

講演1

院生・初心の臨床心理士に向けて —特にスーパービジョンを中心に—

平野 学

(（社）日本臨床心理士会専務理事・慶応義塾大学)

〔1〕はじめに

ご紹介に預かりました平野です。「専務理事」という肩書きがついておりますが、まだまだ若く、臨床も毎日様々に行なっている中堅どころです。今日はあくまでも自分の体験をふまえ、若い方々に伝えたいことを話させていただきます。

〔2〕私と心理臨床—自己紹介も兼ねて—

私は慶応義塾大学の修士を1981年に終え、医学部精神神経科の助手として心理検査や心理療法を中心に仕事を行なっていましたが、1990年からは学生相談にシフトしはじめ、今は5つのキャンパスをまわりつつ、学部でカウンセリングの授業をいくつかもっています。同時に日本臨床心理士会の方も事務局として20年位かかわってきました。

さてこういう心理臨床の仕事というのは、人それぞれに背景として何かがないとできない面があるのですが、自分の場合もそうでして、先祖代々医家に生まれ家を継ぐことが宿命になっていたものの、理数が苦手であきらめず、浪人を重ね、その後、色んな御縁もあって病院臨床の道に進むことになりました。ただ医療の場は結局は医師中心の治療モデルが原点にあり、何かと考えさせられることも多く、医師の指示のもとではなく、もっと自分自身、自由かつ責任ある立場でしっかりと人とかかわり、又援助する仕事をしたいと思う中、この学生相談に携わるようになりました。ただこのあたりは色々ありますので、とりあえずこのくらいにさせていただきます。

〔3〕私の受けたスーパービジョン等の体験から

精神分析的立場でスタートした私の心理臨床の中心は、まず心理検査をたくさんとることでしたが、その後、心理療法をふくめ、給料がわりに(?)スーパービジョンを沢山いただきました。今のように大学院等の養成機関が充実する以前の状況だったわけですが…、15年間のうちに6人の先生方にお世話になりました。

まず心理査定のA先生からは「所見については意味づけしすぎないこと、検査はあくまでも検査、サポート的なスタンスをとりすぎないように」といった姿勢をたたきこまれました。またB先生からは専門用語を使わない、普通の自然な言葉で記すことの大切さを教わりました。心理療法のC先生とはスーパービジョン場面における退行といったことを考えさせられました。更にD先生から

はその終結の際、「傷つくことをおそれずにもっと他流試合をせよ、臨床家か事務局か決着をつけよ、個人分析を受けよ」といった3つの言葉のプレゼントをいただきました。E先生は超お忙しく、多重関係的なことも加わり、何かと落ちつかなかったのですが、論文添削の際、先生好みの文章になっていく状況に、自分がなくなる不安を感じたり、先生とのかかわりをめぐって様々な夢を見ることになりました。そうした中で、出会ったユンギアンのF先生に箱庭や夢を介しての個人分析をお願いし、「あー、自分は自分で良いのだ」といった想いを実感し、ようやく安定するに至ったように思います。

〔4〕研修について思うこと

さて、自分が受けた研修について改めて振り返ってみると、学部や大学院の頃はやはり「来談者中心療法」を中心に、カウンセリングやカウンセラーとしての基礎を学び、精神科では「精神分析的な立場から、面接構造や見立てのこと」といった心理療法の基礎を、更にその後は「分析心理学」の立場から、人間の深く豊かな部分を静かに見つめる感覚が身についてきたように思います。人それぞれ様々な状況や環境があることを考えると、とりあえず入りやすいもの、学びやすいものから入り、足りないものを自分のペースで補っていく…そんな面が研修にはありましようか。学会のワークショップに出たり発表を聴く際も、自分の臨床の幅を拓けるべく、その時その時の自分に役立つものを選ぶことが大切だと思います。加えて職場や各種団体に於ける会議等も、実は研修の一翼を担っていると思います。そこで目にする先輩達の言動は、生きた臨床研修の素材（事例）となりましよう。勿論、それら以前に、自分の場合、臨床専門に至る前の学生時代に、不登校や家庭内暴力の子達への家庭教師的なかかわりや、保健所デイケアで保健師等と一緒に仕事をした体験も、臨床心理士としての仕事について現実的に色々と考える際の土台を形作ってくれていたように思います。

〔5〕スーパービジョンを行なう際に心がけていること

これに関しては大学院等での教育の実際やスーパーバイザーの経験等によって、勿論かかわりのスタンスも随分違ってきます。一応、最初に入門者や初心者に対しては、当人の臨床場面について十分シェアすると共に、ケースの出し方やレジメの作り方等、具体的に指導することからはじめます。スーパーバイザーによってはじっくりと1対1でかかわること自体、その人生においても珍しいことで、様々な不安がわきおこったり自我状態が不安定になる場合もありましよう。スーパーバイザーにはそのあたりのこともよく見守りつつ、ほど良い対応が求められます。

