

# 公認心理師養成におけるグループ経験の必要性

## The need for group experience in the training of certified public psychologists

野島 一彦  
跡見学園女子大学

Kazuhiko Nojima  
Atomi University

西村 馨  
国際基督教大学

Kaoru Nishimura  
International Christian University

岡村 達也  
文教大学

Tatsuya Okamura  
Bunkyo University

野末 武義  
明治学院大学

Takeo Nozue  
Meiji Gakuin University

伊藤 義美  
人間環境大学

Yoshimi Ito  
University of Human Environments

板東 充彦  
跡見学園女子大学

Michihiko Bando  
Atomi University

### 要 約

国民の心の健康の保持増進に寄与することが求められる公認心理師には、個人アプローチのみならずグループ・アプローチ、家族アプローチ、コミュニティ・アプローチ等も用いることが必要であろう。しかるに、現在の公認心理師養成では、個人臨床家としての訓練はかなり行われているが、三者以上関係のグループ経験の訓練はあまり行われていない。しかし、公認心理師がどのような立場(個人臨床家、グループ臨床家、家族臨床家、コミュニティ臨床家)で働くとしても、その〈基盤〉として、ある程度のグループ経験が必要である。そこで、何らかのグループ経験を踏まえて、個人臨床家として活躍するとともに、様々な形で、三者以上関係を媒介として活躍している4人の方にその必要性について語ってもらった。

【Key Words】公認心理師，グループ経験，二者関係，三者以上関係

### I はじめに

本稿は、2021年9月3日～26日に開催の日本心理臨床学会第40回大会(Web大会)の自主プログラムとして実施された「公認心理師養成におけるグループ経験の必要性」の概要をまとめたものである。企画者は野島一彦(跡見学園女子大学)、司会者は岡村達也(文教大学)である。話題提供者は、何らかのグループ経験を踏まえて、二

者関係を媒介とする個人臨床家として活躍するとともに、様々な形で、三者以上関係を媒介として活躍している4人の方に、それぞれの立場(伊藤義美：個人臨床家、西村馨：グループ臨床家、野末武義：家族臨床家、板東充彦：コミュニティ臨床家)から、公認心理師養成において、臨床家として働く〈基盤〉として、グループ経験が必要であることを語ってもらった。

## II 企画趣旨

発表論文集に記載された本自主シンポジウムの企画趣旨は以下のものであった。

『公認心理師養成を経て公認心理師になれば、国民の心の健康の保持増進に寄与することが求められ、各種アプローチ(個人アプローチ、グループ・アプローチ、家族アプローチ、コミュニティ・アプローチ等)を用いることになる。

ただ、現状の公認心理師養成では、個人臨床家としての二者関係の訓練はかなり行われているが、三者以上関係のグループ経験の訓練はあまり行われていない。しかし、二者関係を媒介とする個人臨床家にとっても、グループ経験の訓練を受けることは必要かつ有益ではなかろうか。また三者以上関係を媒介とするグループ臨床家、家族臨床家、コミュニティ臨床家にとっても、グループ経験の訓練を受けることは必要かつ有益である。つまり、公認心理師がどのような立場(個人臨床家、グループ臨床家、家族臨床家、コミュニティ臨床家)で働くとしても、その〈基盤〉として、ある程度のグループ経験が必要である。

グループ経験では、自己開示、フィードバック、触発が特徴である。他者に適切な自己開示ができること、他者からのフィードバックを受けて自己理解を深めること、他者の言動によって触発を受け自己の世界を広げることは、前述の4つのいずれの立場にとってもその資質を高めることになる。

ちなみにグループ経験ができる場としてはエンカウンター・グループ、Tグループ、体験グループ、ゲシュタルト・グループ、心理劇、SST 等がある。』

なお、以下の4人の発表者の記載は、当日の録音記録はないので、当日のパワーポイントを用いての口頭発表をもとに文章化されたものである。

## III 個人臨床家の立場から(伊藤義美)

筆者は、グループ経験に関連する授業として『グループ・アプローチ特論』と『心の健康教育に関する理論と実践』を担当している。心の健康教育はクラス単位やグループ状況で行われることが多く、プログラムに応じて構成的、準構成的、半構成的、非構成的なグループと、用途によってグループのサイズと構成の使い分けができる利点がある。

最近人間関係研究会のワークショップ・プログラムが年間20件弱と減少している。このプログラムは、各種のエンカウンター・グループ(EG)が中心である。参加者もかつてよりも減少している。しかし日常の現実生活では、PCAのグループ・アプローチが広く実践されて、社会に浸透してきている。EGに参加したいという学生・院生は、少なくはない。手元の資料では、①看護学部の学生52.8%、②臨床心理士・公認心理師志望の院生66.7%がEGに参加してみたいと思っている。参加の気持ちと実際の参加には少なからぬ隔たりがあり、参加費・日程・EGへの参加不安など両者の隔たりに架橋する工夫が問われる。

