

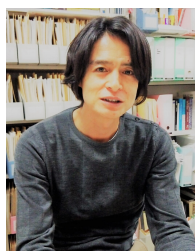


NOV. 2019  
ISSUE NO. 39

# こだちNews

特定非営利活動法人 九州大学こころとそだちの相談室

<https://www.codachi.org>



## 巻頭言

## 心理療法における感情の作業

お茶の水女子大学 基幹研究院 教授  
岩壁 茂

多くの心理臨床家は、面接においてクライアントの感情体験を促進することの重要性を、身をもって体験している。そしてクライアントの感情を心理面接の中で効果的に扱うにはどうしたら良いのかということを知りたがっている。しかし、それは共感する、表すのを手伝う、寄り添う、受けとめる、というような曖昧で一般的な対処法で片付けられてしまうことが多い。どの瞬間に、どんなふうに声をかければ良いのか、寄り添うことが具体的にどんな行為を意味するのか、寄り添うことで何がどう変わるのか、という疑問が残るだろう。また、それがどんなプロセスを経て、もともとあった感情的痛みを和らげ、感情的傷の「解決」に至るのかという流れや到着点が見られることは少ない。感情は重要であるという認識はあるが、その理解はぼんやりとしたままになってきた。人間的な感情であるからこそ、あたたかく受け取ること、そしてその自然な流れを妨げたり、操作しないことの重要性がただ強調される傾向にあった。納得できなくないが、いくらか「感傷的」な感じもする。

近年の感情に焦点を当てる心理療法では、面接における感情変容の場面のビデオを何度も見直し、鍵となる介入やクライアントの部分的到達点を明らかにすることによって、感情への「介入」を実証的に、系統的に示している。たとえば、「寄り添う」ことが有効なのは、クライアントが屈辱的な思いをしたり、希望を失っているときなど、深い感情的傷つきが顕著なときである。そんなときは、体験の探索や「深める」ことよりも、ただ感情的苦痛のもっとも恐ろしい部分にクライアントのペースで降りていき、痛みの底にふれることが必要である。周りの人を責めるような怒り、次々と浮かんでくる不安はまた異なる介入を系統的にしていくことができる。

感情は声の質や表情にもっとも顕著に表され、臨床家はそれを肌で感じる。しかし、感情は人間的なプロセスだからとにかく一緒に感じれば良いということでもない。頭でも理解する必要がある。考えることを感じることの両方を必要とするとても系統的な作業である。感情に効果的に介入することを学ぶには、面接の録画を振り返ることがもっとも近道である。感情の動きを観察して、今ここで動いていることに気づけることから介入の幅が広がるはずである。

## 目次

|                    |    |
|--------------------|----|
| 特別講演会のご報告          | -2 |
| 各種研修会のご報告          | -3 |
| 研究協力者・共同研究者募集のお知らせ | -4 |
| 研修会・講演会のお知らせ       | -5 |
| こだち新ロゴのご紹介         | -6 |

## 第13回定時総会特別企画 岩壁 茂 先生 特別講演会 のご報告

2019年6月2日(日)にお茶の水女子大学教授の岩壁茂先生をお招きし、「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13回定時総会特別企画」として、特別講演会「修正感情体験—心理療法における変容のメカニズム」を開催いたしました。

当日はおおよそ100名の方にご来場いただき、大好評をいただきました。



先生は『感情』という言葉は何度も丁寧に用いてお話されました。まずは、感情についての先入観や誤解について話題にあげられ、怒りや悲しみをコントロールできることが良いことかという点と必ずしもそうではないこと、また、感情を喚起するのは危険であり、感情をコントロールできなくなるという思い込みについて問題提起されました。参加者にとっては、それぞれの臨床における感情の取り扱い方、自身の感情の捉え方を振り返り、熟考する機会となったと思われます。

