

心理支援面接の学習における困難を乗り越えるための覚書

今 田 雄 三

(キーワード：心理支援、専門家教育、カウンセリングの条件、呪術的思考)

1. はじめに

筆者は先に川端(2008)が日本の臨床心理学教育の抱える課題、特にカウンセリング教育の問題として、「はっきりとした理論的背景に基づく心理療法ではなく、どこか輪郭のはっきりしないカウンセリング教育が主流となって」おり、「根拠の分からない、時には滑稽とも、奇異と言えるような『教え』がまことしやかに信じ込まれている」と指摘したことに注目し、何故そのような奇妙な現象が蔓延するのかについて、日本における異文化受容のパターンを援用して論じた(今田, 2012)。しかし、その後も心理支援の実践者を目指す初学者の間でその種の「迷信」的な、あるいは「都市伝説」的な風説の流布が減るどころかますます増殖しているとの印象が強く、看過できないように思われる。しかし現状をただ憂えていても仕方がないので、現実的な対策を改めて講じていきたい。この種の自然発生的に発生し、拡散している「教え」については、ただ否定したり学習者の無知蒙昧を叱責しても根本的な解決にはならないことは先に論じた通りである(今田, 2012)。有効な方策を見つけるためには、まず臨床心理学やカウンセリングを学ぶ者たちにどうしてこの種の「教え」を無批判に受け入れ(というか、そもそも「それって本当なの?」と疑ったり、見極めようとする姿勢すら希薄であるような印象を受けるといのが筆者の正直な実感である)、不気味なほどに浸透していくのかについて、改めて掘り下げて考えていく。そして、どうすれば曖昧で根拠の薄弱な「教え」に頼るのではなく、対人援助のための基本の基本を身につけてもらえるのかを考えたい。具体的には、誤った「教え」を上書きするための概念を平易な言葉で紹介することに努めることになるだろう。

2. 「カウンセリングの教え」とは何か?

先の論考の中で、筆者は潜伏キリシタンの精神歴史学的研究(老松ら, 1992)を援用し、日本人にとってきわめて異質な精神性を持ったキリスト教が伝来し、キリシタンの信者がそれを受容していく際に、キリスト教にとって本質である筈の原罪思想や父性的な教義などが変容し、日本人にとって受け入れやすい循環的で母性的なものとなっていったのと同様、臨床心理学やカウンセリングといった「異文化」の受容に際して、学習者たちのコミュニティ内でのインフォーマルなやりとりの中で、いつしか教科書や教員の指導よりも影響力の強い「教え」が形成されていったのではないかと推察した(今田, 2012)。このようにしていったん出来上がった「教え」は、「型」を重んじる日本人の心性と絶妙にマッチするが故に独り歩きしながら作用が増幅され、その内容の正否に関して疑問を持つことすら憚られ、ただひたすら遵守しなければならない戒律のような性質すら纏ってしまっているようである。筆者としては、この「カウンセリングの教え」の成立過程についての仮説にはかなりの説得力があるものと自負しているが、今回見直してみるとやや足りない部分があると感じられた。要するに「何故このような奇妙な『教え』が形成されたのか?」については一定の理解は得られたものの、「どうすれば、この種の『教え』ではなく本来の正しい知識に即した臨床実践に取り組めるようになるのか?」について、些か掘り下げが足りないのである。川端(2008)は臨床心理学教育における現状を改革するための提言として8つの項目を挙げているが、これはセラピストの思考的な側面に焦点を当てたものであり、面接過程が論理的かつ統制されたものとして機能させるための具体的なノウハウを網羅したものである。筆者は、むしろ初心セラピストの不安をいかに低減して、セラピストの主体性を生き生きと発揮されることが出来るかに注目し、6項目からなる提言を試みている(今田, 2012)。いずれも、内容としては適切で、的を射た指摘であることは確かなのだが、「果たして、現在カウンセリングを学んでいる者たちがこれらの提言を読んだとして、どの程度その心に響くのだろうか?所謂『目からウロコが落ちる』とか『憑きものが落ちた』ように物事の捉え方が変容するのだろうか?」と自らに

問い直すと甚だ心許ないものがある、というのが正直なところである。我々大学院で専門教育に携わる教員は成書にもとづいて、原則的で正しい知識を適切に伝えている筈であるが、それでも時として「正しい知識」よりも怪しげな「カウンセリングの教え」の方が学生への影響力や説得力が強いことを実感せざるを得ない場面を、例えばスーパービジョンやケースカンファレンスにおいてしばしば目撃することになる。奇妙といえ実に奇妙なことであるが、このような現象が生じている背景にもう少し肉薄し、まっとうな学習に立ち戻るための方策を見つけ出さねばならない。以下に、筆者によるさらなる論考を述べていきたいと思う。

3. 「カウンセリングの教え」を生み出す文化的背景について —— 棚上げ・祭り上げ・神格化 ——

心理支援の実践に取り組むためには、当然ながら高度な専門教育を受け、理解することが求められる。しかし残念ながら専門的な心理学の諸概念というものは必ずしも学習者にとってわかりやすいものではない。精緻な学問体系とは格調高くも難解であり、それを学ぶ者にとって「自分の頭が理解を拒んでいる」かのような感覚に陥る瞬間も少なくないことだろう。難解な概念を論じた難解な言葉とは、一種の「呪文」のようにさえ感じられはしないだろうか。些か突飛なことを言うようであるが、「カウンセリングの教え」なるものが不合理で、ある種の畏れの感情を伴うという点からして、「呪術的思考」に近いものだと考えるのが妥当であろう。いきなり「呪文」だの「呪術的思考」といった言葉が出てきて些か当惑される向きもあるかと思うが、竹内・宇都宮（2010）は「根強くかつ広範囲に人々の日常生活の中に浸透している『呪術』」に注目し、東京都23区内で調査を実施し、現代社会に息づく呪術意識を浮き彫りにしている。その中で取り上げられたのは、たとえば「節分で豆を蒔いて邪気を払う」とか「おみくじを引いて吉凶を占ったり」とか、あるいは「葬儀に参列したあと塩で身を清め、友引には葬式を避け仏滅には慶事を避けるなどといった行為」など、現代の日本人にとって合理性を感じる訳ではなく、必要不可欠でもないにもかかわらず、半ば無自覚に行っており、また物事の判断や決定にも影響しているさまざまな「呪術」意識と行動についてである。

