

# 大学院におけるセラピスト訓練で何を学ぶのか

## —大学院教育における効果の分類—

白井祐浩・金子信一・湯田翔悟・鎌田政志・深江 渚・間所佳奈・濱村星花

### 要約

本研究では、臨床心理士養成大学院で行われているセラピスト訓練の効果について検討することを目的とした。

「講義」、「体験型講義」、「ケースカンファレンス」、「トライアルカウンセリング」、「グループ体験」という5つの講義形式について、講義を受けた感想や講義の良かった点や学んだ点に関する自由記述の内容をKJ法に準ずる方法を用いて分類、整理した。

その結果、知識や技法に関する学びを示す『I. 知識・理論・技法に関する学び』、臨床実践に関する学びを示す『II. 臨床実践に関する学び』、自分自身を振り返る学びを示す『III. セラピスト自身に関する学び』という3つの軸の学びに分類された。

また、各講義で得られる3軸の効果のパーセントを比較したところ、講義内容によって得られる効果に違いがあることが明らかになり、訓練の特徴をもとに訓練の目的による訓練内容の組み合わせを工夫し、系統的な訓練プログラムを考えていく必要性があることが示唆された。

## I. 問題と目的

2017年に公認心理師法が施行され、国家資格として公認心理師が誕生した。心理臨床の専門家としての国家資格が生まれたことは喜ばしいことであるが、同時に心理臨床の基礎資格として幅広い知識と実際の臨床現場で対応できるような実践力を身につけた公認心理師を育てるために、どのようなセラピスト訓練を行う必要があるかという点は大きなテーマとなるだろう。そして、その訓練の中心を担うのが大学及び大学院であり、公認心理師を養成するにあたって、大学や大学院、さらには卒後研修においてどのようなセラピスト訓練を行っていくかは重要な課題だと考えられる。

このようなセラピスト訓練を考える上で、一つの指標となるのがこれまで行わ

れてきた臨床心理士養成大学院（以下、養成大学院）における教育である。養成大学院においては、座学のみならず、ケースカンファレンスや学内外の実習、トライアルカウンセリングやロールプレイ、技法や心理検査の体験学習、エンカウンター・グループ体験など、さまざまな訓練が、さまざまな目的のもとに行われている。そして、養成大学院で行われている個々の訓練の効果については、これまでも多く研究がされてきた。

例えば、ケースカンファレンスについては葛西・土橋（2012）などの研究があり、トライアルカウンセリングについては鶴飼ら（2010）などの研究がある。心理検査の体験学習については森田・中原（2004）など、エンカウンター・グループについては村山ら（2001）などの研究が見られる。

これらの研究ではそれぞれの訓練が単独でどのような効果や意味を持っているかについては見ることができるが、一方でそれぞれの訓練の特色や、全体としてどのような布置を持っているのか、その全体像を見ることはできない。

しかしながら、バランスのよい訓練を行うためには、単に個々の訓練の効果を見ていくだけではなく、訓練間がどのような布置になるのか、どの訓練がセラピストとしてのどの部分の学習を促し、あるセラピストにとって不足している部分はどのような訓練で補うのかなど、訓練の効果を総合的に見ていくことが重要と思われる。そのためには、同じ土俵でそれぞれの訓練を比較して位置づけること、つまり同じ指標でそれぞれの訓練の効果を評定し、相対的な位置づけを把握することが重要となる。そして、より効率的で効果的な訓練を考えていく上で、それぞれの訓練によりどのような学びが得られ、どのような力が身につくのか、その全体像と位置づけを整理していくことは意味があることだろう。

そこで本研究では、セラピスト訓練の効果を測定する指標を作成するにあたって基礎となる資料を得るために、養成大学院の大学院生を対象に養成大学院の訓練の学びに関する自由記述のアンケートを行うことで、現在養成大学院で行われている訓練の効果の特徴と全体像を明らかにすることを目的とする。

## II. 方法

**実施手続き**：養成大学院でよく行われている講義、体験学習、ケースカンファレンス、トライアルカウンセリング、グループ体験の5つの訓練を対象とした。

講義は教員が話をする中で知識の伝達を行う座学の講義を表す。体験学習は大学院生が実際に技法や心理検査を体験するような講義を表す。なお、今回の調査

では体験学習には、心理検査体験とフォーカシング体験が含まれる。ケースカンファレンスは学内で受け持ったケースのアセスメントや対応について教員、大学院生で検討する講義である。トライアルカウンセリングは大学院生がカウンセラー役とクライアント役に分かれ、カウンセリングのロールプレイを行う講義を指す。大学院によっては大学生を対象にトライアルカウンセリングを行うところもあるようであるが、今回は大学院生同士のロールプレイをトライアルカウンセリングとした。グループ体験は教員がファシリテータとなり、大学院生がメンバーとして参加した構成的なグループ体験を示す。

