

## 熟練したセラピストの初回面接におけるクライアント理解 —— 理解のプロセスと面接への姿勢 ——

The Understanding of Clients by Experienced Psychotherapists at the Intake Interviews  
—— The Process of Understanding and Mental Attitudes of the Therapists in the Counseling ——

杉 岡 品 子  
Shinako SUGIOKA

### I は じ め に

初回面接は、クライアントとセラピストの両者が初めて出会い、心理療法を行なうか否かを判断するための大切な場である。そして、その後続くクライアントとセラピストの関係の確立や面接の展開を決め、全治療過程の質を決定するという重要なものである。

クライアントにとって初回面接は、目の前に存在するセラピストに自分のことを託して心理療法の過程を継続して歩んでいくかを自らが判断する機会となる。伊藤（2001）は、初回面接においてクライアントがセラピストとの「初めての出会い」を感じることがなかった時には、再度来談する気力を失うと指摘している。では、クライアントが初回面接において心理療法を継続しようと判断するのはどのようなときであろうか。平木・裨岩（2001）は、「クライアントは、『ここで話すとは違う』という感覚や、『耳を傾けてもらえる』、『自分の言うことが理解されている』という体験に基づいて、カウンセラーという存在やカウンセラーとプロセスをとともにするカウンセリングに対して興味や関心を持ち、カウンセラーとの関係性に展開していく」と述べている。また、Hersen&Hasselt（1998）によれば、クライアントは、このセラピストが自分を理解する能力があることが理解できると、結果としてセラピストを「有能で自分を援助してくれる人」と認識する。それと同時に、クライアントはセラピストが自分を理解しているとわかると、自分の症状や問題の解決が可能だという希望を持つという。つまり、初回面接において自分が“セラピストに理解されている”という体験や認識をすることが、心理療法を継続する判断要因として重要な位置を占めているといえることができる。

また、Garfield（1980）が、初回面接がうまくいかない場合はその後の心理療法過程の進展が遅くなる可能性が大きいと指摘し、心理療法過程での面接が生きてくるのは初回面接がしっかりと行なわれている場合である（岡，2001）とされるように、初回面接はセラピストにとっても心理療法の基盤となる重要なものである。このため、情報収集、信頼関係の確立、見立てと今後の方針の立案など、初回面接でセラピストに必要とされる役割は多岐にわたり、これらの要素を相互作用的に繋がりを持ちながら進めていく。そして、セラピストが初回面接において、クライアントに関する情報の相互関係を関連づけクライアントの抱える問題の全体像を理

解することが、その後の治療方針を決定すると同時にクライアントとの治療関係を確立する上で重要である。つまり、初回面接を含めて治療の初期にセラピストに求められることは、主としてクライアントを理解することであるといえることができる。

セラピストがどのような枠組みを持ってクライアント理解を進めていくのかについては、多くの心理療法家によりカウンセリングテキスト等で心理療法の面接の技法として述べられている（青木，2001；氏原・成田，2000；氏原，2002）。しかし、クライアントを理解するという一連の作業を、治療関係を犠牲にすることなく順序立てて行なうことが可能になるには、経験を積むことが必要であるとされており（土居，1992；Hersen&Hasselt, 1998），初心のセラピスト（臨床ケースを担当する訓練段階にある大学院生）にとっては、知識として獲得しても実際の臨床場面において行なうことは困難をきわめているのが現状である。

また、クライアント理解に関連する研究として、三木（1989）は、心理療法における「理解」がいかなるものを意味するかという研究の中で、クライアントを理解する方法を述べている。それによれば、セラピストがクライアントを知るレベルを、①知覚を用いた観察による理解、②共感による理解、③本質直感を用いた理解の3つに分類している。その中でも、本質直感を用いた理解は心理療法の本質と関わる重要な理解としている。そして、それを行なうにはセラピストがクライアントとの間におこる事象を重視する姿勢を常に持ち、その事象に感じられる本質直感を大切にし心的現実として信じて関わるが必要であると結論づけている。

さらに、佐野（1984）は、治療導入期における治療同盟の形成に関する研究の中で、治療導入期のセラピストの持つべき態度について述べている。それによれば、治療導入期に諸問題のあったクライアントに対し、セラピストがクライアントの合理的で現実的な観察自我を見出しそこに働きかけ、クライアントの表面的な訴えや言動の背後にあるクライアント自身も気付いていない内的な動機を見出すことを首尾一貫して課題としたことで治療同盟の形成につながったとしている。そして、この態度はセラピストとして治療の開始から終結まで一貫して求められるものであると結論づけている。これらの研究は、心理療法におけるクライアント理解を効果的に行なうための指針は示されてはいるが、理論的検討にとどまっており、実際の面接場面においてどのような姿勢でどのようなプロセスを踏みながらクライアント理解を深めていくのかについてはうかがい知ることはできない。さらに、心理療法過程の基盤となる重要な面接としての初回面接におけるセラピストのクライアント理解に焦点を当てた実践的研究は皆無に等しい。

そこで、本研究では、熟練したセラピスト（本研究では、臨床経験10年以上の臨床心理士の資格を有するセラピスト）を対象とし、実際の初回面接の場においてクライアント理解をどのようなプロセスを踏みながら進めていこうとしているのか、また面接への姿勢はどのようなものなのかを明らかにすることを目的とした。

