

臨床心理士養成大学院における臨床心理面接の訓練

Training of clinical interview in graduate school for candidates of clinical psychologist

野島 一彦

跡見学園女子大学

人文科学研究科

Kazuhiko Nojima

Division of Clinical Psychology,

Graduate School of Humanities, Atomi University

要 約

本稿では、筆者の1年間にわたるシステマティックな臨床心理面接の訓練（積極的傾聴の訓練／トライアル・カウンセリングの体験／エンカウンター・グループの体験）の実際について報告した。そして考察として、このやり方の特徴・意義は、①きく・みる・やる方式、②体験学習の重視、③クライアント体験の重視、④2つのタイプ（個人臨床とグループ臨床）の臨床心理面接の学習、⑤同期生の間関係づくり、であることを述べた。

【Key Word】 臨床心理面接 個人臨床 積極的傾聴 グループ臨床 エンカウンター・グループ

I はじめに

臨床心理士の4大業務（臨床心理査定、臨床心理面接、臨床心理学的地域援助、臨床心理学的研究）の教育の中でも、多くの臨床心理士養成大学院でかなり力を入れて訓練しているのは『臨床心理面接』である。筆者も大学院の1年間の授業を通して、その訓練を行っている。前半の4月～7月には、学内で《個人臨床》の基礎とも言うべき「積極的傾聴」を訓練する。夏休みには学外でクライアントとして「トライアル・カウンセリング」を体験してくることを宿題としている。そして後半の10月～1月には学内で《グループ臨床》の基礎とも言うべき「エンカウンター・グループ」

を体験させる。

本稿では、筆者の1年間にわたるシステマティックな臨床心理面接の訓練の実際を報告し、考察を行う。

II 「積極的傾聴」の訓練の実際

1. 積極的傾聴の説明

前半の最初の授業で「カウンセリングの基本・実習」と題するレジュメを配布し、次のような説明を行う。

(1) 積極的傾聴とは

①相手はその瞬間に感じているままに聴き取り、一つ一つ応答（response）していく

②相手に自分の気持や意見を押し付けることではない

③相手の発言と自分の考えや気持を混ぜ合わせてはならない

(2) 積極的傾聴のポイント

①相手が話しやすい雰囲気をつくること—聴く側の心の整理（スペースづくり）が必要。安全感、ラポール。

②じっくり聴くこと—批判的・評価的でない。相手の言うことを直したり、変えたりしない。せっかちにならず、じっくり待つこと。

③理解していることを示すこと—理解できたことを言葉ではっきり伝える。聞きっぱなし、聞かされっぱなしはだめ。分かったふりをしない。もしよく理解できない時は、分かったところを語り、修正してもらう。

(3) 積極的傾聴がうまくいっているかどうかを判断する指標

※うまくいっている時—相手がより深く自分の問題に進む。満足し、黙ることあり。気が楽になり、緊張がとける（深いため息、深い息づかい）。大切なことは、沈黙の後に出てくること多し。

※うまくいってない時—同じことを相手がくり返す。表情が固くなる。緊張したり、よく分からない顔をする。意味のないこと、一般論に話題を変える。

(4) 積極的傾聴のための応答技法は

①簡単な受容—「うんうん」「なるほど」「そうですか」等言ったり、あるいは声には出さずに軽くうなづきながら聴く。すると相手は話しやすい。

②くり返し—ある程度相手が話したところで、そのポイントをとらえて「～という

わけですね」「～ということですね」等くり返す。そうすると相手は、聴き手にきちんと聴いてもらえていることが分かる。

③明確化—相手がまだはっきりとは言語化していないことを、聴き手先取りして述べる。例えば、「先生は地位も名誉もあっていいですね」と言った時、「あなたは、自分には何も取り柄がないような感じがしているのですか」と述べる。そうすると相手の自己理解がより進みやすい。

④支持（サポート）—相手の発言に対して、聴き手は<励まし>や<いたわり>を述べる。例えば、「あなたの言われていることはもっともだし、そうした方がよいと私も思います」「そういう時は本当に辛いものですね」等。そうすると相手は気が楽になり、自信がつく。

⑤質問（リード）—相手の話で分かりにくいところ、漠然としているところ、気になったところ等を問い返す。一般的に聴き手がそのような感じを持つ部分というのは、相手自身にとってもあいまいであることが多く、問い直されることで、自分の気持や考えを探索したり、明確にすることにつながる。

