくると、それまでは何も感じなかったクライアントの言動に対しても、意味のあるものとして実感を持って感じるが増え、それがクライアントのことをより「わかる」ということにつながっていったと感じている。さらに、このような体験が、クライアントの言動が「わからない」ということも鮮明にしてくれた。そして、わからないことが鮮明になることで、「わかる」に至るプロセスにも多少の見通しを持てるようになっていったように思う。

成田（2018）は「治療者が患者のことがわかったと思うときには、患者の体験と相似の体験を自分の中に見出していることが多い」と述べている。さらに成田（2003）は「語られる体験を知的に理解するだけでなく、情緒的に関心を向けてその意味を理解する態度の両方」がセラピストに必要と述べている。これらは筆者の体験に通ずると思われる。「知的にわかる」ということと「感覚的にわかる」という両方がなければクライアントを「（実感を持って）わかる」ということに至らないのであろう。

この「知」は講義や研修、書籍などから得られるものであり、「感覚」はクライアント

を目の前にしているセラピストとしての私が感じるほか体験しようがないものと言える。そして、「クライアントのことを『知的に』わかる準備のできている（セラピストとしての）私が、それを体験したかのような体験を通して『感覚的に』もわかる」ということが実感を持ってクライアントのことをわかるということに至るのであろう。

このように、「知的にわかる」ということと「感覚的にわかる」ということは相補的なものと言えるだろう。「知的」にわかっているからこそ「感覚的」にもわかるのであり、また「感覚的」にわからないからこそ「知的」にわかろうとするのであろう。知的なものは座学なくしては生じず、感覚的なものは実践を通じた体験がなければ生じない。

これは、上述した心理臨床家が実践を通して学び、より専門性の高い実践をクライアントに提供できるよう、さらなる自己訓練を繰り返すことが必要な所以と言えるだろう。

(2) 心理臨床家として歩み続けるということ

杉岡（2009）は、熟練したセラピストのクライアント理解の仕方について、「クライアントに関するわからなさを抱えつつ、その意味するところや背景を明らかにし、多様な理解・仮説を行い、クライアントとの相互作用の中で随時、修正・補足を行った」と述べている。熟練したセラピストは、その豊富な経験を背景とした見通しを持つことができ、そのためにわからなさを抱えることができるのだろう。また豊富な経験を背景とした多様な理解を有しているために、クライアントとの相互作用の中にセラピストとして柔軟にあらるのであろう。

成田（2018）は、「わかる」ということを円を用いて説明している。円の内部を「わかっているところ」、その円と外部の接面を「わからないことが見えてきたところ」としている。この「わかる」の円が大きくなる

と、円と外部の接面も大きくなり「わからない」ことも増えることになる。そして、「わかる」ということが心理臨床家の専門性の一つとするなら、この「わかる」の円は、「心理臨床の専門性」または「心理臨床家としての（現在の）私」と置き換えることもできるだろう。「現在の」としたのは、「わかる」ことが増えると「心理臨床家としての私」が広がっていくというイメージをもたらせるからである。そして、この広がりが「わかる」と「わからない」ことをはっきりさせるとともに、セラピストとしてクライアントを抱えられる幅が広がり、熟練したセラピストに近づいていくように思う。

筆者の感覚としては、「知的理解」と「感覚的理解」をそれぞれ縦糸・横糸として、それらを得るごとに糸が紡がれ、そして紡がれたものが織り成され広がっていくというイメージがしっくりくる。先にも述べたが、心理臨床家として歩むということは、心という曖昧なものを対象とする心理療法の不確かさを抱えつつも、実践を通して学び、より専門性の高い実践をクライアントに提供できるよう、さらなる自己訓練を繰り返すことと言える。そして、このような「実践（感覚的理解）」と「自己訓練（知的理解）」を繰り返すことが、「心理臨床家としての私」が織り成されていく過程でもあると言えるだろう。

また、そこで織り成されるものは、どういった糸を紡ぐかによる。どのような出会いをしたのか、どのような理論を学んだのかによって糸の質感は異なってくるだろう。したがって、織り成される糸を紡ぐのは、それを学ぶ者の主体的な営みでもあり、出会いという運命的な（セラピストとしてどのように出会っていくのかという主体的でもある）営みでもある。そして、糸を紡ぎ続ければ、そこで織り成されたものは広がり多様な質感を持つようになる。広がりや質感の多様さが増すほど、包み込めるものの幅もより広がるだ