中盤からは実際のセラピーの映像を見せていただき、感情が蘇り、変化する瞬間を、クライアント及びセラピストの表情や声の調子、言葉の紡ぎ方、やりとりの間や雰囲気から体感することができ、「修正感情体験」とはどういう体験かについて理解を深めることができました。「感情を扱う」とは感情について話すだけではなく、体験すること自体を扱うということが先生のお話からも映像からもダイレクトに伝わってきました。まずは感情を十分に感じ取るということがあって、体験の意味を理解することができるということ、ネガティブな感情の体験、表出を基礎として他の感情に発展していく様子も学ぶことができました。なお、先生のご専門の一つがプロセス研究ということもあって、映像を通じた研究法にも興味を抱いた参加者も多かったのではないかと思います。

### 参加者の感想

実際の面接場面を映像で見ることができて良かったです。  
先生のわかりやすい解説を拝聴できて  
とても貴重な時間でした。

日々取り組んでいる面接で起こっていたことについて、  
“こういうことだったのか”と理解するための  
枠組みをいただいたように思います。

## 各種研修会のご報告



### 心理職なら知っておきたい基礎知識ABC .....

今年度より心の専門家としての国家資格「公認心理師」が生まれ、社会の心理職への期待とニーズはさらに増えています。こうした潮流を受け、こだちでは心理職として押さえるべき基礎を今一度確認する研修会として「心理職なら知っておきたい基礎知識ABC」と題し、2回シリーズの研修会を開催いたしました。

昨年公認心理師資格を取得した方、また今年新たに公認心理師を受験する方、さらにはすでに現場で活動している臨床心理士など、のべ45名が参加しました。

#### 第1回

「心理職の倫理・職責と法律」

日時 2019年6月15日（土）

講師 市丸健太郎先生(不二法律事務所・弁護士)  
金子周平先生(九州大学・臨床心理士)

#### 受講者の声

- 法律は切り離せないと思うので、法律という観点から学べて良かったです。
- 普段聞けない職種の先生から、心理の立場について理解いただいている上での講義を聞けてとても勉強になりました。原則と現場の実情を教えてもらえて、イメージしやすかったです。
- 昨年の試験前にお話を聞きたかったなと思いました。今回はおさらいができました。

#### 第2回

「心理職に知っておいてほしい

こころとからだの相関」

日時 2019年6月29日（土）

講師 黒木俊秀先生  
(九州大学・精神科医・臨床心理士)

#### 受講者の声

- 基本的な脳に関する話、神経系に関する話、各疾患についての話、いずれも分かりやすく拝聴させていただきました。
- 基礎知識として学ばないといけないけど自主学習するには気持ちが向きにくい医学的な内容を分かりやすく教えていただけて良かったです。

### 事例で学ぶテストバッテリー .....

高橋靖恵先生、中園照美先生を講師に迎え、例年ご好評いただいております「事例で学ぶテストバッテリー」研修会の1回目が2019年9月1日(日)に開催されました。高橋先生によるテストバッテリーの講義を交えながら、参加者の方は1つの事例で実施された心理検査（文章完成法、バウムテスト、ロールシャッハテスト）のスコアを見ながら各グループに分かれてじっくりとディスカッションを行いました。



今回の研修会では、リピーターの方はもちろんのこと、初学者の方や、投影法を日頃実施する機会が少ない方も多くご参加いただきました。心理検査を実施する上で重要な点や、クライアントとの向き合い方について多くの学びにつながったというご意見が多く寄せられ、参加者の方にとって実りの多い研修会になりました。

次回は2020年1月26日(日)に開催予定です。定員まで残りあとわずかですので、関心を持たれた方は是非お早めにお申し込みください。



## 自閉症スペクトラム障害のアセスメントと支援 .....

例年の研修会に寄せられる皆様の感想より、発達障害のアセスメントを学びたいというニーズがとても強いと感じられましたので、2019年6月16日(日)、新しい試みとして、名古屋学芸大学講師の浜田恵先生をお招きし、専門職向けと一般向けの講演会を行いました。一般向けの研修のコンセプトは、保護者や子どもと日常的に関わる人に行動を理解する基本的な視点を持ち帰って欲しいというもので、専門職への研修としてのコンセプトは、自閉症スペクトラム障害支援の最前線であるSPACE、JASPERについて専門的に学びながら、保護者などの日常的に関わる方にどのように伝えたら良いのかを体験的に学ぶというものでした。



