

マイクロカウンセリング研究

The Japanese Journal of Microcounseling

第1巻 第2号

2006年3月. Vol.1, No.2

卷頭言 福原眞知子 1

特別寄稿論文

Microskills and Wellness : Strength Training for the Future

マイクロカウンセリングと人々のウェルネス

——生涯発達のための‘強み’の発見と開発—— Ivey, A. E. 2

〔解説〕 福原眞知子 8

《シンポジウム》

ライフサイクルを通してのウェルネス(wellness)を考える

ご挨拶 福原眞知子 9

話題提供

・被害者臨床の立場から 川口 瑞子 11

・地域臨床の立場から 寺川亜弥子 14

・スクールカウンセラーの立場から 小松 裕子 19

指定討論者 大西 靖子 24

森山 賢一 32

日本マイクロカウンセリング学会

The Japanese Association of Microcounseling (JAMC)

編集規定

1. 本誌は日本マイクロカウンセリング学会の機関誌であって、原則として1年1巻とし1号と2号にわけて発行される。
2. 本誌は、原則として本学会員のマイクロカウンセリングに関する論文を掲載する。
3. 本誌には、原則として原著論文、資料論文、事例報告、展望、特別論文、及び学会ニュース、会報などの欄を設ける。
 - (1) 原著論文は、オリジナルな内容の研究論文とする。
 - (2) 資料論文は、追試的・試験的内容あるいは試験的・研究論文とする。
 - (3) 事例報告は、リサーチペーストの姿勢を保った事例発表の形式とする。
 - (4) 展望は、内外の研究を広く収集整理し、総合的に概観した論文とする。
 - (5) 特別論文は編集委員会で、主としてマイクロカウンセリングまたはその関連領域の専門家に依頼する特別寄稿論文とする。
 - (6) 学会ニュースは、マイクロカウンセリング学に関する内外の情報及び、内外の関連学会の情報を掲載する。
 - (7) 会報は、本学会の会務報告に関するものである。
4. 3の(1), (2), (3)および(4)の論文は原則として投稿による。投稿された論文は査読を経て、編集委員会で掲載の可否が決定される。なお査読は編集委員以外の会員に依頼することがある。
5. 採択論文の掲載に要する費用は、原則として本学会で負担するが、図表等に関してはその費用の一部を執筆者に請求することがある。
6. 本誌に掲載した論文の執筆者に対して抜刷10部を贈呈する。これを超える部数については執筆者の負担とする。
7. 本誌に掲載した論文の原稿は、原則として返却しない。
8. 本誌に掲載された論文を無断で複製及び転載することを禁ずる。
9. 本誌に掲載された論文の著作権は本学会に帰属する。

執筆規定

1. 論文の内容は、未刊行のものに限る。
2. 論文の採否は、査読を経て編集委員会により決定される。
3. 論文の長さは、原著論文については原則として8000～12000字相当（図表を含む）、資料論文、事例報告は2000～4000字相当とする。展望は2000字相当とする。特別論文は状況に応じて決定する。
4. 原著論文及び資料論文は原則として、問題（目的）、方法、結果、考察、（結論）、文献からなることが望ましい。
5. 原著論文、資料論文および事例報告には要約、キーワード（3語程度）および英文アブストラクトをつける。内容の長さは100～150語とし、英文については専門家の校閲を受けること。
6. 本文の記述は簡潔で明解にし、現代仮名遣い、常用漢字を使い、表、図は必要最小限にする。
7. 本文中の外国語（原文）の使用はできるだけさけ、外国語は外国人名、適切な訳語のない述語、書名やテスト名などに限る。
8. 数字は原則として算用数字を用いる。計量単位は国際単位を用いる。
9. 略語は一般に用いられているものに限る。ただし、必要な場合は、初出の時にその旨を明記する。
10. 表と図は別紙に書き、通し番号を付し、表の題はその上部に、図と写真の題は下部に書く。これらは執筆者の責任で作成し、本文に挿入する場所を明記する。
11. 引用文献は、著者名のアルファベット順に一括して掲げる。その記述方法は日本心理学会発行の「執筆・投稿の手引き」（2000年版）を参照すること。
12. 脚注は通し番号をつけ、本文と同ページの下段に記し、本文中には、それに対する番号を付ける。
13. 論文は原則としてワープロ原稿で4部提出する原稿の体裁はA4用紙に横書きで11ポイント文字、字数は1枚1000文字（40×25）、余白上下左右とも30mmとする。なお著者名・機関名・謝辞は別紙に記入すること。
14. 引用文献以外の詳細も原則として、日本心理学会発行の「執筆・投稿の手引き」を参照の上、執筆すること。
15. 投稿論文にはフロッピイを添えることがのぞましい。

