

# 心理臨床におけるロールプレイ実習の基礎的研究

## — 初学者は、どのように行き詰まるのか —

喜 田 裕 子 ・ 内 沢 沙 紀 子

### はじめに

従来、心理臨床面接を体験的に学習する方法として、ロールプレイ実習が活用されてきた。一般にロールプレイ role playとは、ある役割を設定してそれを演じることであるが、心理臨床の分野においては、クライアント役とセラピスト役を交互にとりながら、実際の面接に近い状況を設定して行う訓練をさす。学習者のレベルによってその意義は異なるが、初学者、すなわち、面接に携わる前段階でトレーニングを受けている学習者にとっては、セラピストとしての基本的な姿勢や面接の進め方、あるいは質問や沈黙への応じ方などの応答技法を実践的に学習する重要な機会である（清水，2004）。もちろん、役割演技ゆえに、話される内容が生の体験そのものではないという限界や、クライアント役の人が面接での相互作用を自分自身の直接的な体験としては感じにくいという間接性の問題がある（田畑，1982）。しかし、本を読んだり講義を受けたりという知的な学習だけでは、実際の面接場面に臨んだ際に全く身動きがとれないため、一定のトレーニングによる体得は必要不可欠である。

清水（2004）によれば、ロールプレイ実習には、実際の心理臨床面接と違って、①失敗が許される、②やり直しが許される、③場面や目的に応じた状況設定で、諸技法や諸対応のリハーサルができる等の利点がある。一方、ロールプレイでセラピスト役を体験した学生の感想としては、漠然とした行き詰まり感と、なぜ行き詰まったのか自分ではよくわからないという不全感が寄せられることが多い。

そこで、本研究では初学者が、ロールプレイ実習においてどのように行き詰まる傾向があるのか、データを収集して把握することを目的とする。この目的のもとに3つの研究を行った。研究1では、セラピスト役の言語的応答の特徴を形式面に焦点を当てて数量的に検討した。研究2では、セラピスト役をした当事者が感じる主観的な行き詰まり感について、質的な分類を試みた。研究3では、ロールプレイの逐語録を検討し、初学者が行き詰まるいくつかの典型的なパターンを抽出した。

### 研究 1

#### 目的

本研究の目的は、セラピスト役の言語的応答にどのような特徴があるのか、形式面から検討することである。セラピストの言語的応答は、クライアントとの全体的な相互交流のなかで選択されるので、応答のひとつひとつを単体で形式的に取り上げることは、実地の面接過程ではあまり意味があるとはいえない。しかし、初学者のより幅広い訓練を検討するうえでは、学習の偏りやパターンを把握するための基本的なデータがぜひ必要とされるところである。

## 方法

**被調査者** 富山大学心理学コースに在籍する大学生27名（男12名、女15名）。被調査者の年齢は19歳～23歳であり、心理臨床面接の学習を始めて1年ないし2年目であった。1年目14名（男4名、女10名）、2年目13名（男8名、女5名）。

**調査期間** 2005年12月27日から1月26日。

**調査場所** 富山大学人文学部棟、心理学実験室（4）にて実施した。

**場面設定** 「どのようなことでいらっしゃいましたか」というセラピスト役の発言から始まる初回面接を設定。

**装置** ビデオカメラ、ICレコーダー

**手続き** 心理学演習の課題として、ロールプレイ実習を行った。二人一組で入室。交互にセラピスト役、クライアント役をとり、各20分間のロールプレイを行った。組み合わせや役割設定については、被調査者の任意とした。その結果、一組を除いて、全て同姓及び同学習歴のペアであった。クライアント役の設定に関しては、各自クライアントとして十分に感情移入できる設定を考えておくよう事前に伝えておいた。調査者は機器の説明をした上で退出し、ロールプレイ場面を録画した。始めと終わりの時間の管理はセラピスト役が行った。また座席配置は90度法とした。ロールプレイの逐語録は、録画に基づき事後に作成された。

言語的応答を取り上げた先行研究として、玉瀬ら（1991）がある。玉瀬らは、面接者の応答様式や態度に関する内外の先行研究を踏まえた上で、初学者の訓練用に供することを目的として、応答様式の分類基準を作成した（Appendix 1）。本研究ではセラピスト役の言語的応答を解析するため、了承を得られた19名（1年目男2名、女9名の計11名、2年目男4名、女4名の計8名）の逐語録を、玉瀬らのカテゴリーに基づいて分類した。応答が複数の文章から構成されている場合は、一文を一単位とし、これを一つのカテゴリーに分類することを原則とした。ただし、形の上では一文であっても、発言内容から複数に分けられる文は、二つ以上のカテゴリーに分類した。分類作業は、調査者および研究目的を知らぬ測定者1名の計2名により、独立に行った。