ここで私も竹内らに倣って現代人にとっての「呪術」的なるものの影響について少し論じてみたい。たとえば日本人にとって比較的馴染みのある「お経」は、現代においても一種の呪文として人心に作用を与えているように思われる。現代のごく平均的な日本人にとって、仏教といえば葬儀や法要の時くらいにしか接点がないであろうが、僧侶がお経をあげているのを聞いて内容を理解できる一般人はほとんどいない。それでも何かしら聞く者にとって「ありがたい」という気持ちを伴うことを完全に否定することは難しい。いくら合理的精神の持ち主であっても、自分の近い身内が亡くなった際、「迷信に過ぎず意味がない」と断言して葬儀を執り行わないとか、僧侶にお経をあげてもらうのを拒むという人はめったにいないだろう（もちろん仏教以外の信仰を持っており、そちらの形式に則って葬儀を行う場合は別として）。かように現代人であっても、生活の中のある局面では必ずしも合理的ではない心理的動機により行動を選択することは特に珍しくはないということに、我々はもう少し関心を払うべきなのかもしれない。

ところでお経の中でも「般若心経」はかなり広く知られており、全文を誦んじることの出来るという人は結構いるように思うが、般若心経を「音声」として聞いても「意味」に直結させることは現代の一般人には甚だ難しい（というよりほぼ不可能であろう）。僧侶の方に法話などでわかりやすく解説して頂ける機会があって初めて「なるほど、そういう意味だったのか！」と理解できるのが普通である。このように、現代人にとってお経とは「理解できないもの」ではあるが、同時に「何となくありがたいもの」でもある。このように「よくわからないが、ありがたい」という性質を伴っているのがまさしく呪術的な言葉＝「呪文」なのである。ちなみに仏教はインドから中国を経て日本に伝来したという経緯から、日本では仏典（お経）はサンスクリット（梵語）を漢文に翻訳したものが普及している。もちろん現代日本語訳した仏典も存在しているが、僧侶に現代日本語でお経をあげて頂いても大抵の人はあまり有り難く感じないのではないかと（筆者が耳にした際の経験では、確かに意味はよくわかるのだがそのためにかえって「ありがたみ」が少ないような、奇妙な感覚を味わった）。日本においては、お経は漢文を素読する形式で読まれることが一般的である。それですら既に現代人にとっては馴染みがなく十分に「呪文」として作用するように感じられるが、さらに「般若心経」の最後の部分はまさしく呪文そのものであり、サンスクリットの音のままで「ギャターギャターハーギャターハーラーソーギャターボーソワカー」と読み上げるように指示されており、聞く者にとって意味不明であればある分だけ一層呪術としての威力を増すのである。

ここで話を「カウンセリングの教え」に戻すと、難解で意味を理解できない概念や言葉に接した時、人はしば

しばはそれに正面から対峙し、時間をかけてとことん理解して自分のものとするのを回避して、「自分には計り知れぬ尊い教えである」という扱いをするという場合があるのではないか、という考え方を提唱してみたい。要するに、理解することを棚上げし、あたかも呪文のように唱え、信仰の対象のごとくに扱ってしまうことで、その結果として原典の内容と著しく食い違ってしまうという現象が生じるのではないかということである。さらに噛み砕いた言い方をすれば、自分に理解できぬ難解な概念を理解する努力を「棚上げ」し、しかもその棚というのが実は「神棚」であって、その難解な概念を「神格化」し、「理解する」のではなく「信仰の対象とする」、という形式で遇するというパターンを日本文化の中に持ち合わせているのではないか。よく知られている話だが、藤原氏との権力闘争に敗れて左遷され不遇の死を遂げた菅原道真が祟り神となって仇をなすことを恐れた権力者によって、「天神様」として祀られ、今や学問の神様として受験生の参拝が引きも切らない。要するに、得体の知らないパワーを持った存在を放置しておくで自分たちが大変な目に遭うかもしれないので、祭り上げることで「神格」を与え、自分たちを守って頂こうというのが日本文化におけるスピリチュアルなレベルでの防衛策になっているということである。そして「神サマ」に守って頂いている人間は、「信仰」を捧げることを求められるのである（信仰を怠るといつ祟られても文句は言えないのである）。

この図式を当てはめてみると、海外からやってきた「カウンセリング」とか「心理療法」に対し、人の心に対する相応の効果・影響・危険性といった「威力」の存在するらしいことが認識された。しかしその背景にある学問体系はややこしく難解であり、たやすく理解・吸収しがたいものであると感じられた。そこで学習者の心の深層では、学問として深く理解することをとりあえず「棚上げ」し、「神格化」することで呪術的なパワーが発揮されることを期待し、その対価として「教え」に対する信仰を守ることを自らに課した、という想像は突飛過ぎるだろうか。あまりにも前近代的で「今どきばかばかしい」と感じる向きもあるかもしれないが、この種のスピリチュアルなレベルの文化的伝統というのは、竹内・宇都宮（2010）の実証的な研究からも明らかのように、現代人が考えるよりはずっと根強く強固に人々の心や生活全般の中に浸透している。しかも、この種の境界的な習俗とどのように付き合ったらよいかに関し、心理的な「免疫」の乏しい現代の若者が、知らず知らずに古めかしい呪術的思考にいつの間にか絡め取られてしまうというのも案外不思議ではないように思われる。「呪術」だとか言うと怪しげに聞こえるかも知れないが、要は「得体が知れないがもの凄い力を有する存在と契約を交わし、一定の型を取ることで効果を発動する」ようなイメージだと思って頂ければいい。この種の行為は今どきの子どもや若者がゲームの中で毎日のように体験していると思われる。だが残念ながら面接室ではこの種の呪術や魔法の効果は発動してはくれないのである（呪術的思考は英語では *magical thinking* である）。カウンセリングとは魔法の力ではなくて、自分の心と頭をしっかりと使って行すべきものなのである。心理支援を学ぶ大学院生諸氏は、知らず知らずのうちにこの種の呪術的思考に陥っている可能性が今回示唆された訳である。「カウンセリングの教え」に乗せられてしまうのは、要するに「中二病」的にイタイ姿を曝してしまうことに等しいのだと学習者は自覚した方がよいのではないだろうか。

4. 「カウンセリングの教え」をいかに無効化するか —— 「幽霊の正体見たり枯れ尾花」 ——

もし前項で想定した図式にカウンセリングを学ぶものが集団で影響され、一種の心理的感染を起こしているのだとすれば「カウンセリングの教え」を無効化するのはなかなか手ごわいことのように思われる。だが発想を転換すれば全く手立てはない訳ではないだろう。この際「有り難いもの」として理解を棚上げして神格化するという方略の土俵にこちらから上がってしまうのは避けた方がよい。「鯛の頭も信心から」と言われるが、信心の伴わない猫にとって、鯛の頭はただ即物的に食物でしかない。「ありがたい」と思わなければ、それは只のモノでしかない。「幽霊の正体見たり枯れ尾花」という言葉がある。暗がりでも何やらユラユラしているので恐ろしく思うが、よく見れば只の植物に過ぎない。別に枯れ尾花に怪しげなパワーがある訳ではなく、人間が「怖い」と思い込むから幽霊が出たように錯覚するのである。こういった例と同じで、「理解できず、恐れて、神格化して、信仰する」という図式のどこかの段階に楔を打ち込んで「呪術」を解除させ、現実に戻れる機会を作ればよいのである。学習者たちが思わず知らず、呪術的思考のような「教え」に頼ってしまうのは、自分なりに一生懸命勉強しようとしてもよくわからない、そうした心の隙間にか都市伝説的な伝聞が入り込むことで、かりそめにでも不安を鎮めようとしているのかもしれない。もし「理解できない不安」が全ての発端ならば、生硬かつ難解な言葉ではなく、聞けば初学者でも自分の体験に照らして腑に落ちるような平易な言葉で、カウンセリングにおいて面接者が留意すべき具体的な事柄を「伝わる言葉」で届ける工夫を我々教員はもっとしなければな

