

講演2

## 私のスーパーヴァイザー経験を語る

### ープレイセラピストの養成とスーパーヴィジョンー

倉永恭子

(メイヘン心理相談室)

本日はお招きくださりありがとうございます。お配りする資料はありません。口先だけで申しわけありません。私は1967年4月、広島市内の現在地に心理相談室を開設しました。28歳の春でした。(その後の臨床経歴は紙面の都合で省略いたします)。開室して、実力がないとやっていけないことを思い知らされました。それで29歳の時、教育分析を受けることを決心し、京都のユング派の精神科医(女性)に2週に1回、2時間の夢分析を主とした面接に3年通いました。そこで自分の劣位機能である理論的思考とその表現力が開発されました。また折々にケースを持参しスーパーヴィジョン(SV)を受けました。その後、今から三十数年前に広大に来られた鱸先生が心理教育相談室のカンファレンスを週1で継続され、私は教育指導員として参加し、院生や研究生のプレイセラピーのSVを担当することになりました。従いまして、私は主として、ケースを持ってSVを受けに来てくれるスーパーヴァイザー(SVE)と共に一緒にケースを見ていき、SVEの心理治療者としてのあり方を一緒に考え検討していくことを続けることでスーパーヴァイザー(SVR)になっていった、と言えます。その後も、「自称」SVRのまま今日に至っております。「自称」と言わざるを得ないのは心苦しい限りですが、現在のように大学等に組織的な教育・訓練システムの無かった時代背景があり仕方ありません。はっきりと言えることは、自分から求めている色々な方法で勉強した、ということです。

#### プレイセラピーおよびプレイセラピストについて

セラピーを始めた初心者はプレイセラピーから始めるようです。遊びを介するのでとつき易いためでしょうか、まず子どもと遊ぶことから始めて、セラピーに慣れてくると言葉(カウンセリング)の面接に移って行かれます。もし、プレイセラピーは若い人・初心者の教材であり、大人相手のカウンセリングのワンステップであると思っておられる人がいれば、それは間違っています。プレイセラピーは若い時にだけするものでもありませんし、勿論、言葉のセラピーへのステップでもありません。それぞれ独立していて、それぞれ特性を有しています。ただ、初期のプレイセラピーはうまくいくことが多いようです。遊びの持つ力だったり、若さや行動のすばやさ、年齢的に子どもに近い反応の自然さなどが良い効果をもたらしているようで、決してセラピストの有能さによるものではないと思えます。役に立つプレイセラピストを目指すなら準備が必要です。継続したSVが必要です。準備は、人格的な面の準備、技術上の準備、理論上の準備の3

つに大別できます。

### 院生・初心のプレイセラピストへのSVの実際について

1対1の対面で実施します。1回90分。まずSVEの個性、持ち味などをできる限り理解するためSVEにインタビューをします。名前：人間関係には名前が必要ですし、クライアントがセラピストを名前で呼ぶかその他の呼び方かそれぞれ意味があります。性別：これは聞かなくても分かります。が、クライアントとの組合せ上必要で、男性セラピストと男児なのか女児なのか。年齢：育った時代的文化的背景を知ります。出身地：広島への馴染み。方言（広島の子どもがよく使う言葉）が分かる？ 家族構成：両親は健在か、兄弟の人数と性別。兄弟に幼児・小学生がいるかどうか。卒論・修論のテーマ。好きな人格理論、発達理論、治療理論や将来進みたい臨床分野など。

その後、ケースのSVに入ります。これまでビデオを見ながら、という時もありましたが機器の都合で止め、その後ずっと録音テープで、最近ではパソコンで書かれたペーパーです。1回から5回くらいまで、プレイセラピーを録音し、それを全て文字に起こして持参して貰います。逐語です。無言でオモチャの音だけ入っている場合は、時間を記入。逐語に沿って検討します。その後はSVEが検討したい部分15分ほどを選び逐語に。回数が進むと数回毎にまとめて記述したのを持参して貰います。要点をSVRが尋ね、SVEがそれに応じ、検討を進めていきます。こうして進められるSVではSVEとSVRは幾つもの内的作業をする事になります。

### SVでのSVRとSVEの内的作業について

まずSVRはSVEのその人らしさ、持ち味、個性、治療者としての力などを理解し、引き出すことを目指します。またセラピーで何が行われているのか、クライアントはどんな体験をしているのかをSVEが理解（分かり、言葉で表現できる）出来るようにし、さらにセラピーでの失敗、まずい点、ミスなどがセラピーのプロセスにポジティブに機能するように、そしてSVEの意欲を支えることなども目指して、SVを進めていきます。その間、時々眠たくなったりします。なぜ？と考えはしますが・・・それからこのSVEの、またクライアントのどのあたりがどのように変わったか？と評価したり、どこを問題にしたらSVEにもっと力が付くだろうか？。自分はSVRとして、もっと上手にSVが出来るようにならんといけんなー、などSV中に思ったりする事もありますが、ほとんど言いません。

SVEはSVを受けることで、自分の内面、人格、考え方、感性に直面することとなり、クライアントへの関わり方の不適切さを露呈していくことにもなり、つらい体験をします。したがって、セラピストになっていくためにはこのあたりの辛さを持ちこたえられるだけの自我の強さが必要であり、ケースの心情と自分とが重なり過ぎる事のない程度の自立が必要です。またクライアントとの関係からSVEの内面に生じる心の動きに気付く力をつけていき、プロセスの理解と今、何が起きているか明確に出来るようになっていくことなどが要求されています。私がSVRとしていつも心にとめている事は、実際にプレイセラピーを実施している人（SVE）にはセラピーの

プロセスはなかなか分かりにくいものですし、特にプレイでは自分の姿・動きが見えにくい。SVRの方がよく分かるし、動きをイメージできます。ですからつい先走ってしまいがちです。SVはSVRのペースではなく、SVEのペースを守って進めること、このことは忘れないようにしています。とにかくSVEがよく分かっていき、力をつけていかないとSVは意味がありませんから。

### プレイセラピストになるために日頃しておきたいことについて

準備は3つに大別できると述べましたが、少し具体的・日常的な視点で申しますと

1. 自分の性格特性（内的・外的）、行動特性、好み、情緒性などを知る努力をする。2. 遊びの力を十分知っておく。
3. 子どもの平均的な年齢段階的発達を熟知しておく。子どもの状態（遊び、遊び方、人とのかわり方）などを知る。私は公園や保育園、バスの中でよく観察します。
4. 子どもの文化（子どもがよく読むマンガ、本、流行っていること等）を知る。
5. 自分が一番よいと思う人格理論、発達理論、治療理論をもつ。

最後にSVに関する私の思いを言いますと、SVは論じるだけでは力になりません。SVはとにかく受けること。確実にセラピーに反映する力になります。そしてお金は自分で出すこと。身銭を切ると身につきます。積極性・受身性に関係しているのかも知れません。さらに日常とは少し離れた遠方で受けるのがよいようです。

今後、スーパーヴァイザー養成の組織（機関）が充実していくことを念じています。