第2にスーパービジョンの内容や方法・頻度をどのようにするか、という点です。限られたケースを継続する形でみるか、とりあえずかかわっている様々なケースをまとめる意味で、そのつど出したいものを自由に出してもらおうか…。私の場合は後者で自前に添付メールで送ってもらい、当日は討議中心で進めます。要はスーパーバイザー自らにとってスーパービジョンが自分の役に立つものになるよう時間のかけ方等、自分で工夫してもらおうようにしています。

第3にヒア・アンド・ナウやロールプレイをとり入れることも大切にしています。スーパーバイ

ジーとスーパーバイザーとのかわり方は、言うまでもなくクライアントとセラピスト関係と重なる面もあります。面接中におきていることはスーパービジョン中にも同じようなことがおこることもあり、そうしたことを指摘したり、更にかかわり方が実感としてうまくイメージできない場合はスーパーバイザーがクライアント役を、またスーパーバイザーがセラピスト役になる形で実際のやり方を学んでもらったりしています。

第4は面接における自然さを大切にしていることでしょうか。現実の場面になじまない対応は本物ではないと考えます。技法として臭くなく、また場から浮き立つことなく、現場の中に自然に存在している、そんな面接が理想ですし、まさに“かくし味としての専門性”が発揮されるものでありたいと思います。

〔6〕臨床心理士への調査から

2007年8月～10月に当時の日本臨床心理士会会員14661名に郵送方式で調査し、その69.3%の方々から回収を得た際の調査結果について、特に研修やスーパービジョン関連の箇所に関して、ご参考までに簡単にご紹介しました。

〔7〕スーパービジョンをシステムとして、より根付かせるために

第1は各大学院相互の情報交換を、より活発にして検討しあうべきだと思いますが、ただこれには日本臨床心理士養成大学院協議会（臨大協）が一層しっかりした組織になり、機能分化する形で展開する必要があります。

第2は各都道府県臨床心理士会がスーパーバイザー登録制を更に導入して、地元での利用がもつとできるようになればと思います。この場合スーパーバイザーの定義やその資格が問題になりますが、東京や福岡ではとりあえず自己推薦形式ではありますが、スーパーバイザーを受け入れて良いと思う会員が、所定事項にプロフィールや諸条件を記入し、それを会がとりまとめる形で広報し、あとは会員同士の相互契約に委ねるといった方法がとられています。現実の状況を考えた際、1つのやり方だろうと思います。

第3は日本臨床心理士会におけるオンラインによるスーパービジョン事業の模索でしょうか。これはまだ総合企画委員会や臨床心理センターにおける構想段階のものですが、いずれスーパーバイザー資格に関する議論を詰め、それを土台とする形で地元でのスーパーバイザーをさがしたり、遠隔地でもオンラインによりスーパービジョンを受けることができるようになると、多大な交通費や時間を費やすことなく、また自分にふさわしいスーパーバイザーを選べるという点で、会員にとっても有益なサービスになるのでは…と期待されています。

〔8〕良い臨床心理士になるために一事務局感覚も大切にー

以上、主に若手の方々に対して、自分の経験からスーパービジョンのことや研修のこと等を中心に色々述べてきましたが、最後にそうしたことをふまえ、今後、臨床心理士としてどのような存在になっていただきたいか等、お話したいと思います。いわゆる良い臨床心理士とはどんな存在でし

ようか？ 私としましては、1. ケースの見立てがしっかりできる、2. どんなケースでも（幅広く）それなりに対応しうる、3. リファーマンやネットワークも十分持っている、4. 社会人としての常識が備わり安定している、5. 良い人間関係を保つことができ、チームを組んでうまく対処できる、6. その業界のことを色々よく知っている、といったことが大切だと思いますが、特に4、5は、どんな職場においても重要なことだと思います。

〔9〕おわりに

スーパービジョンに関しては臨床心理教育や研修に於いて、非常に重要なテーマです。カウンセラーとクライアントが育ち育てあうのと同じように、教員と院生、スーパーバイザーとスーパーバイジーも同様でしょう。世の中ではユーザーの声が様々に重要視されるようになってきましたが、この問題に関しては今後も、その当事者である院生や初心の人々からの率直で忌憚のない声を十分吸い上げつつ、より良い体制づくりがなされることを期待致します。

文献

日本臨床心理士会編（2009）『第5回臨床心理士の動向並びに意識調査報告書』

大山泰宏（2009）「米国における臨床心理士養成とスーパービジョン，その3：スーパービジョンのシステム」(社)日本臨床心理士会雑誌 61号，P45～48

平野学（2009）「臨床感覚，そして事務局感覚も大切に」

(社)日本臨床心理士会編『臨床心理士の基礎研修』 創元社 P206-208 所収