らないのではないか。以下にその最初の試みとして、以下ではカウンセリングの根幹となる理論について平易な解説ないしは「21世紀訳」のようなものを目指して解説を試みたい。

5. Rogers (1957) のカウンセリングの条件を読み直す

まずここで、Rogers (1957) が提唱した、有名な「パーソナリティ変容の条件」の日本語訳を提示しておく。

- (1) 2人の人間が、心理的な接触を持っていること。
- (2) 第1のひと——この人をクライアントと名づける——は、不一致の状態にあり、傷つきやすい、あるいは不安の状態にあること。
- (3) 第2のひと——この人を治療者とよぶ——は、この関係のなかで一致しており、全体的に統合していること。
- (4) 治療者は、クライアントに対して無条件で積極的関心を経験していること。
- (5) 治療者は、クライアントの内的枠組みについての共感的な理解を経験しており、そしてこの経験をクライアントに伝えるように努めること。
- (6) 治療者の共感的理解と無条件の積極的関心をクライアントに伝えるということが、最小限達成されること。

これはあまりにも有名で、心理支援に携わる者でこれを知らない者は「モグリ」の誹りを受けても反論できないであろう。実際、大学院入試や資格試験においても再三出題されており、「受験対策」としてこの文章を半ば暗記している人がいても不思議ではない。ただし強調しておきたいのは、このRogersの「パーソナリティ変容の条件」を一言一句暗記していたからといって、それだけでいきなりカウンセラーがつとまる訳では全くない、ということである。もしそんなことが実現したら、それこそ呪術か魔法の類いであろう。Rogersの「パーソナリティ変容の条件」とは、ただ読むだけ、ただ暗記するだけ、ただ内容を一応知っているだけでカウンセリングの実技として役立つものではない。内容を理解し、自分の面接の中で具体的にどんな形で使いこなすのかを、面接を実施し、それを振り返る往還の作業の中で身につけていくしかない性質のものである。以下では、カウンセリングを座学として学び、これから実際に自分が初心カウンセラーとして面接を担当し始める段階の人たちに向けて、Rogersの「パーソナリティ変容の条件」を改めて読み直すことで、カウンセリングを学ぶ上での初動において、妙な思い込みや勘違いが生じないことを願って解説を試みたものである。読者諸兄のお役にたてれば甚だ幸いである。

(1) 条件の第1項について

まず(1)について見てみると、全く難解な文章ではないように思われる。素直に読めば「パーソナリティ変容は1人では成し遂げられない。誰かと心理的な接触を持つことが必要である」ということを述べているだけである。しかし、筆者がこの論文の執筆において大切にしたいことは、「このシンプルな言葉からどのようなメッセージを読み取ることが出来るのかを、カウンセラーを目指す人たち一人一人に考えてもらいたい」ということである。それを通して、我知らず呪術的な思考に陥ってしまいそうなるのを解除し、自分の心で感じ、自分の頭で考え、自分の足で立った、「地に足を付けた臨床」に取り組めるようになって欲しいということである。

さて筆者は、この短い一文から「カウンセラーである自分は、カウンセリングを行うに当たって、なくてはならぬ存在である」というメッセージを受け取ったことを率直に読者諸兄にお伝えしたい。自分がカウンセラーとして心理的な接触をもつことによって、クライアントが一人では達成不可能なことが実現される。このこと自体を、まずはセラピスト自身が非常に肯定的なメッセージとして受け止めて欲しい。なおかつ「自分にはそんな大それたことは務まりそうもない…」と最初から萎縮してしまうのではなく、「カウンセラーになれば不可能を可能にする力を持てる」などといった尊大な思い込みには陥るのではなく、自分の果たすべき役割の大きさを受け止めつつ、誠実に取り組んでいこうという姿勢が「自分にとっての自然体」として持てるようにイメージして欲しいと思う。

(2) 条件の第2項について

次に(2)について考えてみたい。これも素直に意味を読み取れば、クライアントは所謂自己不一致の状態にあり、

当然ながら傷つきやすかったり、不安に陥りやすいという事実が述べられている訳である。この記述から考えておきたいのは、クライアントとは「心理的苦境に立たされている人」であり、それを前提としてセラピストはクライアントに関わらなければならないであろうということである。しかし、逆説的な見方をすると、そのような苦境にあることがパーソナリティ変容の条件であるとも読み取ることも可能であろう。「クライアントが辛い状況にあること」という現在のネガティブな状態から、カウンセラーと心理的な接触を持つことによってポジティブな変化につながるというメッセージを読み取ると共に、それを可能にする上でカウンセラーの担う役割の重要性を改めて思い至ることも大切である。

(3) 条件の第3項について —— いわゆる『自己一致』 ——

さらに(3)に関しては、いわゆる「カウンセリングの3条件」の一つである『自己一致』について述べられている。また「全体的に統合していること」という言葉はなかなか難解である。そもそも「全体的に統合している」状態になることなど、生身の人間にとっては実現不可能なことものようにも思われる。そのような気持ちになるとこの文章の真意を読み解こうとする意欲が損なわれ、容易に「棚上げ」や「神格化」が生じそうな気配が漂ってくる。それを防ぐために、格調は著しく低下してしまうが、誰にでもわかるように意識（超訳？）して、「セラピストはクライアントと関わっている間、気持ちや言動がブレずにいられること」と言い換えた方が実感を持って伝わるのではないだろうか。残念ながら我々凡人は、しばしば現実生活の対人関係において「ブレてしまう」ことが少なくない。というより「ブレまくってしまっている」というのが正直な実感ではないのだろうか。弁解する訳ではないが、現実生活において我々は様々なしがらみにより、そう簡単に“genuine”ではいられないことが多いのである。よって、「面接場面の中で、しっかり『自己一致』しているようなカウンセラーでありたい」という直球勝負な目標を設定してしまうと、いざ面接に臨んだ際にこの目標では抽象的過ぎて、何を、どう工夫すればいいのか検討がつかなくなって、いつの間にかカウンセラーは心の中で『自己一致』『自己一致』…という呪文を唱える結果に陥ってしまいやすくなる（呪文としての効力を高めたければ、“genuine, genuine…”と原語で唱えた方がよいかもしれない冗談はやや不謹慎だろうか）。このように、理想的かつ抽象的過ぎる概念を生身の人間がいきなり実現しようとする愚は避けた方がよい。要するに「完全無欠の状態」をいきなり達成させようという発想は捨て、その逆に『自己一致』を妨げる要素をいかに避け、排除できるかを念頭において「ネガをつぶしていく」方が実現しやすい目標設定であるだろう。具体的には、「カウンセリング場面に日常生活のしがらみを持ち込んでしまっていないか」とか「面接中に自分がブレてしまっていたり、ブレそうになった時にはスルーしてしまっていないか。もしそうなら少なくともその回の面接の中で気がつけるように、まずは心がける」といった、具体的なチェック項目、注意事項に落とし込めれば、「抽象的な言葉の魔力」に踊らされることは少なくなる筈である。

