

## これまでの臨床体験からの学びと振り返り

— 向き合い、気づき、学び、また向き合う —

廣 田 瑞 穂\*

Learning and reflection from past clinical experiences

— Face it, notice it, learn it, face it again —

Mizuho Hirota

### 1. はじめに

臨床心理士のアイデンティティに基づいた心理臨床実践について考えたことを医療領域の立場からお話させて頂く。筆者は福岡女学院大学大学院を1期生として修了し、教育分野での常勤勤務、単科精神科、高校スクールカウンセラー非常勤などを経て、2011年に現在勤務するパークサイドこころの発達クリニックに勤務し10年目を迎える。当院は発達障害を専門としたクリニックであり、私たち心理士は初診時インテーク面接、心理検査、グループ活動などを行っている。

今回のシンポジウムでは「臨床心理士のアイデンティティに基づいた心理臨床実践とは」という難題を投げかけられ、臨床心理士のアイデンティティとは何か？他の職種との違いは何か？現在の臨床現場で心理士としてどのように役に立っているのか？などを考え非常に悩んだ。現在の職場での自身のあり方を振り返る機会ともなった。

筆者は現在医療機関に勤務し、支援の対象者を患者さんと呼びすることが多いため、患者さんとクライアントとは同義で表記する。

### 2. 現在の職場環境と心理士の役割

熟考の末、気づいたことの1つは、筆者が現在とても恵まれた環境にいるということである。クリニックでは「チームとして治療に当たる」という方針の元、スタッフ全体で共通に理解しているシステムや治療方針を持っている。また、定期的なカンファレンスの開催があり困った時に相談できる体制や、十数人のスタッフで顔と顔が見え、信頼できる関係の中でスムーズな連携が日常

的に行われている。

当院は受診待機の多い発達障害医療領域で、できるだけ多くの方が受診できるような工夫も行っている。例えば、本人は困っていないが周囲につれてこられ、本人を支援のステージに乗せるまでに時間がかかるケースが少なくない。当院は初めて来院する患者さんが受診してから治療導入までがスムーズに行われるよう、受診前の電話予約の段階で「本人の受診の意思確認」「両親の同意があるか」「暴力や非行問題がないか」などを確認し、支援や治療が可能な方だけが受診につながるシステムが作られている。

このように、現在の職場では業務の違いはあるが、信頼できる関係性や共通のシステムに守られ、他職種との意識や専門性の違いを大きく感じることはない恵まれた環境であることを自覚することができた。

このような恵まれた環境の中でも心理士のスキルが問われる場面もある。1つ目は「外部との連携での情報提供」である。情報提供の相手がどういう立場の方で、どのような目的での情報提供であるか、それに対してどこまでの内容をお伝えするのかなど、相手の方とのやり取りから見立て、最終的に患者さんの利益となり、損害とならないような情報提供を意識している。2つ目は「グループ活動の目的について保護者や他職種への説明」である。クリニックでは、集団への参加やコミュニケーション能力の向上を狙いグループ活動を行っている。対人緊張が高い子どもや不安の強い子どもでも参加しやすいように遊びを通した活動を行っており、一見遊んでいるようにしか見えない一面もある。遊びを通した活動の中で、何を狙っての活動であるか、どういった効果があるのかなどを保護者に説明することで、活動への参加のモチベーションを持ってもらい、家庭生活の中でも子

\*パークサイドこころの発達クリニック

もの困りごとや課題を意識してもらような説明を心掛けている。また、クリニック内で一番多くの患者さんと接するのは受付スタッフである。受付スタッフが患者さんにグループについて尋ねられた際にも説明して頂けるよう、一緒に働くスタッフに対しても説明を行っている。3つ目は「検査所見の行方、受け取り手を見立てた上での所見作成や情報提供」である。検査を実施するだけではなく、検査所見が誰の手に渡るのか、被検者のこういった特性の理解を伝えることが被検者にとってより生活のしやすさにつながるのかなどを見立てた作成を心掛けている。4つ目は「グループ活動内でのファシリテーターとしての自身のあり方とメンバーとのやり取り」である。グループ活動内では予想していない様々なことが起こる。その際にファシリテーターとしてどう声掛けするか、行動するか迷うことも多く、“何が起きているのか”“起こった出来事のメンバーの意図や特徴”などを振り返りながら、メンバーにとってどのような体験が役立つかを考えながらグループ活動を行っている。