### 1. エンカウンター・グループの体験から 思ったり考えたこと

院生時代にEGという人間関係の新たな世界があることを知る。個人療法や日常生活と異なる集団の人間関係の発見と驚き。

多様な参加者(年齢, 性別, 職業, 家族, 経験, 人間関係等)が同じ場に, 10数時間を, ともにいて, 話し合う, 話さなくてもよい。ともかく時間をともにする。／セッションやEG全体に時間制限がある。傷ついた人をグループ内でケアできない場合や現実生活への復帰が問題になることがある。／グループでの各参加者の受け取り方や反応が一様でなく, 参加者数分の受け取りや反応がある。／他の参加者によって目撃されており, 自分の存在・態度・言動が意図せずして他の人に影響を与え, 自分も影響を受けている。／ファシリテーターには, カウンセラーと違う役割と動き・方法がある。ファシリテーション・スタイルや動きに違いがあり, コ・ファシリテーターとの組み合わせの問題がある。／緩やかな時間の流れの中で, 様々な参加者が全員でグループの雰囲気や流れを協働してつくる。安全で信頼できる雰囲気の形成が重要となる。／各参加者や特にファシリテーターが, 個人的な自己開示や自己表明(感情, 感覚, 経験)を経験する。自己表明の仕方が変化してくる。／いま, ここで, ともにいて, どう感じるかが重視されていく。／参加者やグループの個性がしだいに明確になり, さらに変化するプロセスをともに体験できる。／ファシリテーターは, グループに一人のありのままの全体的な人間として在るようになっていく。／グループでは, 多層の理解(各参加者の理解, 参加者の関係の理解, グループ全体の理解, 参加者自身の自己理解や他者理解など)があること。／難しい参加者が存在すると, 介入の仕方, 参加者やグループをどこまで信頼できるかが試される。／グループで大きく

変化する人, 多数回参加することで支えられ着実に変化している人が確かに存在する。／心理臨床の視野が拡がり, セラピストの体験学習や人間的な成長体験として有効だと考えられる。

## 2. グループ・ファシリテーターの経験

(1) 学生のためのエンカウンター・グループ：人間関係研究会の「学生のためのエンカウンター・グループ」(増田實企画)で初めてファシリテーターを経験した。グループ・プロセスやファシリテーターの役割と動きを意識化, 概念化するうえで良き機会になった。

(2) 学生相談室主催の「自己発見のための合宿セミナー」または「自己再発見セミナー」：一般の大学生が対象の合宿セミナーや自己再発見セミナーと称したEGである。次第に高学年の学生の参加が増え, 相談学生が参加するようになる。個人療法とグループのコンバインドとコンジョイントを考える好機となった。

(3) 清里プログラム(人間関係研究会)：人間関係研究会の中心プログラムで, スタッフ間の交流や新たなグループ実験の場となる。海外のゲスト招聘(アンドレ・オー氏), インタレスト・グループ, ファシリテーター養成, 大グループ等のグループの実験的試みがなされた。

(4) 研修グループ, 体験学習グループ及び人間関係体験グループ：①看護学生, 養護教諭, 教員, 企業人等の研修グループや②カウンセリングの体験学習グループ。授業や研修として行う, 自発参加でない参加者の体験グループである。2泊3日の日程が多く, 2日間の通いグループもみられ

る。準構成的なグループや3・3・1方式のグループ〔通い(3日)+宿泊(2泊3日)+通い(1日)〕が試みられた。

### 3. エンカウンター・グループの企画・開催

1991年に人間関係研究会のスタッフに加わり、「下呂」エンカウンター・グループを企画・開催した。ベーシックEGで、一般参加者の自発参加グループであった。3泊4日の日程で2グループを並行開催した。これまでに25回実施(1991年度から)してきた。研修として派遣されて参加する者も出てきた。やがて2泊3日の日程となり、1グループ開催と縮小になった。

〔この他に、人間関係研究会主催の『カール&ナタリー・ロジャーズとのパーソンセンタードアプローチ・ワークショップ』(1983.4.30-5.5)に参加し、『第8回IFPCA(PCAJAPANフォーラム)』(2001.8.26-30)の開催に人間関係研究会のスタッフとしてかかわる。これらのWSや国際会議は、大グループ中心で行われた。〕

### 4. エンカウンター・グループ(EG)の課題

1) グループ・ファシリテーターの養成, 2) 非構成的グループと構成的グループの共存と統合(目的や参加者に応じてグループの構成内容等を工夫した準構成的グループ, 半構成的グループなど), 3) 国際多文化間グループの実施, 4) 大グループやコミュニティミーティングの試み, 5) サポートグループやセルフヘルプ・グループの展開, 6) 参加者に役立つ, 社会に貢献するグループ(高齢者, 被虐待児・

者, 発達障がい児・者, 不登校児, ひきこもり, 犯罪・災害被害者など)の実施, 7) 新しいオンラインを利用したグループの開催。

### 5. グループ状況を理解するための視点

グループ内体験とグループ外の実際の生活における集団状況(家族・部署・組織・地域など)との関連が考えられる。

(1) **グループ内の集団体験**: ①個人内の体験過程プロセス: 参加者の個人内プロセス。これは、主に個人療法で重視される。②対人的相互作用のプロセス: 参加者間の対人的プロセス。これは、ある種のグループ・アプローチで重視される。③グループ全体の雰囲気のプロセス: グループ全体のプロセス。これは、ある種のグループ・アプローチで重視される。EGでは、これらの3項目全て(個人内プロセス, 対人的プロセス, グループ全体のプロセス)が密接に関連して重視されるのが特徴である。

#### (2) グループ外での集団経験

参加者の背後にはグループ外の集団が潜在しており、グループ外の実際の生活における集団経験(家族・部署・組織・地域など)が持ち込まれる。参加者がその背後に抱えている諸集団の経験である。

### 6. 個人療法とグループ経験の連携・相補

個人治療者とファシリテーター(リーダーなど)が同一の場合〔コンバインド・セラピー〕と両者が異なる場合〔コンジョイント・セラピー, 佐治(1984)のケース研究〕がある。

