

トライアル・カウンセリングの 「クライアント体験」の報告とその考察

Report and the consideration of “client experience” in trial counseling

吉田 美波

跡見学園女子大学大学院

人文科学研究科臨床心理学専攻

Minami Yoshida

Division of Clinical Psychology,

Graduate School of Humanities, Atomi University

要約

まず「臨床心理面接特論」の授業の一環として、臨床心理士の資格を有するカウンセラーのカウンセリングを5回受ける「トライアル・カウンセリング」の構造（実施方法、期間と回数、体験時間、料金、性質）について述べた。次に毎セッションごとに、①自分の面接前の心境、②カウンセラーについて、③自分自身の心の動きについて報告した。そして、①ラポールの形成について、②トライアル・カウンセリングを通しての自分の変化、に焦点をあてて考察を行った。

【Key Words】 トライアル・カウンセリング、クライアント体験、ラポールの形成

I はじめに

野島（2020）は、心理臨床家をめざす人に必要な学習として、認知学習、観察学習、体験学習、実習経験、実習経験の検討（スーパービジョン）の5点を挙げている。体験学習とは、自分自身がクライアント体験をすることであり、「トライアル・カウンセリング」は、この体験学習にあたる。

「臨床心理面接特論」の授業において、カウンセリングの体験学習として、臨床心理士の資格を有するカウンセラーのカウンセリングを5回受ける「トライアル・カウンセリング」が設定されている。トライアル・カウンセリングの目的は、臨床心理士

の資格を有するプロのカウンセラーからカウンセリングを受けることを通じて、カウンセラーのワザを学ぶとともに、クライアントの心理について理解を深めることにある。野島（2020）は、「公認心理師、臨床心理士をめざす院生は学内実習でカウンセリングを担当することになるが、よりよいカウンセリングを行うためには、自分自身がカウンセリングを受ける体験（クライアント体験）をすることが有益である」と述べている。

そこで本稿では、その構造について述べた後に、クライアント体験の報告を行い、その体験から学んだことについて考察する。

ちなみにトライアル・カウンセリングについての先行研究には、谷澤・小林ほか(2013)、荒井・門倉ほか(2014)、大橋(2018)などがある。

Ⅱ トライアル・カウンセリングの構造

実施方法：コロナ禍であるため、パソコンやスマートフォンなどを使用したビデオ通話を通じてのオンラインカウンセリングを受ける。

期間と回数：2020年8月下旬から9月下旬の間に、5回限定でカウンセリングを受ける。

体験時間：1回のカウンセリングは50分間である。

料金：1回のカウンセリング2,500円で、5回で計12,500円である。

カウンセラー：A大学心理教育相談所の臨床心理士、および公認心理士の資格を有するカウンセラー(女性)である。

性質：治療的カウンセリングとは異なり、タイムリミティッドで院生に対して授業(教育)の一貫として実施されるものである。

Ⅲ クライアント体験の報告

1. 相談機関を決めるにあたって

コロナウイルス感染拡大の影響で閉所している心理相談所が多かった。そのため、自由に相談機関を選択する余地はあまりなかった。授業の中で、現在開所しており、新規のクライアントの受け入れを行っているという情報が入ってきた相談機関にひたすら電話をかけた。

複数の相談機関に予約の連絡を入れたが、コロナウイルスの影響で先の予定が見

えないため受け入れることができないと、何度もカウンセリングの受け入れを断られる体験をした。仕方のない状況ではあったものの、これは私にとって傷つき体験であった。

2. 一回目面接

(1) 自分の面接前の心境

トライアル・カウンセリングは、あくまでトライアルであるという点と回数が5回に限られているという点から、どのような悩みをカウンセラーに話したらよいかについて非常に悩んでいた。

また、自身自分の気持ちを言語化し、相手に伝えることに苦手意識を持っていたため、「自分の話がうまく伝わらなかったらどうしよう」という不安が大きかった。担当してくださるカウンセラーの方との相性についての不安を抱えていた。

