特定非営利活動法人　九州大学こころとそだちの相談室

第37号

発行日　2019 / 3 / 19

こだち　News

巻頭言

目次

杉原保史先生
公開SVのご報告　2

研修会・受賞・
助成のご報告　3

掲示板　4

2018年度の事務局

事務局の体制は
以下の通りです。

理事長：黒木　俊秀
顧　問：田嶌　誠一
　　野島　一彦
専務理事：
　　金子　周平
心理臨床部長：
　　阪木　淳子
事務局長：
　　梅野　彰
事務局員：
　　諫山　千絵
　　金子　光代
　　栗田　彩加
　　齊藤　友佳子
　　田原　知子
準事務局員：
　　堀江　和正
　（五十音順）

どうぞよろしく
お願いいたします

心理療法における「肯定的な関心」をめぐって

京都大学　教授
杉原　保史

心理力動的な心理療法におけるセラピストの態度は、かつては「外科医のような冷静さ」「中立性」「職業的な距離」といった概念に導かれていた。しかし近年、より積極的に共感を表し、肯定的に関わっていく、力強く温かな態度が推奨される動きが強まっている。最先端の心理力動的な心理療法である加速化体験力動療法（ＡＥＤＰ）も、循環的心理力動アプローチも、セラピストがクライエントの強さを積極的に取り上げ、肯定することを重視している。温かな共感的コメント、肯定的なリフレーミング、クライエントのささやかな自助努力や小さな肯定的変化の承認など、肯定的なメッセージを力強く伝えることが、セラピーの作業を促進する上で大事なことと考えられている。

とはいえ、カール・ロジャースは、60年以上も前に「無条件の肯定的関心」をセラピストの基本姿勢の特徴の１つとして提唱していたことは、心理療法家であれば誰でも知っていることだろう。クライエントに肯定的な関心を寄せることの重要性は、特に目新しいこととは感じられないかもしれない。しかしなお、私の印象では、多くのセラピストの実践において、クライエントへの肯定的な関わりは、力強さに欠け、おっかなびっくりであることが多いように感じられる。

さらに注意を喚起しておきたいのは、クライエントは、非常にしばしば、セラピストの肯定的なメッセージを素直に受け容れることに困難を示し、防衛的に反応するということである。そうした防衛的反応に繊細な注意を向けることが大事である。それらはセラピーを進める上で貴重な材料となることが多いからである。肯定的なメッセージを発信したら、「今の私の言葉を聞いて、どんな感じがしましたか？」と尋ねることが役に立つだろう。セラピストの肯定的な言葉を全面的に否定する反応が返ってくることもあるし、受け容れることへの葛藤が語られることもよくある。そうした反応を探索する際には、「あなたにとって今の私の言葉を素直に受け容れるのはどんな感じがすることなのでしょうか？」という質問が有用である。多くのクライエントにとって、相手からの肯定的関心をオープンに体験することは、切望していることでありながらも、居心地の悪さや不安感を伴うことなのである。

同じことはセラピストの側についても言える。多くのセラピストが、クライエントからの肯定的なメッセージに防衛的な反応をしがちである。セラピストを深く信頼し、セラピストの支えに感謝しているクライエントが、その気持ちを表現したとき、しばしばセラピストは「いえいえ、私は大したことしていませんよ」などとその気持ちを受け取るのを辞退する。セラピストが肯定的関心を受け容れるモデルを示すことができないなら、クライエントに肯定的関心を受け容れるよう促進することは困難になってしまうだろう。

当法人設立12周年記念
「杉原保史先生　公開スーパーヴィジョン」のご報告

2019年2月3日、九州大学西新プラザ大会議室において、杉原保史先生（京都大学教授）を講師にお招きし公開スーパーヴィジョンを開催しました。事例提供は小林里華先生（九州大学こころとそだちの相談室専従相談員）でした。当日は杉原先生の持っておられる柔らかい雰囲気に会場全体が包まれる中、参加者全員が真剣にスーパーヴィジョン(以下SV)を見守っていました。

SVを始める前に杉原先生から小林先生のベースにある理論や学派について尋ねられました。そして、杉原先生は単一学派志向のアプローチに留まらず、心理力動論をベースとした“いいものは取り入れていく”という統合的アプローチのスタンスをとっているとお話がありました。まず各々のスタンスを確認されていて、杉原先生の柔軟な姿勢や相手を大切にする丁寧さを感じるスタートでした。