(1) **EGの参加者が個人療法に紹介される**: ①グループ体験よりも個人療法が適し

ている段階でEGに参加し、個人療法を開始・継続する例。②グループのセッション外で参加者に言われたことに傷ついたり、傷ついたことを個人療法で話して傷つきを和らげる(職場において類似した傷つき体験が起こっていたことがわかる)。

(2) 個人療法中のCIがEGに参加すること：①CIが自発的に参加する(参加したいと言う)こと。現在では、EGに参加する場合は治療者の許可をとることが求められている。②治療者がCIにグループ参加を勧める。CIの個人療法が仕上げの段階で、CIが集団状況でどのように過ごせるか、動けるかを体験する。CIのグループ体験を個人療法の場で振り返り、自己理解や自己課題に役立てることになる。

個人療法とグループ体験を補完することで心理的支援に積極的に活用できると考えられる。またグループの視点をもつことによって、個人療法においてCIが所属している集団(家族、クラス、職場など)を想定し、それを含めて扱うことができる。

(3) 治療者がEGに参加すること：EGはCIの心理的支援・成長に役立つだけでなく、Thとしての研修や個人の人的成長に有効である。PCAでは教育分析／カウンセリングを求めないが、治療者／カウンセラーがEGに一参加者として参加することが奨励される。自己一致の態度を育むために大グループの利用が勧められている(Mearns, 1994)。

公認心理師は、個人療法のみならず、諸グループの理論、方法及び実践活用を理論的・体験的に学び、心理的支援に役立てることが求められる。養成において実際のグループ経験をもつことは必要不可欠と言え

よう。

#### IV グループ臨床家の立場から(西村 馨)

##### 1. はじめに

私に与えられた課題は、「公認心理師がグループ臨床家として働く基盤としてグループ経験が必要である」ということはどういうことか、それはなぜかを論じることである。私はそこに3つの意味を見出している。

一つ目は、**実際のグループの運営の仕方**を知らねばならない、ということである。グループの具体的方法を知ることは心理師として必須であろう。ただ、この点は単なる方法論として学ぶだけでなく、次の点と組み合わせて論じることが有益だと思われる。二つ目は、**グループの中で自分の使い方**を知らねばならない、ということである。心理的支援の中核のプロセスには、自分自身の心で関わることがある。「自分の心で関わる」とは、要支援者の感情に注目し、その感情の表現を促進し、支援者もその感情を受け止めつつ、自分の感情に開かれ、時にそれを開示して、交流を試み、治療的に活用したりすることである。これは、精神分析で言えば、「 $\alpha$ 機能」(Bion)、「メンタライゼーション」(Fonagy)などの概念の示すものであり、ロジャースで言えば、「共感的理解」や「純粋性」と呼ばれる一連のプロセスである。これが「技法」を血の通ったものにする。三つ目は、**組織コンサルテーションが求められる**、ということである。近年、要支援者のグループ力動というだけでなく、施設全体の混乱のグループ力動を理解したいという求めが高まっている。今後、そのような危機を理解

して、グループ力動に介入することがグループ臨床家には一層期待される。

ここでは特に、二つ目、三つ目の事柄について少し述べたい。

## 2. グループ臨床家にとって、感情を用いることの意味

グループにおいては、「今・ここ」での率直な感情を伝えて交流すること、すなわち自分でいることが求められる。セラピスト自身がこの感覚をわかっておかねばならない。感情を出すことはこわいことではない、ぶつかりながら自分を確立していくものなのだ、という感覚をよく知っていないといけない。

AGPA(アメリカ集団精神療法学会)集団精神療法実践ガイドラインに、グループセラピストの機能(働き)がまとめられている。これは、Lieberman, Yalom & Milesの古典的な4機能、すなわち①実行(マネジメント)、②世話(保護、関係維持)、③情動的刺激、④意味帰属(認知)に加えて、新たに次の3機能、⑤グループ規範の確立(グループ全体の風土を耕すこと)、⑥メンバーの自己覚知の拡張(洞察という意味を体験的に拡張すること)、⑦セラピストの透明性と自己の活用(純粋性、自己開示)、が付け加えられている。

現代では、グループセラピーの治療的変化はより体験的なレベルで生じると考えられている。そのため、セラピストは感情的な交流の促進者であることが強調され、感情表現のモデルになることが推奨されている。加えて、セラピストとメンバーという縦関係だけでなく、メンバー同士の横関係での感情交流が展開することがいっそう強

調されている。

近年、期間限定の治療プログラム、「テキストワーク」による心理教育プログラムがグループ介入の中心になりつつある。非常に有効な方法であるが、順調に進めることがよいグループプロセスだという誤解も散見する。だがむしろ重要なのは、それだけでは扱えない心の部分、あるがままの感情交流である。CBTでは、第2世代以降、この「グループを扱うこと」の重要性が認識されるようになってきている。この問題は日本集団精神療法学会でも注目され、論じられている。

現代では、争いをうまく回避することが適応だと考えられがちで、心理的支援を目指す学生でもその傾向が強い。だが、グループ臨床家が自分の心の声を言葉にする練習は、いくらしてもしすぎることはない。なお、グループ体験は、心を使う関わりを訓練する手法、要するに教育分析的体験として以前から高い評価を受けていることを付言しておく。