2. 授業の進め方

(1) 授業時間

90分間の時間の割り振りは、3パートで構成されている。

パート1（30分間）：前回の授業後に院生から提出された積極的傾聴体験をめぐるレポートについて、重要なところをピックアップして読み上げて、コメントをする。

パート2（50分間）：教員が<聞き手>（カウンセラー）、院生が<話し手>（ク

ライエント)となり、50分間の積極的傾聴のデモンストレーションを行う。その様子を院生は録音する。院生は毎回交代して、全員が一度は<話し手>を体験する。なお、部屋は学内実習施設の中の演習室(40名程度収容可能)を用い、実際の面接室からテーブル、椅子、時計を運び込み、面接場面の設定をする。<聞き手>、<話し手>以外の院生はそれを取り巻くようにして座り観察する。

パート3(10分間):先ずは<話し手>、<聞き手>が感想を語り、その後は観察者から感想、質問等が出される。

(2) 授業後の練習

授業後は次の授業までの間に、院生はペアになり、実際の面接室や他の部屋を用いて、積極的傾聴の<話し手>を50分、<聞き手>を50分行う。その様子を各自録音し、レポートを書く時の参考にする。レポートを次の授業の前日までにメールの添付ファイルで教員に送る。

ちなみに院生が14名の学年の場合、院生は(他の13名の院生との間で)13回<聞き手>(カウンセラー)を体験する。そして(教員と他の13名の院生との間で)14回<話し手>(クライアント)を体験する。また教員の積極的傾聴の場面を13回観察学習する。

ちなみに「積極的傾聴」の体験の報告と考察は、加藤・相馬ら(2014)、斉藤・多和ら(2014)、鹿子田・新ら(2015)が行っている。

Ⅲ 「トライアル・カウンセリング」の体験の実際

1. トライアル・カウンセリングの説明

夏休みが近くなる7月に入ると「トライアル・カウンセリング」実施要領と題するレジュメを配布し、次のような説明を行う。

ちなみに受け入れ先にトライアル・カウンセリングを引き受けてもらうよう頼む時には、このレジュメを持参するように伝えている。また、院生が希望する受け入れ先について筆者がよく知っている場合は、その受け入れ先に筆者からレジュメをメールの添付ファイルで送って、お願いをする。

●趣旨

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。それで、院生はM1の間に、実際にカウンセリングを担当する前に、「トライアル・カウンセリング」(5回限定)を受けることにする。

●「トライアル・カウンセリング」の性質

「トライアル・カウンセリング」は、相談機関等で行われる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。深めることより、信頼感・安全感に基づく関係が大事である。

●「トライアル・カウンセリング」のカウンセラー

「トライアル・カウンセリング」のカウンセラーは、次の中から自分で選び依頼する。

① 学外の臨床心理士:有料となるが自己

- 負担、他大学の心理教育相談所も可
- ② 学内の臨床心理士のインターカー：無料（勤務時間内かつ予約制／インターカーの本務はインテーク面接なので、その時間との関係で院生を引き受けられないこともある）

●授業との関係

春学期中（9月末まで）に5回の「トリアル・カウンセリング」を受けて「レポート」を提出することは、野島の授業『臨床心理面接特論』の〈必須課題〉とする。つまり単位取得に不可欠。（レポート作成のために自分で毎回の記録を残しておくこと。）

2. トリアル・カウンセリングの体験

7月中旬くらいから、院生は自分が希望する受け入れ先を自分で決めて、自分で電話をしてトリアル・カウンセリングの交渉をする。そして予約した日に出かけて行き、スタートする。

一部は医療機関、私設心理相談機関を選ぶが、多くは臨床心理士養成大学院の学内実習施設である心理教育相談所等を選ぶ。そこだと費用は2千円～3千円くらいである。

ちなみに「トリアル・カウンセリング」のクライアント体験の報告と考察は、荒井・門倉ら（2015）が行っている。

IV 「エンカウンター・グループ」の体験の実際

1. エンカウンター・グループの説明

後半の最初の授業で「エンカウンター・グループの基礎知識」と題するレジュメを配布し、次のような説明を行う。

(1) 歴史

- ・1970：京都で最初のベーシック・エンカウンター・グループの実施
- ・1980前後：構成的グループの出現 福岡人間関係研究会、国分先生
- ・2005頃：半構成的グループの出現 野島の提案

(2) 目的

- ・自己理解
- ・他者理解
- ・自己と他者との深くて親密な関係の形成

(3) エンカウンター・グループの場

グループのなかで相互に「自己開示」、「フィードバック」、「触発」をし合いながら自己との出会い〈他者との出会い〉が生じる場

(4) 3つのタイプ

1) 構成的グループ (structured group, high structured group)