また、過去の傷つき体験から視線が合わないクライエントに対して、視線の合わなさをいかに取り上げて介入するか、はっきり言語化して認識して治療同盟を作るか、ということが話題となり具体的な声掛けや方法について教えてくださいました。セラピスト側がクライエントからキャッチしたことを活用し、治療に活かしていくことの大切さを改めて気づかされ、また丁寧に問題に介入する勇気を杉原先生からいただいたようなお話でした。

SVの終盤ではクライエントとの関係性にも触れられました。クライエントから肯定的な関心を寄せられているときにセラピストが防衛的に反応してしまうことが意外に多いと言及されました。セラピスト自身の課題やクライエントの肯定的な感情を受け取りどのように取り扱うか。カウンセリングの中で再現されるクライエントの対人関係の持ち方についてモデルを示すこと、それを一緒に体験をすることについての重要さを示されました。

杉原先生の教えは一つ一つ細やかでいて自由自在で、セラピーを実践していく上で胸に止めておきたい様々なヒントが沢山あり、“時間が足りなかった”と参加者から声が上がるほど充実したSVとなりました。

～公開スーパーヴィジョンの感想～　小林里華先生(九州大学こころとそだちの相談室専従相談員)

この度は、貴重な機会をいただき、杉原先生、こだち関係者の皆様に、感謝申し上げます。当日は、杉原先生とフロアの皆様に見守られながら、事例発表をさせていただきました。対人不安から視線を合わせられないクライエントには、カウンセリング場面で“視線を合わせても怖くない体験”をしてもらうという話がありました。私自身、対談中は杉原先生と視線が合い続けていましたが、不思議と緊張せず入り込んでいきました。杉原先生のあたたかくも真剣な眼差しの中、私自身の課題に向き合うことができたように思います。これからの臨床の在り方を考えていく上で、大変刺激になるスーパービジョンでした。ありがとうございました。

◆第13回定時総会特別企画　岩壁 茂 先生 講演会
「修正感情体験ー心理療法における変容のメカニズム」

日　時：2019年6月2日(日)13:00～14:30(12:30開場)
会　場：九州大学西新プラザ　大会議室
講　師：岩壁　茂先生（お茶の水女子大学大学院人間創成科学研究科准教授）

◆教育領域研修会「学校での発達障害児童生徒の理解と支援を体験的に学ぶ
～教員とのコンサルテーション・保護者対応」

日　時：2019年6月23日(日)10:00～17:00
会　場：九州大学西新プラザ　大会議室
講　師：増田　健太郎　先生（九州大学大学院）

※詳細はこだちHPをご確認ください

WISC・WAIS研修会のご報告

2018年12月9日（日）、山口大学教育学部教授の木谷勝秀先生をお招きして、「読みとる、活かすWISC・WAIS研修会」が開催されました。昨年より発足したこの研修会は大変ご好評をいただいており、今回も参加募集の開始とともに、すぐに定員に達しました。

今回は、基本的な解釈から神経発達障害、感覚障害などを絡めた検査結果の読みとり方についてのご講義をいただいた後、3名の先生からの事例発表の時間を設けました。

先生のお話しされた「検査も面接の一環であり、検査を通してクライエントの24時間の生活を想像し生活史を読み解いていく」という視点は、クライエントへの今後の支援を考えていく上でも非常に大切なものであると感じました。

心理検査を通してクライエントの生きにくさの背景をいかに把握し、クライエントが自分らしさを大切にしながら生活を送るために検査者やセラピストが何に寄与できるか、改めて考えさせられる貴重な時間であり、ご経験の長い先生から学生の方まで様々なキャリアの方々にご満足いただけた研修会となりました。

2019年度は、受講者の皆様のご要望を受け研修を2回に増やし、基礎編・実践編に分けて実施予定です。今回ご参加いただいた方も、興味を持たれた方も、ぜひ皆様のご参加をお待ちしております。

精神医学講座のご報告

2019年2月17日、三木浩司先生（小倉記念病院）をお招きして精神医学講座を開催しました。精神医学講座は毎年ご好評いただいており、6回目を迎えました。今年度のテーマは「コメディカルにも知っておいて欲しい精神科の薬のこと」でした。

第1部では三木先生によるご講義が行われ、精神科の薬の基礎知識、歴史、現場での実際など幅広くお話しいただきました。「薬は自己治癒力を引き出すために使う」というお話が印象的でした。

第2部では事例検討を行いました。事例提供は髙橋智子先生（福岡県精神医療センター太宰府病院）でした。発表の合間の三木先生と髙橋先生のやりとりがあたたかで、薬のことだけでなく、多くの気づきが得られる時間となりました。カウンセリングでの“力をゆるめてあげる”やりとりについてのお話が大変印象的でした。