## Ⅱ 方 法

### 1. 調査対象

調査対象は、本学心理臨床センターに在籍するセラピストのうち、熟練したセラピストとして臨床経験10年以上の臨床心理士の資格を有するセラピストとした。

A大学心理臨床センターにおいて、2004年4月下旬から9月下旬にかけて実施された初回面接の担当セラピストに対するインタビュー調査のうち、3つのインタビューを対象データとした。セラピストは男性2名、女性1名、年齢は34歳～60歳、平均47.7歳、経験年数は11年～37年、平均25.0年であった。

### 2. 研究者

本研究は、主研究者1名（筆者）によって行なわれ、データ分析は臨床経験豊かな臨床心理士1名が加わり、計2名によって行なわれた。

筆者は、インタビュアー、データの主分析者、また臨床経験豊かな臨床心理士は、研究指導、データ分析監査者の役割を担う。

### 3. データ収集の手続き

インタビューは、A大学心理臨床センターの面接室でガイド項目に基づいた半構造化面接を実施。時間は約30分～1時間を目安とし、実際は35分～83分（平均57分）。インタビューは、許可を得てICレコーダーに録音された。

### 4. 倫理的配慮

本研究では、調査への参加によって調査協力者とクライアントの面接での治療関係を阻害することや、調査協力者とクライアントが不利益をこうむることのないように以下の3つについて細心の注意を払い実施した。

第一にインフォームド・コンセントについてである。調査協力者に対して、必ず調査の目的と方法を十分に説明し参加の同意を得た上で実施した。

第二に辞退する権利の確保についてである。この調査の参加は強制されるものではないこと、及び調査の参加が終始任意であり、どの段階であっても辞退することが出来るものであることを文書にて説明した。

第三に守秘義務についてである。調査協力者に対して、発言に関わる守秘義務を徹底すること、及び得られた情報の管理を厳重に行なうことを文書をもって確約した。

### 5. データ分析の方法と手順

本研究では、データ分析の方法として Interpretative Phenomenology Analysis（以下IPAと略す、Smith, Jarman&Obsorn, 1999）を採用した。IPAは、質的研究法の一つであり一般性を留保し個別性や特異性を尊重したものである。研究者は調査協力者と同じ視点で現象をとらえ、関わる過程を通してそこに含まれる意味を説明することにより、調査協力者個人の経験の質と特徴及びその形成過程を把握することが出来る。

本研究では、ICレコーダに録音されたインタビュー、その内容を逐語記録にしたものをデータとしている。データ分析は、データを精読した後、以下の段階にそって行なわれた。

①「テーマ」の特定

データを特徴づける「テーマ」を特定して付す。

②「テーマ」の階層化

「テーマ」をリスト化し、相互の関連性を見つけ意味や関係を共有するものをグループにまとめ、[テーマ（グループ）]を付す。[テーマ（グループ）]の抽象度が低い場合は、再度[テーマ（グループ）]の共通性を検討しグループにまとめ、{テーマ（上位概念）}を付す。

③テーマの要約表

{テーマ（上位概念）}、[テーマ（グループ）]、「テーマ」、データの参照箇所を表示した表の作成。

④ケースの統合

最初に分析したケースの要約表を使用し、他のケースを分析し【マスターテーマ】を抽出し、最終リストを作成。

### Ⅲ 結 果

分析結果として、{テーマ（上位概念）}及び[テーマ（グループ）]を包括した3つの【マスターテーマ】が抽出された。3つの【マスターテーマ】は、セラピストの＜クライアント理解のプロセス＞に関するものが【**プラスからの出発**】、【**理解のステップの確立**】、セラピストの＜面接への姿勢＞に関するものが【**セラピストとしてのあり方の確立**】が抽出された。テーマは、【マスターテーマ】が一番上位であり、その下位に{テーマ（上位概念）}、さらに一段下位の[テーマ（グループ）]となる。なお、具体的なデータに関しては、セラピストのプライバシー保護のために意図するものが変わらない範囲で改変した。

#### マスターテーマ：【プラスからの出発】

【**プラスからの出発**】は、セラピストA、B、Cの全てから得られた【マスターテーマ】であり、面接前の段階で既に得られている情報とセラピスト自身のこれまでの経験からクライアントについていくつかのことを推測したり、仮説を持った状態で面接に臨むことを指す。つまり、面接前の段階でプラスの状態であるということを意味する。下位の{テーマ（上位概念）}に{事前情報に基づく豊富な仮説}がある。

{事前情報に基づく豊富な仮説}は、セラピストA、B、Cの全てから得られた{テーマ（上位概念）}であり、文字通り事前情報に基づきクライアントについて、状況・状態や病理水準、今後の見通しなどの多様な仮説があることを意味する。一段下位の[テーマ（グループ）]に[状況・状態の推測]、[病理水準の推測]、[見通しの推測]がある。