## 結果

2名による分類の、全分類に対する一致率は87.5%であり、分類の信頼性は十分であると判断された。不一致であった分類については合議によって最終的な分類を決定した。

Table.1は、各応答様式の頻度と割合を示したものである。ここでの実数は重複回答を含んでいるので応答全体の数は被調査者数を上回っている。

Table.1 各応答様式の頻度（回）と割合（％）

被験者	支持	意見	解釈	指示	質問	反映	分類不能	合計
1	0	0	2	0	6	1	0	10
	0%	0%	20%	0%	60%	10%	0%	
2	0	0	4	0	1	1	0	6
	0%	0%	67%	0%	17%	17%	0%	
3	0	0	3	0	24	4	0	31
	0%	0%	10%	0%	77%	13%	0%	
4	1	0	6	0	17	7	2	33
	3%	0%	18%	0%	52%	21%	6%	
5	0	0	2	1	8	3	1	15
	0%	0%	13%	7%	53%	20%	7%	
6	0	0	1	0	14	3	1	19
	0%	0%	5%	0%	74%	16%	5%	
7	3	3	2	3	12	6	0	29
	10%	10%	7%	10%	41%	21%	0%	
8	2	1	1	0	17	14	1	36
	6%	3%	3%	0%	47%	39%	3%	
9	1	1	3	0	17	5	0	27
	4%	4%	11%	0%	63%	19%	0%	
10	0	0	0	0	5	4	0	9
	0%	0%	0%	0%	56%	44%	0%	
11	0	0	0	0	5	5	1	11
	0%	0%	0%	0%	45%	45%	9%	
12	1	0	1	0	4	4	0	10
	10%	0%	10%	0%	40%	40%	0%	
13	2	0	5	1	8	6	0	22
	9%	0%	23%	5%	36%	27%	0%	
14	2	0	3	0	6	4	0	15
	13%	0%	20%	0%	40%	27%	0%	
15	0	0	2	0	9	8	2	21
	0%	0%	10%	0%	43%	38%	10%	
16	0	0	1	0	9	3	1	14
	0%	0%	7%	0%	64%	21%	7%	
17	0	0	0	0	5	3	1	9
	0%	0%	0%	0%	56%	33%	11%	
18	0	0	1	0	7	5	0	13
	0%	0%	8%	0%	54%	38%	0%	
19	0	0	3	0	4	6	1	14
	0%	0%	21%	0%	29%	43%	7%	
合計	12	5	40	5	178	92	11	344
平均	0.63	0.26	2.11	0.26	9.37	4.84	0.58	18.11
平均割合	3%	1%	13%	1%	50%	28%	3%	

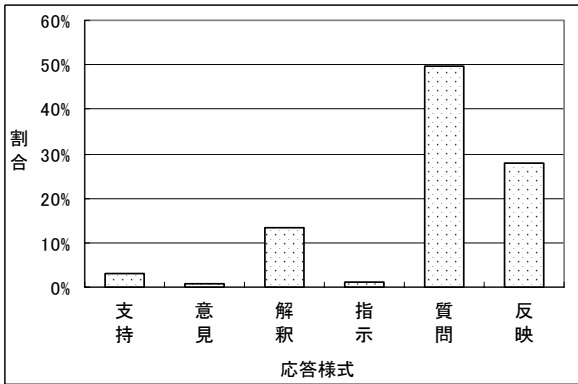


Figure.1 各応答様式の出現割合

Figure.1は、各応答様式の出現割合を図示したものである。

Figure.1から、質問の割合が最も高いことが示された。次いで、反映、解釈であり、その他の応答は3%以下と低い割合を示した。

応答の割合が、学習歴、セラピスト役を先に行うか後に行うかという順番、そして性による差があるかを確認するために、対応のない場合のt検定を応答様式別に行った。

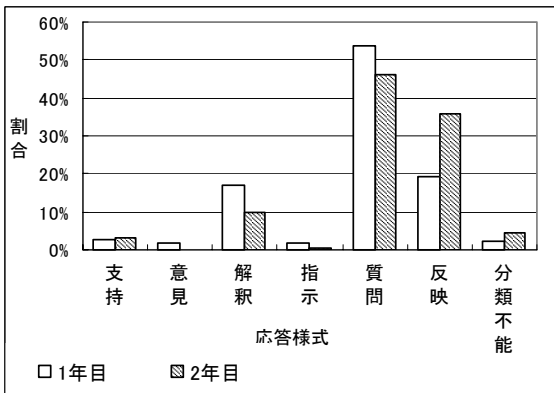


Figure.2 学習歴別にみた応答様式の出現割合

Figure.2は学習歴別にみた応答様式の出現割合である。t検定の結果、支持 ( $t(17)=.034, n.s.$ )、意見 ( $t(17)=1.70, n.s.$ )、解釈 ( $t(17)=1.07, n.s.$ )、指示 ( $t(17)=1.10, n.s.$ )、質問 ( $t(17)=1.11, n.s.$ )、反映 ( $t(17)=4.33, p<.01$ )、分類不能 ( $t(17)=1.14, n.s.$ )であった。反映において1%水準で有意差がみられた。

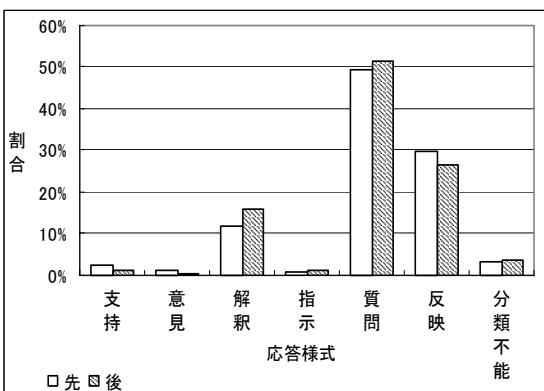


Figure.3 セラピスト役の順番からみた応答様式の出現割合

Figure.3はセラピスト役の順番における応答割合の比較である。t検定の結果、支持 ( $t(17)=0.99, n.s.$ )、意見 ( $t(17)=0.61, n.s.$ )、解釈 ( $t(17)=0.59, n.s.$ )、指示 ( $t(17)=0.36, n.s.$ )、質問 ( $t(17)=0.25, n.s.$ )、反映 ( $t(17)=0.62, n.s.$ )、分類不能 ( $t(17)=0.10, n.s.$ )であった。いずれにおいても有意差は見られなかった。

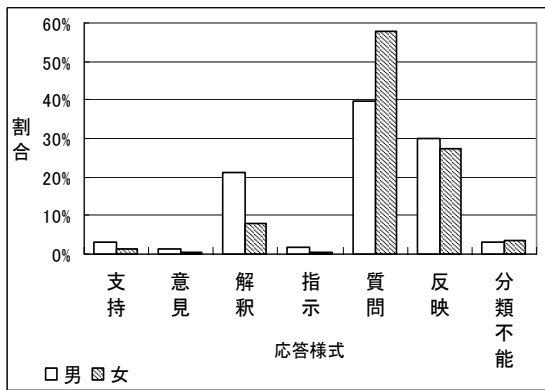


Figure.4 男女別にみた応答様式の出現割合

Figure.4は男女における応答割合の比較である。t検定の結果、支持 ( $t(17)=1.30, n.s.$ )、意見 ( $t(17)=0.59, n.s.$ )、解釈 ( $t(17)=2.03, p<.01$ )、指示 ( $t(17)=0.96, n.s.$ )、質問 ( $t(17)=3.33, p<.01$ )、反映 ( $t(17)=0.49, n.s.$ )、分類反応 ( $t(17)=0.39, n.s.$ )であった。解釈、質問において1%水準で有意差が認められた。

