

心理療法の教育・訓練について

話題提供者：伊藤良子
(京 都 大 学)

心理臨床家の養成について、お話をさせていただきます。

京都大学では学部から基礎的な訓練を行っておりますが、今日は、大学院での教育についてお話をさせていただきます。京都大学における、心理臨床家の養成の基本姿勢は、「実践と研究は不可分である」ということにあると私は考えております。心理臨床における研究は、実践のための研究であり、しかも、その研究は、実践を基盤としてこそ可能になる。心理臨床の実践の力をつけて初めて、真の研究といえますか深い研究が行われ得ると考えています。

それゆえ、院生は心理臨床実習を行うことが、必修とされております。その心理臨床の実践教育において考慮しないといけない三つの特殊性について示していきたいと思えます。すべての院生が実践を行いますので、それに伴って以下の点に注意していかないといけない。

まず、第一の特殊性は、先程申しました事と関連しますが、実践教育においても、理論研究と実践は不可分であり、理論教育もしないといけないし、実践も行わないといけないということです。心理療法は、フロイトの言葉を用いれば、「人間の心による心の治療」ですから、客観的知識・知的理解だけでは実践できません。同時に、クライアントの持ってきた問題についてのセラピスト自身における深い探究——言わば研究——を必然的に伴いますので、研究と実践の両者が不可分に必要になってきます。

第二点は、心理臨床の対象は悩みや心の病を抱えた人間であり、それは1回限りの出会いであって、実験は許されない。安易な実践による失敗は許されません。それゆえ、クライアントを守るための3段階の教育が必要となってきます。まず、第一段階は、守秘義務を初めとした専門家としての倫理や責任に関する基本的な教育。第二段階は、心理療法を行うにあたっての事前の実習と理論研究。これは、クライアントの無意識からの言葉が生まれるようにいかに聴くかの実習と研究です。そして、第三段階として、心理療法の実践過程の検討、また、その実践の過程で、いろんな事が起こりますから、それに対する対応が必要になる。こういう守りをつくることによって、クライアントが、自らの無意識と対話することを可能にしていく場を整える。

そして、その上で、第三点としまして、実践の訓練においては事例研究が軸になる。これも、京都大学の大きな伝統です。事例研究の3段階というものをちょっと考えてみました。事例をまず実践できるという重要な過程がまずありますが、ここで、しっかりと教育をしないとイケません。そして、それを報告する。これもどう報告できるかということが重要です。その上で、事例の毎回の検討の積み重ねという第二の過程を経て、実践が成り立っていく。そういう長いプロセスを経て第三段階の事例研究に結びついていく。そこで、何を特に注目していくかと言いますと、クライアントとセラピストの間に起こっている事、治療関係・治療過程を把握する眼を養う。それは同時に、クライアントの問題・内的世界と、心理療法の見通し、今後の見通しを把握していく力を養っていく。こういう中から、個別の実践事例に普遍性が顕れ出てくることを見る力が養われる。個から普遍が顕れる。これが実践をしていく中で研究がなされるということでもあります。

以上の観点から現在の開講科目を位置づけてみました。まず、理論研究には基礎手的な理論研究と研究指導があります。前者には、文献研究と講義があります。講義は専任教員のみでなく、さまざまな理論的立場の方を講師にお招きしています。外国人客員教授も毎年招いています。また、研究指導として、個別の指導と集団のディスカッションの場を設定しております。専任教員はローテーションで、すべての科目を順番に担当します。また、

講義は一人の教官が担当しますが、講義以外の科目は、複数、二人から全員の教官で担当して、多様な立場から討論しながら、教育を行っております。

次に、実践教育ですが、こちらの方は少し詳しくお話ししたいと思います。実践教育は、実習と、これは事前の実習ですね、実践と、そして、普遍性を見出していく事例研究、というプロセスを考えていますが、まず、実習について御説明します。