なお質問紙はそれぞれの講義の終了時に実施した。

**質問紙内容：**①基本情報として年齢、性別、学年、立場（例えば、ケースカンファレンスでは、事例提供者かフロアかなど）を聞いた上で、②訓練を受けてみての感想、③訓練を受けてみて良かった点や学んだことについて自由記述で回答を求めた。

**実施時期：**2016年4月から2017年1月。

**対象：**養成大学院に所属する大学院生、のべ105名に実施した。内訳は、講義が15名、体験型講義が11名、ケースカンファレンスが52名、トライアルカウンセリングが21名、グループ体験が12名であった。

**倫理的配慮：**本研究を行うにあたって志學館大学の研究倫理審査にて審査を受け、承認を得ている。また、実施するにあたっては、研究の主旨、成績には関係のないこと、回答したくない場合には回答しなくていいことについて同意書を用いて説明し、同意を得た大学院生を対象とした。

### Ⅲ. 結果と考察

#### 3軸の分類

自由記述の回答の中で訓練の効果について述べられている文章を選び出したところ、368のセグメントが得られた。これらのセグメントを臨床心理学を専門としている専門家及び大学院生3～5名でKJ法に準じた手法を用いて分類・整理し、訓練の効果をまとめた一覧表を作成した上で、訓練ごとに、各効果に関する

記述のパーセントを算出した。なお、表ではクライアントをCl, セラピストをThと略している。

分類の結果、自由記述の内容は、知識や技法に関する学びを示す『Ⅰ. 知識・理論・技法に関する学び』、臨床実践に関する学びを示す『Ⅱ. 臨床実践に関する学び』、自分自身を振り返る学びを示す『Ⅲ. セラピスト自身に関する学び』という3つの軸の学びに分類された。

3つの軸の内容に関しては特別驚くべきような分類内容ではないが、データを通してセラピスト訓練がこれら3つの軸から成り立っていることが示されたことは大きな意義がある。おそらく、「知識・理論・技法に関する学び」に偏ると頭でっかちの柔軟性の無い臨床家になり、「臨床実践に関する学び」に偏ると基盤の曖昧な無手勝流の臨床家になるだろう。また、「セラピスト自身に関する学び」に偏ると自分の感覚のみに従い安定感の無い臨床家になると考えられ、この3つの軸のいずれが欠けても偏った臨床家を生み出すことになるだろう。

ただ漠然と訓練を行うのではなく、個々の訓練が3つの軸のどこに位置づけられるのかを考えて系統的な訓練プログラムを作ることや、各軸の配分について考慮したプログラムを作ることが、セラピスト訓練を考える上で重要であると思われる。

なお、各軸は下位分類として中カテゴリーと小カテゴリーにわけられるが、本研究では中カテゴリーを中心に考察を加えていく。

### 3 軸の内容と特徴

『Ⅰ. 知識・理論・技法に関する学び』は臨床を行う上での一般的な知識や技法などの学問的基礎を学ぶ部分である。この軸には90のセグメントが含まれており、4の中カテゴリー、9の小カテゴリーに分けられた。(Table1)

このうち、中カテゴリーの内訳は「知識に関する学び」、「技法に関する学び」、「理論に関する学び」、「学び方に関する学び」となっている。このカテゴリーの中には「知識」、「技法」、「理論」のそれぞれに関する学びのカテゴリーが含まれているが、興味深いのは「学び方に関する学び」というカテゴリーが含まれている点である。臨床がうまくなりたい、もっと学びたいと思っても、どのように学んでいけばいいのかわからず困惑するトレーニーもいるようである。単に知識や技法などを教えるだけでなく、セラピストとして何をどのように学んでいくといいのかという「学び方」を伝えていくことも重要な訓練の一環になることが示唆された。この点から言えば、トレーナーが自分がどのような学びをしてき