## 考察

全体に質問 (50%) が突出して多く出現しており、次いで反映 (28%)、解釈 (13%) であった。一方、支持、意見、指示はどれも3%以下と、非常に出現割合が低かった。形式面だけを取り上げて論じることには限界があるが、あえてより望ましい面接のあり方を理論的に想定したうえでこの結果を見るならば、質問がやや多すぎると、支持がやや少なすぎることが気になるといえる。

玉瀬ら (1991) による質問の定義とは、「クライアントからさらに事実や情報を得ようとするもの」である。今回の結果で、質問の出現割合が突出していたのは、第一に、クライアントを理解したい気持ちがストレートに表出されすぎた結果と見ることができる。本来であれば面接は、クライアントの話したい内容を話したいペースですすめるのが原則であり、セラピストは必要に応じて質問を控え、あいまいさ・わからなさに耐えながら辛抱してかかわることが大切だ。質問が多かった理由の第二に、クライアントの発話を促進するのがよいかかわりであるという無言の前提が表れているのではないかと考える。しかし、クライアントの心を無理に開かせ、たくさんしゃべらせるのが良い面接ではない。むしろ危険ですらある。

一方、支持、すなわち「クライアントの行動や発言、立場を是認し、慰めたり、不安を和らげたりしようとする事」の出現割合は、3%と非常に低かった。実際の臨床場面においては、支持は言うまでもなく非常に重要なかわりである。支持はクライアントに「わかってもらえた」という安堵感を与え、信頼関係の形成にも好影響を与えるが、一方でKivlighan, D.M. & Schmitz, P.J. (1992) の実証的研究が示すように、支持をしすぎると内省が妨害され、作業同盟の強化が妨げられる面もあり、技法としては諸刃の剣である。支持をどこでどう用いるべきかについてはその時々相互交流の理解に基づく判断が重要なので、学習難易度は比較的高度であろう。しかし、今回の結果はそれ以前の問題を示唆していると思われる。今回のロールプレイで語られた多くの悩みは馴染みやすい内容であり、セラピスト役の共感、支持を呼びやす

かったと思われる。それにもかかわらず支持の割合が低かったのは、話を理解しまとめるのに手一杯で、クライアントの気持ちを受けとめることにまで配慮する余裕がなかったのではないだろうか。くわえて、知的な学習によって指示や意見を差し控えることはできても、積極的に支持を伝える技術までは習得されにくいのではないかということを考えさせられた。

反映とは、「クライアントが言った事実や感情を繰り返したり、言いかえたり、要約したりするもの」である。これらの技法は、Iveyのマイクロカウンセリングで基本的かわり技法としてすべての技法の基礎であると考えられている諸技法の中核であり、これが多いということは、一定の学習成果の表れと見ることができるだろう。また、指示や意見の割合が低かったことも注目される。玉瀬ら（1991）は、カウンセリングの知識が十分でない一般の人が悩み相談など日常的援助・相談を行うと、意見的（評価的）応答が最も多くなると述べている。さらに、このことは相手に対して、何か参考になる考えを述べなければならないと考えてしまうからだと言っている。本研究でこれらが低かったのは、知的な学習の成果と考えることができる。すなわち、反映を用いること、および、指示や意見を抑えることは、比較的初期の段階で効率よく学習可能な内容であるといえる。このことは、学習歴別にみた応答様式の出現割合において、学習1年目よりも学習2年目の方が反映をより多く行うという結果からも示されている。

セラピスト役をとる順番は、応答に影響を与えないことが明らかになった。男女別にみた応答様式の出現割合では、男性の方が女性よりも解釈をすること、女性の方が男性よりも質問を多くしていることが示された。解釈とは「クライアントの言ったことを越えて、解釈したり新しい意味を付加すること」であり、タイミングがよければかなり有効な技法である（玉瀬ら、1991）。その一方で、クライアントの考え方とは異なる考え方や視点を提供するものなので、十分なクライアント理解と周到な介入判断に基づいて慎重に行われなければ、クライアントの話したかったことからずれていく場合も十分に考えられる。今回の結果が、あくまでも初学者の結果であることを踏まえるなら、男性は訓練の過程で、自分を抑えて相手に寄りそうことを、意識的に習得する必要があると示唆される。同様に、女性は、寄りそいすぎて相手と一体化しないように、セラピストとしての独自の観点を意図的に持つよう努力する必要があるといえうだ。

ただし、この結果を一般化するのは、現時点では限界がある。第一にサンプル数がまだ十分ではない。第二に母集団を初学者全体と考えるなら、サンプリングに偏りがある。第三に比較対照のためのサンプリングが必要である。今後はより多くのデータを収集し、さらに検討していくことが課題である。

## 研究 2

### 目的

初学者がセラピスト役をした場合に、主観的にはどのような行き詰まり感をもつのだろうか。個人差はあるだろうが、しかし全体的な傾向を明らかにしておくことは、学習の要点をつかむためにぜひとも必要である。本研究では、主体である学習者自身が感じる主観的困難に焦点をあて、「初学者はロールプレイをしたときにどのような行き詰まりを感じるのか」探求することを目的とする。

