



Title	「臨床心理基礎実習」におけるトライアル・カウンセリングの意義と課題：COVID-19感染拡大に伴うオンライン形式での実施を通して
Author(s)	井出, 智博; 大西, 春香; 高橋, 芙悠; 田中, 佑典; 寺田, 拓晃; 本間, 慧子
Citation	臨床心理発達相談室紀要, 4, 75-94
Issue Date	2021-03-25
DOI	10.14943/RSHSK.4.75
Doc URL	http://hdl.handle.net/2115/81061
Type	bulletin (article)
File Information	07_2434-7639_4_75-94.pdf



[Instructions for use](#)

「臨床心理基礎実習」におけるトライアル・カウンセリングの意義と課題 —COVID-19感染拡大に伴うオンライン形式での実施を通して—

井出 智博*・大西 春香**・高橋 芙悠**
田中 佑典**・寺田 拓晃**・本間 慧子**

Significances and Issues of Trial Counseling in Psychotherapy Training
— Through Practice in Online Classes Due to the Spread of COVID-19 —

Tomohiro IDE, Haruka ONISHI, Fuyu TAKAHASHI
Yusuke TANAKA, Hiroaki TERADA, Keiko HONMA

要旨

本稿は、臨床心理士養成課程の必修科目である「臨床心理基礎実習」の一環として実施されたトライアル・カウンセリング実習についての実践研究である。今年度は、COVID-19の感染拡大に伴い、対面による授業実施が制限され、オンラインで実施する必要があった。また、オンラインでの実施となったことや、受講者同士が十分に打ち解ける機会が得にくかったこともあり、授業者には様々な「配慮」が求められた。本稿の前半部分ではまず、授業者の視点からどのような「配慮」を考え、どのような実施形態をとったのかについて示し、後半部分では各受講者の体験記録を示した上で、オンラインでの実施となったことを踏まえて意義と課題を整理した。受講者の体験記録、体験に基づいた意義と課題の整理からは必ずしもそうした「配慮」は有効に機能せず、やりづらさにつながっていたことや、対面かオンラインかに関わらず初学者であるからこそ直面する困難さや学びがあることが明らかになった。

キーワード：臨床心理基礎実習 トライアル・カウンセリング オンライン授業 COVID-19
Key words : practice in psychotherapy trial counseling online class COVID-19

I 問題と目的

「臨床心理基礎実習」は臨床心理士養成課程大学院（以下、養成校）において必修科目として設定された科目であり、附属相談室でのケース担当を始め、学内外での実習やその後の臨床心理士としての実践の基礎について実習を通して学ぶ機会である。公開されている養成校の「臨床心理基礎実習」のシラバスを概観すると心理面接の構造、倫理、相談申し込みの電話対応、受理面接での対応、記録の書き方、傾聴の基礎などに関する内容が含まれており、講義形式の他に事例検討やトライアル・カウンセリング（以下、TC）、ロールプレイ（以下、RP）を用い

* 北海道大学大学院教育学研究院准教授

** 北海道大学大学院臨床心理学講座修士課程

た実習形式で授業が進められることが示されている。

本学でも「臨床心理基礎実習」にTCやRPを用いた実習形式の授業を取り入れた養成を行うことを計画していたが、本年度（令和2年度）はCOVID-19の世界的な感染拡大（以下、感染拡大）により対面での開講が困難な状況に陥ったため、オンライン（以下、OL）での開講を余儀なくされた。知識の伝達を中心とする講義形式による授業の実施に比べ、TCやRPを用いた実習形式による授業の実施は様々な工夫、準備が必要であったことに加え、受講する大学院生の体験としても対面で実施することに比べて様々な困難、あるいは差異があったものと考えられる。そこで本報告ではOLを用いた臨床心理基礎実習の授業展開と、その中で実施したTCについて、授業者である教員の立場とTCの主体である大学院生の立場からその体験を整理し、意義と課題を検討したい。

II OLを用いた「臨床心理基礎実習」の授業内容

1. 「臨床心理基礎実習」の構成と感染拡大による対応について

本学における「臨床心理基礎実習」は（1）箱庭療法などを通して臨床の現場や当事者世界への想像力を養う、（2）RPやTCを通して心理面接の実際を学ぶ、（3）附属相談室のインタークカンファレンスへの出席や面接への陪席などを通して臨床現場の実際に触れるという3つのパートから構成されており、本稿で取り上げるのは（2）RPやTCを通して心理面接の実際を学ぶ、というパートについてである。10週にわたって毎週1コマ（90分）が設定されており、5名の大学院修士課程1年生が受講する中で当初の予定よりも1週遅い、4月第3週から開講された。授業計画の概要はTable.1の通りである。本学が所在する北海道は国内でも早期に感染拡大した地域であったことや遠隔地に帰省していた受講者が道内の下宿先に戻って来ることができなかったこと、緊急事態宣言が発令されたことに伴って示された大学の行動指針で大学構内への立ち入りや施設使用が制限されたこともあり、すべての授業はweb会議システムzoom（以下、zoom）を介して実施され、受講者は自宅や帰省先で受講した。

Table.1 「臨床心理基礎実習（R2）」授業計画の概要

回	形態	内容
1		オリエンテーション
2~3	講義	心理面接における倫理、枠組み
4~5	実習	電話での面接受理についてのRP
6~8	実習	受理面接のRP
9~10*	実習	TC

*TCのうち数回分は授業時間以外の時間を使って実施した

2. TC実施に至るまで

本学では緊急事態宣言の発令に伴い、R2年度の全学的な授業開始は5月以降という方針が示されたが、臨床心理士養成課程では学内外の実習のスケジュールなども考慮し、OLで開講可能な科目から順次開始するという方針を取ったために4月第3週から開講することとなった。「臨床心理基礎実習」の他にもいくつかの科目が開講されていたが、内部進学者だけではなく、

他大学からの進学者も多く、受講者はそれぞれが初対面、あるいはそれに近い関係の者がほとんどであった。またzoomを介した授業の実施は授業者も受講者も不慣れであったため、「決まった時間に全員が集まれること」を目標にしようというところからのスタートであった。

初回講義時のオリエンテーションでは全員が集まったことを確認した後に、インターネット環境や接続機器についての確認、健康状態等についての確認をした後、授業計画について説明し、自己紹介の時間をとった。また、2~3回目には講義形式で心理面接における倫理、枠組みという事で、心理面接のプロセスを示しながら治療構造や治療契約について説明を説明し、「臨床心理士倫理要綱」（日本臨床心理士資格認定協会；<http://fjcbcp.or.jp/rinshou/rinri/>）をもとにして臨床心理士に求められる倫理事項についての確認を行った。

4~5回目の電話での面接受理についてのRPではあらかじめ授業者が準備した5つの架空の事例を各受講者に1つずつ事前に配布し、クライアント（以下、CI）役としてその事例のCIになったつもりで相談受付先に架電するという課題を設定すると共に、カウンセラー（以下、Co）役としてその電話に対して電話受付シートを用いて必要情報を把握し、受理面接につなげるという課題を設定し、それぞれがCI役とCo役を1回ずつ経験するようにRPを実施した。また、6~8回目の受理面接のRPでは、電話での面接受理で用いた架空事例を継続して使い、CI役とCo役として受理面接のRPを実施した。

RPを行うことはその体験者に①CIをひとりの人格として体験すること、②Coとしてはっきりと自己を相手の前に示すことを体験すること、③実際の場面において処置しなければならない諸問題に気付くことになる（鑪, 1977）。本実践においてもRPを通じてCI役、Co役を体験することによって心理面接についての理解を深めることを第一の目的としたが、RPを始めて体験することは緊張と戸惑いを伴うものでもある（鑪, 1977）。加えて、大学院初年度の前期であることに加え、対面での受講ができないために受講者同士の関係性が深まっていない事を考慮する必要があった。zoomのブレイクアウトルーム機能を用いることで受講者をペア、もしくは小グループに分けてRPを実施することも可能であったが、即時的なフォローが難しいことを考慮し、ブレイクアウトルームは使用せず、すべての受講者が見守る中でCI役、Co役を演じるように設定した。この時、CI役とCo役はzoomのビデオ機能をoffにすることで、できるだけRPを行う受講者が他者の視線を気にせずに取り組むことができるようにした。