実習は、大きく分けると、基礎実習、体験実習、観察実習、現場実習、と四つぐらいの内容に分かれております。

基礎実習は先程申しましたように、心理臨床家としての倫理等々についての基本的な実習を行います。

次いで、体験実習ですが、この一番中心が、初回面接実習です。M1の前期にこれを行います。これはどういう形で行っているかと申しますと、初回面接(インテーク面接)をその実際どおりに行う。実習生は、セラピストとクライアントの両方になる。交代しながら両方の立場になって行く。この面接は、クライアントの立場の人が、自分はどのような主訴を持って、どのような相談機関にやってきたか設定する。電話をかけて申し込む。その申し込みを受けて、予約を取り、その日にクライアントが来所したという場面から始まります。最初の出会いかから、相談申込書を書いてもらって、初回面接を行います。今までの、所謂ロールプレイと言われている実習は、10分20分の言葉の応答訓練という形でなされてきましたが、それとこれは大きく違います。かなり、その人のあり方みたいなものが顕れ出てきますし、大体50分くらいやるんですが、単に、応答の問題だけではなくて、その間に、セラピストとしても、また、クライアントとしてもいろんな事を体験する。涙を流しながら語って、その後、本当にいい体験ができた、語ることを聴いてもらうというのは、こんなに自分にとっていい体験だということを初めて知ったという実習生もおれば、また逆に、語っているけれども、壁にぶつかっただけで、とても傷ついたという怒りの体験まで、いろんな事があります。この1時間に物凄い事が起こるわけです。その事を後でディスカッションします。ですから、これもまた凄いやりの場でやらないといけませんので、教官も二人入って、実習生と他の実習生の全員でこの間に何が起こったかということ話し合います。

初回面接で重要なのは、クライアントについてのアセスメント、病態水準等のアセスメントと治療関係を樹立するという事です。この二つを両方同時にやるのですが、同時にやるのは難しい。アセスメントばかりに気が行きますと、治療関係はうまく樹立しません。クライアントは、やっとの思いで相談機関を訪れられるわけですから、もうあんなとこへ行くのは嫌だということになってしまえば、他の相談機関にも行かれないでしょう。ここが駄目というのじゃなくて、同じような関連の所にも行かなくなってしまう。1回限りの場ですから、この治療関係を樹立するということが非常に重要になります。しかし、アセスメントができないままに、心理治療を開始するということがあってはなりませんので、この両方をきちっとやっていく訓練するということになります。この実習を踏まえて、後期は実際のクライアントの方に諒解を得て来ていただきまして、教官がインテーク面接をするのに同席するという形で実習を行います。その他、体験実習には、グループ体験などのさまざまな技法の実習があります。

また、観察実習というのは、集中講義で一般の幼稚園で、発達の視点から観察するという実習などです。現場実習というのは、精神科の病院での実習や小学校・中学校の教育現場などでの実習です。実習を踏まえて実践が始まるわけです。すべての大学院生が心理療法の実践を行います。大学の有料の心理教育相談室に申し込みのあった方のインテーク面接から自分で行います。これも京都大学の特徴だと思います。インテークは教官がやるとか、ヴェテランがやるとか、という所が多いと思いますが、京大では、自分でまずインテークもする。先程申しましたとおり、初回面接ができるということは、物凄い力をつけるということになる。この訓練をこの前にしておりますから、まずインテークから自分で面接をします。その時にどういうクライアントと、最初に出会うかも、院生が自分で決めます。勿論教官も相談に乗りますが、そういう形で実践を始めます。M1の後期くらいか

らこの実践を始めますが、それに伴いまして、必ずスーパーヴァイザーに付いていただいて、1対1の、毎回の、事例の検討をしながら実践を始めていきます。このスーパーヴァイザーは成績評価と関係のない外部の非常勤講師の方をお願いしています。だから、院生としてはかなり自由に自分の思っている事が言えるようです。内部の教官は厳しく、やっていますが、外のスーパーヴァイザーの先生方に支えていただいているという感想を院生から聞いています。本当に支えていただいているとの感があります。

インテークをしましたら、この、インテーク・カンファレンスにすぐに出します。そこは、全院生全教官が出席します。70~80人出席する場でこのインテークを検討します。これは、先程重要と申しました、アセスメントと治療関係の視点からの検討、それから、インテークした人が、そのまま担当していいのだろうかということも含めて検討していきますが、ほとんどの人がそのまま担当する場合があります。

もう一点重要な事を申し上げておきたい。私共の心理教育相談室ではたくさんのクライアントの申し込みがありますが、大体すべてのケースを受け容れています。また、2週間以内に開始するようにしています。精神病圏の人を初め、本当に難しい問題を抱えたクライアントがたくさん来られるのですが、お断りすることはほとんどありません。ですので、現代社会のいろんな問題がそのまま心理教育相談室に持ち込まれてくると言っても過言ではない。したがって、この場合は社会の鏡みたいなものになります。我々はこのインテーク報告をずっと聴いておきますと、本当にそこに今日の社会の状況を見る思いがします。心理臨床家がそういう事に対して、何ができるのかということ、ひとつひとつのこのインテーク事例の検討を通して考えるという非常に重要な場になっています。社会のケース検討みたいなことを、ここでやっているとも言えます。