### 方法

被調査者、調査期間、調査場所、場面設定、装置に関しては研究1と同様である。

#### 手続き

研究1の手続きに引き続いて、ロールプレイ終了後に調査者は再び入室し、一人あたり10分程度の半構造化面接を実施した。面接に使用した質問項目を、Table.2に示す。面接中はこれらの項目をガイドとして用いた。被調査者の発言をうけて、適宜内容を膨らませながら、被調査者の発言を誘導しないように注意して質問を行った。面接過程はICレコーダーに録音した。面接・テープ起こしは調査者が行った。

Table.2 半構造化面接の質問項目

質問項目
① セラピスト役はどのようにクライアント役を理解したのか。
② クライアント役のロールプレイを通しての感想。
③ セラピスト役はロールプレイを通して、どのようなことを感じたのか。
④ セラピスト役はロールプレイを通して、どのような行き詰まりを感じたのか。
⑤ セラピスト役は20分間のロールプレイをどのように感じたのか。
⑥ セラピスト役のロールプレイを通しての感想。

### 結果の処理

半構造化面接の逐語記録を発話データとし、水野（2004）で用いられた分類方法を参考に分析を行った。水野（2004）では、本研究と同様に、依拠すべき理論がない状況下で幅広いデータ収集を可能にし、かつ主体であるものの認識を重視するための調査方法として、半構造化面接を実施し、質的研究法の手法の一つであるグラウンデッド・セオリー・アプローチを採用して、得られた発話データをカテゴリーに分類している。周知のように、グラウンデッド・セオリー・アプローチとは、初期データから仮説モデルを暫定的に導き出し、さらに追加データを用いてモデルを修正・検証することで、モデルを循環的に洗練させていくというものである（原田，2003）。

本研究では、カテゴリー生成までを行った。手順は、①切片化：ロー・データをそれぞれが

単一の意味内容を持つような切片にした。それぞれの切片は、ワープロ原稿にして平均2～3行（1行40字）であった。②コーディング：それぞれの切片に対し、その内容を表す単語や短い語句（コード）をつけた。③カテゴリー生成：コーディングされたデータを比較し、似たもの同士をまとめ、そのまとまりに名前をつけてカテゴリーを生成した。さらに内容的に共通の上位概念で括れる複数のカテゴリーをまとめてカテゴリーグループを編成した。

## 結 果

得られたカテゴリーを具体例と共にTable.3に示した。カテゴリーグループとしては、【返答】・【沈黙】・【話の整理】・【共感】・【ニーズ】・【焦点づけ】・【クライアントからの質問】・【技法の使用】・【話の堂々巡り】・【話の掘り下げ】という10個が得られた。なお、Table.3に示す通り、カテゴリーのいくつかは、下位カテゴリーを含んでいた。

Table.3 生成されたカテゴリーと回答の具体例

カテゴリー・グループ	カテゴリー	具体例
①返答	どのような返答	クライアントの発言後に何と返答してよいか分からない。
	的確な応答表現	クライアントの発言内容を理解したことを返すための的確な応答表現が見つからない。
②沈黙	タイミング	返答、フィードバックをいつすればよいか分からない。
	状態の把握	クライアントが自由連想をしているのか、何も考えていないのか把握できない。
③話の整理	対応	沈黙するクライアントに対して働きかけをすべきか、しないべきか分からない。
	視線の置き場	沈黙時の視線の置き場が分からない。
④共感	問題が多い場合	クライアントの抱える問題が多い際、話の整理が出来ない。
	返答で精一杯	クライアント発言後に返答するので精一杯なため、話が整理できない。
⑤ニーズ	全体像の把握	クライアントの話を全体的に見渡して、整理することが出来ない。
	どのような共感	どのように共感すればよいか分からない。
⑥焦点づけ	話を理解ができない場合	クライアントの話が理解できず、共感ができない。
	クライアントからの質問	クライアントが何を望んでいるのかが掴めない。
⑦技法の使用	クライアントからの質問	クライアントの問題が多い際、どこに焦点を置けばよいか分からない。
	技法の使用	クライアントから質問された際に、どのように対応してよいか分からない。
⑧話の堂々巡り	話の堂々巡り	技法に頼りがちで、形式だけの返答となってしまう。
	話の掘り下げ	クライアントの話が一向に進展せず、同じ発言や返答を繰り返してしまう。
⑨話の掘り下げ	話の掘り下げ	どこまでクライアントの話を掘り下げてよいか分からない。

## 考 察

カテゴリーグループとしては、【返答】・【沈黙】・【話の整理】・【共感】・【ニーズ】・【焦点づけ】・【クライアントからの質問】・【技法の使用】・【話の堂々巡り】・【話の掘り下げ】という10個が得られたが、比較的初歩的と思われる行き詰まり感から、より高次の水準と思われる行き詰まり感までが含まれていた。調査のための半構造化面接においても、学習2年目の被調査者に、「1年目のときには初歩的なことで行き詰まりを感じていたが、いまは特に感じない」といったような意見が多数見られた。

初歩的な行き詰まりとしては、たとえば【返答】で、「なんと返答してよいか分からない」というような、そもそも自分がなにをわかっていないかすらわかっていないような回答が散見された。これについては、調査面接でさらに掘り下げた問いを向けて、「わからなさ」の詳細



を細分化して捉えていく必要がある。また、【話の整理】で「返答するので精一杯なため、話の整理ができない」なども、初歩的な行き詰まり感として挙げるができる。本来セラピストの応答は、クライアントを理解するためのものであり、かつ理解を伝えるものであるはずなのに、体裁を整えることに精一杯となり、応答と理解とが乖離してしまっているケースといえる。理解が不十分なうちはむしろ表面的な返答などしないほうがよいのであるが、面接という非日常的な場面に慣れておらず、またセラピストとしての自信もないので、応答しないで熟考しながらそこにとどまるということが難しいのであろう。

これらの背景には、心理的援助の本質的な理解が不十分であることが関係していると考えられる。自分自身の感情や欲求に直面できないことが与える影響力と、それに直面できたときの変化を経験的に深く知るとき、セラピストはようやく面接で「何か意味あることをしなければ」「どこかに到着しなければ」という衝動を乗り越えて、ひたすら「ただそこにとどまって」クライアントの内面を深く理解することそれ自体に専念することが可能となるのだろう。それに至る初学者の歩みを支えるためには、せめて知的に確かな枠組みを提供することが必要である。