セラピストAは、受付シートの情報からの病理水準の推測やクライアントの状態の推測に引き続いて、視点を母親に向け母子間の状態の推測を行ない、幅広い視野での仮説を立てたことが語られた。また、セラピストCは、事前情報から得られたクライアントの状態とセラピスト自身の臨床経験を照らし合わせ、「なかなか治りにくい」、「医療につなげることも必要なとかいろいろ考えて」と今後の見通しについての推測を行なった上で面接に臨んだことを語った。

### マスターテーマ：【理解のステップの確立】

【理解のステップの確立】は、セラピストA、B、Cの全てから得られた【マスターテーマ】であり、クライアントの全体像をつかむ理解のステップが系統立てられ確立されていることを指す。下位の{テーマ（上位概念）}に、{情報はあらゆるソース}、{情報の重要性の軽重がわかる}、{情報・理解の位置関係がつかめている}、{首尾一貫性のある理解}がある。

{情報はあらゆるソース}は、セラピストA、B、Cの全てから得られた{テーマ（上位概念）}であり、クライアント理解の手がかりとしてあらゆることを情報源とし、情報を統合するなどしていることを意味する。一段下位の[テーマ（グループ）]に、現実的情報と内的情

Table1 熟練したセラピストのマスターテーマ最終リスト

[クライアント理解のプロセス]

【マスターテーマ】	{テーマ（上位概念）}	[テーマ（グループ）]	ThA	ThB	ThC
プラスからの出発	事前情報に基づく豊富な仮説	状態、状況の推測	●	●	●
		病理水準の推測	●		
		見通しの推測			●
理解のステップの確立	情報はあらゆるソース	現実的情報と内的情報を駆使	●	●	●
		情報の統合	●	●	●
	情報の重要性の軽重がわかる	クライアントの一時の変化に着目	●		●
		クライアントの一言に着目	●		
	情報・理解の位置関係がつかめている	わからなさの保持	●	●	●
		いつでも修正できる	●		
	首尾一貫性のある理解	面接前の仮説と体験の照合	●		●
		体験に基づいた多様な理解・仮説	●	●	●
		理解に沿った治療目標の設定	●	●	●
		理解に基づいたセラピストの役割の自覚	●		

[面接への姿勢]

【マスターテーマ】	{テーマ（上位概念）}	[テーマ（グループ）]	ThA	ThB	ThC
セラピストとしてのあり方が確立	多様な動き方が出来る	自由な位置に立てる	●		●
		距離感覚がある	●		
	自分を知っている	反省できる	●	●	●
		思い直しできる	●		●
		違うことを認められる	●		●
		自分の内的状態の認識	●	●	●
		自分の傷を自覚している	●		
	柔軟さ	一定の公式にあてはめない	●		
		先入観にとらわれない	●		

報を駆使], 情報の統合]がある。

セラピストA, B, Cはいずれも、状況や状態に関する現実的情報、面接の場での視覚的情報、感情面に触れた言語的情報などのクライアントに関するあらゆる情報を手がかりとしており、その上情報と情報を統合してクライアント理解につなげることが語られた。

{情報の重要性の軽重がわかる} は、セラピストA, Cから得られた {テーマ (上位概念)} であり、面接の場におけるクライアントの態度の一瞬の変化や発言の一言を捉え、クライアント理解につなげていくことを意味する。一段下位の [テーマ (グループ)] に、[クライアントの一瞬の変化に着目], [クライアントの一言に着目] がある。

セラピストAは、はりついたような笑顔で痛々しいほどに気を張って語られていた母親が、途中で見せた一瞬の視覚的变化「ふっと見せた、力が抜けたような顔」に着目し、母親の内的状態「これが本音」であると母親の内的状態を推測し、「ここで、その顔がちらっとでも出せたら、エネルギー補給をすることになる」と、この母親にとっての面接の治療的意義を考えたことを語った。また、セラピストCは、最初の挨拶時にクライアントが見せた一瞬の「警戒的でない様子」に着目し、「こんなところに来てるわりには、あれと思った」と疑問を感じ、面接の場におけるクライアントの一瞬の変化に着目していたことを語った。

{情報・理解の位置関係がつかめている} は、セラピストA, B, Cの全てから得られた {テーマ (上位概念)} であり、クライアントを理解するためのイメージを作り上げる際に、どの情報が不足している、どの部分を理解していないのかということを認識し、わからなさを動揺せずに抱え、後に得られた情報・理解をあてはめることができることを意味する。一段下位の [テーマ (グループ)] に、[わからなさの保持], [いつでも修正できる] がある。

セラピストAは、不明確な部分や推測の域を超えていない部分について、「この部分はまだちょっとわからないところ」と語り、今後変化する可能性のある部分については、いつでも修正できる余裕を持っていた。セラピストBは、自分の気持ちをなかなか言語化することのできないクライアントとの面接において、状況や状態をほとんどつかめなかったことを認識しているが、それに動揺することなくわからなさを抱えて面接を終えたことを語った。セラピストCは、父親がある出来事について語るまで、クライアントの症状が顕在化した理由について今ひとつ理解できず、わからなさを抱えたまま面接を過ごしていたが、その状態の中で仮説、目標を立てていたことを語った。