3. TCの実施

小早川（2003）は、TCを本格的な臨床心理面接に移行する前に短期間のカウンセリング面接を実施する訓練方法であるとしたうえで、その目的を①基礎的な傾聴技法の習得、②ケースマネジメントの習得、③面接内容の記録とその保管などの実践的な学習、④スーパービジョン（以下、SV）を受けることとしており、心理臨床家としての基本姿勢を学ぶ（牧, 2014）という「臨床心理基礎実習」の目的と合致する部分が多いことから、これまでも「臨床心理基礎実習」におけるTCを用いた実践の報告はこれまでも報告されてきた（山田, 2013, 山村他, 2014他）。

TCを提唱した鑪（1977；p175）は、TCとは「友人や知人を相手にして、自分がCoとなり、5回ないし、10回、面接を限定してカウンセリングを試みること」であるとし、その状況の設定を①友人知人からCIを選択する、②TCに協力してもらう事についての承諾を得る、③時間、回数、場所、録音の了解などを得る、④回数は5~10回とする、⑤面接は録音し、終了後に要

約のメモを作る、⑥逐語記録を作成する、⑦グループ討議を行うと説明している。本実践でも鑑が示した設定に倣ってTCを実施することを計画したが、感染拡大の状況下、OLで実施しなければならない事などから、いくつかの変更が必要な点もあった。以下、本実践におけるTCの設定とオンラインで実施することによる配慮を示した (Table.2)。また実施に際しては「臨床心理基礎実習」の受講者が5名であったために、TCを進めるためのペアを作る便宜上、修士課程2年生が1名参加し、6名で実施した。

Ⅲ TCの意義と課題

1. 受講者の体験の整理

受講者はすべてのTCを終了した後に「Co役を通して」、「CI役を通して」、「全体を通して」という3つの視点からレポートを作成し、「振り返り」に参加した。表2中に示したように受講者は各自が事前に作成したレポートを参考にしながら自分の体験を報告すると共に、他者の報告を聞きながらTCの体験を深めた。ここでは当初作成されたレポートに「振り返り」の際に考えたことなどをもとに加筆、修正した「Co役を通して」、「CI役を通して」、「全体を通して」という3つの視点についてのレポートを、一連のTCに関する受講者の体験として紹介する。

Table.2 本実践におけるTCの設定と配慮事項

回数	4回 (Co役とCI役、オブザーバー (以下、Ob) をそれぞれ) ・学外からの進学者もおり、新年度が開始して以降、登校できていないために身近な友人や知人の協力と得られにくいことを考慮し、またCI役としてカウンセリングを経験することも重要な学びであると考え、受講者の中からCI役を選定した。 ・ただし、そのことで身近な関係性の中でTCを実施することになるために個人的な悩みや問題に深く入り込まないように留意するように事前に確認すると共に、Obを付けて3人1組とすることとした。
時間	20分～40分/回 ・OLでの実施が過度な負担になる可能性があったこと、zoomの設定上、3名以上のミーティングには40分までという時間制限があったことから、各回の面接時間を一律に決めるのではなく最長の時間を40分、最短の時間を20分として、各ペアで自分たちに合った時間の長さを話し合い、設定することができるようにした。
頻度	1回/週 ・できるだけ毎週、同じ曜日の同じ時間に実施するという設定を設けたが、自宅から参加する受講者もいるために、その日時にTCを実施する環境が整わない場合もあるために、柔軟に設定することとした。
場所	OL上 (zoom) ・通信環境や機器の使用についてはTCに入るまでの講義やRPの中で実施可能であることを確認した。また、TC実施時にはCo役、CI役の双方が静穏な環境で実施できることを確認したうえで実施することとした。
記録	Co役が毎回zoomのホスト役を務め、zoomの録音機能を用いて録画し、それをもとにその回が終了した後に逐語記録を作成する ・Co役を務めることは日程の調整や記録作成、記録の管理・保管などを実践的に学ぶ機会であることを事前に説明し、確認した。
振り返り	第1回目終了後と、すべての回が終了した際に全体での振り返りの時間を設ける ・電話相談と初回面接のRPをTCに向けた準備段階と位置付けたが、第1回目のTCを講義時間内に実施することで、実施直後に振り返りを行い、TCを進めていくうえでわからないことや、不安などを話し合う時間を取った。 ・2～4回目は各ペアで実施したが、すべての回が終了した後に①Co役としての体験、②CI役としての体験、③Ob、記録の作成などを含めたTC全体に関する体験について、を各自がまとめたうえで、全員がzoomを通して集まり、振り返りの時間を設けた。

(1) Co役を通して

1) 本間

Co役をやる上での自らの課題として、毎回のセッションの終結がどうしても「そろそろ時間ですし、終わりましょうか」というような終わり方になってしまうことが挙げられる。カウンセリングを行う上で時間を意識することはCoにとってもCIにとっても大切なことである。しかし、必要以上に時間を話題にあげてしまうと、CIに早く帰ってほしいというニュアンスで伝わってしまうのではないだろうか。また、面接の最中に時間を気にし過ぎて時計をチラチラと見てしまうことも、CIを不安にさせてしまうのではないだろうか。CIを不安にさせることなくタイムキープをするにはどうしたらよいか、気分良くセッションを終了するにはどのような配慮が必要なのか、工夫することの難しさを感じた。

また、セッション中にCIとの間に生じる沈黙の扱いについて難しさを感じた。沈黙が5秒以上続くと何か話さなければいけないと思い、CIよりも自分が話してしまうことに気がついた。会話が途切れるとCIを不安にさせてしまうのではないかと思い、これまでの話を受けての感想を述べようとするなど、何とか会話をつなげようと必死であった。セッション中の沈黙とどのように向き合うべきか、考えてみたいと思った。

最後に、状況把握などのためにもCIにたくさん話してもらいたい時、質問の振り方が難しいと感じた。「それはどういう意味ですか?」と聞いてしまうと、「あなたの言っている意味が分かりません」などという批判的なニュアンスもCIに伝わってしまうのではないかと思い、うまく質問できないことがあった。CIとの関係性を崩すことなく質問をするには、言葉の選び方や言い方などどこに注意をすればよいか、今後も考えていきたいと思った。

2) 大西

今回、事前にCI役の状況を把握できていた面があったため、CIの話の背景を読み取ることができた。しかし、そのためにCoの主観が入りすぎてしまい、客観的に見られなかった部分があったのではないかと思う。また自分の感じたことや考えたことをどの程度面接の中で話題にしていくべきなのかという自己開示について迷う部分もあった。自己開示しすぎてしまうと、話の流れ変わってしまうのではないかなど考えすぎてしまいうまく機能しなかった。

また、各回の面接の終わりとTC全体の終わりのタイミングで、話の流れを作ることが出来なかった。1、2回目の面接では時間を意識しすぎて、CIがまだ話したいことがあるのに設定時間の20分で区切ってしまったような気がした。そこで、3回目では「最後に何か言い残したことはありますか」ときいた。その場では特に何も話題は出てこなかったが、臨床場面における「実は…」と最後に重い話をしてしまう状況を作ってしまったのかもしれない。毎回の面接で、CIが話したいと思っていて話を流れるような流れを作ることが大切ではあるものの、枠を意識しつつ行うことは難しいことでもあると身をもって感じた。