- ・構成的エンカウンター・グループ／構成的グループ・エンカウンター ファシリテーターが指示するエクササイズ、ゲームを参加者が体験する。（楽譜に合わせて演奏をするようなイメージ／バック・ツアー、初心者向け）。

2) 非構成的グループ (unstructured group, low structured group)

- ・ベーシック・エンカウンター・グループ
ファシリテーターと参加者が今、ここでやりたいこと、やれることを自発的にしていく形で進む。（即興曲を演奏していくイメージ／フリー・ツアー、

上級者向け)。

3) 半構成的グループ

- ・森園・野島 (2006) が提唱
- ・テーマ設定：予めテーマを設定して指示

(2泊3日の看護学生のグループの

例：EG参加への期待と不安、私の進路を巡る過去・現在・未来、友人・仲間・異性、野外EG、私のキーワード、家族、言葉の花束)

- ・時間設定：発言時間をコントロール
- ・発言順：時計回り方式、指名方式

(5) 構成法／非構成法の比較検討

構成法	非構成法
(1) グループ構成	
①目標 非構成法に同じ ②グループ編成 数人のファシリテータ (リーダー) と数十人～数百人のメンバー ③スケジュール 数時間～数日間 ④場所 可能なら「文化的孤島」、日常の場でも可	①目標 構成法に同じ ②グループ編成 数人のファシリテーターと十名前後のメンバー ③スケジュール 最低で数日間 ④場所 可能なら「文化的孤島」、日常の場でも可
(2) ファシリテーションの役割と機能	
○プログラム (エクササイズの組み合わせ) 作成、 ○エクササイズの指示 ○メンバーの参加態度 (正直、率直、素直) の見守り ○フィードバック	○グループの安全・信頼の雰囲気形成 ○相互作用の活性化 ○ファシリテーションシップの共有化 ○個人の自己理解の援助 ○グループからの脱落、心理的損傷の防止 (野島, 2000)
(3) プロセス	
①グループプロセス はっきりとした理論なし ②個人プロセス はっきりとした理論なし	①グループプロセス 発展段階仮説村山・野島 (1977) ②個人プロセス 個人過程仮説野島 (1983)
(4) 効果 (インパクト)	
ほぼ全員がヒットが打てる	三振、ヒット、ホームランなど個人差が大

(6) 実践の領域

エンカウンター・グループは、次のようにいろいろな目的で様々な対象に対し実践

1) 心理的成長：一般人、中学生、高校生、予備校生、専門学校生、看護学生、大学生、大学院生、夫婦、家族等

2) 人間関係能力の教育・訓練：保育士、教師、養護教諭、看護師、福祉関係者、療育関係者、電話相談員、企業人、カ

ウンセラー等。

3) 心の癒し：緩和ケアにかかわる人、女性、働く人等。

4) 心理的治療：不登校児の親、(特別な配慮をしながら) 精神病患者等。

5) 異文化間交流：異なる文化や言語を持つ人達。

6) 社会的緊張・対立への対応：宗教、人種、政治体制等が異なるため緊張・対立が生じている人達。

★ちなみにカール・ロジャーズは、エンカウンター・グループを含めた集中的グループ経験を「20世紀最大の社会的発明」と述べている。

2. 授業の進め方

以下、ある年の授業の内容と一人の院生の感想を記載する。ファシリテーターは筆者一人、メンバーの院生は10数名である。

(1) 構成的エンカウンター・グループ：

第1セッション

第1セッションは、構成的エンカウンター・グループを行う。

●第1セッション

*内容=①マン・ウォッチング：1分間、ゆっくり歩き回りながら、お互いの様子を観察する。②2分間マッサージ：ペアになり、マッサージを2分間ずつ行い、感想を語り合う。③背中合わせ：別のペアで1つの椅子に背中合わせになって座り、目を閉じて1分間相手がどんな人かを感じる。④イメージ・フィードバック：別のペアを作り、一方から他方にファシリテーターが指示する3つの指定イメージ（動物、食べ物、乗り物等）を伝える。イメージを受けた人から口火を切り感想を語り合う。⑤好きな言葉を添えての自己紹介：3つのペアが合体して6人組となり、好きな言葉を添えての自己紹介を1分間ずつ行う。⑥一人の人に他の人から1分間、集団直撃インタビューを行う。

*院生の感想=グループ：穏やかな雰囲気、みんな安心していただよに感じられた。ペアを作ることで、その人のことをゆっくり感じられた。自分：体も動かしながらのエクササイズはとても楽しかった。ペ