たか、自分の学びの体験をトレーニーに語り伝えていくことも、セラピスト訓練において重要であると思われる。

『Ⅱ. 臨床実践に関する学び』は基礎的な知識をもとに、実際の臨床においてどのように考え、対応したらいいのかについて学ぶ部分である。この軸には164のセグメントが含まれており、10の中カテゴリー、15の小カテゴリーに分けられた。(Table2)

このうち、中カテゴリーの内訳は「クライアントに関する理解」、「個別ケースの関わり方への学び」、「臨床に対する現状の振り返り」、「治療の枠組みの学び」、「関係性の理解」、「セラピープロセスの理解」、「臨床の基本的態度の学び」、「臨床に関する社会的問題への関心」、「心理療法の意義の理解」、「クライアント体験」となっている。

このカテゴリーには「クライアントに関する理解」、「個別ケースへの関わり方への学び」、「臨床の現状に対する振り返り」など個々の事例に対する理解を深め具体的な対応を学ぶ側面と、「治療の枠組みの学び」、「関係性の理解」、「セラピープロセスの理解」「臨床の基本態度の学び」、「臨床に関する社会問題への関心」、「心理療法の意義の理解」などの事例を通しての臨床に関する学びの側面、「クライアント体験」のクライアントと類似の体験をすることで学ぶ側面に分けられた。

この結果から、臨床の基本となる考えやその意味など基礎的・全体的な学びと、個々の具体的なやり取りなどの応用的な学びの双方が、主に事例を通じて学習されていることが示唆された。セグメント数もカテゴリー数も他の学びに比べて多いことから、やはり事例を通して学ぶことは多く、セラピスト訓練の非常に重要な位置を占めていると言える。

『Ⅲ. セラピスト自身に関する学び』はセラピストの自己理解や成長を促す部分と言える。この軸には114のセグメントが含まれており、9の中カテゴリー、19の小カテゴリーに分けられた。(Table3)

このうち、中カテゴリーの内訳は、「見方の広がり」、「自身に対する気づき」、「他者との肯定的関係」、「自身の変化」、「自己受容」、「他者理解」、「学びに関する肯定的態度」、「自己表現」、「安心できる環境の構築」となっている。このカテゴリーは専門家としてのセラピストに関する部分ではなく、人としてのセラピストに関する部分である。「自身に対する気づき」、「自身の変化」、「自己受容」、「自己表現」のようなセラピスト自身に関する気づきや変化と「見方の広がり」、「他者との肯定的関係」、「他者理解」、「安心できる環境の構築」のような他者や外の

Table1. 知識・理論・技法の学びの分類

中カテゴリ	小カテゴリ	小カテゴリの説明	項目	分類	セグメント数
知識に関する学び	知識の獲得	一般的な知識を新しく知ることに関する項目	臨床心理学の基礎的、常識的なことを改めてじっくり学ぶことができた／新しく知った用語だけでなく、人物の歴史や主要著作など幅広く知ることで覚えて良かった。など	講義	12
		知識の整理	フロイトの構造論と局所論が整理できて良かった／わかっているつもりでいたが、話を聞いていくと、まだわかっていないところがあり、それに気付けて良かった。など	カンファ	1
	新たな発見	新たな発見があったことに関する項目	自分では思いつかないような新たな発見があった／新たな発見を次の場で生かせると思うので非常にためになる。など	トライアル	2
技法に関する学び	技法の知論的理解	技法についての知識を新しく知ることに関する項目	箱庭の世界から読み取ろうとすることの利点、メリットがわかった／箱庭からどのようなことが読み取れるのかとても勉強になった。など	カンファ	3
			主訴から動作法への導入という流れを知ることができた／を動かす動作法をすべて選択肢を広げることができた。など	トライアル	7
	技法の体験的理解	体験を通して技法について知ることに関する項目	フォーカシングの手続きを知ることができた／フォーカシングにはさまざまなやり方があると知ることができた。など	体験型	10
		ロールプレイを通して、カウンセリングの基礎となる技法を学べた／講義で聞くよりも、やはり体験した方が多くのことがわかってきて、注意点がより記憶に残った。など	トライアル	10	
		実際にフォーカシングを受けることによって、今まで曖昧でしか分からなかったものが少し理解できたような気がした／フォーカシングについては少し触る程度くらいしか学んだことが無かったので、実際に体験ができて良かった。など	体験型	8	
		PGAグループのことは知っていたが、したことはなかったのでも貴重な経験になった／PGAグループを自分が体験することで、他の人たちにやる時でもどういう気持ちで参加しているかなど想像しやすくて、やって良かった。など	グループ	4	
理論に関する学び	理論的理解	臨床的背景にある理論や哲学の知識の理解に関する項目	理論に対する理解が深まった／諸理論の成り立ち方、考え方、エッセンス、クセなどがある程度理解できた。など	講義	14
	歴史性と理論・技法のつながり	理論・技法が創始者の在り方につながっていることに関する項目	心理学者の人生は、その心理学者が作り出した理論の基礎になっていることを知った／諸理論を作り上げてきた学者の生い立ちを知ることができ、それにより理論の考え方が理解できたような気がして、非常に興味深かった。など	講義	6
学び方に関する学び	学び方の学び	学習の仕方を学ぶことに関する項目	カンファレンスはOの置かれている環境や状況を客観的にみる場であると改めて考えさせられた	カンファ	1
			まとめ終わった後、それをまた次の実践に……と繰り返していくことで、技能を身につけていくのだと、目連しが立てられたのでとても意味のある体験だった／知識として学ぶことと実践として学ぶことの違いを感じた。など	トライアル	3
	プレゼンの仕方	資料の提示の仕方についての理解に関する項目	レジュメの内容が読みやすくまとめられていた	講義	1
			どうやって自分のケースをわかりやすく伝えるかも学ぶことができた／提供側からの視点についての提示がはきりしていたので、ディスカッションに深みがあったように思った。など	カンファ	5