ちなみにこれはあくまで筆者の考えた一例に過ぎず、唯一絶対の正解などではない。読者諸兄にあつては、間違ってもこの筆者の挙げた一例を「神格化」したりせず、「自分の言葉でRogersの条件を語れる、考えられるようにする」ことを目指し、どんどん「自分訳」のRogersの条件の解釈を考えてみて欲しい。

(4) 条件の第4項について —— いわゆる『無条件の積極的関心』 ——

(4)もまた有名な3条件の一つ『無条件の積極的関心』について述べられたものである。これもまた万全に実現することは甚だ困難な事象である。現実には人間は概ね「条件つき」で関心が積極的になったり、反対に消極的になってしまうことは説明するまでもなく我々が日常的に経験しているところである。面接を行う50分の間、全く滞るところなく『無条件の積極的関心』を貫くことが容易に可能と考えること自体、やや現実離れしている。ただし引用した文章をよく読むと「無条件で積極的関心を**経験していること**」とあり、ここから糸口がつかめそうである。「**経験している**」という表現からは、カウンセラーが力業で『無条件の積極的関心』を成し遂げねばならない、というイメージではなく、「ふと気がつく自分はクライアントに対し無条件で積極的関心を経験していた」というニュアンスが感じ取れる。要するに、『**無条件の積極的関心**』とは**能動的に行うものではなく、受動的に体験される類のものである**と捉えた方がよいことになる。なおこの種の受身性は、日本の伝統的な対人関係における「我を張らずに、素直に相手の話に耳を傾ける」といった感性と比較的共通する部分が見出せるため、意外とクライアントの話聞く際の「自分の心のバランス」を掴むのは困難ではないかもしれない。日本語特有のふわっとした言い方になるが「肩の力を抜いて、自然体でクライアントの話に耳を傾ける」ことを心がけると、案外よい感じで面接が進められそうである。

ところで「カウンセラーとしてどうあるべきか」という議論に先立って、そもそも自分の関心の幅がどのようなものであるのかを学習者は事前に自己分析しておく方がよいかもしれない。「普段の自分は関心の幅が狭い」という人が、カウンセリングの時にだけ「例外的にクライアントへの関心を強く持てる」と考えるのはとっても嘘くさいことになる。もし他者や物事全般への興味の幅や熱量が小さめだと自覚した人は、まず自分の関心を育てることから取り組む必要があるだろうし、そもそも自分がカウンセラー（心理支援職）に向いているかどうかを虚心坦懐に自らに問うてみたほうがよいかもしれない。

(5) 条件の第5項について —— いわゆる『共感』 ——

(5)にも重要なことが述べられている。所謂『共感』についての説明なのだが、実はRogersのいうところの共感是一般人が素朴にイメージする共感とはかなりニュアンスを異にしている。ここでポイントとなるのは、共感的理解の対象が「クライアントの内的枠組み」であるということと、前項と同じく「共感的な理解」とは「経験」する性質のものであるということと、この（共感的理解の）経験を「クライアントに伝えるように努める」とははっきり述べられている点であろう。

さて初学者が「共感とは何か？」をイメージした場合、それは「カウンセラーの心の中で」生じるプロセスであると感じる場合が多いのではないだろうか（図1）。しかし、Rogersは「クライアントの内的枠組み」について、つまりカウンセラー自身のそれとは異なる相手の内的枠組みについて理解しなければならないのであるから、「共感」とはカウンセラーの心の中で生じる現象であるというより、クライアントとカウンセラーの心の「間」に、両者をつなぐものとして架橋され、機能しているが如くにイメージする方が似つかわしいのではないだろうか（図2）。また「共感」とは「経験される」性質のもので、「努力して能動的に行う」訳ではなく、「気がついたら経験していた」という受身的な現象でもある。そのため「カウンセラーが努力すると共感が起こりにくくなる」ということを自覚し、気をつけておかねばならない。少々辛口なことを言うと、面接が始まってからカウンセラーが付け焼き刃的に「共感する努力」などしようとしても無意味だということである。それよりも「クライアントの内的枠組み」、言い換えれば「相手の感じ方や物の見方」とはどんなものなのだろうかと、カウンセラー自身が気持ちを落ち着けて感じ取り、イメージしようとする方がよっぽど有効である。ここでもし相手と自分の違いに戸惑い過ぎたり、不快や嫌悪の情が湧いてしまうと当然だが共感を経験しにくくなるので、そもそも普段から考え方や価値観のあり方を狭く限定してしまわない懐の深さがなければ、いきなり共感を経験することは難しいのである。最後に「共感的理解の経験をクライアントに伝えるように努める」ことであるが、この辺りには正直カウンセリングが米国という異文化からの流入物であるという印象を強く受ける（別にそれが「悪い」というのではなく、日本文化とは趣が異なると指摘しているだけなので念のため）。日本文化におけるコミュニケーションにおいて、口角泡を飛ばして論じ合うことは「品がない」かのようなイメージを持たれがちである。むしろ「以心伝心」という「はっきり言わなくてもお互いの言いたいことは通じ合っている」とか、さらには「不立文字」という「最も肝心なことは言葉では言い表せない、伝えられない」というレベルの信念さえ何となく文化的に根強く共有されている感すらある。ところが、Rogersの条件では「伝えるように努める」ことが明確に示されているのである。正直、筆者自身も面接をしていて、クライアントへの共感的理解の全てを逐一漏らさず、全て言語化して相手に伝えている訳ではない（そんなことをしたら面接がガタガタになってしまうだろう）。では実際どうすればいいのかといえば、「わざわざ言わなくても相手に通じていることは言わなくてもよい」「敢えて言語化して伝えなければ伝わらないことについては、機を逸することなく言葉にする」ようにすればよいので