次に、より高次の水準と思われる行き詰まり感としては、【ニーズ】や【焦点づけ】などが挙げられる。【焦点づけ】では「クライアントの問題が多い際、どこに焦点をおけばいいのか分からない」といった回答があった。これを解決するためには、第1に技法を習得することが挙げられる。たとえば「たくさんのお話を聞きましたが、その中で、今いちばん困っているのはどんなことですか？」といった質問が有効であることがある。学習がすすんだ段階では、ロールプレイの状況をより細分化して詳しく設定すれば、豊かな学習機会の提供につながると理解された。第2に、人間や臨床過程の理論的理解が、より高次の行き詰まり感を解消するのに役立つだろう。たとえば【話の整理】で全体像の把握が問題とされていたが、あらかじめ全体を把握するための理論的枠組みを参照することが有効であると思われる。

今後は、カテゴリー【返答】についてより詳しく検討したい。それによって、初学者の「なにがわからないのか自分でもよくわからない」という疑問に対するヒントが得られるだろう。また、学習歴によって行き詰まり感にレベルの違いが本当にあるのか実証的に検討することや、初学者はこのような行き詰まり感にどのように対処し、そこから何を学ぶのか、行き詰まり感がロールプレイ過程にどのような影響を与えているのかなどの検討も、今後の課題として残された。

### 研究3

#### 目的

研究2では、学習者の主観的な行き詰まり感に焦点をあてた。研究3では、第三者の視点から行き詰まりを客観的に探求し、さらには行き詰まりの原因と考えられるセラピストの応答に共通点がないか検討することを目的とする。

#### 方法

被調査者 研究1, 2と同様

材料 研究1で行われたロールプレイの逐語録。研究2で行われた半構造化面接の逐語録も補足的に参考にした。

手続き 調査者2名（2名とも実際の心理臨床面接の経験がある。うち1名は15年以上の経験を有する臨床心理士有資格者である）が、ロールプレイの逐語録を検討した。セラピストの各応答について、行き詰まりを招いているかあるいはそうではないかを、直後のクライアントの反応と全体の過程を踏まえて判断した。その後、行き詰まりを招いていると判断されたセラピストの応答とその直前・直後のクライアントの発話を中心に、内容的なまとまりを重視して相互作用セットを抽出した。

#### 結果・考察

生成されたカテゴリーをTable.4に示した。

Table.4 行き詰まりの原因と考えられるセラピストの応答の分類

- 
- ①抽象的な話を、抽象的なまま聴き続ける。
  - ②事実関係をいちいち要約して返す。
  - ③話を広げようとして焦点をそらす。
  - ④クライアントのニードをつかもうとしないまま問題解決を促す。
- 

分類①から順に、事例を挙げる。なお事例は収集された逐語録データから抜粋し、プライバシー保護のため最低限の改訂を加えている場合がある。

分類①「抽象的な話を、抽象的なまま聴き続ける」

Table.5は典型例①に当てはまる事例である。この事例のクライアントは、いまずぐ取りかかるべき課題を抱えている場合でも、友達や後輩から遊びに誘われると快く行ってしまう。そのときは楽しく思えるが、後で必ず後悔をして、自分の目標から逃げているようで辛く感じていると訴えている。

Table.5 分類①にあてはまる事例 (Cl.クライアント役, Th.セラピスト役)

Th.	いつもそのようになってしまうのですか？
Cl.	そうですね。いつもってことで考えると、例えば日常的に誘われて、さあ行こうっていうような感じのこともあるんですけど、その自分として一番辛いのは、小さい逃げの積み重ねで、自分の大切な目標からどんどん離れていっているというのが何か分かるんですね。その度にこれは取り返しがつかないと思うんですね。でも今冷静に考えると、立ち直るっていうのはまた逃げる準備みたいなもので、もうどうしたらいいか分からない。
Th.	立ち直ることが逃げへとつながると思われる？
Cl.	そうですね。そう、今考えると、何か、悪いときにプラス思考になるんですね。失敗してしまった、これから頑張れば大丈夫、でも、あの更に出てみるとプラス思考自体は悪くないと思うのですが、ここで立ち直らなければ、自分がどうなるか分からないし、立ち直ってもまた調子に乗ってしまうだけなんですよ。調子に乗ったら失敗して、どうにかしたいと思っているのですが、まあここまで言って、何か思ったんですけど、調子がよくなる逃げる勇気がつくというか、そんな感じなんですね。
Th.	そのすごい落ちているとき耐えられないけど、そこから回復してくると逃げる準備ができるというか、できる状態になってしまうから、そんな自分が嫌だなと思うのですが、ずっと落ちている状態もまずいと感じているし、上がれば上がると逃げる体勢になってしまう、その間の葛藤していらっしやるといって、そういう自分も含めて自分なんだと言いつけて聞かせているのですが、なかなか上手く行かないといった感じですか？

この事例は、クライアントの話がやや抽象的なレベルにあるが、セラピストが想像を働かせたならば内容は推測可能である。しかし、このレベルでわかったつもりになって呑み込んでしまうと、クライアント自身の生の体験を受けとめることができない。セラピストの価値観や先入観などのフィルターを通した推測をなぞっているにすぎないのである。このようなかかわりの背景として、「セラピストはすべてわからなければならない」という暗黙の前提が関与している可能性がある。くわえて、クライアント役からそのような暗黙の期待が寄せられて、それに無自覚のまま応えようとしている場合もあるだろう。さらには、クライアントの問題が、セラピスト自身の問題に類似しているときに、自分の状況にひきつけすぎてしまっている可能性もある。以上をまとめるなら、分類①の応答と関連して学習されなければならないセラピストの基本的態度として、内面的な自他の区別を明確に保ち、援助者として万能でありたいという欲求を制御することが挙げられる。