ろう。そういった希望にも近く果てのない見通しを持っているからこそ、筆者は心理臨床家の歩みを続けられているのかもしれない。

(3) 「心の相談室」という体験

金山（2005）は、「臨床家として最初期となるこの時期、筆者が何より重要と思うことは、心理臨床家としての自分なりの芯・核・拠り所となるもの（の芽、きっかけでもかまわない）をいかに掴むかということである。その際、手掛かりとなるのが、人の“心理的変容”に立ち会い関与する体験、と考えている」と述べている。「心の相談室」は、院生相談員の「心理臨床家としての私」が織り成され始める場である。院生相談員がクライアントとの間でどのような体験をするかは重要であり、その出会いは大切にしたい。院生相談員がクライアントと出会うことを間近で見させてもらうことの多い筆者は、クライアントとの体験が院生相談員にとってより意味のあるものとして体験されることにつながればと思い、院生相談員と接している。

この院生相談員と接することの多い「心の相談室」の体験は、筆者自身のこれまでの歩みを振り返る体験でもあった。目の前の院生相談員がどのような状態にあるのか、どのように伝えれば、クライアントとの体験がより意味のあるものとして体験されることにつながるのか、ということを考えていたが、これは同時に筆者自身を見ているようでもあった。大学院生であった時の筆者を思い起こさせる体験だったからである。筆者は非常に混沌とした中でセラピストとしてクライアントと出会っていた。それからわずかばかりの経験と知識を積み重ね、大学院生の時の筆者よりは幾分かクライアントのことを「わかる」ようになり、見通しを持って「わからないこと」も多少は抱えられるようになってきたと感じている。現在の筆者が大学院生だった筆者に、心理臨床家として歩み続けるということに対

する少しの見通しを持ってくればと思います、
本論文を執筆した。

院生相談員にとって「心の相談室」という
体験がどのようなものとなるかは、当然ながら
各々による。はじめは混沌としたものか
もしれないが、後にその体験を振り返ると、
今とは異なった意味を帯びるかもしれない。
「(実感を持って)わかる」という体験を与
えてくれた場となるかもしれないし、「わか
らない」ということをわからせてくれた場と
なるかもしれない。さらに、そういった「わ
からない私」を支えてくれていた存在に出会
えた場かもしれない。

いずれにせよ、「心の相談室」は心理臨床
家として歩み始めた院生相談員がクライエン
トと出会う場である。そして、大学院では、
その歩みを支えてくれる教員やスーパーバイ
ザー、互いに支え合う仲間との出会いもある。
そういった出会いを通して院生相談員の「心
理臨床家としての私」が織り成され始める過
程に、筆者も伴走者として、また共に織り成
される者として在れればと願う。

7. おわりに

筆者は、クライアントをはじめ、スーパー
バイザー、教員、先輩・後輩、同僚といった
様々な方々と出会い、多くの学びの体験を得
てきた。また、現在も学ばせてもらっている。
そして、そういった出会いが、現在の心理臨
床家としての私を織り成していると考えてい
る。「心の相談室」との出会いも、院生相談
員との出会いもその大切な一部であり、大変
感謝している。

引用文献

土居健郎 (1992). 新訂 方法としての面接
医学書院
濱野清志 (2005). 心理臨床センターにおけ

る訓練のあり方 鑑幹八郎 (監訳) 川畑直
人 (編) 心理臨床家アイデンティティの育
成 (pp. 17-24) 創元社
東山紘久 (1994). スーパーヴィジョンのジ
レンマ 精神療法, 20, 20-26.
弘中正美 (2006). 親面接をめぐる諸問題
明治大学社会心理学研究, 1, 64-73.
金山由美 (2005). 「臨床実践指導」というこ
と 鑑幹八郎 (監訳) 川畑直人 (編) 心
理臨床家アイデンティティの育成 (pp. 25-
38) 創元社
木村友馨・木村優香 (2017). 我が国の若手
心理臨床家が抱える面接場面における困難
の現状 お茶の水女子大学心理臨床相談セ
ンター紀要, 19, 71-80.
成田善弘 (2003). セラピストのための面接
技法 金剛出版
成田善弘 (2018). 「わかる」とはどういうこ
とか 精神療法, 44, 278-281.
大村大樹・桑本佳代子・岡村裕美子・松野翔
平 (2017). 初学者の経験から考える心理
療法の導入について (2) —アセスメント面
接— 京都大学大学院教育学研究科附属臨
床教育実践研究センター紀要, 20, 63-74.
杉岡品子 (2009). 熟練したセラピストの初
回面接におけるクライアント理解—理解の
プロセスと面接への姿勢— 北翔大学短期
大学部研究紀要, 47, 1-15.
山口昂一・高澤知子・藤居尚子 (2017). 初
学者の経験から考える心理療法の導入につ
いて (3) 初期不安 京都大学大学院教育
学研究科附属臨床教育実践センター紀要,
20, 75-86.