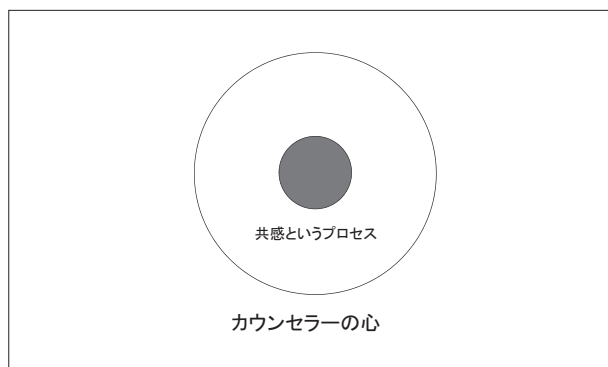


図1 「共感」についての一般的なイメージ

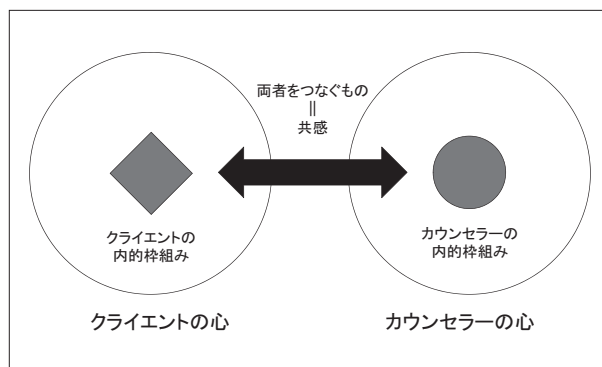


図2 「共感」のより適切なイメージ

ある。筆者はスーパービジョンの際にしばしば口癖のように「自分は非常に難しいことをさも簡単なことのように言ってしまう癖がある」と言い訳することがあるのだが、このフレーズも典型的にその種の発言になってしまっている。言っていることは単純明快だが、いざ実行しようとする場合「これはクライアントに伝わっているか？／いないか？」「自分はクライアントの様子からそれを正しく見極めているのか？／いないのか？」をきちんと把握して、基本的には大外しはないことを確信していないと出来ない芸当であるからだ。その自信がなければ、まずは謙虚にクライアントに尋ねて確かめるべきである。ただし、余りに自分がクライアントの気持ちをつかみ損ねていたことが明らかになって内心恥じ入ることになるかもしれないが、自分の実力がその段階であれば経験を積んで感度と精度を上げるしかない。初心者が最初から何事もうまく出来る訳ではないということは、全く恥じる必要はない。経験を生かして一段階ずつ成長していくことに真摯に務めて欲しい。

(6) 条件の第6項について —— カウンセラーからクライアントへの伝達の達成 ——

(6)についても前項、前々項の引き続きで、カウンセラーの「共感的理解」と「無条件の積極的関心」とをクライアントに伝えるということが、「最小限達成されること」が求められている。改めて精読してみると、Rogersもなかなか悲観的というか現実的というべきか、(5)ではクライアントに伝えるように「努力すること」としているのが、本項目では「最小限達成されること」となっており、「努力すること」＝「達成されること」ではないことを明確に示している。また辛口な指摘になってしまい申し訳ないが、初学者から「自分は頑張りました」ということを認めてもらいたい、そこを否定されると著しく傷ついてしまうような印象を受けることがある。これも筆者のよく持ち出す話の例になるが、「努力する」といってもものすごく幅は大きい。もっとも緩い基準を当てはめれば、この世の中に努力をしない人など一人もいないことになる。逆に最も厳しい基準を当てはめれば、筆者自身を含め「この世の中にいる人間は一人残らず努力が足りない」と評価されてしまうのである。なので努力に関しては、評価する側もされる側も、「この状況で、どの程度の努力が求められており、それがどの程度伴っているのか」という枠組みを離れ、自分の価値観と結びつけ過ぎてはいけなように思われる。「今回の面接ではやや努力が足らなかった」ということはその人自身の人格を全否定するものではなくない。また「まだまだ努力の余地があった筈だ」とやたら要求水準を上げてダメ出し的な指導を不用意に行うことに陥らないよう教員側にも注意が必要だと思われる。こうした点が問題になるのも、おそらく日本文化には「努力を尊ぶ」という傾向が強く、「勝負は時の運」というように「達成」したか否かを突き詰めない、という風潮が根強いからのような気がする（またその反動として、「達成」を強く求め過ぎると、客観的に成果を評価するのではなく「行きすぎた指導」＝パワハラ問題にまで針が振り切れてしまうバランスの悪さを感じる）。

なお筆者としては「クライアントにカウンセラーの経験した気持ちが伝わる」ことが毎回の面接で目指すこと＝「目標」であり、「いかに伝えるか言葉を選ぶ、タイミングを見極める」というのが工夫のしどころ＝「方法」に相当することだと考えているが、初学者の指導をしていると、しばしば「クライアントに伝えようと努力すること」＝「目標」になってしまっている印象を受ける。ここで些か露悪的な言い方になってしまうが、要は「クライアントにカウンセラーの共感や積極的関心が伝わった」という結果が伴うかどうかが大事なのであり、「自分が精一杯努力したかどうか」は問題にならないのである。もしも「そんなに努力しなくても、自分の気持ちが相手によく伝わった」としても、別に悪いことではないのである（現実には、難しい場面でも何も努力もなしに面接が上手くいく筈などありはしないのであるが…）。努力についてももう少し発言しておく、「自分は今、何に対して努力をするべきなのか」という目標がつかめているのか、それすら見えていない状態なのかをまずは率直に自分に問うことから始めるべきであろう。見えていなければ、率直に指導者に相談して一緒に考えなければならない。それが努力する上での最初の一步である。ともかく、つい「努力」の方に気を取られてしまい「達成」の度合いを見極めることがお留守にならないように気をつけるに超したことはない。

6. 初学者の学習のための覚書

前項ではRogersのカウンセリングの条件について精読し、時には思い切った解釈やかみ砕いた説明を試みた。ただし、Rogersの条件さえ身につければ、あらゆる心理支援に万能に対処できる訳ではないことも当然のことながら理解しておいて欲しい。以下では、「落ち穂拾い」というには些かボリュームが多くなり、かさばってしまった感があるが、心理支援を目指す初学者諸兄に対して、経験のまだ浅い段階で知っておいて欲しいこと、是非自分自身で考えて欲しいことを項目を区切って並べたものである。順不同で読んで頂いても大きくは差し支

えのないようになっているので、興味のある項目をまずは拾い読みする形で差し支えない。

(1) 心理支援の専門家を目指す者の readiness について

① 志望動機・動機づけ

本来心理支援の実践者を目指して専門教育の府である大学院に進学してくる学兄諸氏においては、人格的成長や学習能力などは入学以前に一定水準に達しているものとして、ひたすら専門領域における高邁な知と実践とに邁進して頂けることを期待するのが理想なのだが、現実はなかなかその通りにはいかない。