{首尾一貫性のある理解} は、セラピストA, B, Cの全てから得られた {テーマ (上位概念)} であり、実際のクライアントに出会って、セラピスト自身が直接に感じられるものから離れずにその意味することや背景を考えたり、治療目標、セラピストの役割を考えながらクライアント理解を進めていくことを意味する。一段下位の [テーマ (グループ)] に、[面接前の仮説と体験の照合], [体験に基づいた多様な理解・仮説], [理解に沿った治療目標の設定], [理解に基づいたセラピストの役割の自覚] がある。

セラピストAは、全般的に面接の場における体験に基づいた多様な理解・仮説を行なってい



るが、特に、母親が見せた「はりついたような笑顔」から母親の内的状態について、「クライアントを代弁せねばと頑張っている」、「相手に悪く思われたくない」、「母親の中の強さ」などの多様な理解を見せ、1つの情報に対して多様な意味を考え感じ取っていることが伺われた。さらに、その感じ方に沿って、治療目標、自分自身の役割についても展開していることを語った。セラピストCは、父親が語った出来事に関する情報を契機にクライアントの症状が顕在化したことの理解を深め、その理解に基づいて「年上の女性が適任」と今後の治療方針の設定を行い、「短期間に改善がみられるかもしれない」と今後の経過の推測について語った。セラピストBは、自分の気持ちは「言葉にならないか、黙りこくっちゃう」クライアントの状況に応じた対応策を講じ、「クリニックとの併用にしようか」、「ラポール形成までに時間をかける必要がある」など多様な治療目標の設定を行なったことを語った。その一方で、「涙をこらえて、張り詰めた感じで、休めない」と言うクライアントを前に、「泣く事が出来れば気持ちもすっきりする」、「とりあえず休養をと言った」ことを語り、加えて「Hear and Nowに持ち込もうとした」ことや「インテークはインテークとしてやってしまいたいと感じていた」と語り、セラピストA、Cとは異なり、目の前のクライアントの状況からの理解を深める視点がズレていた様子が伺われた。

#### マスターテーマ：【セラピストとしてのあり方が確立】

【セラピストとしてのあり方が確立】は、セラピストA、B、Cの全てから得られた【マスターテーマ】であり、自己理解がなされセラピストとして必要なクライアントとの向き合い方が確立されている、また面接の際、1つのことにとらわれるのではなく開かれた状態であることを意味する。一段下位の {テーマ (上位概念)} に、{多様な動き方が出来る}、{自分を知っている}、{柔軟さ} がある。

{多様な動き方が出来る}は、セラピストA、Cから得られた {テーマ (上位概念)} であり、セラピストがクライアントとの距離感覚を持っており、様々な視点を持って自由に立つ位置を変えながらクライアントと向き合うことができることを意味する。一段下位の [テーマ (グループ)] に、[自由な位置に立てる]、[距離感覚がある] がある。

セラピストAは、視点を常にクライアントと母親の両者に向け、「お母さんは〇〇、でも、子供にとっては〇〇」と母子間の間を自由に動いてクライアントの理解につなげている。また、母親との間に「通じ合うものがあった」とつながりを認識しているセラピストだが、＜母親のセラピストに対する感情＞についての質問に対し、「過度な理想化はされていない」と語り、つながりを感じたからといってぐっと距離を近づけたままではなく、客観的に見据えるという母親との距離を保っていることを示唆している。セラピストCも、父親とクライアントの両者に視点を向け、クライアント理解につなげていることを語った。

{自分を知っている}は、セラピストA、B、Cの全てから得られた {テーマ (上位概念)} であり、文字通り、セラピストが自己理解を深めて、自分の限界や自分の内的状態を理解して

いることを意味する。一段下位の「テーマ（グループ）」に、「反省できる」、「思い直しできる」、「違うことを認められる」、「自分の内的状態の認識」、「自分の傷を自覚している」がある。

セラピストAは、インタビューの場において、クライアントについて理解したことを話しながら「今、思ってみると」と振り返り、クライアント理解を確実に深めていく様子を見せ、母親の見せた「本音を語るときのほっとしたような疲れた表情」に自分の内部にある傷と触れ合ったという自己理解の深さを見せている。セラピストBは、張り詰めた空気の中での面接途中から感じ始めていた「イライラ」をしっかりと自覚しながら、その感情の動きに対して様々なことを考え、逡巡しながら面接を行っていたことが語られた。また、セラピストCは、偶然にも父親が出来事について語ってくれたために、クライアントの理解の内容がつながったことに関して、父親とクライアント同席の面接の進め方について「早めに1人ずつの場面を設定するべきだった」と自己反省し、今後の面接の進め方につなげることを示唆している。

「柔軟さ」は、セラピストAから得られた「テーマ（上位概念）」であり、クライアントに対して型にはまったり先入観にとらわれず、開かれた状態で向き合うことを意味する。一段下位の「テーマ（グループ）」に、「一定の公式にあてはめない」、「先入観にとらわれない」がある。セラピストAは、母親の疲れた顔をそのまま疲れた顔として捉えたり、一生懸命話す人は頑張っている人であるというように捉えることをせずに、その背景にあるものに目を向けてクライアント理解につなげていることを語った。