コロナウイルスの影響で、パソコンやスマートフォンなどを使用したビデオ通話を通じてのオンラインカウンセリングであった。カウンセリングを受ける場は自分が一番落ち着くことのできる自宅であったため、少し気持ちが楽であったようにも思う。

(2) カウンセラーについて

予約の連絡をした際の電話の応答も、カウンセリングを担当して下さるカウンセラーの方であった。そのため、この段階からクライアント目線からのカウンセラーの方へのアセスメントが行われていた。電話でのこのカウンセラーの印象は、はきはきと強い口調で話をする方であったため少しきつめの印象を持ち、この方に自分の話をこれからしていくことになるが、萎縮して

しまい素直に話すことが出来ないかもしれないという不安を抱いた。しかし、1回目のカウンセリングでのビデオ通話を通じて、はじめてカウンセラーの方のお顔や表情、しぐさなどをみて、カウンセラーの方の印象は大きく変わった。少しふくよかで、笑顔の優しい女性の方であり、あたたかみのある印象に変わった。見た目の印象から安心感があつた。

カウンセリングにおいて、①バーバル、②ボーカル、③ノンバーバル、の3つのコミュニケーションチャンネルがある(野島、2020)が、もちろん①バーバルでの共感もあつたが、とくに声のトーンや話すスピード等の②ボーカルやうなずきや顔の表情などの③ノンバーバルで私の考えや気持ちへの共感をあらわしてくださっていたように感じていた。

私が自分の気持ちを言語化することが苦手であることを早い段階で感じ取ってくださり、ひとつひとつ話の中でわからなかった部分を丁寧に質問しながらリードしてくださっていることが感じられた。カウンセラーの方が、私の話を理解しようとしてくださっていることが感じられ、この方には話をしても大丈夫だというような信頼感を抱いていた。

カウンセラーの方の言葉遣いは、敬語と「こういう感じで合っているかな」「つらいよね」などフランクな表現を合わせて用いていた。大体敬語が8、フランクな表現が2くらいの割合であつたように思う。丁寧に、対等に扱われているという感覚と親しみやすさを感じ、話していて心地が良かった。

カウンセラーに受容されている、安心で

きると感じ、カウンセリングが始まる前に抱えていた担当カウンセラーとの相性についての不安も和らいでいた。

(3) 自分自身の心の動きについて

「人と自分を比べて落ち込む癖をなおしたい」「自分は自分のままでよいのだと自信を持ちたい」という主訴で、カウンセリングをお願いした。話していくうちに、その傾向は主に趣味の場においてみられることが分かった。「友人から勧められた映画や本などを一緒にみている」「作品の感じ方や考え方が友人と全く違っていると自分に自信がなくなる」という私の発言に対し、カウンセラーの方は、「まるで師匠と弟子のような関係だね」「師匠に対してあなたが引け目を感じるのは当然だと思います」と繰り返した。「引け目」という表現は私の中でぴったりとくるものであり、今まで心から趣味を楽しめていなかった理由が分かり、心が軽くなったように感じていた。

後半にかけて、カウンセラーはリフレーミングを多く用いて励ましてくださった。私の話した内容を180度変えて返してくださるので、そのようにも考えることが出来るのかと、自分にはない価値観を取り入れることができ面白いと感じていた。ものは言いようで、どのようなことも悪い所と良い所があるのだと気がつき、少し自分の考え方を改めてみようと思った。しかしながら、その一方でカウンセラーの「そのあなたの考えは、大したことがないように思えてきませんか」という言葉が気になった。これは私の考えが大したことがないと否定されているように感じ、自分の感情が大切に思ってもらえていないように感じた。そ

の後のリフレームは受け入れられることができず、どこかしっくりこないような、もやもやとしたものが残っていた。またそれと同時に、カウンセラーの方の考えを素直に受け入れることができないことに対して「罪悪感」のようなものも感じていた。