そして最後の4回目は、全体の面接を通しての締めでもあり、面接の終わりを告げる切り出し方が難しかった。今回のカウンセリングでは、明確な主訴があったわけではなかったため、ゴールはあるのか、あるとしたらCoがゴールを決めていいものなのか、CIが話したいことを話せたことがゴールなのかといった区切りがあいまいになっていた。そのため、終結に向かうための流れを作ることがうまくいかなかった。CIに寄り添いつつも、面接の時間配分や全体の面接の主導権を握っていくことも必要であり、その部分が今後の課題になる。

3) 高橋

本実習でのTCには、一般的な対面でのTCでも感じる課題とOLでのTCならではの課題が混在していた。まず前者の課題として、特に沈黙の処理について難しさを感じた。沈黙が続くことへの耐性がないため恐怖から発言を重ねてしまい、結果としてCIの話を先回りすることになり、CIの話をうまく引き出せなかった場面が散見された。また、質問をしなくてはならないという強迫観念に捉われてしまい、あまり意味をもたらさない質問をしてしまうことも多かった。CIにとって必要な質問と自分の興味本位の質問をしっかりと区別することも難しく、CIの利益になる質問が出来ていたのかどうかも疑問である。沈黙に対しての過剰な緊張をなくすなど、Coとしての自らの心理状態を整理する必要があると感じた。

また、本実習のTCに特徴的であった点としては、Obという役割によってCo役としての自分が揺り動かされることが多かった。自分のCIがCoとしてカウンセリングしている場面に立ち会うことはCIの違う一面を盗み見てしまったような気分になり、その後自分がCoとしてカウンセリングを行う際はなんとも言えない気まずさや罪悪感があった。Obとして聞いた話題はアンオフィシャルなものと考え、それに引つ張られないように気を付けながら話を進めるようにしていたが、それがどこまでできていたかは疑問である。本実習は同じ講座の学生を相手にして二重の関係を前提にして始まったTCであったが、Obという役割があることで関係が何重にもなってしまっていた。そのような環境で、Co役としてどのように立ち振る舞うべきか、難しく感じることもあった。

4) 田中

①各回の面接の始め方の難しさ

初回の面接の始め方には戸惑い、ぎこちなさがあった。2回目からは前回話された内容をまとめるという形で、振り返りをした上で、「何かお話ししたいことはありますか？」という問いかけをすることで始めることに決めた。自然と始められるようになったが、決まりきった表現で毎回の面接を続けていてよいのだろうかとも感じた。双方にとって違和感のない面接の始め方を模索していく必要があるといえる。

②応答の仕方の難しさ

2回目では、対話の初期の段階で、CI役からそのときまで語られた話の感想を突然求められた。それに一瞬戸惑ってしまった。率直な感想と気になったことを簡潔に投げ返すことはできていたと振り返って感じるが、ひとまず応答しようと焦っていた面もあった。

3回目では、率直に「おもしろいですね」という言葉で応答した場面があった。この場面での私の応答は、関心をもって語りを聴き、体験を理解しようとしていたからこそ生じたものである。確かに笑いやユーモアでの経験の共有は、出来事から距離を置いて経験を共有するという効果がもたらされうるが、ただし一方で嘲笑に受け取られるリスクもある。

③沈黙や間の扱いの難しさ

沈黙が生まれた際に、何とかしなければと焦り、Co役の側で言葉を半ば無理矢理につないでいた。今回は、zoomを用いてTCが行われた。OLの特徴として、マイクに向かって声を発してから、相手に声が届くまで約1秒にも満たないが時間を要する。そのため、CI役と声が重なったり、不自然な沈黙や間が二者間で生じたりする。Co役として、その問題に対処しなければならぬと感じつつもうまくいかないもどかしさを感じていた。

5) 寺田

①CIとの関係性

今回、一番印象的だったのはCI役が日常的に接する人間であったため、回数を重ねるごとに、自分の今やっていることが「カウンセリング」という枠組みで語れるものなのか、それともただの「友人との日常会話」として行っているものなのかという境界が少し曖昧になっていったということである。勿論、面談時間を設定して、定期的に連続したテーマで会話を行っていくという時間的な枠組み自体は「カウンセリング」であったといえる。しかし、この特殊な関係性から「Co」と「CI」という役割については、会話を重ねるごとに曖昧になっていったように感じる。

②終結の難しさ

当然だが、一回の面談時間やケース全体で面談を行える回数に制限がある以上、それに合わせて面談は「終わらせる」必要がある。そして、ケース自体もいつかは終結し、「Co」と「CI」という関係性で関わることに終わりを告げる時が来る。しかし、実際にやってみると、どこで、どのように面談を締めるのかという落とし方をCIの話を聴きながら、時間も見つつ考えるというのはなかなか難しかった。特に、ケース自体の終結でもある4回目の面談は、「Co」と「CI」という一度生じたこの関係を今後どのように扱っていけば良いか、これまで話をする中で出てきてはいたものの、手を付けることになかった部分にどのようなフォローを入れるか等々を考慮して、面接を終わらせる必要があるという点で、特に難しさを感じた。

(2) CI役を通して

1) 本間

CI役をやって気づいたこととして、問題を解決したいという気持ちとは別にとにかくCoに自分の話を聞いてほしいという気持ちもあることに気がついた。Co役をやっている時は、どうしたらCIの悩みが少しでも解決されるような情報提供や会話ができるだろうかと考えてしまいがちであった。しかしCI役を体験して、CIには悩みや問題解決とは別に、「自分のことを分かかってほしい」「Coに自分のことを説明させてほしい」という気持ちがあることや、CIは自分の抱える問題に対する解決を求めて常に話をしているというわけではなく、自分が話したくて話している場合もあるのではないかと思った。

また、自分がした話についてCoから質問をされると、自分の話に興味を持ってもらえているような感じがして、嬉しくなる場合もあることが分かった。Coとして自分の理解の及ばない話を受けた際には、有益な情報を何も返せないことに焦ってしまうよりも、CIの話をじっくりと聞いたり、分からないことがあったら質問したりする方が、CIとの関係性にも良い影響を与えられるのではないかと思った。

最後に、Coと話をしている最中に「自分勝手に話してCoの気を悪くしたりしないだろうか」という心配になることがあった。しかしCoから「教えてくださいませんか?」や「聞かせてくれませんか?」と言われると、安心して話すことができた。Co側から話すことを促してくれるような声掛けがあるだけでも、CIの不安を取り除くことができる場合もあるのではないかと感じた。

2) 大西

Co役とCI役を同時に体験することで、それぞれの立場による見方を実感できた。CI役とし

での話し方や聴き方、Co役での話し方や聴き方においてそれぞれ意識するところが違い、各立場で「話す」「きく」ということを体験できた。また、カウンセリングを体験する前は、Co役の時の方が面接時間の20分は長く感じるだろうと予想していたが、実際にやってみると、Coをやっているときの方が時間は早く過ぎたように感じた。時間の感じ方も立場によって異なるということに改めて気づいた。それを踏まえて、CIだけがずっと話をしていると時間を長く感じ、負担になる可能性があるので、Coは相槌などで話しやすい雰囲気を作ることやCIの話をきいて思ったことなどを話す必要がある。

またCIとして1週間に1度Coに話すことは、内省ができる時間でもあった。普段自分の中で考えていることを改めて言葉にして伝えることで、発見できることがある。また話をうけてCoの考えたことを聞くことで新たな視点が得られる経験でもあった。

一方で、院生同士でカウンセリングを行ったということで、全くの第三者ではなかった。普段の授業などでも関係が続いていく中で、今後のことを考えて話せないことがあった。自分のことを誰かに話すときには、ある程度「他者性」も必要なのではないかとCI役を通して気づいた。カウンセリングという枠の中においてのみ関わりのある他者だからこそ、安心して話せる空間が得られるのではないだろうか。非日常という体験をすることがCIにとって評価や批判を考えることなく話すことができると感じた。