ここで【マスターテーマ】についてあらためて整理する。まず、＜クライアント理解のプロセス＞に関する【マスターテーマ】は2つある。

【プラスからの出発】は、面接前の段階に、既に得られている情報とセラピスト自身のこれまでの経験から、クライアントについて多様な仮説を持って面接に臨むことを指す。つまり、面接がプラスの状態から始まるということを意味する。

【理解のステップの確立】は、クライアントの全体像をつかむ理解のステップが系統立てられ確立されていることを指す。具体的には、クライアント理解の手がかりとしてあらゆることを情報源とし、さらに情報を統合する。そして、面接の場におけるクライアントの一瞬の変化や発言の一言を捉え、情報の重要性を理解した上でクライアント理解につなげる。また、クライアントに関して、どの部分が理解されていないのかということを認識し、そのわからなさを動揺せずに抱えながら、後で得られた情報・理解をあてはめる。そして、最も大事なことは、実際のクライアントに出会いセラピスト自身が直接に感じられるものから離れずに、その意味することや背景について考えたり、理解に沿って治療目標、セラピストの役割を考えながらクライアント理解を進めていくことを意味する。

次に、セラピストの＜面接への姿勢＞についての【マスターテーマ】は1つある。

【セラピストとしてのあり方が確立】は、自己理解がなされ、セラピストとして必要なクライアントとの向き合い方が確立されている。また、面接の際、1つのことにとらわれず開かれた状態であるということを指す。具体的には、①クライアントとの距離感覚を持っており、様々



な視点を持って自由に立つ位置を変えながらクライアントと向き合っていることを意味する。例えば、クライアントと家族に視点を向け、中立的立場に立って理解を進めたり、クライアントとのつながりを感じつつも近づいたままではなく距離を調節して客観的にクライアントを見ていることである、②セラピストが自己理解を深めて、自分の限界や自分の内的状態を理解していることを意味する。つまり、自分の思考や行動について反省したり、面接後に思い直しをすることができる、③自分の内的な状態を自覚することに加えて、自分の強み・弱みについても理解を深めていることである、④クライアントに対して、型にはまったり先入観にとらわれず開かれた状態で向き合っていることを意味する。

## IV 考 察

### 1. クライアント理解のプロセス

#### (1) クライアント理解のステップについて

まず、面接におけるクライアント理解の仕方について、熟練したセラピストは、[体験に基づいた多様な理解・仮説]、[わからなさの保持]が示すように、クライアントと出会ったその場において、クライアントとの関係を大切に、セラピスト自身が直接に感じられるものから離れない。そして、クライアントに関するわからなさを抱えつつ、その意味することや背景を明らかにし、多様な理解・仮説を行ない、クライアントとの相互作用の中で随時、修正・補足を行なった。さらに、[理解に沿った治療目標の設定]、[理解に基づいたセラピストの役割の自覚]からわかるように、セラピストの理解に沿って、治療目標の設定やセラピストの役割の自覚へと展開し、そこには首尾一貫した理解のプロセスがあるということができる。

菅野(1991)は、理解ということについて、セラピストが「何がわかったか」ということに注目しすぎてしまうと、すでに持っている自分の理解の枠の中にクライアントを無理やり組み込もうとしたり、あるいは、わかったつもりになってクライアントの本来もっている潜在的可能性を見落とし、つぶしてしまうことさえあると述べている。しかし、熟練したセラピストは、土居(1992)が「わからない」感覚を保持することは容易なことではないとしている[わからなさを保持]し、クライアントの理解を進めていた。わからない部分に注意を漂わすためには、「何がわかってないのか」を知らなければならないとされるが、熟練したセラピストは、{情報・理解の位置関係がつかめている}、その下位の[わからなさの保持]、[いつでも修正できる]が示すように、クライアントを理解するためのイメージを作り上げる際に、どの情報が不足し、どの部分を理解していないのかを認識しているために、わからなさを動揺することなく自分自身の中に抱えることが可能であったと思われる。例えていうならば、熟練したセラピストは、クライアントに関するジグソーパズルのピースの1つ1つがクライアントの全体像の中のどの位置に来るのか、全体像としてどういう絵になりどのピースが不足しているのかを把握しているということができる。

また、熟練したセラピストのクライアント理解の仕方における重要なこととして、熟練した

セラピストは、面接の場におけるクライアントとの関係を重要視し、終始一貫してクライアントとの関係を大切に、セラピスト自身が直接に感じられるものから離れることなくクライアント理解を進めているということが挙げられる。これに関して興味深かったことは、熟練したセラピストの中でも、臨床経験年数によって、セラピスト自身が直接に感じられるものから離れずに、多様な仮説・理解を行なうことには差異が出現したことである。前節の「首尾一貫性のある理解」に記述した結果からわかるように、臨床経験11年のセラピストBにおいては、「わからなさを保持」しながらも、目の前にいるクライアントの状況に沿って理解を深めるという視点の薄さが認められ、臨床経験20年以上のセラピストA、Cとは明らかな相違がみられた。これは、Hersen&Hasselt（1998）が述べているように、治療関係を犠牲にすることなくクライアントの理解のプロセスを順序だてて行なえるようになるには、経験を積むことが必要であることを意味しているといえる。