Table2. 臨床実践に関する学びの分類

中カテゴリ	小カテゴリ	小カテゴリの説明	項目	分類	セグメント数
クライアントに関する理解	CIの理解	ケースの理解に関する項目	大人の発達障害について、グレーゾーンの善し悪しについて知れた／ケースの環境に自分をおいてみて考えることでケースの理解が進むなど 一緒に考え進むことで一人で抱えなくても大丈夫、一人ではないということを示したかったのではないかと思った／カウンセリングは言葉のやり取りが主なので、向き合っつらさを感じる人もいないのではないかと感じた。など	カンファ	23
	アセスメントの仕方の学習	アセスメント・直立的仕方の学習	見立ての立て方を学んだ。身体の状態からCIの状態をアセスメントすることができることを学んだ。など 身体の状態からCIの状態をアセスメントすることができることを学んだ。動作法のアセスメントの仕方、導入への仕方が学べた。など	カンファ トライアル	11 3
	個別ケースへの関わり方の学び	ケースへの介入の仕方の学習	ケースに対する具体的な介入の仕方の理解に関する項目	CIがやっていることを一緒にやってみることでCIが見ているものを一緒に見てみることの大切さを学んだ。CIの言葉に対し、何か答えるCIなく、一緒に向き合っていくというのがあった。など	カンファ
臨床に対する現状の振り返り	特定のケースへの関わり方の学習	特定の領域のケースへの関わり方に関する項目	境界性パーソナリティ障害の人の付き合い方を学んだ Thと同年代のCIに対してどういう視点を持ってほしいのかを考えられた。成人を持つことがあまりないので勉強になった。など	講義 カンファ	1 3
	特殊なケースへの関わり方の学習	特殊なケースへの関わり方の理解に関する項目	その地域ならではの苦労、困り感について知れた。障害を抱えるCIの苦痛や、人間関係を他者性によって左右されることを思った。など	カンファ	9
	臨床に対する自信の向上	臨床に關して自信を持つことに関する項目	Thの言葉がCIの自覚性を高めることに気づき、これからのケースで生かされればと思った。CIに対してどのように声をかければよいかを考えたことができた。など	講義	1
	臨床の癒しへの理解	臨床の癒し名についての理解に関する項目	このように基礎を固めていくことで、実践をする時の自信につながるように感じた。 がんばりを認めてもらえたり、良い関わりを素直にほめてもらえることはとても励みになる 言い換えなどをしたことでCI自身の気づきがあった場面もあり、少し自信ももつ	カンファ トライアル	1 1
	治療の仕組みの学び	臨床的創造の作り方の学習	特や創造の作り方の理解に関する項目	CIの言葉に多くの意味が含まれていてCIの世界に近づきまでもてた大変だということに改めて気づかされた。人を捉えるところの難しさを改めて感じた。など CI役の人の語りを要約して伝え返すという作業が自分が思っていた100倍難しく感じた。知識として学ぶのと実際に体験するのは全然感じが違うように感じた。など	カンファ トライアル
関係性の理解	セラピストの役割の理解	セラピストの役割がどのようなものかについての理解に関する項目	CIの言葉に「自分自身をCIとどう関係性、立場となるのか考えることの大切さを知った。セラピストの役割という話が聞けたのが良かった。など	カンファ	6
	セラピストとクライアントの関係性の理解に関する項目	関係性が与えるものの大変さを感じた Thの不安や緊張がCIに伝わりCIも緊張するとうことがあった。目の奥をじっと見つめるのは侵襲性が高いので目はそらさないけど視線を逸らすことなど重要な関わり方について学んだ	カンファ トライアル	1 4	
セラピープロセスの理解	セラピープロセスの理解	ケース全体のプロセスの理解に関する項目	プレイの流れがどう流れているかを外からの視点で捉えて教えてもらうのはありがたかった。/ 教員の意見を通してカウンセリング全体の動きが見れるようになったと感じた。など どのようにして面接を勧めていくのかといった流れが把握できた。/ 気づく過程は自分のようなCIに出逢った時に活かせるのでは思う	カンファ トライアル	7 2
臨床の基本的態度の学び	臨床的態度の学習	臨床全般についての態度・関わり方に関する項目	全体を通してこれから臨床にのぞむ上で大事な姿勢をいくつも学んだ。「正解はないということ、ひたむきに向き合う姿勢が大切ということにも気づくことができた。など ごちゃごちゃ考えずすべてを包み込んでいる温かさみたいなものを感じた。/ 行動には必ず意味があることを念頭に置いて、ケースを見ていこうと思った。など	講義 カンファ	5 17
臨床に関する社会的問題への関心	臨床に關する社会的問題意識の醸成	臨床に關する社会的問題意識を持つことに関する項目	CIに合わせる、待つというThの態度を学べた。/ 勝手な思い込みや見出しをCIの気持ちも理解しないままに挿入してしまっ点に反省した。など 遊び、心をほくすことも大切だなと思った	カンファ グループ	1 1
	臨床に關する社会的問題意識の醸成	臨床に關する社会的問題意識を持つことに関する項目	障害を持った子供たちの支援体制を改善の必要を改めて感じた	カンファ	1
心理療法の意義の理解	心理療法の意義の理解	心理療法でどうしてCIが変化するかについての理解に関する項目	将来のビジョンが明確になることで母親も楽になることを学んだ 話すことでの問題に向き合ってみようと思うこともあり、語ることの重要性を感じた	カンファ トライアル	1 1
	クライアント体験	CIの体験	CIがどのような体験をするのかについての体験的理解に関する項目	CIの気持ちや体験をできたのはよかった。/ 話を真剣に聴いてくれているということが単純に嬉しかった。など 言葉で知っていただけだったので、今回参加して実際に参加する側の気持ちを知ることができて、すごく貴重な体験だった	トライアル グループ