## 3. 「グループ臨床」の現場で「グループを作る」こと、「グループにする」こと

「グループ臨床」は組織の中で行われることが多い。そこでの「グループ臨床」には、新たな「グループを作る」ことと、既に存在している人間関係を対象に「グループにする」ことの2種類がある。

①「グループを作る」こと：通常小グループであり、治療的、成長促進的、教育的グループをデザインし、マネージすることである。組織の中で行われる際のひとつの特徴として、多職種連携がある。グループ臨床家は多職種スタッフの「グループ」

に入って働ける必要がある。その多職種「グループ」の中でグループ臨床の土壌を耕すこと、例えば病棟に公認心理師が向うき、スタッフや要支援者のニーズを汲み取り、理解を醸成していくことが、グループに結実させるプロセスには欠かせない。

②すでにある人間関係を「グループにする」こと：病院などの組織に関与する支援者が全体となって治療的な人間関係を形成することは、個人療法の成果や、グループ療法の成果をはるかにしのぐパワーを有する。そのためのミーティング、コミュニケーションの全体が、「グループにすることの意味である。

(a)治療共同体：コミュニティ・ミーティングという全員参加の大集団の場を有するほか、共同体全体がグループで成り立っている。(b)適宜の会合：同僚だが、話し合うことのなかった職種間に会合の場を与えたり、人間関係をつないだりするもの。例えば、教員集団、教員+SC+その他の職種+子ども+保護者などの会合が適宜作られることは有意義である。ケースを理解するための専門家会合のニーズも大きい。(c)支援者のグループ：支援者の関係のあり方を健康な、治療的なものにすることが求められている。研修や情緒的サポートが求められることもある。

要するに、要支援者の改善を狙うなら、組織環境全体が治療的でなければならぬ。「グループを作る・立ち上げる」場合に、その下地として、特定職種や多職種のための「勉強会」「研修会」を実施し、病棟全体を開拓するプロセスが求められることもある。それが、組織全体にとって治療的に働くという意義がある。そこには、積

極性、理解力、創造性、ガッツが求められる。そういった組織の階層関係、多職種連携の意味を体験レベル・感覚レベルで身につけることは、臨床の幅を大きく広げる。

とはいえ、それらの実践や研修は容易でない。最も有効な研修法はグループ経験だろう。グループを観察する力だけでなく、自分の感情への感受性もグループ活動をキャッチするアンテナになる。そのため、グループの中で自分や他者の感情を理解する体験を繰り返す必要がある。さらに、そのグループ経験を通して培われた「グループとは良いものだ」という確信は、グループ実践への動機の基盤となるだろう。

#### 4. グループ体験への学生たちの反応

授業の中でのグループ体験での学生の反応を紹介する。

(1) 学部生のための「心理演習」：学部生の「心理演習」という授業の1コマをグループ体験の時間にあてて、臨床的訓練の基礎となること、自己表現体験の機会とした。

「人と感情を分かち合うことの大切さ」「安心感を作り出すことの意味」「ネガティブな感情をぶつけることがなかった」…など、感情を用いて関わることを体験することの意味は非常に大きい。青年期発達を促進する意味合いも大きいだろう。

(2) 大学院生のための授業：グループアプローチ特論といった3～4日の集中講義。理論の講義と体験グループやグループエクササイズを組み合わせて行ったもの。

より専門性が高くなり、モチベーションも問題意識も豊かになってくる。逆に、その大変さに直面する体験になる(「自分の感

情をコトバにできないときのモヤモヤ…。こんなにも苦しいことなのか」「このグループ体験の後、普段から自分の抱いている思いを言葉にするとしたならばどのようなものであろうかと言葉を探す機会が増えた」)。

一学年全体が参加していたりすると、学年集団の関係性、潜在的、顕在的な葛藤がテーマにも発展しうる。配慮も重要だが、感情を語りあうことで、相互理解、自己理解に結び付くこともある。

## 5. 終わりに

グループ臨床家として有意義な実践を続けるためには、資格取得後も継続的な訓練が欠かせない。スーパービジョンにグループ経験が付け加わることで訓練過程はより豊かなものになる。そのようなグループ経験は、訓練のみならず、個人の成長のためにも重要な役割を果たすだろう。今後の充実に期待したい。

## V 家族臨床家の立場から(野末武義)

### 1. はじめに

筆者は、大学院修了後約30年間にわたり、カップル・セラピーや家族療法を中心に臨床実践を行っており、複数の家族メンバーによる夫婦・家族合同面接の形態を基本としている。

筆者自身のグループへの参加体験は、ベーシック・エンカウンター・グループ、Tグループ、サイコドラマ、アサーション・トレーニング、応答構成トレーニング、家族ロールプレイなどである。また、いくつかのグループでトレーナーやファシリテーターを経験し、大学院生や公認心理

師、臨床心理士のグループ・スーパー・ビジョンも行っている。そして、夫婦・家族を対象とした臨床実践を行う上で、グループ経験は非常に重要であり必須のものと考えている。

### 2. 来談者のニーズと臨床家が夫婦・家族と関わる時の戸惑い

近年、様々な臨床現場を訪れる来談者の中には、夫婦・家族に関わる悩みや問題を抱えている人が少なくない。そして、個人面接ではなく自ら夫婦・家族合同面接を求めてくる人が増加しているようである。例えば、夫婦の問題を抱えているが、一方の話を聴くだけでなく、二人の話を公平に専門家に聴いて欲しいという要望や、親子で話し合ってもうまくいかないのに、専門家に間に入って関係を調整して欲しいという要望等である。また、個人面接を継続しているクライアントの家族が、面接担当者に会いたいと言ってくるようなケースや、クライアント個人は肯定的な変化をしているのに、パートナーや家族がその変化を否定的に捉えており、かえって関係がこじれてしまったので面接担当者に会って欲しいと言ってくるケース、さらに面接担当者は母子面接のつもりでいたのに、当日になったら父親も同伴してきた、等である。