人格的成長の度合い、あるいは支援者を目指す者としての readiness と言い換えた方がより適切かもしれないが、大学院で学ぼうとする者一人一人がまちまちであるのが実情である。当たり前であるが、人それぞれ関心が向かう対象や領域は異なる。よって自分や他人の心、内面に対する関心の度合い、人の気持ちを考えることをどの程度してきたのかには個人差が大きい。また自分の心に対して関心を持つのはある意味当然であるが、我々が学ぶことの意味で最も優先されるべきは、将来出会うことになる被支援者に対し専門家として適切な理解と支援を実施することである。所謂『自分探し』的な関心が支援者を目指す際の初期のきっかけとなることを特に否定するつもりはないが、自己の心理への過度な注目や自分の内面の問題を引きずったままで他者の心理援助が行える程、臨床の実践は甘いものではないことは肝に銘じておかなければならないだろう。

② 学習面

現代社会において、人間の心理についての関心はそれなりに高まっていると思われる。一般向けの心理学の啓蒙書や、TV のバラエティ番組でもかみ砕いた心理学の知識が紹介され、ネットで検索すれば人間心理についての様々な情報が溢れている（内容については玉石混淆であるが）。こうした知識は素人の雑談のネタとしてはとれあえず場を持たせることには有効かもしれないが、心理支援の実践者に求められるのはそうした雑学的な知識の寄せ集めではない。また専門書や科学雑誌から得た知見であり、情報としては確かな内容であったとしても、「知っている」だけでは対人支援の中で役立てることは出来ないのである。また昨今 AI（人工知能）の驚異的な発達により、現在人間が行っている労働の多くが AI に代替可能であるという些かショッキングな論文（Frey & Osborne, 2013）が大きな反響を呼んでいる。単純な知識の蓄積に関しては人間は AI には到底太刀打ちできない。ただし逆に考えれば、今どきは携帯端末から瞬時に世界中の様々なデータベースにアクセス可能なのであるから、無理に自分の脳内に stand-alone で「重箱の隅」的な知識を詰め込むことに汲々とする必要はなくなったことを喜ぶべきかもしれない。今後の臨床家に求められる能力は、目の前に存在する問題に関連する知識は何かを即座に思いつき、最新の情報にアクセスすることで解決策を立てられることではないかと思われる。心理支援の実践とは、単純に記憶されている知識をそのまま画一的に当てはめるような作業ではない。手持ちの知識のどれとどれが今回の支援には大きく関連することが想定されるのか、それをどのように組み合わせる支援を構築していけばよいのか、といった思考（頭の使い方）がごく日常茶飯的に求められている。まず必要な知識を覚える段階でつまづく場合、基準を厳しめに設定すれば「心理支援の実践者としての資質に難がある」ということになりかねない。心理支援の実施者が「専門的知識についておぼつかない」というのであれば、被支援者が「相談をしてみよう」という気になれないだろうから、必要最低限の知識を頭に入れておくことをスルーする方法はないと諦めて（？）地道に勉強する習慣をつけて欲しい。ただし筆者が期待しているのは、単純な知識の詰め込みではなく、専門的な知識の体系を頭に入れることと、それに基づいて個々の被支援者への支援の具体的な方法を構築する「知識を動的に使いこなす能力」の向上の方であることを重ねて強調しておきたい。

(2) 知識を動的に使いこなす能力を研く

それでは「知識を動的に使いこなす能力」とはどのようにして研かれるのであろうか。少し視野を拡大して考えてみよう。これは特に臨床心理学とか特定の狭い学問領域のローカルルールによって規定されるものではない。問題の解決を図るための方策を見つけ出す際の推論の進め方にはもっと広汎に通用する一般的な原則が存在しており、それを踏み外さずにまっとうに考えを進めていけば自ずと答えに行き当たる筈であろうと考えられる。この件について筆者は過去にまとめた論考を試みている（今田, 2017）。整理しておくと、「知識を動的に使いこなす能力」を用いて心理支援を組み立てるのに、実際必要とされる思考能力とは臨床心理学の細かい知識を「覚えているか」どうかで決まるのではなく、臨床心理学の知識の学習と実習などの体験を「通して」習得される性質のものであると想定しているのである。

ちなみに筆者は臨床心理士有資格者であると同時に精神科専門医でもある。臨床医として診療に当たる際には

基本的には医学モデルに則って患者を診察し、推論し、治療を行うことになる。一方で本学の相談室でケースの面接を実施する際には医学モデルではなく、臨床心理学に則ったクライアント理解と心理支援を行っている。だが率直に言って、特にこうした使い分けについて自分の中で矛盾や混乱は感じていない。自分がどのような場所で、どのような立場で、どのような方を相手に対人援助を行おうとしているのかについてきちんと把握していれば、そもそも矛盾や混乱など起こりえないのではないかと、思っている。臨床医としては医療モデルに則って思考し推論し、心理相談室の相談員としては臨床心理学的援助モデルに則って見立てを行っている自分の思考過程を比較してみると、この二つの立場において「頭の動かし方」＝「知識を動的に使いこなす」やり方に本質的な違いはない、というのが実感である。もちろん「精神医学」と「臨床心理学」そのものは学問体系や方法論が異なるので、実作業レベルで同じことをしていることにはならないが、今回は実作業レベルでの差異について論じたい訳ではない。そうではなくて、患者／クライアントについて考える時に「この事例で問題となっていることは何か?」「問題に関係している要因は何か?」「問題を解決するための方法論をどのように構築すべきか?」といった点を考える際の**思考の進め方（思考過程の基本ルール）**には本質的な差はないだろう、という点に注目しているのである。もちろん両者では領域が異なるため、「ローカルルール」の設定レベルになると当然いろいろと異なってくるが、思考のための基本ルールを逸脱してしまえば正しい解決策を推論出来なくなってしまう。強調しておきたいのは、「心理支援の学習をするということは、臨床心理学の専門的な知識を覚えるということと同時に、**問題解決のための推論（＝考え方、頭の使い方）を学ぶ**という**二重のレベルの学習**をしていることをもう少し学習者は自覚したほうがよい、ということである。この点については、すでに大学院授業において事例検討を効果的に実施するためのノウハウを蓄積し報告している（今田，2009；2010；2011）。

臨床心理学の用語や理論などは「それはそれとして」暗記するしかないが（あるいは今後は瞬時にアクセスして呼び出せるようにしてもよいかもしれないが）、知識やルールに基づいて「いかに推論を行うのか」については臨床心理学に固有のものとしてしか学べないという訳ではなく、日常生活のありとあらゆる機会に「知識を動的に使いこなす能力」に磨きをかけることは可能だし、努々怠らずに研鑽を続ける習慣をつけて欲しい。たとえばTVのドラマを見てその後のストーリー展開をどう予想するか、でも構わないのである。「現状で判明している情報」から「筋道を立てて推論してみる」ということは臨床的な思考力の養成にとっての「基礎体力の向上」につながると思っている。