3) 高橋

自分自身がCIとして定期的なカウンセリングを受けた経験がなかったこともあり、毎週20分間自分の話を聞き続けてくれるという存在そのものが大きな力を持つことを実感した。元から自分の話をすることへの抵抗がほとんど無かったため、場に慣れていくにつれてTCの時間はとても楽しみな時間となった。日々の生活の中で、ふとした時に「このことを今度のTCで話そう」などと考えることもあった。思い返すと感染拡大に伴い家族以外との交流がほとんど無くなった状況では目的や意味のない会話をする機会がなくなっており、相手のことをあまり気にせず自分の話をし続けることができること自体が自分自身の精神的な安寧に繋がっていたのではないかと。また、自分がCo役の際に気になっていた細かい文言の良し悪し等の面接の枝葉の部分について、CIの際には案外気にならないものだと感じた。しかしそれはCoとの間にラポールがあることや面接の場に安心感があることが前提であるため、このCI体験を通してCoの際に一番大切にしなければならないことについて実感を伴って理解できたと感じる。

4) 田中

①各回の面接での語り出しの難しさ

私は目的もなく目の前にいる特定の他者に対して、生活を自由に話すことが苦手である。そのため、毎回のカウンセリングの時間の前に話したいことを漠然と思い浮かべてはいた。しかし、いざCo役から「今日はどんなことをお話したいですか？」と問いかけられると、一瞬頭が真っ白になった。Obとして聞いていた内容や前回の自分がCI役として話した話題を繰り返して話す、という形で繕っていた。そのときに、不安定感やうまく話せていないという申し訳なさが伴っていた。しかし、CI役である私が話題を話し出した後は、Co役から応答がなされる。自分が話したことを聴き、関心を寄せ、応答してもらえ。それは安心感につながった。

②面接の枠組みの意義

毎週同じ曜日同じ時間に話す時間が用意されていることの安心感や非日常感は治療的にプラ

スに働く側面があるのだらうと気づかされた。単にその場が用意されていることで、何かわくわくして、心が少し軽い感じがした。

③TCでCI役を体験したことの想定外の意義

2020年4月～8月の遠隔講義では、会話に遊びの部分、雑談の部分がほとんどなかった。講義の外、基本的には自宅、での出来事や講義中の本筋から逸れる思いなどを他者に共有する機会がない。しかし、TCの場では、あまり重い話題でなければ、CI役が話したいことを自由に話すことができる。それが毎週20分間保障されていたのはよかったと思う。TCにCI役として臨む前は、話すことができるという楽しい気持ちが強かった。

5) 寺田

私がCIとして参加した面談の様子を思い返すと、①CIが考えたことや思っていることを一気に話す。②一段落したところで、Coが、よく理解できなかったことを聞き返す、或いはCIの話を聴いていて感じたことを述べる。③それを受けてさらにCIが自分の考えを述べていく…という形で会話が展開していったように感じる。

私は普段、自身に対して、一度口を開くと、自分のペースでどんどん話を展開してしまう傾向があると感じている。そのため、相手が私のペースに押されたり、ついて行けなかったりして、後から振り返ってみて、一方的に話をしただけで、あまり会話が上手いかなかったような感覚に陥ることが多い。しかし、今回のTCでは、自分が話したことについて、相手が適宜聞き返したり、意見を述べたりするという応答が保証されており、自分の話した内容がそのまま流されるということがなかった。そのため、自身の話し方や話した内容について、後から自分で「こうすれば良かった」と思うのではなく、その場で省察を深められたように思う。そして、面談の終了後には、「ちゃんと会話できた」という感覚が残った。この点が、今回CIとしてTCを体験した中で印象的であった。

(3) 全体を通して

1) 本間

①逐語記録の作成について

逐語記録を作成して、Co役をしている時の自分が話し過ぎであることに気がつくことができた。セッション中には、自分があまり話し過ぎないように配慮するよう意識していたつもりだが、逐語記録を見直すとCIとの会話量が文字数の比較として見るので振り返りがしやすかった。加えて、予測変換の候補の上位に同じ言葉が出てくるようになるので、自分の口癖についても気づくことができた。具体的には「まあ…」や「なるほど」という言葉が多く見られたので、場合によってはむやみに多用しないように気をつけたいと思った。

②振り返りにについて

振り返りを通して学んだことについては、沈黙が怖いのは自分だけではないということに気づくことができた。他の学生も沈黙が流れたときは焦ってしまったり、どうしたらいいかわからなくなってしまうと話していて、同じ悩みを共有することができた。TCの反省を行っていると、自分の性格について振り返ることになったり相手の話を聞くことの難しさを痛感したりすることが多く、1人では抱えきれないところもあったので、振り返りを通して悩みの共有ができると、心が軽くなったように思えるのではないかと感じた。

③TCのOL実施について

TCがOL実施であったからこそその難しさについては、カメラの解像度が通信環境やパソコンの機能によって左右されることもあり、相手の表情など細かいところが見えないことが不安であった。相手が下を向いているときも何をしているのかがこちらには見えないので、メモをしているのか時計をみているのか分からず色々と勘ぐってしまうということが分かった。特に表情が伝わりづらいことが難しく、CIにとって踏み込んでほしくないところに踏み込んでしまっても、相手の表情からそれを読み取ることが対面と比べて難しいことに気がついた。OLで面接をする際は、CIが耐えられない辛さを感じてはいないか、対面時以上にこまめに確認をした方が良いのではないかと思った。

また画像と音声との間に時間差があることもあり、CIが話し出すタイミングがつかみづらかった。言葉が何回もぶつかってしまうとその分聞き返さなければならず、CIが折角話してくれた気持ちを一度無駄にしてしまうことになるのではないかと思い、こちらが話し出すこと自体に戸惑いを感じることもあった。

2) 大西

Obとして他の人のカウンセリング体験をきくことで、自分では気づかなかった視点を得ることが出来た。「沈黙のもつ意味とそれを破ること」というテーマが興味深く、自分ではあまり意識していなかった部分でもあった。振り返りの中で「沈黙が怖い」「沈黙が続くと不安になる」という意見があげられ、カウンセリングという相手と一対一で向き合う時間だからこそ、沈黙とそれを破るということに特別な意味がもたらされるのではないかと思った。また今回はOL上ですべてのTCが行われ、リアルな場を共有しておらず相手が困っていて沈黙しているのか、または考えていて沈黙しているのかというところが読み取りづらかった。OLで行うときには沈黙に対する印象が異なるのかもしれない。

時間の枠という点では、CIと時計を使って時間を共有することでスムーズに終わりを告げることができるという話があがった。CIが嫌な気持ちをしないで終わらせるには、共に時間を共有することで、互いに時間を意識して自然に終わりに向かうことができるかもしれない。

カウンセリングの意味としては、1週間の中で、自分に対する評価や価値を決められない時間があることは心の安定にも繋がる場所にあると感じた。カウンセリングでの安心・安全はもちろん、カウンセリングではない時間の中でも、自分には自由に話せる時間があると思うだけで普段から安心して暮らすことができる。評価などはせずに、自分の話に耳を傾けて共感的にきいてくれる時間があるということはとても貴重なことだと改めて感じる事ができた。

CoとCIという双方の役割に立つことによって、自分が普段目を向けていない癖や話し方の特徴にも気づき、得意なこと・苦手なことを客観的な立場で見ることができた。またObとして他2人のやり取りを見ることで、カウンセリングの中での質問の仕方や話の展開の仕方などを俯瞰することができた。また、今回は逐語記録の作成も行うことで話し方の癖や相槌のタイミング、面接の進め方などを客観的に振り返ることができた。CIの話の内容を整理するとともに、その場での自分の受け答えから今後の面接に臨む姿勢などを考えるきっかけになった。

3) 高橋

TCを振り返って行った振り返りでは、CI役自身からカウンセリングを学ぶ者の視線でフィードバックをもらえたり、自分にとってのCI役がコメントするCoとしての難しさに共感したり