このようなクライアント側の要望や変化に伴って、戸惑いや不安を感じる臨床家も少なくないようである。例えば、クライアント個人だけでなく、夫婦・家族と関わった方が良いのかもしれないが、どう関わったら良いか分からないので個人面接しかしないとか、夫婦・家族と会うことでクライアント個人との信頼関係が崩れてしまうの



ではないかという不安。さらには自分自身（臨床家自身）の家族との関係ですら大変なのに、クライアントの家族と会うのはもっと大変ではないか、という声も何度も耳にしてきた。

### 3. カップル・セラピーと家族療法の構造と多方向への肩入れ

カップル・セラピーや家族療法では、夫婦二人あるいは子どもを含む複数の家族メンバーの合同面接の形態をとることが多く、それがセラピストとクライアントの1対1の個人療法とは異なるメリットと難しさにつながっている。

メリットとしては、例えば夫婦・家族の関係がセッションの中で再演されるため、現実生活の中で何が起きているのかを把握しやすく、コミュニケーションや悪循環に直接介入して変化が生じることが挙げられる。また、ふだんの生活で夫婦や家族だけではお互いの気持ちや考えを表現し受け止めることは難しいが、セラピストを介することによってそれが可能になり、相互受容と相互理解が促進される。

その一方で、合同面接に不慣れな臨床家の多くが、同席している複数の家族メンバーに対して「中立的」であらねばならぬと考え、結果的に誰とも信頼関係が築けなくなるのが珍しくない。しかし、カップル・セラピーや家族療法では「中立的」であろうとするのではなく、葛藤状態にある複数の家族メンバー一人ひとりに対して積極的能動的に関わり、信頼関係を築くことを心がける。これは多方向への肩入れ（multidirected partiality）と呼ばれる。つまり、夫婦・家族の一人ひとりを尊重して

関わるということであり、最低限来談している家族メンバーや同居している家族に対して、そして可能であれば来談していない家族、離ればなれになっている家族、亡くなっている人、これから生まれてくる子どもを含めて理解し、積極的に関わるのである。

具体的には、それぞれの家族メンバーの気持ち、考え、言い分、立場、価値観などを受容的共感的に聴き、能動的に応答する。そして、他の家族のためにしているささいな努力、貢献、犠牲、我慢を認めてフィードバックしたり、他の家族メンバーの気持ちや考えを理解し受け止められるように、時に通訳のような役割を果たす。また、他の家族メンバーを傷つけるような言動や否定的な影響を及ぼす言動が生じた際には、制止したり、傷つけられたメンバーの体験を代弁することもある。

### 4. 夫婦・家族合同面接で生じる困難とセラピストに求められるスキル

1対1の個人面接とは異なり、複数の家族メンバーがセッションに参加する夫婦・家族合同面接では、以下のような特有の困難が生じる。

- 1) 来談意欲や動機づけの程度、問題についての理解が夫婦・家族一人ひとりで異なる。そのため、問題を解決したい人、自分は変わりたくないが他の家族を変えたい人、離婚すると脅されたので嫌々来た人、自分の責任だと思っている人、自分はまったく問題とは無関係だと思っている人などさまざまであり、それらのすべてをセラピストは理解し受容しなければならない。
- 2) セラピストは複数の家族メンバーに目を配り、セッション中の様子を観察しなけ

ればならない。あるメンバーが発言しているとき、他のメンバーはどのような様子なのかにも目を配り、今ここで何が生じているのかを理解しなければならない。3) セッションの中で夫婦間あるいは親子間の口論など、家族メンバー間の葛藤・衝突・対立が生じることがあり、適切に対処しなければならない。どのタイミングでどのように制止するのか、あるいはその葛藤をどのように面接の中で活かすかを考え対処する必要がある。4) 夫婦・家族が語る内容やセッション中の振る舞いから、セラピストの感情、価値観、偏見が無意識のうちに刺激され、夫婦・家族に対する言語的非言語的な応答に影響を及ぼす。例えば、気づかないうちに特定の家族メンバーに対して批判的な態度を取ってしまうことも起こりうる。

このような困難に対して適切に対処するためには、セラピストには次のようなスキルが求められる。

1) 夫婦・家族一人ひとりの違い(感情・思考・価値観・問題認識・対処方法等)を受容し、共感的に理解し応答するために、「聴く」ということと、「伝える・表現する」ということの両方のスキル。2) 個人の心理内過程だけでなく、家族メンバー間の対人相互過程にも目を向け、介入するスキル。3) 夫婦・家族間の葛藤・衝突・対立が生じたときに、いかにその場にとどまっていられるか、落ち着いて適切に介入できるか。時にセッションをリードし、建設的な対話を促進するスキル。4) 自分自身の感覚・感情をその都度モニタリングし、その意味を考え活用するスキル。

## 5. 夫婦・家族合同面接のスキルとグループ経験

以上のような、夫婦・家族合同面接でセラピストに求められるスキルの最も基本的な部分は聴くということであり、1対1の個人面接のトレーニングで重視されているものであるが、それだけでは十分ではない。家族は最も基本的な社会的集団でもあり、その夫婦・家族との臨床実践において関わる上で、グループ経験は非常に役に立つ。