(3) 心理支援の専門家としてのコミュニケーション能力とは

当然のことながら、心理支援の実務は主に言語による被支援者とのコミュニケーションによって進められる。教科書に紹介されている事例などを読むと、簡潔明瞭に被支援者の情報がまとめられ、支援者の対応もポイントを絞って述べられており、すんなりと情報が頭に入ってくるものである。しかし現実の支援面接においては、被支援者は最初から順を追ってわかりやすくまとまった話をしてくれるとは限らない（むしろその逆であることの方が断然多い）。そもそも支援を求めている人は、悩んだり症状に苦しんでいたりして、決して余裕のある心理状態にはないのだから、もし支援者側がよく考えず無造作に話を聞き始めれば、被支援者の話は当然混乱し、話を聞いている側も不可避的に混乱することになる（熊倉，2003）。よって、心理支援の実践家を目指す者は、専門家としてのコミュニケーション能力を身につけ、支援のための面接をきちんとこなせるだけの技能を持たなければならない。ここでは心理支援の専門家に必須なコミュニケーション能力とは何かについて、以下で具体的に考えてみよう。

① 適切なコミットメント

支援のための対人理解においては、支援者が被支援者を理解しようとする場合、ちょうどよい心理的距離、間合いというものが必要である。先に述べたバラエティ番組で紹介された「心理学豆知識」的なものを用いて他人を理解しようとする（あるいは「したつもり」になろうとする）場合、自分と相手との心理的距離は遠くなる。もっとストレートな言い方をすれば「他人事」として知識を扱い、面白おかしく心理分析するというか、占い遊びに興じているのと大差なく、お手軽な時間つぶしになるだろう（ちなみに現代人は占いを子どもの慰みのように見て軽々しく扱っているが、近代以前の占いとは「神託」であり、それをどう解釈するかで国や人の運命を大きく左右するものであったことを知らない人も多いと思われるが、話が逸れるので本論ではこれ以上深入りしないことにする）。ただし、自分自身を「心理分析」してみたところネガティブな結果であり、しかも内心自分でも身に覚えがある欠点を突きつけられた感じがすると、「面白おかしい」では済まなくなってくるだろう。要は自分から切り離し、突き放したりすることが上手く出来ず、心理的距離が取れなくなると、当然だが人間は内面を揺

さぶられ動揺することになってしまう。あるいは他者が相手であっても「全く人事だとは思えない」「放ってはおけない気がする」という感情が高まって、冷静に考えられなくなってしまうことも起こり得る。こうした現象は一般人に限らず支援の専門家でも、時に被支援者に対し過度に感情移入が働いてしまい、自分と相手との間の心的距離が近くなり過ぎる場合がある。これでは却って相手のことを冷静に理解出来ず、自分の思い込みが先走り、自分が一番相手のことを理解しているような気持ちになり、他の支援者との間で感情的な食い違い、衝突などが起こりかねない。このように心的距離が遠すぎて他人事のようになってしまっても、逆に近すぎて自分と相手の感情の区別が難しくなってしまうと、心理支援は成立しない。人事だと突き放さず、相手の気持ちをきちんと感じ取り理解しつつも、それによって自らの感情が過度に揺さぶられないという、適切なバランスが取れるように訓練されていることが心理支援の実践者には要求される。これはある程度対人支援職全般に求められることだが、心理支援において最も重視されている要素であるかもしれない（私見ながら精神科医もかなり近い視点で患者の話を聞いていると思われるが、微妙に心理職より距離を遠い目にとることが多いかもしれない。これは患者によっては了解困難な病態を有する場合があります、通常の間人関係で期待される感情交流や意思疎通が図れない患者に関わる場合であっても、それなりの関係を築きながら対話するという経験を日常業務としてこなしていかなければならないことと関連しているのかもしれない）。

② 同時に複数のことを扱う能力

被支援者と対話している時には、当然だが身を入れて相手の話を聞かなければならない（所謂「傾聴」という奴である）。しかし、ただ相手の話することに沿っていけばよいという訳ではない。前項でも述べた通り、相手は順序立てて必要な情報を漏れなく語ってくれるとは限らないのである。たとえば支援者側としては、被支援からは語られないものの、聞いておく必要がある事柄はないか、あるとすればどういうタイミングで尋ねるべきか、あるいは敢えて尋ねずにおくかなどについて、傾聴しつつ熟慮しなければならない。あるいは被支援者の語りを通して、その人自身の考え方や物事への取り組み方、対人関係の得手不得手などについて推測し、理解を深めて行かなくてはならない。要するに、支援者は相手の話を傾聴しつつ、同時に面接の進行について考えたり、相手への理解を深めていくといった、複数の作業を頭の中で行う能力が要求されることになる。一般において人間の頭は同時に複数のことを容易に行えるようには出来ていないので（熊倉，2003）、これもいきなりやろうとして上手く出来るものではない。一般人が日常的には行っていない頭の使い方を意識して出来るようになる、ということ専門家を養成の比較的早い段階から取り組み、習慣化する必要がある。

③ 情報の重みづけを行う能力

個人心理療法の導入の場合（いわゆるインテーク面接）、面接の所用時間は1時間弱から1時間半程度を費やすことが一般的である。その間に被支援者から聴取する内容は膨大な情報量となる。被支援者を全体的に理解するために可能な限り情報を収集するのは必要不可欠な手順であり、あまり簡略化できるものではないが、こうして得られた情報をただ「情報の塊」として放置しておく訳にはいかない。様々な性質の情報を整理した上で、「何が重要なのか」「優先順位的にまず実施すべき支援は何か」といった評価を行い、情報の重みづけを行わなければならない。またこの場合、個々のケースごとの状況の違いが大きいため、どのケースに対しても通り一遍の判で押したような判断をすることは出来ない。情報全体をよく咀嚼して、緊急度や必要度の高低に鑑みてケースごとに見極めるしかない。初学者には難しい作業であり、あるいはこうした吟味を行う必要があるという発想そのものが伴わないことも少なくない。

④ タイミングよく判断する能力

ごく常識的なことであるが、物事を判断する場合それが正しいかどうか重要である。誤った判断をすれば自他によく影響を及ぼすことにつながりかねない。それは当然として、臨床場面においては被支援者の状況に即してタイミングよく判断を行うことが必要になる。たとえば、高校生の不登校の相談であれば、義務教育と異なり出席日数によって進級の可否が決まってくるので、「とりあえず様子を見ましょう」という形で漫然と面接を進めていくことが被支援者にとってデメリットを与える可能性がある。そうしたことに全く気づかないとか、全く取り上げておらずに済ませることは支援者の姿勢としては問題である。徒に被支援者の不安を煽ることのないように配慮しながら、現実的な見通しについても支援の初期の段階で提示しておくことも求められる。このような配慮については、臨床心理学の学術的な理論の産物というより、現実に対していかに適切に対処しているのかといった「実学」のニュアンスが強い。「理論に基づいて型にはめる、パターン化させる」ということだけでなく、「現実を細かく丁寧に考える」という姿勢を併せ持っていることが求められる。