3. 二回目面接

(1) 自分の面接前の心境

前回、「自分は自分のままでよいのだと自信を持ちたい」という主訴であったことから、カウンセラーの方はリフレーミングを多く使い励ましてくださったが、それはどこか自分に合っていないように感じていた。2回目の面接がどのように展開するかについて非常に不安な気持ちであった。

前回のカウンセリングの最後の方には、リフレーミングで返してくださったことが私の言いたいこととは少し違うような、ずれてしまっているような感じがしていた。今回のカウンセリングではそのようなことがないよう、カウンセリングを受ける前に、自分が2回目のカウンセリングで話したい内容について紙にまとめた。まとめたことをうまくカウンセラーに伝えることができるかについての不安な気持ちと、このカウンセラーならわかってくださるだろうと信頼する気持ちとがあった。

(2) カウンセラーについて

「今回も言いたいことが言えずに終わってしまったらどうしよう」と焦る気持ちがあり、前回に比べて私の話すスピードが気持ちはやくなっていたように感じられた。それをカウンセラーの方が感じ取り、会話のテンポを合わせてくださったことで非常に話しやすさを感じていた。今回話したい

内容について紙にまとめたことはすべて話すことができたが、前回と同様、リフレーミングを用いて言い返し、「自分と他者は違うのだから気にする必要はないよね。」

「そもそも人と自分をどのように優劣つけるのだろうか。それは誰の尺度だろうか。」「自分が良ければそれでよいのではないか。」と伝えてくださり、励ましてくださった。しかしながら、どこか素直に受け入れることができず、もやもやとしたものが残っていた。

カウンセラーの方の言葉遣いは、1回目のカウンセリングの時に比べ、「そうだよね」「わかるな」などのフランクな表現が増えたように思う。敬語が6、フランクな表現が4くらいの割合であったように思う。親しみやすさが前回よりも増していたように感じられた。

(3) 自分自身の心の動きについて

どこか私が求めているカウンセリングとは違うようなもやもやとした気持ちがあった。1回目のカウンセリングに引き続き、「人と自分を比べて落ち込む癖をなおしたい」「自分は自分のままでよいのだと自信を持ちたい」という主訴でカウンセリングをお願いした。そのため、今回も私が話した内容をリフレームしながら伝えてくださり、励ましてくださった。しかしながら、確かにその通りだと思うけれども、どこかでそうではないと否定してしまう気持ちも心の隅にあり、カウンセラーの方の言葉を素直に受け取ることが出来ずにいた。2回目のカウンセリングは、何も進展していないような感じがしていた。

4. 三回目面接

(1) 自分の面接前の心境

2回目のカウンセリングで、カウンセラーの方が言っていることは確かにその通りだと思うけれど、どこかでそうではないと素直に受け入れられずにもやもやとしたものが残ったことを、カウンセラーの方に話すべきかどうかについて非常に悩んでいた。このもやもやについてカウンセラーの方にお話するということは、今までカウンセラーの方にしていただいたカウンセリングが良いものではなかったと伝えることになってしまうのではないかと非常に心が苦しかった。このように自分の素直な感情を表現することに対して躊躇しているということは、クライアントである私とカウンセラーの方との間で、「カウンセリング」を行っていくパートナーとしての関係性や信頼関係が築けているとは言えないのではないかと考えていた。

(2) カウンセラーについて

1回目と2回目のカウンセリングの際に感じていたもやもやについて相談することを決意した。実際にカウンセラーの方に話してみると、うなずきと顔の表情で、私のもやもやとした負の感情を受け止めようとしてくださっているのが伝わった。そして、どうしてももやもやとした気持ちを感じたのか、このカウンセリングに私は何を求めているのかなどについて「一緒に考えてみましょうか」と返してくださった。この一緒に考えてみましょうか、という言葉は、この時の私が一番欲しい言葉であった、うれしさを感じていた。このようなカウンセラーの態度を見て、勇気を出して話してみて良かったという気持ちになった。ここでカウンセラーの方に対して本当の意