そういう形でケースが始まります。スーパーヴァイザーに付いて、毎回毎回の検討をしながらやっていくわけですが、緊急の事態も生じます。先程申しましたように、難しいケース、行動化が起こるケース、最初から「うちの子は自殺する言うてるんです」と言って御両親が相談に来られているケース等、全部引き受けているとその中からいろんな事が起こってきますので、スーパーヴィジョン以外に緊急の個別指導も必要になります。これは、指導教官とは関係なく、一番相談しやすい人に相談に行っていきたいということになっています。また、授業として週に1回、休みが続く、あるいは、面接の回数をもっと増やしてほしいというような要望が出るようなケースなど、やや緩い緊急の事態の検討のためのケースカンファレンスの時間をとっております。通常のケースカンファレンスは、前期に3グループ、後期に2グループ、同時に並行で行っています。発表者が多いので、たくさんの事例はなかなか検討できませんから、三つのグループに分かれて同時にするということになるんですが、これは5本の内どこのケースカンファレンスで発表するか、どのケースカンファレンスに参加するかは、院生達の自由です。教官だけが貼り付けです。このグループには二人ずつ教官が、いろんな組み合わせで貼り付けになっている。院生達は自由に出たいケースカンファレンスに出るといった形になっています。

というような形で、実践と事例検討をしながら、訓練を続けていって、その後、心理教育相談室の紀要「臨床心理事例研究」——これは京都大学が最初に導入した方法です——に、事例研究を論文として発表し、学外の方にさまざまな視点から厳しいコメントをいただくという形でこの事例研究をさらに検討する場をつくっています。

現状をお話いたしましたでしたが、今後の課題といたしまして、心理臨床家をいかに育てるかということに留まらず、現在の日本の心理臨床をさらに深める人材、また、心理臨床の領域はもう非常に広がってきていますので、そういう領域に対応してそれを広げていく人材を育てていかなければならないと考えています。そういう点から考えて、研究を深めるためには、従来の領域だけじゃない心理治療、心理臨床の事例研究ということが非常に重要になっている。事例研究を重視して、事例研究を主軸にしてやっておりますが、そこに非常に難しい問題、つまり、秘密保持という非常に難しい問題があります。秘密保持の重要性と事例研究の重要性という、いわば、矛盾する方向性の中でこれをやっとなければならない。では、そこにはどういう視点が可能かということについて、少し触れておきたいと思います。たとえば、境界例の方などは秘密を守るということについて、大変厳しく言って

こられます。しかし、それは、むしろ、治療的に弊害になる場合もある。すなわち、1対1の閉鎖的な関係を求める。そうではなくて、心理療法は公の場には開かれていないといけない。プライベートな事をオープンにするというのではなくて、具体性を持ちつつ、かつ、公に開かれた観点から事例研究をする。プライベートな秘密は守りながらの事例研究をどういうふうに深めていけるかは今後の私達の大きな課題の一つであり、その鍵は、公の場には開かれた普遍性をどう見出していくかということにあると思います。

課題の第二点は、先程お話ししましたように、京大では院生の主体性を尊重しておりますので、こうなりますと計画的な訓練は難しい。院生が性別、年齢別、問題別、それから両親面接など、いろんな範疇の面接を何ケースしたらいいか、そのセットを提示して、こうやりなさいと言うのは簡単かも知れませんが、そうではなくて、院生達がどういうクライアントに会っていくか、院生の主体性を尊重した形でやっていますので、計画的な訓練はなかなかできない。しかし、私は、事例の力というのを信じたい。たとえば、この院生は枠が弱いから、もう少しそこを自覚することが必要だなあと思っていると、その辺りを突いてくる難しい事例に出会い、そこで学んでいくということが起こる。院生の方も、自分の状態に合わせてやっているというようなことを言います。自分はこのままでできる、このままでできた、もうちょっとここをやりたい、という辺りで、難しいケースに出会ってくる。そこでぐっと成長をする。この事例の力というのを信じたいと思っています。これは実践を重視するということの基盤にある考え方です。

今後の課題の第三点です。先程申しましたように、クライアントの問題は非常に重症化・多様化している。衝動的な行動の可能性、行動化の可能性のあるクライアントが非常に多くなっています。そこで、心理相談室での臨床を守るという、守りの重要性を強調しておきたい。心理教育相談室は、できる限りいろんなクライアントを迎え入れる場でありたいと考えていますので、守りがなかったらやれません。こんな難しいケースは精神科の病院に行ってください、こういうケースはどどこへ行ってください、では、真の心理臨床はやれないんですね。さまざまな問題をすべて受け入れていますので、その守りが非常に重要になってきます。まず、院生間同士の守り。教官の守り。先程言いましたように、どの教官の所へ行ってもいい、いつ行ってもいいという態勢をとっています。それだけでなく、大学自体がサポートをきちっとしていただくように考えています。門衛さんには心理教育相談室の地図を渡しています。大学本部にも心理教育相談室はとても重要な事をやっているということを理解していただき、別枠で助手のポストをいただいております。ここでやっている事を認めていただいているので、力強く教育をやっている体制になっています。今後も学内外において御理解を深めていただく努力をしたいと思っています。