⑤ 今回出来ることを絞り込む能力

一般的な個人心理療法の1回あたりの面接時間は50分が基本である。慣れない支援者にとっては「そんなに長時間何を聞けばよいのか…」と不安に駆られることもあるようだが、「あれもこれも」と欲張って尋ねてしまうとあっという間に面接時間の終了が近づいていて焦ってしまうことにつながりかねない。むしろ逆に「小一時間しか面接が行えない」と捉え、この限られた時間で何を扱うのか、今回の面接で出来ることを絞り込む必要があるという発想が求められる。被支援者によってこの「絞り込み」を自分である程度行える人と、放っておくと漫然としてしまい絞り込みが苦手な人とがいるというのも事実である。被支援者の絞り込みの苦手さに気づき、限られた時間を有効に使えるように配慮した面接を組み立てられるかどうかは支援者としての力量を大きく左右する要素である。

⑥ 次回以降の展開につなげる能力

上記で1回50分の面接での課題を絞り込むことの大切さを指摘したが、多くの場合心理支援の面接は1回のみで完結する訳ではなく複数回継続して実施されることが多い。だとすれば、当然であるが1回の面接を適切に行うというだけに留まらず、今回の面接を踏まえて、次回以降の面接につなげていくという発想が必要になる。かなりシステムティックに、5ないし10セッションごとを一単位として支援のメニューを構造化するようなアプローチも存在するが、そうした方法論を取らない場合でも、「今取り組んでいることを踏まえて、次にどういう段階に進んでいけるのか」という時間経過に伴う変化、流れといったところを支援開始当初から念頭においていることは支援者の当然身につけておくべき基本であろう。

⑦ 想定外の事態に対処する能力

人間は自分が予想した範囲に物事が収まっていれば比較的安定した感情で、落ち着いて思考することが出来る。もし自分が全く想定していなかったことが起きれば、気が動転して普段の自分であれば本来こなせる筈のことがうまく出来なくなってもさほど不思議ではない。予想外の場面においては人間の頭の処理能力のパフォーマンスは当然ながら低下するのである。ただし、心理支援の専門家がただ「気が動転して、頭が真っ白になって何も考えられませんでした」と言っただけで済まされるものではない。これもまた「難しいことをさも簡単なことのように言っただけ」筆者の悪い癖であろうが、「予想外の展開で驚いたとしても、これからどのように支援を進めていくのか」をきちんと考えなければならない。場合によっては支援を終了しなければならないこともあり得るが、どのように締めくくりに作業を行うのかを考えることも含めて、である。ちなみに人間は追い詰められると知らず知らずのうちに思考の範囲、選択の幅を狭めてしまう可能性がある。たとえばこういう場合には、つい⑤の項で挙げたように、「今回出来ることを絞り込む」ことに沿って考えてしまいがちであるが、一歩立ち止まって⑥のように「次回以降の展開につなげる」ことに舵を切るというオプションを行使する道も残されているのである。要するに「今回のあなたのお話を聞いて正直とても意外でした。これからどうすればいいのか正直迷っています。そこでご提案なのですが、次回の面接までお時間を頂いて、しっかり検討してから今後のことをお話しするのがよろしいように思います。それでよろしいでしょうか？」と尋ねても構わないのである（ただし、これが常に上手く行くミラクルな方法でも何でもないので誤解のないようにしてほしい）。とりあえず、専門教育を受けている段階の間に、自分がどの程度不意打ちに強いのか弱いのか、予想外の事態に置かれるとどの程度パフォーマンスが低下するのかを自己分析しておく必要があるだろう。「アドリブが効かないタイプ」であることを自覚した場合は、何か不測の事態が起こってから考える、ということが苦手であるのだから、「予想外の事態が起こった際に、どういう順番で、何をやる」のかを予め整理した私製の「緊急時マニュアル」を作っておくと役に立てられるのかもしれない。

7. おわりに

以上、心理支援の専門家を目指す学習者が、実際に自らが支援のための面接を行う際に、地道な学習に基づくのではなく、インフォーマルに流布している「カウンセリングの教え」に影響されてしまうことへの対策として、できる限り平易な語り口で「覚書」的な内容をまとめてきた。どの項目についても、これまで15年余り臨床家を目指す学習者を指導し、共に考えてきた経験が反映された、初心者の面接についての実際的な道標となり得ていれば甚だ幸いである。今後の面接指導に活用しつつ、さらにバージョンアップさせることに務めたい。

引用文献

- Frey, C.B., Osborne, M. A. The Future of Employment: How Susceptible are Jobs to Computerisation? Oxford Martin School Working Paper. 2013
- 今田雄三 「学校精神保健学演習」における事例検討の試み（第一報） 鳴門教育大学授業実践研究 8 2009 35-39.
- 今田雄三 「学校精神保健学演習」における事例検討の試み（第二報） 鳴門教育大学授業実践研究 9 2010 29-37.
- 今田雄三 「学校精神保健学演習」における事例検討の試み（第三報） 鳴門教育大学授業実践研究 10 2011 37-44.
- 今田雄三 臨床心理学の実践教育における今日的課題—「型」へのコミットメントから「主体的な」コミットメントへ— 鳴門教育大学研究紀要 27 2012 184-198.
- 今田雄三 心理臨床家の養成における「型」の意義についての再考—「異文化」としての精神医学の知識の習得をめぐって— 鳴門教育大学研究紀要 32 2017 93-1106.
- 川畑直人 セラピー力を高めるために—海外で学んだ経験から日本の臨床心理学教育について考える— 臨床心理研究 京都文教大学心理臨床センター紀要 10 2008 87-92.
- 熊倉伸宏 面接法 追補版 新興医学出版社 2003
- 老松克博・太田清史・田中かよ子 『天地始之事』を通して見た、キリシタンの精神歴史学的研究 日本病跡学雑誌 44 1192 69-78.
- Rogers, C. R. The necessary and sufficient conditiors of therapeutic personality change, *Journal of Consulting Psychology*, 21, 1957 95-103 (伊藤博編訳 パーソナリティ変化の必要十分な条件 ロジャース全集第4巻 岩崎学術出版社 1966 117-140より)
- 竹内郁郎・宇都宮京子編著 呪術意識と現代社会—東京都二十三区民調査の社会学的分析. 青弓社 2010

Tips for overcoming difficulties in learning psychological support interview

IMADA Yuzo

(Keywords : psychological support interview, professional education, requirements for counseling,
magical thinking)

This paper suggested the possibility that illogical information from other people, by which psychological support interview learners have been frequently influenced or misled, might be a kind of magical thinking. To provide methods for overcoming difficulties in learning professional psychological support interview, the author made explanations about conditions in counseling established by Rogers in understandable terms, promoted experiential learning and practical application. The author added some supplementary tips for assessment measures of interview, which had not been included in the approach by Rogers. This paper is planned for utilizing as a text of graduate-level course for the future.