味の信頼する気持ちが生まれたように思った。

(3) 自分自身の心の動きについて

カウンセラーが私のもやもやとした負の感情を受け止めてくださったことで、カウンセラーの方から暖かく受容されているという感覚を強く持った。そして、もう一度自分がこのカウンセリングで何を求めているのかについて冷静に、落ち着いて、そして安心して、考え直すことができた。話をしていくうちに、「不安な気持ちが長い間続いてしまい、そのことによりやらなければならないことが手につかない」ということが本当の悩みであり、その不安に対する対処法を考えたいと思っていることに気づいた。カウンセリングに自分が何を期待していたのかについて自分ひとりでは考えても答えが見つからなかったため、カウンセラーの方に一緒に考えていただいたことで非常に心が軽くなった。2回目のカウンセリングでは、何も進展がないような感じがしていたが、今回は一歩踏み出せたように思った。

5. 四回目面接

(1) 自分の面接前の心境

3回目のカウンセリングの中で自分の本当の主訴に気づくことができたため、4回目のカウンセリングでまた何か新しい発見があるのではないかと、自己理解がさらに進むに違いないといった期待の気持ちから、非常に待ち遠しく感じていた。

(2) カウンセラーについて

前回のカウンセリングで気づいた私の本当の主訴について、「長い間悩むというのは、あなたが今やっている対処法の一つだ

よね」「長いこと悩み続けてしまうという悩みをカウンセリングに持ってくるクライアントさんは多いよ」と返してくださいました。この言葉を聞くまでは、長い間悩み続けてしまうという癖は自分の性格の一部のように捉えてきたため、変えようにも簡単には変えることができないものであると考えていた。そのため、ここでカウンセラーの方がそれを対処法のひとつにすぎないといってくださいましたことで、簡単にやめようと思えばやめられるもののように感じられ、私の心がずっと楽になったのを感じた。また、多くのクライアントさんも抱える悩みだと教えてくださったことで、自分だけが抱える悩みではないのだと安心した気持ちもあった。そして、私が「長い間悩み続けるのが対処法のひとつにすぎないなら、なんだか変えられそうな気がしてきました」というと、カウンセラーの方は「良くない対処法を捨てるのではなく、よい対処法を増やしていきましょう」「対処法はたくさん持っていれば持っているほどいいですよ」と返してくださいました。この言葉を聞くまでは、長い間悩み続けるという対処法を何とかしてでもやめなければならないという意識が強かった。それをカウンセラーが感じ取ってくださっての言葉であったように思う。非常に肩の荷が下りたような気持ちであった。そこから、大きな不安を感じたときに自分が今からでもできる手軽な対処方法を考えていこうという意識に大きく変わった。

「今まで実際にどういった対処法を使ってきましたか」という質問をされ、話をしていくうちに、「音楽を聴く」「本を読む」「お気に入りの洋服を着る」「好きなお菓

子を食べる」「好きな香りをかぐ」など、今まで対処方法として意識してこなかっただけで、自分が思っていたよりも多く、自分なりの対処方法を持っていたのだと気づくことが出来た。

(3) 自分自身の心の動きについて

今まで自分が用いてきた対処方法を、不安を解消するための対処方法なのだとしっかりと意識しながら行くと効果が出やすいということを経験した。このことをカウンセラーの方から教えていただいた。このような心理学の知識を教えていただいたことで、カウンセラーの言葉に説得力を感じ、今まで長いこと抱えてきた悩みだったが解決できるかもしれないという期待の気持ちが膨らみ、早く実際に試してみたいと思った。自分が今まで用いてきた対処方法を、不安を解消するための対処方法なのだとしっかりと意識しながら行うというのを次回までの「宿題」とし、実際に行ってみて、どのように感じたのか、心の変化はあったかについて次回話し合おうかとカウンセラーから伝えられたことで、さらに動機づけが高まったように感じていた。