上記にあげた4つはいずれも、人との関係の中で私自身が患者さんや保護者、連携する方とのやり取りをどのように感じ取り、どのような目的の中で、どのように行動していくのかという点で共通している。

このような私の現在の業務から、大学で学んだことが今どのように役にたっているか、臨床心理士のアイデンティティに基づいた心理臨床実践について考えたことを整理したい。

### 3. 「内省」～大学院時代の学び～

私には院生時代に忘れられない失敗体験がある。全国の院生が集まる投影法検査事例検討会での発表体験である。女学院臨床心理センターで初めて持ったケースで母親担当の先生からの依頼によりTAT 児童版をクライアントへ実施し、投影法検査検討の場で発表した。その際、座長の先生から「どういう目的でこの検査を選ばれましたか？」という質問を頂いた。しかし、私は「依頼を受けたからやりました」という言葉以外答えることができなかった。何度もこの質問を投げ駆られても同じ答えしか出てこず、公衆の面前で涙した。この時の私は「どうしてTATをするのか?」「TATはそのクライアントにどう役に立つのか?」を自分で考えることをしていなかったのである。

大学院では、「あなたは どうして そう思ったの?」と常に内省を促される日々だった。この問いに私は何か正しい答えが存在するように感じ、いつも緊張し何か気の利いたことを言わなければと思っていた。しかし、この問いは私の考えや感覚を理解しようとして下さる先生方の問いであり、私が主体的に考えるためのサポートの言葉だったと今は感じている。

この場をお借りして、改めて今、私自身のこれまでの

体験から心理士に「内省」がなぜ重要であるかについて言葉にすることを試みたい。臨床心理士は“心の問題に取り組む”仕事である。心の問題は目に見えず明確とは言いがたい。目には見えずその深さもまだわからないクライアントのこのころの問題を前に、私たちは「自分に何ができるのか」を自分自身に問う。セラピストとして自身に問いかけながらクライアントと一緒に取り組んでいく覚悟を作っていく、紡いでいくように感じている。同時に「心理士としての自分の限界」を測りながらクライアントのリスクを最小限に努めることも心掛けている。このように治療の導入期から、クライアントの問題に対しセラピストとして自分自身のフィルターを通して問い直す内省作業を行っている。

治療契約が結ばれてからもセラピスト自身を通じた感覚や内省がクライアント理解につながる。例えば、「自分が悪いんです」と言葉では表現するものの言葉の端々に出てくる攻撃性や態度が感じられると”言葉では語られないけれど怒っているのかな?“と言葉ではないメッセージを感覚的に受け取ることがある。目に見えない相手のこのころは、自分の感覚を通して体感され、自分の感覚が手掛かりになってその方への問いがうまれる。語られる言葉、見える表情やしぐさなどの客観的な情報と、雰囲気や語りの間など主観的に感じる情報とを合わせながら、クライアントの語りや心情を理解している。また、セラピストの思い込みや不安が治療関係に影響することに自覚的であるためにも、普段から内省し自身の感じ方やものごとの捉え方に気づいておく必要があると感じている。

### 4. 心理臨床実践での内省での気づき

現在の職場でも内省による自身の気づきや判断が役に立ったと感じる体験を挙げる。

#### 中高生グループ活動での気づき

女子学生Aさんは、同年代との交流を目的に主治医の紹介によりグループ活動に参加した。参加当初は表情の変化が少なく、緊張が高く活動中も固まって動かないこともあった。しかし、時間の経過につれ、講義形式の活動ではテーマに沿って自分の意見を述べたり、他のメンバーへもアドバイスする様子が見られてきた。一方で、メンバー全体で交流を楽しむような活動は固まったり、一人その場を離れるなど違う行動をとることもあった。

私はファシリテーターとして、他のメンバーが笑顔で過ごしている中、Aさんだけが無表情で一人で過ごしていることが気になり「Aさんが楽しめていない」ことに私が不安になっていた。そのため、Aさんが参加できそうな活動内容となるよう工夫したり、Aさんが楽しそうにしているかを気にするようになっていた。ある時、そのことをスーパーバイザーへ相談すると「グループは楽