Table.6は、分類①とは対照的な事例である。このクライアントは、両親のケンカの仲裁に入るたびに怒られたという幼少期の経験から、言いたいことも言わずにいい子でいなければならないと思ひ、友達関係の中でも本当の自分を出していいのか、出したらいけないのかという葛藤を伝えている。

Table.6 分類①とは対照的な事例 (Cl.クライアント役, Th.セラピスト役)

Cl.	何か友達に偽りの自分で接することに罪悪感を感じるけど、本当の自分を出すのがいいことなのかなって考えると、ぐるぐると堂々巡りになっちゃって、結局隠したままで接しちゃうんですけど。
Th.	友達に対しては、罪悪感と本当の自分を出すっていうことに対する不安もあるんですね。
Cl.	はい
Th.	ちょっと友達といつもどういう感じでつきあっているのか話してみてくださいませんか。

この事例のクライアントの訴えは、上記の事例と同様、抽象的なものである。しかし、セラピストの対応は上記の事例と異なり、「どういう感じにつきあっているのか」と具体例を挙げるよう促している。このように「たとえば」や「どのように」という詳細質問を用いて、クライアントの内的な体験世界をつぶさに再構成するかかわりは、習得しておくべき技法であると思われる。ただし、それを実際に用いるかどうかは、治療的意図に即してその都度決定されることになるだろう。

分類②「事実関係をいちいち要約して返す」。

Table.7は分類②にあてはまる事例である。この事例のクライアントは高校2年生の女子である。

Table.7 分類②にあてはまる事例 (Cl.クライアント役, Th.セラピスト役)

Cl.	私、最近学校に行っていないんですけど、親からは行くように言われていて、どうしたらいいか困っているのですが。
Th.	今、学校に行ってなくて、それで親からは学校に行きたくて欲しいと言われていて、どうしたらよいかわからない、そういう感じですかね。
Cl.	夏休み前までは「行きたくないな」と思っているけど、頑張って行っていたが、休みが終わったら、急に行けなくなった感じになって、今高校2年なので、やっぱり勉強とかもしたほうが良いのと思うけど、私も行きたいとは思っているのですが、なんか行けないというか。
Th.	その、本当は学校に行きたいけど、夏休みが終わったら行けなくなった感じ。

この事例では、クライアントが話した内容を即座に要約して繰り返している。初学者が陥る失敗の典型的な一例である。セラピスト役は学習した要約の技法をまじめに一生懸命に用いているのであるが、ここからしっかりと聴き、受けとめるというよりは、事実関係の要約に終始している。その結果、表面的な話題がぐるぐるともわったままロールプレイが終了している。この事例から、要約の技法を教える際には、単なる事実関係の要約と感情に焦点をあてた要約とを区別する視点をあわせて呈示する必要を考えさせられた。

Table.8は分類②とは対照的な事例である。怪我をして落ち込んでいる友達を励ましたいが、何をしたいか、また相手にどう思われるかが分からないために何もできていないことを悩んでいるクライアントの話である。

Table.8 分類②とは対照的な事例 (Cl.クライアント役, Th.セラピスト役)

Cl.	友達がこないだ怪我をしたんですよ。結構大きい怪我で、手術とかもしたんですけど。なんか結構へこんでいて、運動とかもしばらく出来なくて、安静にしていなきゃいけないらしいの怪我で、結構仲良くて親友みたいなやつで気晴らしというか、励ましてやりたいけどどうすればいいかわからなくて。それで元気づけてやりたいと思うのですが、普通に元気出せよっていうのもあれだし、運動とかもダメだし、明るく振舞う、盛り上げたりしても逆にうざいかもしれないし。どうすればいいか。
Th.	友達が怪我をして、励ましてあげたいけど下手な言葉をかけるとかえって傷つけるかもしれない、それでどうすればいいかわからなくなっていると。
Cl.	こちらから聞かない限りは怪我の話はあまりしないし、そんな激しい運動はできないけど普通の生活はしているし、学校にも来ているから気にしなければ普通にやれるといえませんが、結構へこんでいるし、しかも怪我してから結構長いことへこんでいるし、ずっとその結局なにもしないで、このままでいいのかって。それで来ました。
Th.	友達の気持ちというよりはあなたがそのことをすごく重く受け止めていて、それでどうすればいいかわからなくて悩んでいるというふうに感じました。

この事例は、クライアントの話す事実関係を繰り返すのではなく、伝わってくる中核的感情に沿って要約している。このような要約を行うためには、クライアントの話に対してすぐさま何か応答しなければという構えを脱し、ある程度時間をとって、内容を自分なりに受けとめる内的作業を行うことが前提となるだろう。また、初学者がいちばん留意しなければならないのは、クライアントのプロセスを邪魔しないことであると、しばしば指摘されている。ここでも、クライアントが伝える感情やテーマの核心にふれるようなフィードバック以外は控える態度を習得する必要性が理解された。

Table.9は分類②のサブタイプとして位置づけられる。事実関係だけでなく感情も要約しようとしている点では典型的な分類②には該当しない。しかし、伝わってくる感情を心で受けとめるには到らず、クライアントの表面的な言葉をただなぞっている点で、セラピストの内的作業としては分類②と質的に同じである。この事例のクライアントは友だちがいなくて悩んでいると言いながらも、べったりと密着しすぎる関係にはいらいらするという葛藤を述べている。

Table.9 分類②のサブタイプにあてはまる事例 (Cl.クライアント役, Th.セラピスト役)