6. 五回目面接

(1) 自分の面接前の心境

1回目のカウンセリングから最終日までのはあつという間で、今日でもう終わってしまうのかとさみしさを感じていた。わずか5回の「トライアル・カウンセリング」ではあったが、私にとって親しい友人や家族以外の誰かに自分の素直な気持ちを安心して話すことが出来るはじめての場であり、自分が思っていたよりもずっと大切な場所となっていたのだと感じていた。

(2) カウンセラーについて

自分が用いてきた対処方法を、不安を解消するための対処方法なのだとしっかりと意識しながら行うというのを実際に行っている感想を述べると、「本当に良かったですね」と一緒に喜んでくださった。このカウンセラーの反応をみて、達成感を感じ、嬉しい気持ちになった。この「宿題」は、トライアル・カウンセリングが終了した後も続けていこうと強く思った。このような「宿題」の効果の大きさとクライアントのカウンセラーへの信頼の大きさは比例するだろうと感じていた。

(3) 自分自身の心の動きについて

最終回であるということで1回目のカウンセリングから今までの流れをカウンセラーとともに振り返った。カウンセラーから「人と自分を比較して落ち込むところがある」と1回目のカウンセリングで話が出たが、それは「自分の評価よりも人からの評価がとても気になるということだから、前回までのカウンセリングの中でも、もしかしたらカウンセラーから評価される自分を意識してしまった場面があったのではないか」ということを言っていた。そこで、今まで受けてきた4回のカウンセリングを振り返ってみると、カウンセラーの方に自分をよく見せようとしていた自分がいたことに気が付いた。まず、3回目のカウンセリングで、自分が感じていたもやもやとした感情をカウンセラーの方に打ち明けるかについて悩んでいたことを思い出した。何故これほどまでに私が悩んでいたのかについて、悩んでいたその時には、自分の発言が相手（カウンセラー）を傷つけてしまうかもしれないと思い、自分の考えや

気持ちを素直に表現しにくいからではないかと思っていたが、実際はこのような発言をしたらカウンセラーの方から良く思われないのではないかという心配の気持ちからだったのかもしれないと気づいた。そして、最後の「宿題」の効果がとても高かったことも、もしかしたらカウンセラーの方に「真面目」で「優秀」なクライアントとして見てもらいたいという私の気持ちが反映されていたのではないかと感じた。

IV 考察

実際のクライアントがたどる電話予約を自ら行い、カウンセリングを受けるまでの流れを体験した。そして全5回のトライアル・カウンセリングを受けた。その体験から学んだこととして、第1にラポールの形成について、第2にトライアル・カウンセリングを通しての自分の変化について焦点をあてて考察を行う。

1. ラポールの形成について

ラポールとは、クライアントとカウンセラーの間の信頼関係や情緒的結びつきのことであり、カウンセリング場面において重要なものである。まずは、クライアントとカウンセラー間におけるラポールについて考察する。

1回目のカウンセリングにおいて、私はカウンセラーの「そのあなたの考えは、大したことがないように思えてきませんか」という言葉から自分の考えがカウンセラーに否定されているように感じていた。また、カウンセラーの方の考えを素直に受け入れることができないことに対して「罪悪感」のようなものも感じていた。そして、

2回目のカウンセリングにおいて、どこか自分が求めているカウンセリングとは違うようなもやもやとした気持ちがあり、何も進展していないように感じられていた。この段階では、まだカウンセラーとクライアントの間にはラポールが形成されておらず、カウンセラーのことを信頼したい、でも信頼に値しないかもしれない、という二つの気持ちがせめぎ合っていたことがわかる。