と、多重関係のある相手ならではの学びがあった。一方でTCが終わっても日常的に交流が続いていく相手であるため、気を遣って慎重になる場面もあった。また、振り返りの場面で初めて、終結がおろそかになってしまっていたことに気がついた。本実習のTCで関わったケースはいずれも時間になったら終了するのみで、終結のために何かを考えるという発想が薄かった。これは、CI役が心理的に近すぎたことや、TCが終わった後も交流が続いていくことのせいで疎かにしてしまっただと感ずる。

また、メンバーの中には実際には会ったことのない人も多く、OL授業の中で雰囲気もよくわからない相手とディスカッションすることにストレスを感じることもあった。OLの授業では授業前後に雑談することができず、打ち解けにくいためである。そのような環境に置かれた学生にとって、本実習のTCは初めてとりとめのない話をするのであった場であり、心的な距離がぐっと縮まったことでストレスの軽減に繋がったように思う。

4) 田中

①沈黙の扱い

沈黙については、CIに訊きながら扱いを考えていくことや、沈黙の意味について共に考えることが重要であることを学んだ。沈黙をすぐに埋めたいと思うのは、Co役である自分が、応答している感覚、言ってしまう仕事している感覚が欲しいという傲慢の部分があると考えた。カウンセリングの場がCIの利益のためにある以上、CIの要望をしっかりと聴き取り、そこに応えていくことが重要であるといえる。

②終結の重要性

最終回での終結の持っていく方については、振り返りで初めて気づかされた。確かに、今回の連続するTCがどのような場であったのかという意味付けを丁寧に行わなければ、やりっぱなしになってしまい、経験が宙吊りになってしまうだろう。毎回の面接と全体の終結はどちらも意識して丁寧に行っていく必要があると改めて学んだ。

③カウンセリングの意義

TCのどの要素がカウンセリングだったのか、カウンセリングの構成要件とは何かについても今回の経験を通して改めて深く考える機会となった。応答をしっかりとすること、CIの立場に立って共に体験しているかのように理解しようとし、理解できないことはCIに訊き、CIから学ぶことが重要であることを改めて理解することができた。

④OLであるが故の難しさ

回線の状況によって、音声に切れ目が生じやすく、いつ話が止まったか確認しづらい面がある。OL面接を行うときには、対面のときよりも意識的に間や話者の順番交代にゆとりを持たせた方がよいといえる。また、zoomの場合、CoもCIも面接の場に突然現れる。面接室に入るまでの過程が全くない。Co役として、CIがどのタイミングで現れてもよいように態勢を整え、適度な緊張を保つことに難しさがあるといえる。また、双方にとって、面接へ気持ちを切り替えることにも難しさがあると感じた。自然な流れで話すことができるように、面接の中身に入る前に丁寧にブレイクトークを丁寧に行ってから、実際の面接に入った方がよいのではないかと考える。

5) 寺田

①沈黙の扱い方

他の学生との話も聴く中で、私は沈黙の扱い方についての話をもっとも印象的であり、OL面接の難しさを象徴する部分でもあるように感じた。勿論、対面の面接であっても沈黙の扱い方というのは気を遣う必要があるだろう。沈黙は、両者にとって考えたりそれをまとめたりする時間の場合もあれば、もうこれ以上話したくないという意思表示の場合もある。沈黙に含まれる意味は、そこで語られるもの以上に豊かなものであると言えるかも知れない。

振り返りではカウンセリングはCIが自分のための時間を買う「契約」であるという話も出ていたが、Coは沈黙の時間にCIの様子や自身の状態に目を向けることで、CIにとっての沈黙の意味を味わうものであるように思う。しかしOLにおけるカウンセリングでは、空間として場を共有していないこともあって、CIの様子について得られる情報量がどうしても対面よりも少なくなってしまうように思う。それ故、Coの側は不足している情報を引き出そうと思い、対面以上に「喋らなくては」という気持ちにもなりやすいのかもしれないと思った。

②進め方への迷い

カウンセリング経験に乏しい初学者同士であったこともあり、実施する中で「このような進め方で本当に良いのだろうか」と思った部分があった。しかしながら、今回のTCでは、一回一回のSVを設けていなかったため、この迷いを抱えたまま毎回のセッションを展開していくこととなった。可能な限り毎回の面接後に、必要に応じて他の受講者や講座の学生も交えながら、担当教員によるSV、若しくはケースについて話し合う時間を設けることを提案することでより一回一回の面接の意味が明確となり、よりよい学びの場が提供されるのではないだろうか。

2. 体験に基づいた意義と課題の整理

上に示した受講者の体験をもとに、各受講者がOLで実施したという点も含めて、体験を深める視点を設定して、それぞれの視点からTCの意義と課題を検討した。

(1) CI役とCo役とOb役を同時に体験すること（高橋）

今回のTCでは、6人の受講者を3人ずつに分けてグループを作り、それぞれが「Co役」「CI役」「Ob役」を担ってカウンセリングを進めた。全員が全ての役を経験するために、3つのカウンセリングが並行して進行した。CIとCoを同時に体験することの大切さについて、鶴養他（2010）は、この二つの立場を同時進行で行うことで「こういう場面で CIはこんな気持ちになる」ということを実体験として確認し、関係性の中での気づきをもとに、それぞれの自分自身のありように根差した「Coとしての自分」に目が向くようになっていくことができると述べている。本実習でも、“クライアントにずっと話させるのは負担になるので、相槌や応答を適切にする必要がある”、“クライアント役の「聞いてほしい」という気持ちや「質問されると嬉しい」という気持ちを体験できた”、“有益な情報を返せないことに焦るよりも、じっくりと聞いたり質問したりするほうが良いのではないかと気がついた”という報告が見られた。これらの報告から、CIとしての気持ちを体験し、関係性や「Coとしての自分」に目が向くようになるという経過をたどっていることがわかる。また、応答が必ずあることの大切さや、応答のもたらす安心感に改めて気がついたという報告も見られた。「応答があるだけで嬉しい」とはCo役ではな

なかなか思えないものだが、このような根本的に大切な気持ちに気がつくことができるのも、CI役とCo役を同時に体験しているからだと言えよう。

一方で、他大学院の学生と実習を行った鶴養他（2010）と違い、本実習では1グループ内の全員が、グループ内の全てのセッションに同席していた。すなわち、自分がCoの時のCI役がCo役をしている場面をOb役として観察したり、自分がCo役の時のCI役に自分がCI役をしている場面を観察されたりした。この設定は実際のカウンセリング場面ではありえない、複雑な多重関係が含まれた設定であり、また、学生は実質的に「Co役」「CI役」「Ob役」を同時に体験することとなった。感染拡大に伴う特別な実習形態においての設定ではあったが、その中で、それぞれの役としての自分を明確に整理してカウンセリングに臨む必要があり、初学者向けのモデルカウンセリングとしては適切とは言えない環境設定であった。学生をグループに分けるのではなく全体の中で役を割りあてるなどして、このような複雑な多重関係は避けるように注意を払うことが求められるのではないか。

(2) 各回の終わり方とTCの終結に関して（寺田）

振り返りにおいて、複数人の学生が「面接を終わらせる」ことに関する意見、自身の課題を述べている。それらを二つの観点に分け、考察を進めていく。

まず、一点目は時間枠を意識する中で、その日のセッションを終わらせることについてである。数名の学生が、体験を振り返る中で、Coの時間枠を意識する行動が、CIの語りに影響を与えてしまった可能性に言及しており、時間枠も意識しつつ、自然な流れの中で面接を終わらせることの難しさについて挙げている。また、Co、CI双方が確認できる位置に時計があることによって、時間の意識が共有されやすくなり、スムーズに面接の終わりを告げられるようになるという工夫について述べる学生もいた。一般に、時間枠に限らず、心理療法・カウンセリングには様々な制限が「枠」として存在する。吉田（2000）は、心理療法における「枠」に関連して、空間・時間を区切ることで、CoとCIの双方が治療空間を日常的・現実的な空間から仕切られた空間として認識しており、空間を区切る境界の存在が産出力・創造力を生み出すと述べている。これはつまり、「枠」が存在することによって、CIが自身の豊かな世界を面接の中で表現できるようになるということであり、心理療法・カウンセリングにおける「枠」の重要性を示唆するものである。