前半は“自閉症スペクトラム障害の早期アセスメントと支援—SPACEの実践とJASPERプログラムの紹介—”として、臨床心理士、特別支援教育や療育に携わる支援者、公認心理師を対象として行われ、約60名の方と一緒に学びました。浜田先生は、UCLAで開発された自閉症スペクトラム障害幼児の支援技法JASPERや評価法SPACEの実践を保育園や発達支援センター等で行っておられ、その実践映像を見て、評定まで行うという大変充実したプログラムでした。まず、JASPERの目標について遊びを通して、他者と物事を共有する力(共同注意)を促進し、遊びの多様性を増やすと同時に相互的な関わりの中で自発性のある関わりを伸ばすことだということを整理され、その段階やスキルの分類についてわかりやすくご説明いただきました。SPACEで用いる遊び道具もご持参いただき、そのポイントを伝えていただきながら、参加者が現場で用いることができるように話していただきました。参加者の感想には、「実際の映像を見ることができて大変わかりやすかったです。」「とても実践的な内容で、全てはできないにしても部分的にでも取り入れられそうなエッセンスが満載でした。今後役立てていきたいと思います。」といったものがありました。



後半は“子どもの行動の理解とほめ方のコツ—ペアレント・プログラムから学ぶ—”というタイトルで行われ、前半に引き続きご参加くださった方や、保育士、教員、保護者の方など、約60名の方にご参加いただきました。まずはペアレント・プログラムとは何かご説明いただいた後、自分のいいところを書いて「行動」を捉えやすくしたり、現状把握表を書いて適応行動とは何かを体感させていただいたり、たくさんのワークを取り入れていただき、終始活気がある研修会となりました。参加者の皆様には、「自分で現状把握表を書いてみて、いかに自分の肯定的な面を捉えることが難しいかと実感しました。」「グループで、第三者と話をしながらちょっとずつ変わる感覚がわかりました。」といった感想をいただきました。

なお、この研修会は大阪コミュニティ財団の助成を受けて開催することができました。今後も発達障害のアセスメントに関する研修会を企画していきたいと思います。

### 研究協力者・共同研究者募集のお知らせ

こだちの事業の一つとして「臨床心理学の研究事業」があります。

研究の構想、分析、資料提供等、さまざまな面でご協力いただける方を募集しております。現在以下のようなテーマでの研究を考えております。興味がおありの方は、事務局までご連絡ください。

- ◇小中学校、通信制高校における適応についての研究
- ◇高齢者や高齢者を支援する専門職を対象にした研究
- ◇産業領域でのメンタルヘルス支援に関する研究
- ◇心理療法のプロセスのビデオ評定



## 研修会・講演会のご案内



各種研修会の  
詳細はこちら



### 学びと癒しのボディーワーク入門～身体の声聴いてこころを整える～

動作法のエッセンスを取り入れたリラクゼーションや、その人らしい表現や自発性を大切にする心理劇的ロールプレイングについて、実習を通して(簡単な解説を交えながら)学べる研修会です。



日 時：2019年11月4日（月・祝）10:00～17:00

講 師：古賀 聡 先生（九州大学大学院 准教授）

会 場：九州大学大学院人間環境学府附属総合臨床心理センター 1Fプレイルーム（福岡市西区元岡744）

対 象：臨床心理士(キャンディデイト含む)、公認心理師、医療・福祉・教育関係者、学生、その他健康支援に従事する方

参加費：当法人会員 4,000円 / 非会員 6,000円

定 員：30名程度 ※本研修会は（財）日本臨床心理士資格認定協会の定めるワークショップとして申請予定です。

### 市民対象講座 思春期のふしぎ ー反抗する子・行きしづる子・話さない子ー

「最近急に親と話さなくなった」「いつもスマホばかり…何を考えているかわからない」「朝、学校に行きたくないと言いつ出した」「反抗的な態度をとるので家の雰囲気がピリピリしている」・・・こんな時、どうしますか？