アの人のイメージを受け取ったりと、自分がどう思われているか考えることができた。

(2) 半構成的エンカウンター・グループ：第2セッション～第13セッション

第2セッション～第13セッションは、以下のようないろいろなテーマで半構成的エンカウンター・グループを行う。テーマについてまず教員が5分間語り、その後は院生がランダムに5分間ずつ語る。一回りしたら、10分間ほど補足、質問等を行う。

●第2セッション

*テーマ=私の進路をめぐる過去・現在・未来

*院生の感想=グループ：温かい雰囲気、笑いもあり、穏やかであった。聴いてくれていると感じられるグループだった。自分：比較的緊張せずに話ができ、グループの話にも集中して話を聞けたと思う。

●第3セッション

*テーマ=友人・仲間（このセッションはファシリテーターは所用のため不在）

*院生の感想=グループ：先週に比べ少し重たい空気の時もあったが、それは話す人の率直な気持ちが話されていたからだと感じた。自分：初めて自分から話すことにとっても緊張した。ファシリテーターがいないことがこんなにも不安を感じてしまうのかと思った。頭で考えることが多く、もう少し感性に目を向けたい。

●第4セッション

*テーマ=異性・恋愛

*院生の感想=グループ：雰囲気はよく安定したグループであった。話が詰まる人もあまりいなかった気がするが、本音で語っている人も多かった。自分：最初、何を話そうか全く浮かばずの参加で、自分の番が

きたら、話すことないと思っていたが、何人かのメンバーの話を聞くにつれ、「私もあったな」と感じることもあって、話すことができた。

●第5セッション

*テーマ=結婚

*院生の感想=グループ：雰囲気は明るい時と暗い時の差が激しかった。それぞれメンバーは、自分の考えが深まっているように感じた。自分：今回は特に、他のメンバーの話から影響を受けたように思う。話したいことが次々と出てくるようであった。

●第6セッション

*テーマ=家族

*院生の感想=グループ：話しにくい人も多かったように感じた。家族がテーマでも、話す内容によって、大きく空気に変化したように思う。自分：話す際、Aさんを何度も見た。Aさんの聴く態度が、とても安心できるものであったからだと思う。

●第7セッション

*テーマ=私のキーワード

*院生の感想=グループ：M1のことを知っているようで知らなかったと感じた。新たな面がエンカウンターで見れること、とても面白いと感じる。自分：自分の言葉で自分の気持ちを素直に話すことができた。言ったことで周り（メンバー）からどう思われるか少し考えてしまった。

●第8セッション

*テーマ=今ここで話したいこと・話せること①

*院生の感想=グループ：今話したいこと話せることがテーマであったため、どんなグループになるのか少しドキドキしてし

まった。雰囲気は穏やかで、自分のことを開示する人が多かったように思いました。自分：今一番気がかりなことを言葉にでき、とてもスッキリしました。咳が止まらず、他の人の話し中にもゴホゴホしてしまって、申し訳ない気持ちになりました。

●第9セッション

*テーマ=今ここで話したいこと・話せること②

*院生の感想=グループ：今回、話した内容はみんなバラバラなようでしたが、一体感があったように思いました。雰囲気は軽すぎず、重すぎずと感じました。自分：今回久しぶりに前半で話したのですが、いつも他のメンバーの話を聞く中で、話したいことが出てくるが多かったため、何話そうかと悩む時間もありました。他のメンバーで、私の話から考えることがあったのかなという話もあったため、少し嬉しく思いました。

●第10セッション

*テーマ=今ここで話したいこと・話せること③

*院生の感想=グループ：今回のセッションでは落ち着きがない人が多かったように感じた。今年最後のセッションということもあって、話が近い人も多かったかなと思った。自分：再度、一番最後に話すこととなったが、以前に比べて落ち着いて話せたように感じた。自分について探ることが本当に増えたと思う。

●第11セッション

*テーマ=今ここで話したいこと・話せること④

*院生の感想=グループ：今回は、年末年始に関係した話が多く、メンバーの理解

が進めた気がする。メンバーの話を素直に聞いたように思う。自分：年末年始の話をしてみても、あまり開示できなかったかもと感じた。しかし、私の中で、ここまで出せると思ったところまでは話せたと思う。

●第12セッション

*テーマ=今ここで話したいこと・話せること⑤

*院生の感想=グループ：最初から最後まで穏やかな時間だったような気がする。メンバーの発言で、今までとは違う流れになったが、とても良い時間になったと思う。自分：自分の発言では、話したいことがいくつもあったため、時間配分が上手く出来なかった。最後の時間では、思ったことをしっかり伝えることができた。

●第13セッション

*テーマ=今ここで話したいこと・話せること⑥

*院生の感想=グループ：今回は重たい雰囲気であった気がする。それは良くなかったとかではなく、メンバーの話す内容が深くあったからと感じた。自分：Bさんの話を聞いてから、他のメンバーの話よりも自分のことばかり考えてしまい、話した後も落ち着かない気持ちであった。