Table3. セラピスト自身に関する学びの分類

中カテゴリ	小カテゴリ	小カテゴリの説明	項目	講義の種類	セグメント数	
見方の広がり	多様な見方・考え方の獲得	いろいろな物事の見方・考え方の学習に関する項目	様々な理論、治療者、OIがあるのだと感じ、十人十色とはこのことが分かった 自分の視点からだけでは見えないことを様々な観点から指摘されたのでとてもためになった／1つの視点に捉われず、広い視野でみることの大切さを学んだ など 人の話を聞くことによって広い視野をそれぞれ共有できるのではないと思う	講義	1	
		新しい見方の獲得	これまで持っていなかった新しい見方を知ったことに関する項目	疾患によって症状の好き嫌い(苦手・得意)な分野があるというのを学んだ／Thは好き嫌いなど関係なく、またそのような区別をしてはいけないのかと思っていたため、先生でも好き・嫌いはあるのだということを知り、安心した など 普段プレイをするOIに重きをおきがちになるが、家族全体を見直す視点が変わってくる感じた／他人の着眼点を知ることにより違った見方、感じ方があるのだと思えた など 悩みに対して1つの方向からしかみていなくて、Thの提案があり、新しい視点を見つけることができた／自分の全く考えていなかった意見があり、考えが深まった など	グループ	1
自身に対する気づき	自身の振り返り	自分自身を振り返ることに 関する項目	これまで悩んでいたことや、気づいていなかったことなど、新たな視点でプレイを振り返ることのできる良い経験になった／自身の素直な部分が出たような気がして、他の事例提供者のケースでも自身を見直す良い機会となった 講義の中で指摘をされて、学ぶこと、見つめなおすことができ良かった／自分についてあまり考えないことが多かったので、自分と向き合えるいい機会になった 改めて自分を見つめなおすことができた OIとして自分を見つめなおすことができる良い機会だった／自身と向き合う時間があつた	カンファ	10	
			自身の再確認	自分自身の話し方や相づちのタイミングを意識化を通して分かった／自由に話したことで、無意識化に合った感情や思いなどが上がってくる感じがして、「自分はこんなふうには思っていたんだ」という気づきがあった など 様々なワークショップを通して自分への気づきまでも見ることができ、これからの臨床活動にも役立ちそうだと感じた／自分の得手不得手を知ることができた など 自身の性格傾向や考え方について少し知ることができた／自分の性の傾向や考え方について少し気づいたような気がする など OIの言葉に対して考えないといけないという気持ちになった	グループ	2
	臨床における自身のテーマへの気づき	自身の臨床上のテーマについての理解に関する項目	余話の「間」が非常につまらかった／自分のまますかた点、改善すべき点を見つけることができた など	カンファ	4	
	自身のテーマへの気づき	自分のテーマに気づいたことに関する項目	勉強不足を痛感した／今まで理論を勉強してきたつもりだったが、全然理解できていなかったというのが正直な感想だった 自分の気づきがあった 自分が感じていることを言葉にすることが苦手な人間であるということがわかった／自分の体に注意を向ける難しさも感じ、「よくわからない」というのもあった	講義	2	
	自身の臨床観の構築	自分なりの臨床観を作り上げることに 関する項目	OIとThの関係性は「相互性」が伴っているからOIに変化が起きるのではないだろうか／今後自分がThになるときに、基礎となるものを学べし、一番自分が大事にしたいと思うこともたくさん学べた など 教員が2つの視点を上げていたが、もう1点あるのではないと感じた。	講義	3	