しくないといけないの？」と投げかけられた。その時初めて、私自身が「グループ活動をみんなが楽しんでないといけない」と思い込み、私自身が不安であることに気が付いた。このことに気づいてからは、Aさんが選択して活動に参加できることを大事にし、「参加する気分でない時は一言教えて」とAさんが自分から参加したくない等、自分の気持ちを伝えられるようになることを目標としたり、「Aさんこういう活動苦手だよ。学校ではどうしている？」と話題にできるようになった。

この出来事は、私自身のファシリテーターとしての思い込みや不安により、Aさんに選択する機会や断る機会を奪ってしまう可能性もあったと振り返る。私は自身の思い込みに気づいたことで違う方法をとることができた。自分自身の言動がプラスにもマイナスにもなることを自覚しながら、クライアントの言動や心の動きだけでなく、自分のかかわりを内省することの大切さに気付かされた。

## 5. まとめ：心理士の独自性とは

一般に人は表面に出てきた「目に見える行動」「聞こえてきた言葉」によって相手の気持ちを理解する。例えば、学校で生徒がリストカットをしている傷が見つかる、学校現場は自殺するのではないかと心配し、危機を予防しようと保護者をはじめあらゆる関係機関とつながろうと動き出すことがある。そのような連携ももちろん重要であるが、表面的に見える行動や言葉だけではない、その方の気持ちを理解しようとするのが心の専門家であろう。その方の気持ちを理解するために、成育歴、相談歴等を通してその方をストーリーとして理解し、それらの出来事をご本人がどのように捉えてきたかという主観的体験を理解しようとする姿勢は心理士の独自性だと考える。そして、セラピストとして理解したこと、感じたことを伝え、対話することにより更に理解を深められるよう真摯に努め続ける作業の連続のように感じている。

日本臨床心理士資格認定協会のホームページには、「臨

床心理士とは、臨床心理学にもとづく知識や技術を用いて人間の“こころ”の問題にアプローチする“心の専門家”と記載されている。臨床心理士とは“こころ”という不明確で抽象的で形のない「目に見えないもの」の専門家であり、学ぶ人にとっても周りからも理解されづらい。今回のシンポジウムのタイトルに込められたメッセージから「わかりにくいものを専門性として伝えいく」ことの重要性を教えて頂いたように感じている。

現時点での私の「臨床心理士のアイデンティティに基づいた心理臨床実践」について問いは、上記のような表現でまとめることが精いっぱいであったが、私はこれからも臨床心理士のアイデンティティについて模索しながら悩みながら取り組みたい。

## 6. おわりに

今回の発表では、大学院での学びと学びが今にどのようにつながっているのかについてお話した。大学院では「心理士とは何者であるのか、何ができるのか」を自分で考え、問い続けることが必要であるという学びの機会を今も続けて頂いている。

言葉にしてしまうとぴったりとした表現が見つかりにくい、心理士は、クライアントを前に誠実に力になりたいという姿勢とそのため自分のやり方では何ができるのかを常に考えるという姿勢が大切なように感じている。

最後になるが、2007年に仕事上の悩みを緊急的に奇恵英先生にご相談したことがあった。その際のメールの末文に「相手の気持ちを受け入れることは当たり前だけど、私の気持ちを受け止めてとは仕事上誰にも言えない。だから、仕事以外での自己修養、自己管理が大事」という言葉を頂いた。このように相談できる恩師、同期、後輩に支えて頂きながらこれまで過ごすことができた環境に感謝し、これからも支え・支えられながら自己研鑽していきたい。

福岡女学院大学大学院 人文科学研究科  
臨床心理学専攻開設20周年記念シンポジウム

## 臨床心理士のアイデンティティに基づいた心理臨床実践について

ー医療領域からー

2022.9.24

医療法人悠志会  
パークサイドこころの発達クリニック  
廣田瑞穂

## 自己紹介

2005年3月 福岡女学院大学大学院 臨床心理学専攻 1期生修了  
2005年4月 唐津市青少年支援センター 相談員 常勤勤務  
私立高等学校スクールカウンセラー 非常勤勤務  
白翠園春日病院 非常勤勤務  
2011年4月 医療法人悠志会パークサイドこころの発達クリニック 常勤勤務