参加者アンケートより、「基礎的な知識を実例、データ、経験を交えて教えていただき、とてもわかりやすかった」などのお声が寄せられました。満足度が非常に高く、充実した学びの時間となったことがうかがえました。今回キャンセル待ちのお申し込みも多数いただいたため、2019年度は定員を増やして実施予定です。参加したことのない方も、リピーターの方も、皆様のご参加をお待ちしております。

2018年度受賞・助成のご報告

◆平成30年福岡県精神保健福祉事業功労者として福岡県知事から表彰を受けました。今後も地域の福祉増進に尽力してまいりたいと思います。

◆今年度は公益財団法人損保ジャパン日本興亜福祉財団の助成を受け、居場所活動「ここりーと」と不登校児童生徒の親の会「ここあん」を助成いただきました。広報活動を強化したため、これをきっかけに、カウンセリングや家庭学習支援に興味を持ってくださった方もおられます。広報の重要性を感じました。

◆福岡市NPO活動推進助成金で家庭学習支援事業をご支援いただきました。家庭学習支援員が研修会に積極的に参加できるようにし、支援員の資質向上に力を入れています。

◆愛恵福祉財団からはWISC-Ⅳの購入を全額助成いただきました。カウンセリングルームこだちを利用中の方は、各相談員が必要と判断した場合、各種心理検査を行うことができます。検査の内容や金額は事務局にお問い合わせください。

◆マツダ財団の研究助成で「発達障害を有する児童生徒への家庭学習支援における効果的な支援方法の開発」を研究しました。家庭学習支援員がどのような困難を抱え、解決しているのかを分類し、モニタリングシートを作成しました。各支援員が自身の活動を振り返り、保護者面接担当者とも共有するツールに、また支援員と事務局員が行うシェアリングに活かしていきたいと思っています。

掲　示　板　　こだちよりお知らせ

ここりーとのご案内

ここりーとは活動開始から11年を迎えました！

居場所活動「ここりーと」は安心して過ごせる場がない子どもに、安心してマイペースに過ごせる場所を提供することを目的とした活動で、現在は毎週金曜日の13:00から16:00まで活動しています。

学校や外の世界で上手くいかず、お家にこもってしまったけれど、少しずつ元気になってきたお子さん、でも人と関わることがまだ怖いし、学校に行くのはまだ無理というお子さんたちに家以外のどこかで社会と繋がる場があればと考えたのが設立の趣旨です。

ここりーとは2008年に開始してから今年度で11年を迎えました。現在は3名のメンバーと3名のスタッフで活動しています。2018年度は公益財団法人損保ジャパン日本興亜福祉財団の助成を受け、無料体験会を3回行い、広報活動に力を入れました。季節ごとにイベントをしたり、誕生日会などを行ったりしています。その企画をメンバーとスタッフが話し合って決める過程も大事にしています。

あるメンバーが「ここりーとでまってまーす」と書いたポスターを自分で考えて描いてくれました。ホームページでもこのポスターや活動内容について紹介しています。今後も更新していきますので、ぜひご覧ください。

また、ここりーとについて関係機関の皆様に広報いただき、興味を持たれた方がおられましたらご紹介、お問い合わせください。

（写真左上がポスター、右下奥が2011年製作のポスト、手前はメンバーとスタッフで飾ったクリスマスツリー）

○入会のご案内

こだちは今年で12年目を迎えます。地域に定着した心理臨床サービスを継続するには、収支の安定が求められます。NPO法人の会員となって私たちの活動を支えていただけると幸いです。会員になっていただける方はぜひこだちまでご連絡ください。なお、会費は１年毎の更新制です。よろしくお願いいたします。

会員（ひとロ5,000円）：臨床心理士・公認心理師（予定）
・医師その他対人援助に関わる方（定款参照）
学生会員（ひとロ1,000円）：学部生・大学院修士課程
賛助会員（個人：5,000円・団体：ひとロ10,000円）

○ご支援のお願い

当NPO法人では会員以外の方からも、ご寄付をお待ちしております。関心や興味をもたれた方はぜひご連絡ください。

交通のご案内

地下鉄でお越しの方

福岡市営地下鉄空港線西新駅下車後
７番出口より徒歩にて約１０分

特定非営利活動法人　九州大学こころとそだちの相談室

〒814-0002
福岡市早良区西新2-16-23　九州大学西新プラザ内　産学交流棟

TEL　092-832-1345　　FAX　092-832-1346