	自身の状態の理解	自分の心身の状態に気づくことに関する項目	肩の力によく気づけるようになった／日頃、どのような体の調子なのかを覚えていっていたので、自分の中に多くの感覚があることに気づけた／自分の感覚を感じることができたのはとてもためになった など	カンファ	1	
他者との肯定的関係	他者との安心できる関係の構築に関する項目	他者との安心できる関係の構築に関する項目	ワークを通して関係がほぐれていく感覚を実感できて良かった／すぐに緊張もどけて楽になることができた など	グループ	4	
		他者との交流	他者との交流を深めたことに関する項目	みんなの指も一緒に取った／同級生のみんなと雑談を深め、遂に1時間程共有できて良かった など	グループ	4
		他者との体験の共有	他者と体験がシェアできたことに関する項目	ロールプレイを体験した後に、他人の意見を共有することがよかった 体験の共有をグループでできたのがよかった 特に意識していなかったが、OIと一体となれる場が良かったという気づきももたらされた	グループ	1
自身の変化	心身の肯定的変化	他者から認められる体験をしたことに関する項目	みんなの良さを考えることができ、みんなに認められた	グループ	1	
		自身の肯定的変化	気持や身体の肯定的な変化がもたらされたことに関する項目	自分の体が強いため姿勢を取ることすら楽になったが、動作法を行って正しい姿勢に戻すことができた／悩んでいた体を緩めることができた など とてもリラックスでき、落ち着いて、眠くなくて／疲れた、と同時にエリカ先輩ももたえて「良かった」 など 少し流れた気持ちいいけど、本日のセッションを通して気が紛れた	グループ	1
		自身の変化	心身の肯定的変化	自分の体が強いため姿勢を取ることすら楽になったが、動作法を行って正しい姿勢に戻すことができた／悩んでいた体を緩めることができた など とてもリラックスでき、落ち着いて、眠くなくて／疲れた、と同時にエリカ先輩ももたえて「良かった」 など 少し流れた気持ちいいけど、本日のセッションを通して気が紛れた	グループ	1
他者理解	他者理解	他者を知ることに関する項目	自分にも良いところがあると知れた。受け入れの作業ももていきたい／もっと自分は自分をオープンにしていけるのではないかと気が来た	グループ	2	
		他者との体験の共有	他者との体験がシェアできたことに関する項目	楽しめたみんなの色んな面が見えて、知ることができて、自分のフィードバックもあり、有意義な時間を過ごせた／他人の新たな側面を知ることができて良かった など	グループ	11
		学びに対する肯定的態度	学ぶことへの積極付けの向上	この講義を受けて少しずつ色々学んで、もっとこの分野について調べてみようと思うきっかけになった／これをきっかけとしてもっと深くとも広心理解法について知識を身につけていかなければならぬと思った など まだ届かないので、もっと勉強してみたいと思った	講義	6
自己表現	自身の気持ちや考えを表現できたことに関する項目	相手意識の緩和	動作法に対する相手意識が緩和された	グループ	1	
		自身の気持ちや考えを表現できたことに関する項目	自分の気持ちや考えを率直に表現することができた／自分の身近な人にも率直に話を率直に語り合ったり、相手の良さを伝えたというとても大切な気づき	グループ	2	
		安心できる環境の構築	安心できる環境が作られていることに関する項目	円になり講義を聴めていく方法は、壁がなくなったような感じがして、とてもリラックス、集中できる	講義	1