Cl.	そうですね。寂しいってのもあるけど、1年のときはちゃんと友達はいました。喧嘩したわけじゃなくて、突然離れていっちゃったんです。そこで特に追いはしなかったんです。それが原因かもしれないですけど。何でとも聞けなかった。それまでずっと二人で行動していたので、今本当に一人になっちゃって。
Th.	本当に突然、一緒にいた友達さんが離れていったのは、けんかとかをしたわけではないのですね。
Cl.	全然喧嘩とかしてないし・・・私は5～6人の大勢より2人であるほうが落ち着くし、2人であることを好んでた。けど、彼女は大勢でいる方が楽しそうだったから、そっちに行きたかったのかなって。けど、本当突然にです。もしかしたら、自覚なしに怒らせるようなこといったのかもしれない。
	(沈黙)
Cl.	一人になって寂しいとか感じることもあるんですけど、学校で集団行動とかで一人は浮くし、目立つし、二人一組で何かやれというのがたまにある。そういう時に相手がいないのが困ります。それが困るだけで、一人でいるときは寂しいというより、まあいいやって時もありますね。
Th.	実際におしゃべりとかして他愛もなく過ごす友達より二人一組で何かをするというときに相手がなくて困るというほうが悩みとして大きいという感じでしょうか。
Cl.	かもしれないです。そう考えると自分冷たいやつだなって思うし、嫌いになってしまう。初めは普通に楽しかった。ずっと一緒に過ごして、でもそれがずっと続いてべったりだとうざくなる。それで結構イライラちゃう。けれどそんなことはいえないし、ずっと黙っていて、困るから一緒にいたのかなと思うこともある。

このセラピストは、クライアントのことを「さっぱりした人間関係を好む人だ」というふう理解していたことが、半構造化面接よりあきらかになった。しかし筆者らは表面的で浅すぎる理解だと感じた。なぜなら、友だちとのほどよい距離感を保てなくて苦しいがゆえに、回避的な構えを取らざるを得ない苦悩が、ロールプレイの随所で語られているのである。心理臨床面接で求められる「理解」とは、外から見た評論家的な理解ではなく、クライアントの視点に立って、その体験をていねいに内側からなぞるような理解である。

本稿では取り上げなかったが、ひとつの逐語録中に、分類②に該当する応答とそれとは対照的な応答の両方が混在しながら、全体として面接が深まっている事例も散見された。このことから、応答のひとつひとつというよりは、全体として上述のような内面に寄り添う視点を持てるかどうか、学習の際の重要事項であると理解された。すなわち、分類②の応答と関連して学習されなければならないセラピストの基本的態度は、「視点の位置」ではないだろうか。さらには、準拠枠がないと何も見えないことも指摘しておきたい。つまり、人間理解の枠組みとして、理論的学習が不可欠であり、それが技法の洗練につながるのである。

分類③「話を広げようとして焦点をそらす」。

Table.10は分類③にあてはまる事例である。この事例のクライアントは家族の仲が悪く、間に入り仲をとりもっているため、気を遣い疲れると訴えている。

Table.10. 分類③にあてはまる事例 (Cl.クライアント役, Th.セラピスト役)

Cl.	例えば、両親が仲悪かったりとか、ケンカしているときにやっぱり二人がしゃべらないから、私が入って、物事を伝えたりとか、仲裁とかはしてないんですけど、間にはいらなくちゃいけないという感じで。両親に一番気を遣っているのもあるんですけど、でもその他のことも、お父さんとおじいちゃん、おばあちゃんが仲悪いつているのも、気を遣わなくちゃいけない、最近家にも気を遣うことばかりで。
Th.	今、家の中がごたごたしていて、両親の仲があまりよくないって言って、あなたが仲裁役で中に入っているようなのですが、それについて気を遣うというふうに聞いたのですが、他にはどのような気持ちでいらっしゃいますか？

Table.11も同じく分類③にあてはまる事例である。この事例のクライアントは抱えている課題をやらなければならないが、バイトと両立できずにどうしたらよいか困っていると訴えた。

Table.11. 分類③にあてはまる事例 (Cl.クライアント役, Th.セラピスト役)

Cl.	やらないといけなくて思うんですけど。なかなか課題とかやる時間がなくて、レポートだったら提出日直前とかにすごい頑張ってやるんですけど、もっと前からやっていたらもっといいレポートが書けるんじゃないかなって思ったりします。
Th.	やらなきゃいけないのに両立できていないということの理由にバイトで疲れているということをおっしゃりましたが、その他に何か思い当たることなどはありますか？
Cl.	なんかどうしてもまだ時間があるっておもったりしてしまうことかなと思います。

どちらの事例においても、セラピストが勝手に話題そのものを転換しているのではなく、クライアントの話題を広げようとする探索的意図から、結果的には話の焦点をそらしている応答である。間違いではないが早すぎる介入であるといえる。セラピストの意図としては、クライアントがまだ真意を伝えきれていないと感じられるので、それを促進したいと考えている。しかし、もしもその理解が正しかったとしても、クライアントには自身の真実に到達できない必然的な理由があり、またふさわしい進み方があるのだ。両事例においてセラピストが学ぶべきことは、早急すぎる介入を控え、とても大変な事態が伝わってきたというねぎらいのニュアンスを言外に込めながら、クライアントの伝えてくるものを受けとめ、返すやりかたであると思わ

れる。一方、このような応答は、機会を見計らって行われるなら、クライアントの視野を広げ、洞察を深める効果的な介入になりうると思われる。

分類④「クライアントのニードをつかもうとしないまま問題解決を促す」。

Table.12では、好きなことは納得するまでやりたいと考えるクライアントが、受験に向けて勉強と部活動の両立ができない自分を駄目だと感じると訴えている。

Table.12. 分類④にあてはまる事例 (Cl.クライアント役, Th.セラピスト役)

Cl.	無駄な時間を過ごしているなっていうか、なんかうじうじして、そんなのだったら、ちゃんと両方しろよって感じ。
Th.	自分が嫌になるっていうのは、両方できない自分に対して？
Cl.	うん、そうですね。
Th.	両方できなくなるっていう悩みを解決するには、どうしたらいいと思ってますか？
Cl.	やっぱり自分がどっちもやることだと思うのですが。