次に、理解や仮説の捉え方について、熟練したセラピストは、面接の場における体験に基づいた理解や仮説をその後にクライアントにフィードバックしながら修正・補足し、クライアントの理解を進めていた。河合（1992）が、見立ては変化しうると指摘しているように、初回面接における見立てはあくまで仮説であり、その後の治療過程において、補足、修正される可能性は高い。そして、Zaro et al（1977）は、自分の立てた仮説の多くは棄却されるものであることを、セラピストは心に留めておかなければならないと述べているが、熟練したセラピストは、セラピストが立てた理解や仮説は、あくまで「仮の理解・仮説」であることを常に念頭におき、そこには何らかのズレや誤りが混入している可能性があること、そしてそれらの仮説は治療の進行に伴い補足・修正されていくものであることを十分に認識していた。また、熊倉（1993）のいう、他者理解は一度「わかる」だけでは終わらず、「わかる」と「わからない」の円環的な運動であるということを熟練したセラピストが認識していると考えられる。

さらに、面接前の情報から得られる仮説について、熟練したセラピストは、初回面接前の段階で、「事前情報に基づく豊富な仮説」、その下位の「状況・状態の推測」、「病理水準の推測」、「見通しの推測」が示すように、既に得られている情報とセラピスト自身のこれまでの蓄積された経験からクライアントについての推測や仮説を持ち、0からではないプラスの状態で開催に臨んでいた。これは、伊藤（1991）が、セラピストは、予約の申し込みから来談に至るまで、さらに当日のクライアントの状態、及び相談申込み票などの手がかりにより、初回面接の開始前にクライアントに関する大枠の予測を持って臨むと述べていることと一致する。そして、「面接前の仮説と体験の照合」が示すように、面接の場において、あらかじめ持っていた仮説と面接で得られる多様な意味合いを照合し、クライアントの理解を深めていることがわかる。

## （2）クライアント理解の手がかりについて

まず、情報源やその用い方について、熟練したセラピストは、「情報はあらゆるソース」、その下位の「現実的情報と内的情報を駆使」、「情報の統合」が示すように、クライアントの外側の情報と内面性の情報のどちらかに偏ることなく、ありとあらゆる情報をバランスよく手が

りとして駆使しながらクライアントの理解につなげていた。その上、得られた特定の情報を唯一の手がかりとして理解することも時にあったが、ほとんどの場合、複数の情報と情報を統合してクライアント理解を進めていた。土居（1992）によれば、クライアントを理解することは、事柄の間の関係が見えてくることであり、得られた情報が断片的であると、クライアントを1人の人間として全体的に理解することが不可能になるとされる。熟練したセラピストが複数の情報を統合していたことは、換言すればクライアントに関する情報を唯一の手がかりとしてその文脈から切り離してしまわずに、情報と情報を文脈から切り離さないでつながりをもたせるということであり、このことがクライアント理解に影響を与えていると考えられる。

また、情報への着目の仕方について、岡（2001）は、クライアントは言語的表現だけでなく、何気ない言葉や特有の沈黙など様々な方法で、自己を表現していることが見られ、その自己表現は初回面接において特に凝縮している可能性があるとして述べている。熟練したセラピストは、{情報の重要性の軽重がわかる}、その下位の「[クライアントの一瞬の変化に着目]」、「[クライアントの一言に着目]」が示すように、必要と思われるクライアントの一瞬の態度の変化やクライアントの一言を逃さず着目し、そこからクライアントの内的状態や面接の治療的意義を思考するまでに発展し、見事なまでに理解を深めていた。

この熟練したセラピストの、一瞬の態度や一言に着目する能力は何なのであろうか。衣笠（1992）は、臨床の状況におけるセラピストの機能として、言語や行為によるクライアントの表現を見聞きし、その表現されたものの無意識の意味するものを「読み取って」いくことが中心的な作業となるとし、その際、セラピストは自分の「直観」を駆使して読み取っていくとしている。そして、このセラピストの中に生まれる感覚は、時としてクライアントの本質につながるものである（平木・髪岩，2001）と言われている。また、Weinberg（1996）は、セラピストが自分自身の反応を無視せずに、面接の最中にセラピストの前で起こることを取り扱うことの重要性を述べている。これらのことから、熟練したセラピストが自分の目の前で起こったクライアントの一瞬の態度の変化や一言に着目し、クライアント理解につなげていくことは、「直観」というセラピスト自身の感性を使って、クライアントの内的な心の動きの理解を行っていたものということができる。そして、先に述べた三木（1989）のいうところの「本質直観を用いた理解」と同質のものということができるであろう。さらに、衣笠（1992）は、このようなセラピストの活動そのものがクライアントが一人では自ら処理できないような情動的な世界を、クライアントが処理できる程度のものに変換したり、セラピストが適切な意味づけをして対処することによりクライアントが消化し受け入れることのできるものに変換することにつながると主張している。

## 2. 面接への姿勢

### （1）面接への臨み方について

熟練したセラピストは、【セラピストとしてのあり方が確立】が示すように、セラピストとして必要なクライアントとの向き合い方が確立されており、面接前に自分のありようについて