発達障害を専門としたクリニックでの現在の主な業務

- ①初診時のインテーク面接
- ②心理検査
- ③グループ活動
- ④マネージメント業務



## 臨床心理士のアイデンティティに基づいた心理臨床実践とは？

### 人の心の支援に携わる専門家養成とは何か？

## 臨床心理士としてのアイデンティティ？

### 現在の恵まれた環境

**【クリニック内の連携】**

- ・「チームとして治療にあたる」方針の元、共通理解を持っている
- ・困った時に相談できる体制
- ・クリニックという顔と顔がみえる関係の中で、連携がスムーズ

**【専門的に支援する体制】**

- ・受診の前に「本人の意思確認」「両親の同意」「暴力や非行」確認で支援可能な方だけが受診する構造化されたシステム

⇒ 信頼関係やシステムに守られ「心理士として」の必要性が少ない

## 守られた環境の中でも心理士のスキルが問われること

- ①外部との連携における情報提供
- ②グループ活動の目的について保護者や多職種へ説明する
- ③検査所見の行方、受取り手を見立てた上での所見作成や情報提供
- ④グループ活動内での自身のあり方、感情とメンバーとのやり取り

## 院生時代の体験

### 全国の院生が集まる勉強会での心理検査の発表

初めて持ったケース  
母親担当の先生からの依頼でTAT児童版を実施  
院生研修会の投影法検査検討での発表

「どういう目的でこの検査を選ばれましたか？」

⇒ 「先生はどうしてTATをするように言ったのか？」  
「TATはどう役に立つのか？」  
自分で考える（内省する）ことをしていなかった

## 大学院での学び

### 常に内省を促される日々

「あなたは どうして そう思ったの？」

## 内省がなぜ必要なのか

**【患者さんや患者さんの問題を前に】**

- ・「自分に何ができるのか？」を自分に問う
- ・「自分の限界」を知り患者さんのリスクを最小限にするよう努める

**【患者さんとの対話の中で】**

- ・自分の感情をなかつたことにせずに丁寧に見つめることで、患者さんの感情にも丁寧に向き合える
- ・目に見えない相手のところは、自分の感覚を通して体感される  
自分の感覚が手掛かりになって、その方への問いが生まれることも
- ・私自身が患者さんをどのように受け止め、どう感じたかという相互のやり取りによって、より理解が深まっていく

## 中高生のグループ活動での気づき

### Aさん 女子学生

同年代との交流を目的に主治医の紹介によりグループ活動へ参加。参加当初は、表情の変化少なく、活動中も固まって動かないことも。時間の経過につれ、テーマに沿って自分の意見の発表、他のメンバーへのアドバイスなどができる一方、メンバー全体で交流を楽しむような活動は固まり、一人その場を離れるなど違う行動をとる。

他のメンバーが笑顔で過ごしている中、Aさんだけが無表情で一人で過ごしていることが気になり「Aさんが楽しめていない」ことに私が不安になる



「グループ活動をみんなが楽しめていないといけない」という私の思い込みと私自身の不安であったことへの気づき

## 心理士の独自性

一般人は表面に出てきた「目に見える行動」「聞こえてた言葉」によって、相手の気持ちを理解する。

例) リストカットが見つかる ⇒ 自殺するのではないか

そのような表面的に見える行動や言葉だけではない、その人の気持ちを理解しようとするのが心の専門家といえるのでは…

行動や言葉だけではない、その人の気持ちを理解するために、その人の成育歴、相談歴等を通してその人をストーリーとして理解し、それらの出来事をその人がどのように捉えてきたかという**主観的体験を理解**しようとする姿勢

## 臨床心理士のアイデンティティ

日本臨床心理士資格認定協会

「臨床心理士」とは、臨床心理学にもとづく知識や技術を用いて、人間の“こころ”の問題にアプローチする“心の専門家”

“こころ”という「目に見えないもの」の専門家  
不明確で抽象的で形のないもの  
学ぶ人にとっても周りからも理解されづらい



わかりにくいものを専門性として伝えていく

## 最後に

・大学院では「心理士とは何者であるか、何ができるのか」を自分で考え、問い続けることが必要であるという学びの機会を頂いている

・（言葉にしてしまうと軽々しくびったりの言葉が見つかりませんが…）患者さんを前に、誠実に力になりたいという姿勢とそのために自分のやり方では何ができるのかを常に考えるという姿勢

・「相手の気持ちを受け入れることは当たり前だけど、“私の気持ちを受け止めて”とは仕事上誰にも言えない。だから、仕事以外での自己修養、自己管理が大事」（2007年奇先生）  
⇒相談できる恩師、同期、先輩・後輩に支えられ自己研鑽していく

ご清聴ありがとうございました