今回は「TCの実施」において記述されているように、3人1組のグループでCo、CI、Obの3つの役を回しながら行っていた。そのため、同じグループの3人全員が都合の付く時間で、3回分のセッションを行えるようにしなければいけなかった。また、一回のセッションの時間も約20分とやや短めなこともあり、セッションの時間がCo、CI双方にとって強く意識されるものとなっていた可能性がある。しかしながら、時間枠に対する意識が高まったことにより、限られた時間をCIのためにどう扱えばよいか、時間を意識することがCo、CI双方にどんな影響があるかについて、初学者である学生たちが考えられたことは、「枠」が重要となる心理療法の実践に繋がっていくための実習として、非常に意義があったことのように思う。

二点目は、面接全体の終結についてである。こちらについても、複数人の学生がこれまでの面接の経過も踏まえた上で、どのような形で終結の作業を行えば良かったのかを考えることが難しく、あまり上手いかなかった部分として挙げている。丹治（2005；pp6-7）は、理想的な心理療法の終結について、「CIが面接に来る必要性を感じなくなったとき、もしくは、自分

一人でやっていけると感じたとき”に訪れるものであり、“終結の時期やタイミング、権利を握っているのはあくまでCIの側である”と述べている。しかしながら、今回のTCでは授業時間の関係で事前に面接の回数が決められており、Co、CIの意志にかかわらず、面接を終結させなくてはならないという難しさがあった。

しかし、このような外的要因によって、終結が強制的にもたらされることは実際の臨床場面でも起こりうる。丹治（2005；pp33-36）はCoの転勤を例に、外的要因によって終結せざるを得ないときについて考察しており、その場合は今までのカウンセリングで行ってきた作業の意味をCIと共に味わい、関係が終結してもカウンセリングの中で起きた内的な変化まで終結するわけではないことを伝えるのがよいとしている。また、丹治（2005；p3）は「心理療法の成功においては物理的な別れ（外的終結）はあっても、精神的な別れ（内的終結）はない」とも述べている。しかし、今回のTCはCo、CI共に同じ講座内の学生であったために、物理的な別れも生じない、やや特殊な構造となっていた。このことも、学生が終結の難しさを感じた要因の一つだろう。ただ、このように面接終結後も、Co、CIではない形で関係が紡がれていくというケースも、実際の臨床現場で起こりうる。児童養護施設入所児との面接は、その代表的な例と言えるだろう。加藤（2005）は、児童養護施設での児童との面接について、「関係は繋ぎながらインテンシブなセラピーを終えたり、終結しても他の関係を維持したり」といった施設ならではの終結を模索する必要があると述べている。その際に、治療関係について「『終結』するのではなく、『変化させる』』という視点も有効であると考察している。

以上を整理すると、様々な制約の結果、今回のTC体験は一般的に考えられるカウンセリングの構造から見れば、ややイレギュラーな部分が存在しており、そのことが初学者である学生にとって、難しさを感じさせる要因にもなっていたと考察される。このことは、本実習の課題であると同時に、人と人との関わりであるために、絶対的な正解や想定内が存在し得ない臨床現場の複雑さを思えば、このようなイレギュラーにどう対応するか試行錯誤できたことは、体験として非常に意義のあるものであったとも言えるのではないだろうか。

(3) Coの自己開示（大西）

本実習は初学者である院生同士で行われた。カウンセリングの基本は学んでいたものの、CIにどのように応答するかという部分は手探りの状態で行われていた。面接場面ではCo役がCI役の話をきいて「おもしろいですね」「〇〇という考え方もあるかもしれないですね」などの感想または意見を伝える場面や、「それはどういうことですか。」「教えてくれませんか。」などのように質問を返す場面がみられた。このようなCoの応答に対してCI側は「話をきいてもらえた」「安心して話せた」などのように好印象をうけたことが語られていた。感想や意見、質問にはCoの自己開示が伴う場合がある。Co自身のことについてCIに伝える「自己開示」は面接場面でどのように扱われているのだろうか。

Coの自己開示に関する研究は数多く行われている。精神分析的な立場からは、心理療法の過程において焦点がCIからCoに移ってしまうため、自己開示はするべきではないとみなされてきた。一方で、Jourard（1971）はCoの透明性、自己開示性こそ良い治療関係において重要でありCIの自己開示を促進できるとして、自己開示の有用性を主張している。日本における研究では、岡野（1997）によると、Coが自己開示することでCIが自己をさらすことに対する恥の感覚が弱まり、自由連想がさらに進む可能性があるとして述べられており、Coがセラピーに自

己開示を用いる有用性があるとしている。

では、カウンセリングにおける適切な自己開示はあるのだろうか。葛西・徳永（2003）はCoの適切な自己開示における条件および自己開示によるCIのCoに対する感情や評価について検討を行った。この調査によると、CIが悩んでいる問題と同様の体験をCoが自己開示した場合、CIが抱いた感情と同様の感情をCoが自己開示した場合、短い時間で自己開示する場合、CIの話が終わった直後に自己開示する場合に有効であることが事例検討から述べられていた。今回の実習でもCIの話に対してCoが素直な感想を伝えた場面がみられ、有効に働いていた。田中（2013）は、自己開示をSelf-involving（以下、SI）とSelf-disclosing（以下、SD）に分類する定義を用いて検討を行っている。SIとはCIの話に対して湧き起こったCoの感情や反応を伝える今現在に焦点を当てた開示であり、SDとはCoの個人的な経験や体験を伝える過去に焦点を当てた開示である。調査では自己開示をしたCo（統制群・SI群・SD群）に対する印象を好意感・専門性・信頼感の3因子で検討を行った。この結果、好意感と専門性の評価においては有意な差はなかったが、信頼感では統制群よりもSD群のほうが低い結果となった。Coの個人的な経験や体験を開示するSDはCoに対する信頼感の評価を低める可能性があることや、SDは会話の焦点がCoに移ってしまうことにより被開示者は相談したいにもかかわらず自分の相談ではなくCoの話になってしまい、Coに対して不信感を抱くと示唆していた。以上のことから、Coにおける自己開示は好意感や親近感は得られるかもしれないが、信頼感に影響を及ぼすことが示されており、特にSDのようなCoの個人的な体験は評価を低める結果となっていた。

今回の実習ではSIとSDが混同して用いられていた。そして、その両方が有効に働いていたように思える。知った者同士のカウンセリングにおいては、Coの個人的な話をすることで信頼関係を築くことに繋がっていたのではないだろうか。このことから、実際のカウンセリングと実習のカウンセリングにおいては自己開示の有効性は異なってくることが示唆される。また、院生の中には自己開示について特に気にしなかったという者もいた。院生同士という関係性がすでに出来上がっていたために、自己開示のハードルは臨床場面よりも低くなっていたことが考えられる。そのために、特に意識を向けることがなかったのかもしれない。

今年度の実習は、OLで行われたために場の雰囲気共有ができず、相手の反応がわかりづらかったことや自己開示後のCIの様子または自己開示をするCoの様子などが鮮明に読み取れない部分などがあり、先行研究で得られた自己開示の効果とはまた違う効果が得られるのではないかと考えられる。対面ではない状況で自己開示はどのように行われていくのかについては検討していく余地があると考えられる。

（4）逐語記録作成の持つ意義（田中）

ここではTCでの課題の1つとして提示されていた逐語記録作成が持つ意義について考察を行う。意義としては、Co役、CI役それぞれの癖に気づくこと、CI役の経験や語り、思考などの傾向を整理し理解すること、Co役の話し過ぎや応答不足などをTC場面において計量的に理解することといった、TC場面を振り返ることが挙げられる。