そして、3回目のカウンセリングの中で、カウンセラーの方針とクライアントである自分自身のニーズのずれを話のテーマにあげること、そのずれを少しずつなくしていくことができた。ここで、次回からのカウンセリングをどのように進めていくかについてもカウンセラーとクライアントの間で共有され、見通しが持てるようになった。それにより、カウンセラーに対する信頼感やカウンセリングに対する期待感も高まった。

CO-CL関係の構築・維持と、その崩れに影響を与える要因として、CLがCOから受容・共感され、明確な枠組みによって守られていると感じ、面接場面における言動が自身の意思に任されていると感じること、そして、COよる対応がCLのニーズや状況に合致していることが挙げられるのだという（金沢・上野ほか、2020）。また、これらの要因が、CO-CL関係のどこかの時点において満たされなかった場合には、CLにとっての負担につながり、発展がない、あるいは悪化といったマイナスの体験につながっていくのだという（金沢・上野ほか、2020）。

1回目と2回目のカウンセリングにおい

て、カウンセラーとクライアントの間で良好な関係が築くことができなかった理由として、カウンセラーの方の対応とクライアントである私のニーズとが合致していなかったことが考えられる。「トライアル・カウンセリング」ではなく、通常のカウンセリングであれば、初回面接ではクライアントの家族構成や成育歴、現在の生活状況、クライアントの主訴、ニーズなど、クライアントにまつわるさまざまな情報を収集するためのインテーク面接が行われるはずである。しかしながら、今回はあくまで「トライアル・カウンセリング」であったため、そのインテーク面接は行われず、簡単な自己紹介と主訴の確認のみであった。そのために、今回のカウンセリングにクライアントである私自身が求めるものや主訴について、カウンセラーとクライアント双方の間で明確でないままにカウンセリングがスタートしてしまっていたように思う。カウンセラーとクライアント間の関係性づくりにおいて、「クライアントの主訴やニーズについての明確化」の重要性をあらためて感じた。

カウンセリング学習の一環として、今回のカウンセリングに臨んでいた私にとっても、カウンセラーの方針とクライアントである自分自身のニーズのずれをカウンセラーに指摘することは、非常に勇気のいることであった。打ち明ける前には、このずれを指摘することは、今までカウンセラーの方にしていただいたカウンセリングが良いものではなかったと伝えることになってしまうのではないかと非常に心が苦しさを感じていた。実際のクライアントはさらに負担に感じるだろう。カウンセラーの方針

とクライアントのニーズのずれを修正できずにカウンセリングを進めていった場合、最悪、クライアントのドロップアウトにつながる可能性もあるのではないかと。インタビュー面接において、クライアントのニーズや主訴についてのアセスメントを行うだけではなく、通常の面接においてもそれらのアセスメントを引き続き行い、カウンセラーとクライアント間でずれはないかについて確認していく作業が重要であると考えられる。

2. トライアル・カウンセリングを通しての自分の変化について

次に、全5回のトライアル・カウンセリングを通しての自分の変化について考察する。

トライアル・カウンセリングを受ける前と受けた後とは、自分の中での大きな変化があったと感じている。それは、今回のカウンセリングにおける私の主訴であった「長い間悩み続けてしまい、やらなければならないことが手につかない」という悩みが見られなくなったことである。すなわち、主訴が解消されたということである。何年もの間、「長い間悩み続ける対処法」を選択する癖がついており悩んできただけに、全5回のカウンセリングでこれほど簡単に解決してしまったことに非常に驚いている。

4回目のカウンセリングにてカウンセラーの方から出していただいた、長い間悩み続けるという対処法以外に今まで自分が用いてきた対処方法を、不安を解消するための対処方法なのだとしっかりと意識しながら行うという「宿題」がとても大きかつ