グループといっても冒頭に挙げたようにさまざまであるが、そこで体験し学べることと家族臨床とは、以下のような点において共通点が見られる。

1) 複数のメンバーの自己開示に耳を傾け、受容的共感的に理解し受け止める。2) 多様な個性を持った複数の個人と同時に関わる。3) グループメンバー間の対話を促進し、相互理解を促す。4) グループメンバー間の葛藤場面に直面し、関わり、建設的に活かす。

これらのスキルは、1対1の面接のトレーニングをいくら積んだところで、習得するにはおのずと限界がある。

## 6. 終わりに

最後に、将来心理臨床家を目指している学部生及び大学院生の教育において、近年ではグループ経験が必須のものとは考えられなくなっているようであるが、筆者はある種の危機感を感じている。それというのも、少なからずの学生が自己と他者との違いが明らかになることを恐れているように思われ、自分が嫌われること、集団から排除されることに対する不安が強いため、対

人関係において表面的な同調・理解・自己開示にとどまっていることが珍しくない。

夫婦・家族一人ひとりの違いを尊重しながら、そこで生じる葛藤や問題と関わっていくのが家族臨床の基本である。それはまた、公認心理師の役割として重視されている多職種連携の基本でもある。今一度、臨床家にとってのグループ経験の必要性を見直す時期に来ているのではないだろうか。

## Ⅵ コミュニティ臨床家の立場から(板東 充彦)

### 1. はじめに

公認心理師カリキュラムの「大学における必要な科目」に「コミュニティ心理学」は配置されておらず、関連科目を通じたコミュニティ臨床の技法の学びは限定的である。コミュニティ心理学の「生態学的視座」「エンパワメント」「ソーシャルサポート」「コンサルテーション」「危機介入」などの概念はコミュニティ臨床を行う基盤となるものであるが、実践現場の複雑さに直面しながら臨床家として機能できる方法を提示するに十分とは言い難い。公認心理師の職務に「チームアプローチ」「多職種連携」「地域連携」「コンサルテーション」「予防」等のキーワードは登場するものの、養成課程における実践技法の学びには課題がある。このような現状を踏まえて、筆者の問題意識として次の2点を提示する。

1) 社会貢献を求められる国家資格となったのにも関わらず、社会(面接室の外)との関わり技法の修得が視野に入っていない。2) コミュニティ心理学は有益な概念を多く含んでいるが、コミュニティ臨床の現場における実践的な関わり技法は必ずし

も明確ではない。

これらの課題を乗り越えるために、養成課程におけるグループ経験とその技法の修得が必要であると筆者は考えている。筆者の臨床実践と教育事例をもとに、コミュニティ臨床の学びについて考えたい。

## 2. コミュニティ臨床実践

(1) ひきこもりの地域支援：筆者は地域において、「勇気を出してセルフヘルプ・グループ(以下、SHG)を訪れるが、グループに所属できない」ひきこもり者たちへの支援を模索した。ひきこもり者にとってSHGは重要な居場所だが、そこで疎外感を抱いて再びひきこもってしまうこともある。このような問題意識から、筆者は自らサポート・グループを運営するのと並行して、ひきこもりSHG代表者が定期的に集う「代表者会議」の実践を行った(板東, 2008)。次の諸点が検討された。①専門家によるSHGへのコンサルテーションの困難さ(SHGの援助機序を壊す可能性)。②自らサポート・グループを設立することで、「地域のグループ代表者」という同じ立場を得ること。③SHG代表者は、支援者と当事者という2つの特徴をもつこと。④筆者はSHG代表者たちをカウンセリングする立場にはないこと。⑤(健全な)専門家同士の地域連携と同じようにもできないこと。⑥必要に応じてサポートしあえる地域ネットワークの構想。

この実践を通して、コミュニティ臨床を行う際に下記の視点を得る必要性・有効性を指摘できよう。①関わりの際における自分と相手の立場・役割、及び関係性を捉える視点(グループ構造の理解)。②自分が周

囲の人々や場に与える影響を捉えること。

③「支援する者-支援される者」という「医療モデル」とは異なる、「地域で共に生きる者」であるという“コミュニティ・モデル”の概念。

(2) 学校区支援：筆者は、実子の通う学校でPTA会長の役職を務めた経験がある。これは公認心理師としての実践ではないが、私たちがコミュニティに関わる際のグループ経験の必要性を確認する例として提示したい。

コミュニティ臨床は、支援者と対象者の関係性が必ずしも明確ではなく、支援の過程で様々な体験に巻き込まれながらアセスメントが進む。心理臨床家は、個人の心理的反応とともに、地域に存在する複数のグループで生じる集団力動を捉えることができる。また、戦前の「母の会」からの伝統や戦後の混乱期におけるPTAの社会的ニーズとその後の変遷を捉えることも重要である(岩竹, 2017)。

この実践を通して、コミュニティ臨床を行う際の視点として下記を指摘できよう。

1) 集団の“境界”を見て、コミュニティをグループの連動の視点から捉えること。  
2) 集団力動を把握し、場への自分の影響と相互作用を捉えること。  
3) 自分の価値観を踏まえた心理的反応(強制加入制度への批判や疎外感から生じる怒り感情等)を捉えること。  
4) 支援の“技術”に加えて“人間性”が機能するという視点。

3. 教育実践：上記のように指摘した諸点を学ぶためには、公認心理師養成課程におけるグループ経験が必須であろう。これらを踏まえて行っている筆者の教育実践を次に述べる。