世界に対する見方や関わり方の変化、「学びに関する肯定的態度」のような学ぶことに関わる態度の変化などが含まれている。

セラピーでは臨床の知識や技術の問題だけではなく人としてのセラピストが浮き彫りになる局面がよく見られる。増井（2006）が「われわれの何らかの理論や技法は自己体験としての「自己」というフィルターを通さないとそれらは単なる枯れ木の寄せ集めとさえなり、生きた理論や技法になりにくいものです。それゆえ、我々の仕事は「自己探索」の心理臨床での活用と言える本質的側面を持っています。」と述べているように、セラピーでは「自己」というフィルターを通してはじめて生きた実践が行えると考えると、セラピスト自身が「人」としてどんな癖や考えを持っているかという自己探索はセラピスト訓練では重要になってくると考えられる。

同時に、人として他者から受け入れられたり、他者を信頼できる体験を持つことは、人が人を癒すということがどのようなことなのかを実感を持って学ぶ重要な機会である。「セラピスト」としての成長を促す前に「人」としての成長を促進する『Ⅲ. セラピスト自身に関する学び』は、セラピスト訓練における重要な作業であると考えられる。

### 3 軸間の特徴

次に、3つの軸のセグメント数とパーセントを算出した結果を Table4に示す。

Table4. トレーニング内容ごとのカテゴリー数とパーセント

	Ⅰ.知識・理論・技法に関する学び		Ⅱ.臨床実践に関する学び		Ⅲ.セラピスト自身に関する学び		合計
	セグメント数	パーセンタイル	セグメント数	パーセンタイル	セグメント数	パーセンタイル	
講義	36	62.1%	7	12.1%	15	25.9%	58
体験型講義	18	50.0%	0	0.0%	18	50.0%	36
ケースカンファレンス	10	7.5%	98	73.7%	25	18.8%	133
トライアルカウンセリング	22	21.0%	57	54.3%	26	24.8%	105
グループ体験	4	11.1%	2	5.6%	30	83.3%	36
合計	36	13.1%	157	57.3%	81	29.6%	274

軸ごとに見ると、『Ⅰ. 知識・理論・技法に関する学び』は講義で多く見られ、体験型講義でも半分のセグメントがこのカテゴリーに含まれた。一般的な知識や理論については講義が、技法については体験型講義が非常に有効であることが考えられる。

『Ⅱ. 臨床実践に関する学び』の効果はケースカンファレンスやトライアルカウンセリングで多く見られ、これらの訓練では実際の臨床に結びつくような学び

が得られるようである。ケースカンファレンスでは実際のケースの見方や関わり方を学ぶ機会となり、トライアルカウンセリングではクライアントがどのような体験をしているのかを知ったり、自身の話の聞き方の癖に気づく機会となったと考えられる。

『Ⅲ. セラピスト自身に関する学び』はグループ体験で多く見られ、次いで体験型講義で多く見られた。グループ体験は自分のことを振り返る体験につながり、体験型講義では自分自身の感覚や状態、特徴に目を向ける機会となったと考えられる。

### 訓練間の特徴

次に、訓練ごとの結果について見てみると、講義では『Ⅰ. 知識・理論・技法に関する学び』が多く見られた。

体験型講義は『Ⅰ. 知識・理論・技法に関する学び』と『Ⅲ. セラピスト自身に関する学び』が半々であり、知識や技法の学習と自分自身に対する気づきの両面に働きかけるものであることがわかった。