たように思う。この「宿題」は、今でも続けて行うことができている。その理由として考えられるのは、この「宿題」はカウンセリングを受ける前までの自分の行動と何も変わってはいないからである。ただひとつ変わったのは、自分が今まで用いてきた対処法をとるときに私の考え方や認知である。今まで私が行ってきた「音楽を聴く」「本を読む」「お気に入りの洋服を着る」「好きなお菓子を食べる」「好きな香りをかぐ」といった比較的好ましい対処方法を意識して選択することによって、結果として「長い間悩み続ける」という対処方法をとらなくて済むようになった。今まで取ってきた行動の考え方や意味付けを変えるだけでこれほど大きな心の変化が見られるのだと感じた。この「宿題」の難易度が、自分にとって丁度よいものがあったことが、主訴が解消され、私自身に変化が見られた理由であると考えられる。

もうひとつ理由として考えられるのが、3回目のカウンセリングを通じて、カウンセラーとクライアントの間で信頼関係がしっかりと構築されたことである。カウンセラーの方に出していただいた「宿題」を実際に試してみたときには、効果があるに違いないという確信に近い、強い自信があった。これは、私のカウンセラーの方への信頼の大きさからくるものであったのではないかと感じている。5回目のカウンセリングの中で、最後の「宿題」の効果がとても高かった理由として、カウンセラーに「真面目」で「優秀」なクライアントとして見てもらいたいという私の気持ちが反映されていたのではないかと考察していたが、トライアル・カウンセリングの体験が終了し

てから3か月以上たった今でもその効果が続いているということは、それだけではなかったということだろう。

そして、カウンセラーとの間に確かな信頼関係を築くことができたことで、それだけで心が軽くなったように感じていた。1回目と2回目のカウンセリングに比べて、3回目以降のカウンセリングでは明らかに考え方などが前向きになったように感じられた。治療者という他者との間でかつてない関係を実現すると修正感情体験が経験され、自己-他者体系は変化し、情緒や認識、行動様式が変化して、症状や不適応の改善が促進されるという(杉山、2001)。つまり、カウンセリングを通じて、クライアントが自分は他者から一定の暖かさや承認を持って大切に扱われているという情緒である「被受容感(Perceived Being Accepted)」が感じられるような関係性がカウンセラーとクライアント間で実現すると、クライアントの精神的健康が高まるのだという。カウンセラーとクライアント間のラポールの形成は、心理療法の効果も左右する非常に重要なものであるとあらためて感じた。

謝辞

この度、トライアル・カウンセリングをお引き受けいただき、かつ本稿をまとめることを快く承諾してくださいましたA大学心理教育相談所及び担当カウンセラー様、誠にありがとうございます。そして、ご指導くださいました野島一彦教授に感謝申し上げます。

引用：参考文献

- 荒井美音里・門倉未来・篠崎 恵・清水 藍 (2014) トライアル・カウンセリングの「クライアント体験」報告とその考察 跡見学園女子大学紀要, 11, 79-89.
- 原澤奈美 (2020) クライアント視点から見たクライアントとセラピストの関係性における被受容感と受容についての探索的研究日本女子大学大学院人間社会研究科紀要, 26, 29-47.
- 金沢吉展・上野まどか・横澤直文・中山愛美 (2020) 臨床心理面接におけるカウンセラー・クライアント関係に関する研究-カウンセラー・クライアント両者の体験の質的分析-心理学紀要, 30, 13-26.
- 葛西真記子 (2006) Th訓練における治療同盟、面接評価、応答意図に関する実証的研究 心理臨床学研究, 24(1), 87-98.
- 野島一彦 (2020) 「臨床心理面接特論」講義資料.
- 大橋佳奈 (2018) トライアル・カウンセリングの「クライアント体験」報告とその考察, 6, 111-123.
- 杉山崇 (2001) 抑うつ者の自己：他者体系—精神分析的、精神医学的見解から実証に基づいた臨床心理学研究へ 学習院大学人文科学論集, 10, 127-140.
- 谷澤裕子、小林三千夫、勅使河原由希、長尾優里 (2013) トライアル・カウンセリングの「クライアント体験」報告とその考察 跡見学園女子大学附属心理教育相談所紀要, 9, 59-69.