本講座では、「思春期のふしぎ」について皆様と一緒に考えていきます。思春期の子どもたちが出す様々なサインについて、一度ゆっくり考えてみませんか？



日 時：2019年11月17日（日）14:00～16:00（13:30開場）

講 師：大場 信恵 先生（九州大学 教授）

会 場：九州大学西新プラザ（福岡市早良区西新2-16-23）

対 象：地域住民の皆様 定 員：200名（事前予約優先制・先着順）

参加費：500円

※本講演会は福岡市NPO活動推進補助金を用いて開催されます。

### 平井正三先生 子どもの心理臨床 公開スーパーヴィジョン

当法人の設立13周年記念として、対象関係論を専門としておられる平井正三先生（御池心理療法センター）をお招きし、公開スーパーヴィジョンを開催いたします。事例を通して子どもの心を深く理解する貴重な機会です。ぜひご参加ください。



日 時：2020年1月12日（日） 14:00～16:30（13:30開場）

会 場：九州大学西新プラザ 大会議室（福岡市早良区西新2-16-23）

講 師：平井 正三 先生（御池心理療法センター）

事例提供：須藤 将司 先生（日本精神分析協会精神分析インスティテュート福岡支部）

対 象：臨床心理士（受験資格取得者含む）、医師、コメディカルスタッフ、臨床心理学を学ぶ大学院生

定 員：200名

参加費：正会員・賛助会員 3,000円 / 学生会員 2,000円 / 非会員 4,000円

## ★こだち新ロゴ・パンフレットのご紹介



### こだちのロゴが新しくなりました

外側の五角形は当相談室の建物をイメージし、その守られた中で、こだち(木立)=ここをはぐくんでいく…といった意味が込められています。

また、新しいロゴとともに、パンフレットも新しくなりました。今後も、こだち事務局一同、地域の皆様の何かの一助となれますよう励んでまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



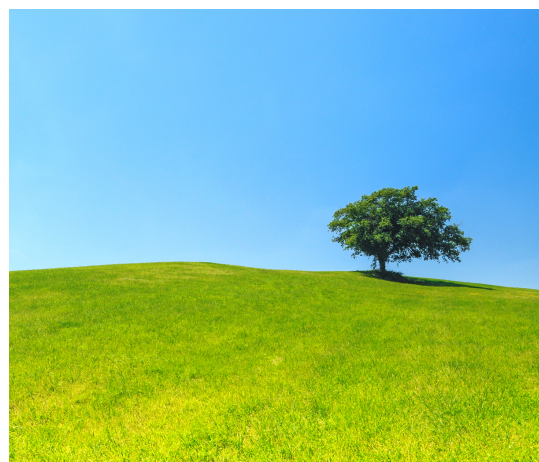
## 入会のご案内

こだちは今年で13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、私たちの活動を支援いただけると幸いです。会員になっただけの方ではぜひ、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(ひと口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(ひと口1,000円): 学部生・大学院修士課程

賛助会員(個人: ひと口5,000円・団体: ひと口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。関心や興味を持たれた方は、ぜひご連絡ください。

## 🚗 交通のご案内



〒814-0002  
福岡市早良区西新2-16-23  
九州大学西新プラザ 産学交流棟  
TEL / 092-832-1345  
FAX / 092-832-1346

### 🚇 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

### 🚌 バスでお越しの方

西鉄バス「西新一丁目」または「今川橋」下車後  
徒歩にて約10分

FOR MORE INFORMATION  
最新情報配信中



九州大学 こだち