ケースカンファレンスやトライアルカウンセリングは『Ⅱ. 臨床実践に関する学び』が多くみられた。

グループ体験は『Ⅲ. セラピスト自身に関する学び』が多く見られた。

これらの訓練ごとの特徴の違いは各訓練で得られる学びの種類には違いがあることを意味しており、どのようなことを学んで欲しいかという訓練目標によって訓練を選択する必要があることが示唆された。

また、同じ『Ⅰ. 知識・理論・技法に関する学び』に分類されていても、知識や理論を知ることに対しては講義が、技法の習得に対しては体験的講義が有効であったり、『Ⅲ. 臨床実践に関する学び』でもケースへの関わり方を学ぶにはケースカンファレンスが、クライアントの体験やセラピーの難しさを体験的に学ぶにはトライアルカウンセリングが有効であるなど、同じ軸の中でも訓練の種類によって得られる学びは異なることが示唆された。この3つの軸を満遍なく含む訓練プログラムを作ることが、バランスの取れたセラピストに育つ上で重要なことである。

### まとめと課題

以上、本研究で得られた知見をまとめると、①セラピスト訓練の大枠となる3つの軸が明らかになったこと、②それぞれの軸にどのような訓練が含まれるのか

が明らかになったこと、③3つの軸とカテゴリーを整理したことで各訓練がどのような特徴を持っているのかが明らかになったことの3点である。

また、何の全体像も無くカリキュラムに訓練を配置するのではなく、本研究で明らかになった訓練の特徴をもとに訓練の目的による訓練内容の組み合わせを工夫し、系統的な訓練プログラムを考えていく必要性があることが示唆されたことも重要な点であると思われる。

今後の課題としては、第一に本研究では学外実習などの訓練についての効果が含まれていないことが挙げられる。セラピスト養成のカリキュラムの中で重要な訓練の一つに学外実習がある。現場に出ていって実際の臨床を体験することや現場のスタッフから指導を受けることは大学内では得られない多くの経験を得る機会となる。実際、学生からは学外実習での体験から職場を選んだり、学外実習でのスタッフのコメントから多くを学んだという言葉はよく耳にするところである。このように、学外実習は学生にとっては大きな学びの場と考えられるため、今後は学内外の実習も含めて研究を進める必要がある。

第二に、結果の一般化の問題がある。本研究は特定の大学におけるデータをもとにしており、訓練内容もその大学、あるいはその大学の教員が行った内容に対するものとなっている。一言で講義や体験学習といっても大学や教員によって教える内容は異なり、ケースカンファレンスの在り方も大学によってまちまちである。また、データ数も少ない訓練では10名程度であり、さらに多くのデータを集める必要があると考えられる。より一般的な結果が得られるよう複数の大学での共同研究の形を取ることや継続的に研究を続けていくことが必要である。

第三に尺度化の問題がある。本研究の目指す先にはセラピスト訓練の効果を測定する尺度を作成するという目的がある。本研究をもとに尺度を作成し、数量的に訓練の効果を測定、分析していくことで、より実証的にそれぞれの訓練の特徴を明らかにできると考えられる。

## 引用文献

- 葛西真紀子・土橋佳奈美：初心者カウンセラーの変容過程—特にケースカンファレンスに着目して—、鳴門教育大学研究紀要、27、169-183。
- 増井武士（2007）：「自己学」としての精神療法、治療的面接への探求1、人文書院、49-62。
- 村山正治・下川昭夫・中田行重・鎌田道彦・田中朋子：臨床心理学の体験的教育としてのエンカウンター・グループ—大学生の対人関係の促進効果もふまえて—、総合人間科学：東亜大学総合人間・文化学部紀要、1（1）、81-91。

森田美弥子・中原睦美 (2004)：ロールシャッハ法教育における「専門家によるテスト体験」導入の意義, ロールシャッハ法研究, 8, 61-70.

鶴飼啓子・藤崎春代・島谷まき子・渡邊佳明・山崎洋史・松永しのぶ・田中奈緒子・木村あやの (2010)；試行カウンセリング実習の可能性と考慮点の実証的検討Ⅰ—体験についての予備調査—, 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, 12, 1-12.

## 追記

なお、本研究は2017年に行われた日本心理臨床学会第36回大会で発表したものを加筆修正したものである。指定討論を担って頂いた藤原勝紀先生には厚くお礼申し上げます。