このセラピストは、暗黙のうちにクライアントの現在の問題を軽減することをセラピーの目標としているのではないかと思われる。しかしクライアントが何を望んでいるのかは確かめられていない。

Table.13は分類④とは対照的な事例である。クライアントは、一人のときに漠然とした寂しさが押し迫り、誰かとのつながりを求めるが、相手にどう思われるのかが不安であり、頼りきれないという葛藤を訴えている。

Table.13. 分類④とは対照的な事例 (Cl.クライアント役, Th.セラピスト役)

Cl.	何か友達に頼って、上手い関係じゃないけど、友達つきあいができなくなるのが嫌だと思ってったり。基本的に一人でいたくないから、そんなに頼りすぎてそれでまた友達いなくなるんじゃないかとか。そういう不安があります。
Th.	そういう風におもってしまうことを自分ではどうしたいというか、そのままというか、変えていきたいのですか。

この事例では、セラピストはクライアント自身がその葛藤をどう受けとめていて、どうしたいと思っているのかを問いかけている。島本（1996）では、クライアントが感情的になっている場合と理性的に解決策を求めている場合とでは、求められる応答が異なることを示している。クライアントのニードに十分な関心を寄せることと、それを把握するためのかわりかたの習得が必要である。

## まとめ

心理臨床面接において、①技法と②セラピストとしての基本的態度、そして③人間や臨床過程に関する理論的理解は緊密に関連しており、これら全体を視野に入れた学習でなければ意味がないということを、あらためて深く認識させられた。その一方で、ある特定の技法的失敗の

タイプは、セラピストとしての基本的態度の習得と対応しており、技法をとおして技法以上のものを有効に伝えることの必要性と可能性が示唆された。

## 引用・参考文献

- 足立明久 1996 カウンセリングの基本的な応答技法の教育方法—カウンセリングの過程に即したダイナミックな訓練モデル 京都教育大学紀要A人文・社会,89,75-103.
- Claiborn,C.D. 1982 Interpretation and change in counseling. *Journal of Counseling Psychology*,29,439-453.
- 遠藤裕乃 1998 心理療法における治療者の陰性感情と言語的応答の構造に関する研究 心理臨床学研究,16,313-321.
- 福原真知子, アレン・E・アイビー, メアリ・B・アイビー 2004 マイクロカウンセリングの理論と実践 風間書房
- 原田杏子 2003 人はどのように他者の悩みをきくのか—グラウンデッド・セオリー・アプローチによる発言カテゴリーの生成— 教育心理学研究, 51,54-64.
- 原田杏子 2004 専門的相談はどのように遂行されるか—法律相談を題材とした質的研究— 教育心理学研究, 52,344-355.
- Hill,C.E. 1986 An overview of the Hill counselor and client verbal response modes category systems. In L. Greenberg& W. Pinsof (Eds.) *The psychotherapeutic process: A research handbook* (pp.131-160). New York: Guilford
- 伊藤 博 1957 相談面接の過程 相談面接の技術 沢田慶輔(編) 相談心理学 朝倉書房pp. 178-236.
- 木下康仁 2003 グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践 質的研究への誘い 弘文堂
- Kivlighan,D.M.&Schmitz,P.J. 1992 Counselor technical activity in cases with improving working alliances and continuing-poor working alliances. *Journal of counseling psychology*,39-1,pp32-38
- 水野 将樹 2004 青年は信頼できる友人との関係をどのように捉えているのか—グラウンデッド・セオリー・アプローチによる仮説モデルの生成— 教育心理学研究,52, 170-185.
- Olson,D.H.,&Claiborn,C.J. 1988 Interpretation and arousal in the counseling process. *Journal of Counseling Psychology*, 35, 363-369.
- 島本淳子 1996 カウンセラー応答の指示性と来談者の心的状態との適合性に関する実験的



- 研究 カウンセリング研究,29,9-18.
- 清水幹夫 2004 クライアント役を設定してのロールプレイ面接 楡木満生・松原達哉(編)  
臨床心理基礎実習 培風館 Pp.80-97.
- 下山晴彦 2000 心理臨床の発想と実践 岩波書店
- Spiegel,S.B.,&Hill,C.E. 1989 Guidelines for research on therapist interpretation: Toward  
greater methodological rigor and relevance to practice. Journal of Counseling Psychology, 36,  
121-129.
- 田畑治 1982 カウンセリング実習入門 新曜社
- 玉瀬耕治・大塚弥生・西川知子 1991 カウンセラーの言語的応答の分類 奈良教育大学教  
育研究所紀要,27,103-114.
- 鎌幹八郎 1979 試行カウンセリング 誠信書房

Appendix 1 応答カテゴリーの定義と例文(玉瀬ら, 1991)

応答様式の定義	
①支持	クライアントの立場を是認し、なぐさめたり、不安を和らげたりしようとするもの。
②意見	クライアントの問題を自分の価値基準で判断し、意見を述べているもの。
③解釈	クライアントの言ったことを越えて、解釈したり、新しい意味を付加するもの。
④指示	解決に導くための助言を与えるもの。具体的にどうすればよいかを示すもの。
⑤質問	クライアントからさらに事実や情報を得ようとするもの。質問形式でないものも含む。
⑥反映	クライアントが言った事実や感情を繰り返したり、言い換えたり、要約したりするもの。
<p>例：最近、何をしても心から楽しいとは思えないのです。原因は就職のことなんです。私は不安なんです。就職しても、ちゃんと働けるかどうか、厳しい社会の中で生き残っていけるかどうか自信がないのです。</p>	
①	そんなに心配しなくても大丈夫ですよ。不安でどうしようもないのですね。
②	就職する前から悩んでいても仕方ありません。
③	あなたには、まだ就職したくないという気持ちがあるのかもしれませんがね。
④	情報誌で情報を集めたり、先輩や友人に聞いてみなさい。
⑤	就職について、具体的にどんなことを考えているのか話してくれませんか。
⑥	就職のことが心配で何をしても楽しくないんですね。