模索したり、心がけていたことなどは語られることはなかった。そして「理解に基づいたセラピストの役割の自覚」が示すように、常にクライアントに対するセラピストの役割についても、面接の場におけるクライアントとの体験に基づいて自覚しながら進めていた。また、鑓 他（1998）は、セラピストの役割として、クライアントとの前に広がる漠然とした世界について、セラピストがクライアントに教えるとかではなく、分からないところを分かりながら2人で協力して意味づけていくことが求められると述べている。熟練したセラピストは、クライアントが面接の場において示す態度や語ることにについて、セラピストが「わからないこと」に注目しクライアントに確認するなど、お互いにやりとりをしながらイメージをはっきりできるようストーリーとして聴いていくという作業を行なっている。つまり、熟練したセラピストは、心理療法の過程において、クライアントの言葉、態度、行動を、クライアントとセラピストの両者の相互作用の中で理解し反応していくことの重要性を理解していたといえることができる。

#### （2）自己に対する評価について

熟練したセラピストは、「反省できる」が示すように、自己の行動、言動に対する反省はなされていたが、その視点は自分自身に向けられるのではなく常にクライアントの利益性に向けられていた。Zaro et al（1977）が、セラピストが一人前になる過程において、最もよく見られる障害の起源として、①自分がクライアントの目にどのように映るべきかに関して持っている先入観、②クライアントに無能だと見なされる恐怖であると述べている。そして、西村（1993）によれば、自己評価であれ他者評価であれ、自分に対する評価に対してあまりに敏感であると、セラピストとしての役割が果たせなくなることがあるとされるが、熟練したセラピストは、面接の達成度や自分の力量、資質などについての自己評価や、クライアントにどう思われたかといった他者評価に対してとらわれることなく、あるがままの自らを受け入れていたと考えられる。

#### （3）自己理解の深さ

熟練したセラピストは、{自分を知っている}、その下位の「反省できる」、「思い直しできる」、「違うことを認めている」、「自分の内的状態を認識」、「自分の傷を自覚している」が示すように、自分自身の限界や自分の内的状態について十分に自覚し、自己についての理解を深め、クライアント理解につなげていた。氏原・成田（2000）は、「カウンセラーは自分について理解している以上に、クライアントを理解することができない」と自己を理解することの重要性を述べ、さらに、セラピスト自身がクライアントをどう感じているのかを的確に感じ取ることの大切さを主張している。つまり、感情の明確化の重要性である。熟練したセラピストが、「自分の内的状態を認識」が示すように、自分の感情の動きをしっかりと自覚しながら、その感情に対して様々なことを考え、それに応じてクライアントに対応することは、クライアント理解には欠かすことができないものであると考えることができる。また、Guggenbühl-Craig（1971）は、「傷ついた治療者原型」及び「治療者－患者元型」の概念について、「どんな治療者も、患者の中に治療者が存在していなくては効果をあげることはできない」、「治療者自身も、

1つの実存的な可能性として、病気を自分の中に持っていてこそ、はじめて彼はこの治療的要因を活性化することができる」とし、「治療者が、自分の内にある＜患者（病んだ部分）＞を意識化し、＜傷を負った治療者＞というイメージを体験していく」ことが、「患者自身の自己治療能力」を動かすことになると述べている。つまり、熟練したセラピストは、[自分の傷を自覚している]ことで、クライアント理解のみならずクライアント自らが治療するという能力を引き出すことに繋がると考えることができるだろう。

#### （４）クライアントとの距離感覚

熟練したセラピストは、{多様な動き方が出来る}、その下位の「自由な位置に立てる」、[距離感覚がある]が示すように、クライアントと家族に視点を向け両者の間に立ち、必要に応じて立つ位置を変えるなど自由に動きながらクライアントの理解につなげていた。さらに、クライアントに対しても、つながりを感じながらも距離を近づけたままではなく、客観的に見据えるなど、クライアントとの距離を調整しながら関係を築きクライアントとの距離感覚があることが示されていた。成田（2003）によれば、「患者から距離をおいて客観的に把握する態度と、語られる体験を知的に理解するだけでなく、情緒的に関心を向けてその意味を理解する態度の両方」がセラピストに必要であると述べている。また、クライアントとセラピストの距離について、羽間（2002）も、治療的距離という視点から、心理面接においてセラピストはクライアントとの間で、「二等辺三角形」の関係を維持するように努めることが肝要であり、「二等辺三角形」の底辺であるセラピストとクライアントの距離は、ときに接近し、ときに離れることがありえるとし、セラピストは、クライアントとの急速な接近や離反を留意することが必要である。そして、この距離を保つには、セラピスト自身の内的体験への気づきが欠かせないとしている。熟練したセラピストは、クライアントとの間の心理的な距離を常に意識していると同時に、先に述べた「自分の内的状態を認識」が示すように、クライアントとの関わりの中における自分の内的体験を認知・保持しながら、この距離を伸ばしたり縮めたりしながら面接を進めていると考えることができる。