まず、共同執筆者の本間が「Co役をしている時の自分が話し過ぎであることに気が付くことができた」、大西が「逐語記録の作成も行うことで話し方の癖や相槌のタイミング、面接の進め方などを客観的に振り返ることができた。その場での自分の受け答えから今後の面接に臨む姿勢などを考えるきっかけになった」と指摘しているように、話し過ぎ、相槌のタイミング

などといったCo役の癖、話し方などのCI役の癖に気づくことができ、そこに注意が向けられることが挙げられる。特に、本間が「予測変換の候補の上位に同じ言葉が出てくるようになるので、自分の口癖についても気づくことができた」と指摘している、予測変換候補の傾向から注意すべき口癖に気づくという意義は、先行研究では見られない新たな発見であるといえよう。

長谷川（2017）は、看護場面の再構成について、看護者が客観的に自身の言動を省察することによって、患者との相互作用過程を明らかにし、患者との関わりの動機や関わりの中での振る舞いについて洞察することで、今後の看護実践に活かす方法だとしている。具体的には、患者と看護者の言動、及び看護者がその時感じたことや考えたことを記録に残すプロセスレコードという方法を取っている。これは、今回のTCにおける逐語記録作成やその後のレポート作成の作業、それに基づく先に挙げた本間や大西の指摘と類似している。このことから、TCにおける逐語記録作成は、癖としてCo役の無意識のうちに反応していることも含め、CI役とのTCという関わりの相互作用を振り返るという機能を持っているといえる。それによって、次回以降のTCのセッションに活かすことが可能になるだろう。

また、大西が「CIの話の内容を整理する」、田中が「CI役の話し方や間の取り方、埋め方や思考の傾向の理解に役立てることができた」と指摘している、CI役の話の内容や思考の傾向の整理と理解が可能になることも大切な点である。鶴養他（2010）の中でも、TCにおいて、目の前にいるCIがいかなる人で、いかなる理解や思考の枠組みを持っているか、を理解することの重要さが指摘されている。特に、本TCの実践においては、入学式が中止となり、OLによる講義が主となることで、このTC実習に参加している他の院生のすべてとは直接面識を持つ機会を持つことができなかつた。また、熊谷（2020）が指摘しているように、OL授業では、ミーティングの入退室によって講義の時間内と時間外が明確化し、「他愛のないおしゃべりができる場」が不足していた。そのため、CI役である院生についての情報をあまり持ち合わせていなかった。この中で、TCをしかもOLで進めることは、最初は困難な試みであったといえるだろう。しかし、逐語記録を作成することで、話した内容を自由に参照することができる。それは、TCにおいて、OL授業ではあまり知りえなかつたCI役の人柄などの情報を得て、整理することを可能にする。整理することは、次回以降のTCの面接での話題の提起やそこでCI役から新たに語られたストーリーを過去の語りと結び付けて理解をしたり、CI役の思考や語りを促進する言葉掛けをしたりすることにつながる。このようにまとめた本実践のTCの営みは、初対面のCIと治療契約や治療同盟を結び、面接記録を作成しながらセラピーやカウンセリングを進めていくという実際の心理療法場面のあり方と類似しており、臨床心理士養成課程における初学段階の実習として、対面でのTC実践と比べより意義深いものになったとも言え得るだろう。

さらに、逐語記録作成によるTC場面の計量的理解も可能になる。例えば、本間が「逐語記録を作成して、Co役をしている時の自分が話し過ぎであることに気がつくことができた。セッション中には、自分があまり話し過ぎないように配慮するよう意識していたつもりだが、逐語記録を見直すとCIとの会話量が文字数の比較として見ることで振り返りがしやすかつた」と指摘しているように、逐語記録を作成することで、Co役の発話量がCI役との相対で多いのか少ないのかが視覚的に明確になる。また、田中が「逐語記録を作成するときに、沈黙の時間を丁寧に数えて記録するように心がけた。それによって、推測の域は越えないが、CI役の方が何秒以上の沈黙には耐えられないのかを見ることができた。それをその次の回に活か

して、一定時間経ったときに話を整理するなどの応答方法を工夫することができた」と指摘しているように、沈黙の時間を逐語に括弧書きで記録することによって、Co役が面接場面において適切な間の取り方や埋め方ができているかどうかを検査することができる。これらによって、Co役が、関わりの積極性の程度を省察することができるといえよう。

この応答性の計量的理解に関しては、言語発達や言語社会化研究の領域の会話分析では、頻繁に行われている手法である。特に、会話分析においては、隣接対 (adjacency pair) (Schegloff & Sacks, 1973) が1つの観点になってくる。隣接対とは、ある人が“今どこにいる?”と誰かに問うと、問われたものは“苫小牧だよ”と答えるように、高い予測可能性 (例では地名) で関連している2つの発話のことを指す。このことから、2者間のやり取りの応答性の有無は、隣接対の有無によって見ることも可能であるといえるだろう。今回のTCや心理臨床場面一般では、特に相槌の打ち方やCI (役) の語りの内容に対する理解の示し方などにおいて、隣接対として現れるような応答性を担保する必要がある。逐語記録は、発話者の移行や発話量を視覚的に理解し、省察することによって、面接場面におけるCoとしての振る舞いについて調整し、よりCI役にとって利益のある面接につなげることができると考えられる。

以上に挙げた意義は、すべてCo役がTCの場面を省察することができる、という点で共通しているといえる。熊谷によると、カウンセリング場面や精神医学に基づく当事者研究の文脈での省察とは、過去の出来事を有意味性の伴った形で外在化させて、客観的に記述することであるという (熊谷・國分, 2017)。障害のある人の語りの生起過程の検討の中で、田中 (2019) が、先述の熊谷・國分 (2017) の熊谷の議論をもとに指摘しているように、省察をすることは、振り返る者にとって負担なく語りを整理することを可能にする。これは、Co役としてCI役の話を聴くTC場面においても、同様のことがいえる。つまり、文字起こしという行為は、Co、CI双方の癖や語り、思考の傾向を質量両方の側面から振り返り、次回以降のTCや心理臨床場面でのCoとしてのあり方に活かすきっかけになりうる。

今後の課題としては、今回の考察は、他の講義と同様にOLで行われたことの影響が多分にある。対面で非言語的情報がOL下よりも多く得られる状況での逐語記録作成の際は、非言語的情報も多く記録されるだろう。今後は、そのような記録からのCo役としての自己理解とCI役の他者理解、面接場面の理解、整理と今回の体験記や本論文の論考との細かな比較・検討を行う必要がある。

(5) TCにおけるCo役とCI役の関係性について (本間)

初めに、カウンセリングにおけるCoとCIの関係性について、日本臨床心理士会は「一般社団法人日本臨床心理士会倫理綱領 第三条.対象者との関係」で以下のように述べている。「会員は、原則として、対象者との間で、「対象者—専門家」という専門的契約関係以外の関係を持つてはならない」。日本臨床心理士資格認定協会が設ける臨床心理士倫理要綱においても、クCoはクライアントと多重関係や私的関係を持つてはならないと規定されている。

次にTCにおけるCo役の者とCI役の者の関係性については、鑪 (1997) はTC状況の設定として、Co役の友人や知人のなかでカウンセリングや心理学に関心や好意を持ったりしている人をCI役に選ぶことを想定している。今回、私たちは同じ臨床心理学専攻コースに所属する大学院生6人 (修士課程1年が5人、修士課程2年が1人) でOLによるTCを実施した。Co役とCI役を院生らはそれぞれ1人1回ずつ体験し、セッションごとにペアとなる者が重複しないよう配慮が

なされた。TC実施後に各院生がおこなった振り返りをもとに、日常的に関わりをもつ友人同士でペアを組んで行ったことがTCにおいてどのような影響を与えたのかについて考察を行う。