(1) 臨床心理学演習学部3・4年ゼミ(テーマ：コミュニティ心理学)：「私たちのすぐ身近にコミュニティはある」ことの意識化を学びの重要事項として捉えている。ゼミ活動を通して実際に支援の現場に関わることのみならず、その過程における同級生との協力を通じて学生自身が体験することが臨床である、ということの意識化である。そのために、リアクション・ペーパーで毎回ゼミでの体験の言語化を図り、翌回のゼミでフィードバックをする。臨床心理学の学びが身近な集団との関わりでの健全化に寄与することの体得を目指している。

(2) 家族関係・集団・地域社会における心理支援に関する理論と実践(大学院科目)：当授業は、①家族療法/システムズ・アプローチ、②グループ・アプローチ、③コミュニティ・アプローチがテーマとなっている。理論的解説と架空事例が掲載されている布柴・板東編著(2019)をテキストとし、講師による各テーマの理論的解説と、計9つの事例検討を行った。架空事例に登場する心理専門家と自身を重ね合わせることによる現場感覚の醸成と、教室での事例検討を自由闊達に行うことを通じた情緒的体験を目指した。実際に、自由度高く展開されるディスカッションを通じて、自身が通った高校の制服や校風についての気づき等が得られ、グループ経験による自己相対化が進んだ。

(3) 臨床心理学特論(大学院科目)：公認心理師科目ではないが、文献購読とディスカッションを中心に進めている科目である。学期最終回に、授業の振り返りとしてエンカウンター・グループを行った。沈黙からスタートし、まずは授業の感想が語ら

れる展開となった。その後、入学後半年間のつらさや、(臨床を学ぶ立場としての)自分のパーソナリティについての語りなどが見られた。学生は多忙なカリキュラムのもと、強い情動的反応を抱えながら学生生活を行っており、その一端がグループに現れることとなった。

一学年10~15人ほどで構成される当大学院において、2年間を通して授業内外で集団体験を重ねる過程がグループ経験の蓄積となる。教育者はグループ臨床の視点よりこのダイナミズムを捉えるとともに、授業ではある程度の構造化を図ってグループ経験の意識化と言語化を進めることができる。

#### 4. まとめ

個人カウンセリングと比べ、コミュニティにおける関係性は複雑である。個人の心理的反応を捉えることを基礎としつつも、集団場面において生じる反応と相互作用を捉えるために、グループ経験は必須である。また、コミュニティの治療構造は弱く、生活人としての人間性が顕現し、また機能する場でもある。生活人としての意識化を図るためにもグループ経験は有効である。

以上のように述べた問題意識と実践から、コミュニティ臨床におけるグループ経験の必要性として、下記4点の獲得目標を提示したい。

1) 他者との関わりを通じ、価値観の相対化を図ること。2) 「グループ」の存在と構造を知ること。3) 人との関わりから生じる自分の心理的反応、他者への影響、及び集団力動を捉えること。4) “自分らしさ”を捉え、素朴な関わりによる貢献と

その限界を知ること。

#### VII 指定討論者として思ったこと(野島一彦)

4人のシンポジストの発表を聞き、やりとりをして思ったことは次のようなことである。

①各シンポジストの豊富なグループ経験：各シンポジストは自分のグループ体験を具体的に語ってくれた。それぞれに違ったグループ経験をしているが、それらの体験が豊富であるということは共通している。自らが豊富なグループ体験をしているということがあるので、心理臨床家のグループ経験の必要性を語るにあたって、迫力が感じられた。

②グループ経験の意味：グループ経験をすることがどのような意味を持つかについては、おおきく2つのことが指摘されていた。1) 自分自身の自己理解を深め感性を磨くというような形で自分の成長に役に立つということである。2) メンバーとメンバー、メンバーとリーダーやファシリテーターとの間の関係について学ぶとともに、グループ全体の動きについても学ぶという形でグループ場面への理解を深めるのに役に立つということである。

③多くの院生はグループ経験に慎重：院生は個人アプローチとともにグループアプローチがあることは知識としては知っており、ある程度の関心も持っているが、グループ経験をすることにはかなり慎重である。その背景には人とぶつかることを避けたいという強い気持ちがあるようだ。しかし、心理臨床家はこころの専門家として被支援者との深いこころの交流をすることが

求められることも多い。それだけに、グループ経験をする事で人と深く関わることを恐れないようにすることが必要ではなからうか。

④学内の日常教育でのグループ経験：グループ経験が必要だと言う場合、学外のワークショップ等への参加ということも考えられるが、学内の日常教育でもいろいろな形でグループ経験の場があることに改めて気づかされた。1) 授業のなかでグループ経験をする時間を導入するという事である。そのやり方としては、授業の数コマ(一部)にそれを導入することもできるし、半期全体に継続的にそれを導入することもできるし、集中講義として集中的にそれを導入することもできる。2) 教員が担当するグループ臨床の場に、陪席をさせるということでグループ経験について学ばせることができる。3) ケースカンファレンス(グループ場面)をグループ経験の場として考える。一般的にはケースカンファレンスをグループ経験の場として意識化することはあまりなされていないと思われるが、担当教員がそのように意識化して関わっていくことでグループ経験をさせることができるように思われる。

⑤学外のグループ経験を勧める際の留意点：院生に学外のグループ経験を勧める際には、単にパンフレット等で情報を伝えるだけではなく、かなり丁寧な説明とすることが必要であると強く思った。学外のグループ経験したことがない院生は、グループに関心はあるものの不安やある種の怖さも持っているため、丁寧な説明をして安心感を感じないと参加しないように考えられる。