### V 臨床的意義と今後の課題

まず、臨床的意義について、セラピストは個々にクライアント理解を試みていくため、具体的にどのようなプロセスが初回面接でなされたのかは、セラピスト独自のことで留まっております。他者が知ることは困難である。本研究において熟練したセラピストの面接場面におけるクライアント理解のプロセスが、セラピストの個人の特殊な能力として留まらず、調査協力により言語化され明らかになり、共有可能な言語により記述し説明できたことで、セラピストの能力の向上につなげることができると考えられる。特に、初心のセラピストにとっては、熟練したセラピストのクライアント理解のプロセスと面接への姿勢を知ること、今後セラピストとして獲得していくべき内容を知り、クライアント理解につながる視点を獲得し、初回面接の場において感じとれることの幅を広げることができると考えられる。

次に、今後の課題について、本研究は熟練したセラピストの初回面接という経験の一つ一つを丁寧にとらえ、クライアント理解のプロセスの質を探究しているため一般性は留保している。このため、得られた結果について、今後年齢や臨床経験年数の条件を調整し研究を蓄積することで、より精緻化を行ない信用性を高めていくことが必要である。また、クライアント理解のプロセスのうち本研究で具体的にはなされなかった部分について、今後の研究を継続し明らかにしていくことが必要であると考えられる。

## 付記

本研究は、札幌学院大学大学院臨床心理学研究科において修士論文「初回面接におけるセラピストの理解のプロセスについて－初心のセラピストと熟練したセラピストの比較の観点から－」としてまとめたものを加筆・修正したものであることを付記する。

## 引用参考文献

- 青木省三（2001）：初回面接で必要な精神医学的知識。臨床心理学，Vol. 1, No. 3, 304-309. 金剛出版.
- 土居健郎（1992）：新訂 方法としての面接。医学書院.
- Garfield, S. L.（1980）：Psychotherapy an Eclectic Approach. John Wiley & Sons.（高橋雅春・高橋依子訳（1985）：心理療法－統合的アプローチ。ナカニシヤ出版.）
- Guggenbühl-Craig, A.（1971）：Power in the Helping Professions. New York: Spring Publications.（樋口和彦・安溪真一訳（1981）：心理療法の光と影－援助専門家の「力」. 創元社.）
- 羽間京子（2002）：クライアントとの治療的距離を保つためのカウンセラーの内的体験の活用－自己愛に傷つきをもつクライアントとのカウンセリング過程から－. 心理臨床学研究，Vol. 20, No. 1, 23-34.
- Hersen, M., Hasselt, V. B. V.（1998）：Basic Interviewing: A practical Guide for Counselors and Clinicians. Lawrence Erlbaum Associates.（深沢道子監訳（2001）：臨床面接のすすめ方－初心者のための13章－. 日本評論社.）
- 平木典子・巽岩秀章（2001）：カウンセリングの技法－臨床の知を身につける－. 北樹出版.
- 伊藤良子（1991）：初回面接. 三好暁光・氏原寛編 臨床心理学2 アセスメント. 創元社, Pp. 99-122.
- 伊藤良子（2001）：初回面接の技法. 臨床心理学，Vol. 1, No. 3, 310-316. 金剛出版.
- 菅野宣夫（1991）：治療の進行に伴うケース理解. 三好暁光・氏原寛編 臨床心理学2 アセスメント. 創元社, Pp. 123-147.
- 河合隼雄（1992）：心理療法序説. 岩波書店.
- 衣笠隆幸（1992）：「共感」－理解の基礎になるものと理解を妨げるもの－. 精神分析研究,



Vol. 35, No. 5, 479-489

- 熊倉伸宏（1993）：「甘え」理論と精神療法－臨床における他者理解－．岩崎学術出版．
- 三木 都（1989）：心理療法における「理解」－共なる体験をめぐって－．慶応義塾大学大学院社会学研究科紀要, Vol. 30, 29-36.
- 成田善弘（2003）：セラピストのための面接技法．金剛出版．
- 西村良二（1993）：心理面接のすすめ方－精神力動的な心理療法入門－．ナカニシヤ出版．
- 岡 昌之（2001）：初回面接における臨床心理学的知識と配慮．臨床心理学, Vol. 1, No. 3, 298-303. 金剛出版．
- 佐野直哉（1984）：治療同盟の形成について．心理臨床学研究, Vol. 2, No. 1, 47-51.
- Smith, J. A., Jarman, M. and Osborn, M. (1999) : Doing interpretative Phenomenological analysis, in M. Murray and K. Camberlain (eds) Qualitative Health Psychology: Theories and Methods. London: Sage. 218-239.
- 鑓幹八郎・一丸藤太郎・名島潤慈・山本 力（1998）：精神分析的な心理療法の手引き．誠信書房．
- 氏原 寛（2002）：カウンセラーは何をするのか－その能動性と受動性－．太洋社．
- 氏原 寛・成田善弘（2000）：診断と見立て－心理アセスメント－．培風館．
- Weinberg, J. (1996) : The Heart of Psychotherapy: A Journey into the mind and Office of The Therapist at Work. (高橋祥友監訳 (2001) : セラピストの仕事－心理面接の技術－．金剛出版.)
- Zaro, J. S., Barach, R., Nedelman, D. J., & Dreiblat, I. S. (1977) : A Guide for Beginning Psychotherapists. Cambridge: Cambridge University Press. (森野礼一・倉光修訳 (1987) : 心理療法入門－初心者のためのガイド－．誠信書房.)