振り返りの中で、複数の院生がTC内での発言が今後の友好関係に影響を及ぼす可能性があることを指摘し、CI役でうまく話せなかった・CI役は話すことに必要以上に慎重になってしまうのではないかと述べている。TC内でCI役としてとりとめのない話をしていると、私たちの日常である授業風景や授業に関するエピソードについて語りたくなる時が何度かあった。しかし、私たちは同じ授業をいくつか受講しているため、いわば日常を共有しているような状態でもあった。そのためCI役から語られる授業風景にCo役も関わっているのである。もし本当の気持ちを踏まえながらあのときの授業風景について語りなおしたいと思っても、当事者でもあるCo役を間接的に責めることになってしまう可能性がある。TCが終了しても私たちは同じ大学の同期として今後も関係が続いていくことを考えると、友好関係を破綻させてしまうようなリスクのある発言に対して、遠慮や気遣いは避けられないだろう。

これはCo役であっても例外ではない。自分のCo役としての立ち振る舞いが友人でもあるCI役に見られてしまうということは、自分の身の振り方を過剰に意識させCI役への集中がそがれてしまう恐れがある。また、今回のTCでは面接のObとしてもう1人の院生も同席していたため、必要以上に人の目が気になった院生もいたのではないだろうか。今後の友好関係を気にするあまり、CI役としてもCo役としても上手く振る舞えないやりづらさを院生たちは感じていたのだと思われる。

一方で、何人かの院生は今回のTCで感じた楽しさについても言及している。私たちがTCを行った時期は2020年5月～6月にかけてであり、感染拡大防止のため毎日自宅で遠隔授業を受けている者がほとんどであった。遠隔講義では授業の前後に友人と他愛もない話をする時間がないため、「自分の話したいこと」という比較的軽いテーマのもとで行うTCの時間はむしろ貴重な時間でもあった。また、4月に大学院に入学して以降ずっと同じ授業を受けていたとはいえ、授業は全てOL形式で開講されているものであった。そのためほとんどの院生は直接的な面識はなく、比較的長い時間を用いて他愛もない話をするのもこのTCが初めてであった。

鑪 (1997) は学生Co同士でTCを行う上での問題点として、おかれている境遇が似ているため共感が得られやすい反面、あまりに同質的であるが故にCIの話に巻き込まれたり、一定の心理的距離がとれなくなったりしてしまうことを挙げている。また、CIに友人や知人を選ぶことはカウンセリング関係における本質的な制約をもっていることにもふれ、できることならスーパーバイザーのもと直接来談者を相手にして面接を行うことが望ましいとも述べている。しかし、今回はこの「友人関係ではあるが直接会ったことはほぼない」という独特で微妙な心理的距離の近さがあったことで、感染症対策の渦中にあったCI役とCo役にとってTCの時間が刺激的でかつ安らぎの時間となったのではないだろうか。

IV まとめ

受講者の体験の記録からはカウンセリング初任者ならではの、と思われるような迷いが垣間見られる一方で、初任者だからということではなく、OLを通じた体験であるために生じている迷いや困難さと考えられるものもある。感染拡大は私たちの社会に新たなありよう、価値観をもたらしたともいえるが、そのひとつがOLを用いたコミュニケーションや授業といったもの

であろう。特に心理臨床家の養成に係る教育では、単に知識の獲得だけではなく、面接のスキルや心理臨床家としての姿勢など、これまで対面であるからこそ伝達することができたと思われるものも含まれている。改めて対面で行われる授業の良さやその必要性について検討することも必要であるが、同時にOLであるからこそそのメリットや、OLで実施する際の新たな方法やありようについても創造する必要に迫られている。こうした中で、本年度のTCの試みは反省点も含めて多くの示唆を残してくれているといえるだろう。特に、授業者としてはオンラインでの実施であることやカウンセリング初学者であることに加えて、感染拡大の影響を受け、受講者同士が打ち解けるに十分な機会が得られていないことを考慮して、Obを設けたり、RPをzoomのブレイクアウトルーム機能を用いずに他の受講者から見える形で実施したりしたが、受講者の体験からはそうした「配慮」がTCやRPのやりづらさにつながっていたことが示された。また、受講者内でカウンセラー役とクライアント役を割り振り、ペアになってTCに取り組んだことについても、感染が拡大しておらず、学生がこれまでのように大学で授業を受けられる状況であったならば、学部生からTCの参加者を募るなど、一定の距離がある関係性での実施も検討できたかもしれないが、感染拡大下ではそうした形態での実施は不可能であった。

今後も感染が収束せずOLによる実施が必要となる場合には、受講者の体験を参照しながら、より有益な実施形態についての検討が必要である。

引用文献

- 羽野（謝）玲糸（2008）自己開示における内的体験について 京都大学大学院教育学研究科紀要, 54, 424-436.
- 長谷川 雅美（2017）自己理解・対象理解を深めるプロセスレコード（第2版）日総研出版, 6-7.
- Jourard,S.M.（1971）*The transparent self. The transparent self.* (6th ed). NewYork: Van Nostrand Reinhold.
- 葛西 真記子・徳永 啓牟（2003）カウンセラーの「適切な自己開示」に関する研究－試行カウンセリングを通して－ 鳴門教育大学研究紀要, 18, 67-75.
- 加藤 尚子（2005）児童養護施設における心理療法担当職員による心理的援助と課題 立教大学コミュニティ福祉学部紀要, 7, 1-11.
- 小早川 久美子（2003）試行カウンセリングの手引き 広島文教女子大学
- 神奈川大学ノート（2020）オンライン授業を経験した大学教員が考える、「雑談」のすすめ（2021.1.6閲覧：<https://kanagawa-u.site/n/na4db0fb341ae>）
- 熊谷 晋一郎・國分 功一郎（2017）対談 来たるべき当事者研究－当事者研究の未来と中動態の世界 臨床心理学, 増刊第9号, 13-27.
- 牧 剛史（2014）臨床心理士養成プログラムにおける実践知の重要性 教育学部論集, 25, 25-34.
- 日本臨床心理士資格認定協会（2013）臨床心理士倫理綱領（2020.12.12閲覧：http://fjcbcp.or.jp/wp/wp-content/uploads/2014/03/2_rinri_koryo.pdf）
- 日本臨床心理士会（2009）一般社団法人日本臨床心理士会倫理綱領（2020.12.12閲覧：<http://>

www.jsccp.jp/about/pdf/sta_5_rinrikouryo20170515.pdf)

日本臨床心理士会倫理要綱 (2021.1.12閲覧 : http://www.jsccp.jp/about/pdf/sta_5_rinrikoryo0904.pdf)

岡野 憲一郎 (1997) 「治療者の自己開示」再考—カウンセラーが「自分を用いる」こと— 精神分析研究, 41, 121-127.

Schegloff, E. A. & Sacks, H. (1973) Opening up closings. *Semiotica*, 8, 289-327.

田中 健史朗 (2013) カウンセラーの自己開示内容がカウンセラーの印象評価に与える効果 カウンセリング科学, 46, 18-25.

田中 佑典 (2019) 障害のある人の「障害」の語りの生起過程及び変化に関する検討 北海道大学教育学部卒業論文

丹治 光浩 (2005) 心理療法を終えるとき—終結をめぐる21のヒントと事例— 北大路書房

鑪 幹八郎 (1977) 試行カウンセリング 誠信書房

鵜養 啓子・藤崎 春代・島谷 まき子・渡邊 佳明・山崎 洋史・松永 しのぶ... 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(1)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.

山田 俊介 (2013) 臨床心理士養成における試行カウンセリングに関する一考察 香川大学教育学部研究報告. 第1部, 139, 113-124.

山村 崇尚・藤原 美聡・尹 智成・兒 玉憲一 (2014) 大学院生の試行カウンセリングにおける作業同盟評定の試み 総合保健科学, 30, 45-56.

吉田 奎吾 (2000) 心理療法における空間について 神戸大学発達科学部研究紀要, 7(3), 75-89.