## VIII 付記：公認心理師養成におけるグループ経験の必要性に関するメモ(岡村達也)

臨床心理士誕生を画した日本臨床心理士資格認定協会監修『臨床心理士になるために』(1988)には、「臨床心理士教育・研修規定別項」が掲載されていた。その第2条は、公認心理師にはない「資格更新制度」を規定している。「臨床心理士は、その資格認定を得た日より起算して5年目の最初の年度の発生する以前の期間中に、次に挙げる研修に関する事項のいずれか2種以上をみたしていなければならない」(第1項)。

そして、8号から成る「研修に関する事項」を挙げ、その第4号に、「スーパーヴァイザー経験、またはスーパーヴァイジー経験、ないし臨床グループ経験」を挙げ、臨床心理士の教育・研修の1つとして、「臨床グループ経験」が明記されていた。第2項第3号は、「臨床グループとはエンカウンター・グループなど……臨床心理士の教育研修に役立つ臨床経験のための会合をいう」とし、これを受けて、同書の第3章「臨床心理士に期待される学習課題」第2節「臨床心理面接技法を中心に」第1項「その枠組み」(小川、1988)の第2項目「実習とスーパーヴィジョン」の中で、「臨床グループ」について、次のように記されていた。

曰く、「実際に面接を行ってゆくのに際して、望まれることは、治療者は……自分自身のあり方を含め、専門家としての自己の感性を深く掘り下げてみる必要がある(体験学習による自己訓練)。前述の規定……では、「臨床グループ」とはエンカウ

ンター・グループなど……臨床心理士の教育研修に役立つ臨床経験のための会合となっているが、そこで参加者ないし実施者として自己の対人関係の様式などを一定期間みつめ、自己の問題点その他を把握することが肝要である」(p.45)。

わが国初期における「カウンセリング・ワークショップ」(1955年開始)の流れを受けたものとも見えるが、治療ツールとしての自己の陶冶に関する一方法の明示として、画期的なことと思われた。

臨床心理士養成テキストを期した『臨床心理学大系(全16巻)』(小川・鑑・本明, 1990)でも、『臨床心理学全書(全13巻)』(下山, 2003)でも、これは生きていた。

ところが、『公認心理師カリキュラム等検討委員会報告書』(2017)にも、『新・臨床心理士になるために 令和2年版』(2020)にも、養成カリキュラムとして、その姿はない。

また、『報告書』の結果としてか、公認心理師養成テキストを期した『公認心理師の基礎と実践(全23巻)』(野島・繁樹, 2018-2021, 遠見書房), 『公認心理師分野別テキスト(全5巻)』(野島, 2019, 創元社), 『公認心理師実践ガイダンス(全4巻)』(野島・岡村, 2019, 木立の文庫), いずれにも、養成カリキュラムとしてのその姿はない。

ここで問題である。(1)グループ経験は公認心理師養成に不要なのか?——否, むしろ必要である。「治療ツールとしての自己の陶冶」に限らず, 技法学習(の場)としても, 絶対的に必要である。(2)どのような意味において必要なのか?——4人の話題提供者は, それぞれの臨床モダリティにおけ

る(実践)経験や実践家養成経験を通して, その必要性を述べ, かつ, 考察している。(3)それはどのような形で実現されるのか, されているのか?——同じく, それぞれの臨床モダリティの実践家養成の経験から, その理念や具体的取り組みが示されている。(4)公認心理師カリキュラムにどのように位置づけられるべきか?——まず, その必要性が, 明示される必要がある。そして, 4つの話題提供の中にある提言や試みは, その内実に向けて有力な示唆を与えている。

(本論文に関して, 開示すべき利益相反事項はない)

## 文献

- 公益財団法人日本臨床心理士資格認定協会 (監修) (2020). 新・臨床心理士になるために 令和2年版 誠信書房
- 厚生労働省(2017). 公認心理師カリキュラム等検討委員会報告書
- 日本臨床心理資格認定協会(監修) (1988). 臨床心理士になるために 誠信書房
- 野島一彦(監修) (2019). 公認心理師分野別テキスト(全5巻) 創元社
- 野島一彦・岡村達也(監修) (2019). 公認心理師実践ガイダンス(全4巻) 木立の文庫
- 野島一彦・繁樹算男(監修) (2018-2021). 公認心理師の基礎と実践(全23巻) 遠見書房
- 小川捷之(1988). III 臨床心理士に期待される学習課題 2. 臨床心理面接技法を中心に I その枠組み 日本臨床心理士資格認定協会(監修) 臨床心理士になるために(pp.43-46) 誠信書房

小川捷之・鎌幹八郎・本明寛(編)(1990).  
臨床心理学体系13 臨床心理学を学ぶ  
金子書房〔野島一彦は、第4章「心理  
療法の理論と技法をどう学ぶか」第7  
節「グループ・アプローチ」、岡村達  
也は、第5章「心理臨床家の経験」第  
2節「グループ経験」を記している。〕  
下山晴彦(編)(2003). 臨床心理学全書4

臨床心理学実習論 誠信書房〔下山晴  
彦は、第1章「臨床心理実習の理念と  
方法」で、上記の線で記しており、平  
木典子は、第6章「臨床心理面接演習  
2 家族・集団」で、「グループ体験」  
「体験グループ」として明示的に取り  
上げている。〕