V 考察

システマティックな臨床心理面接の訓練の特徴・意義としては、次のようなことがあげられよう。

1. きく・みる・やる方式

筆者は、心理臨床の技能の獲得には、きく・みる・やる方式が大事だと考えている。「きく」というのは、講義を通して技能について理論を学ぶことである。「み

る」というのはその技能の実際について観察することである。「やる」というのは、その技能を自分でやってみるということである。本訓練では、この方式が取られている。「積極的傾聴」では、説明を「きく」ことを行った後、指導教員のデモンストレーションを「みる」ことを行い、さらに練習を「やる」ことが行われる。トライアル・カウンセリングでは、クライアント体験をしながら、臨床心理士のカウンセラーの言動を「みる」ことが行われる。エンカウンター・グループでは、説明を「きく」ことを行った後、メンバー体験をしながら、指導教員のファシリテーションを「みる」ことを行い、さらに話したり聞いたりグループ体験を「やる」ことが行われる。

2. 体験学習の重視

学習の形態としては、知識（概念、理論等）を学ぶ認知学習、観察を通して学ぶ観察学習、体験を通して学ぶ体験学習等があるが、本訓練では体験学習が中心である。その理由としては、臨床心理面接は技能であることを考えると、技能の学習には体験学習がもっとも有効だからである。しかも技能の学習は体験を数多く積み重ねるほど、上達することになるので、本訓練では数回の体験だけでなく、長期にわたり多数回の体験をすることになっている。

3. クライアント体験の重視

臨床心理面接は、基本的には援助者としての技能を身につけることが目的であるが、それがよりよくできるためには被援助者としての体験がきっちりあることが有効

である。というのは、援助される側が、どのような気持ちで援助場面にコンタクトし、援助者の言動からどのような影響を受けるのか、自己開示・自己表現がいかに難しいかを自ら体験しておくことは、自分が援助する側に立った時に、被援助者により細やかにより丁寧に寄り添うことができることになるからである。積極的傾聴の訓練において（教員と他の13名の院生との間で）14回<話し手>（クライアント）を体験することを通して、またトライアル・カウンセリングにおけるクライアント体験を通して、どのような<聞き手>の態度、雰囲気、応答の仕方が話しやすいか、あるいは話しにくいかを実感として知ることになる。

4. 2つのタイプ（個人臨床とグループ臨床）の臨床心理面接の学習

臨床心理面接と言う場合、ややもすると個人臨床にウェイトが置かれグループ臨床は軽く扱われるか、全く扱われないことが多いように思われる。しかし、心理臨床の現場ではグループ臨床へのニーズは高い。近年では、心理臨床家は個人臨床とグループ臨床の両方ができることが求められている。このような状況を考えると、大学院教育では個人臨床とグループ臨床の両方の技能を学習させることが必要である。そういう意味では、この臨床心理面接の訓練は両方が学習できるプログラムとなっており、時宜にかなっている。

5. 同期生の人間関係づくり

システムティックな臨床心理面接の訓練の「積極的傾聴」では、院生相互に全員と

の間で50分間の「聞き手」、「話し手」を体験しており、相手を知ること、相手に知られることが起こっており、人間関係づくりに貢献している。また「エンカウンター・グループ」でも、毎回5分間の自己開示を行っており、相互に相手を知ること、相手に知られることが起こっており、人間関係づくりに貢献している。何らかの縁で同期生となってメンバーと深くて親密な人間関係の形成ができたことは、大学院在学中はもちろん、大学院修了後もお互いに支え合い、励まし合っていくことにつながると思われる。

文献

- 荒井美音里・門倉未来・篠崎 恵・清水 藍 (2015). 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, 11, 79-89.
- 鹿子田睦月・新 彩子・寺澤麻衣・植竹奈美子・八木あずさ・野島一彦 (2015). 大学院授業における「積極的傾聴」の実習体験の報告と考察. 跡見学園女子大学附属心理教育相談所紀要, 11, 91-106.
- 加藤美佳・相馬理沙・高橋亜希・マーシャル理恵子 (2014). 「積極的傾聴」実習体験による意識変容過程の仮設モデルの検討. 跡見学園女子大学附属心理教育相談所紀要, 10, 153-163.
- 斉藤暁子・多和千里・矢島文哉・野島一彦 (2014). 大学院授業における「積極的傾聴」の実習体験の報告と考察. 跡見学園女子大学文学部臨床心理学科紀要, 2, 77-89.