※本執筆規定は平成18年3月より有効

付記：本執筆規定は、日本マイクロカウンセリング学会会則に細則として掲載予定である。

巻頭言

早春の候、皆々様にはご健勝のこととお喜び申し上げます。

このたび『マイクロカウンセリング研究 第1巻第2号』をお届けいたします。

まずはアイビイ博士からの特別寄稿です。研究会から学会への移行、それにともなう学会誌の発行を連携組織である Microtraining Associates に報告し、当該団体の会長であられる博士にその趣旨をふまえた論文をご投稿いただきました。ここでは先生の近年のご関心であるウエルネス、それへのマイクロ技法の適用がテーマとなっております。そのテーマは「マイクロカウンセリングと人々のウェルネス—生涯発達のための‘強み’の発見と開発—」です。翻訳の上、解説を加えて掲載いたしました。ウェルネス（人々の QOL）についてはさまざまの理論があるなかで、マイクロカウンセリングの創始者である博士のそれへの考え方を理解する手がかりになるものと思います。アイビイ先生ありがとうございました。

次に平成 16 年度第 2 回研究会の報告と資料です。これは先にマイクロカウンセリング研究会「ニュースレター No. 13」で概略を報じましたが、ここにすべてを掲載することができました。

本研究会ではその前年に Ivey 夫妻をお招きして主催した研究会・ワークショップでテーマとなつた（「ニュースレター No.12」参照）‘ウェルネス’の理解を深めることを狙いとしました。

そこで若手の研究者・実践家にスピーカーとしてご登場いただき、討論を展開するという形をとりました。時間の都合で質疑応答の時間があまりとれませんでしたが、それなりに、若い方々の吸収力と感受性をあらためて認識させていただきました。ここではマイクロカウンセリング研究の新たな視点での気づきも促されました。研究会から学会への移行の時期でもあり、学会としても、実践のよりどころとなる研究を多面的におこなえるような環境を整えてゆきたいと考えております。ご指導とご協力をよろしくお願ひいたします。話題提供者の川口瑞子さん、寺川亜弥子さん、小松裕子さん、指定討論者の大西靖子さん、森山賢一先生、司会の山本孝子さん、ありがとうございました。

さらに本誌には編集規定と執筆規定を盛り込むことができました。編集委員の先生方のご協力の賜物です。これを手がかりに論文の投稿にもご協力ください。

最後になりましたが、本誌出版のため、精力的にご協力いただいた富沢義和さん（丸善）および杉秀明さん（川島書店）に感謝いたします。

平成 18 年 3 月 31 日

日本マイクロカウンセリング学会会長 福原真知子

特別寄稿論文

マイクロカウンセリングと人々のウェルネス

—生涯発達のための‘強み’の発見と開発—

Microskills and Wellness : Strength Training for the Future

Dr. Allen E. Ivey, Ed D. ABPP
 Distinguished University Professor (Emeritus)
 University of Massachusetts, Amherst and
 Professor
 Counselor Education
 University of South Florida, Tampa

ポジティブ心理学の到来は、リサーチにも実践にも新しいものとして紹介されてきた (Seligman, 2002)。また近年スマス (Smith, 2006) はカウンセリング心理学分野に、強みに基づくその‘アプローチ’を提唱した。この新しい試みはカウンセリングやサイコセラピーに‘ポジティブウェルネスアプローチ’を提唱してきたわれわれにとっては周知のことであつた。もしこの分野の改革と再認識を試みなければならぬなら連携が必要なので、これらの専門家を歓迎する。

マイクロカウンセリングは先きに肯定的資質の探求（ポジティブアッセットサーチ）を紹介した (Ivey & Gluckstern, 1974)。そして人間の変化へのこのポジティブアプローチはマイクロカウンセリングモデルの基本となっている。

最近の著書 “*International Interviewing and Counseling*”（第 6 版）においてウェルネスをマイクロカウンセリングのヒエラルキーのベースに加えた。これは倫理的、文化的なものと同様に重要なものとして読者に気づきをうながすためである。

ウェルネスモデルはスウェニーとマイヤースによって最初に考案され (Sweney & Mayer,

2002), のちに彼らはアイビイ夫妻と共に著でウェルネスモデルを使っての議論を展開した (Mayer & Sweney, 2004, 2005)。これはマイクロカウンセリング (MC) と発達心理療法 (DCT) のモデルをより確かなものにしている。

本論文の目的はポジティブな心理教育 (psychoeducation) と成長・発達アプローチを思い出してもらうこと及びこの伝統的な考え方を完全なものにするいくつかの新しいアイデアを提唱することである。

後半部分では論文は読者が自分のウェルネスを測定するのに使用することのできる特定的なものに焦点を当てている。この枠組みはクライエントにも用いることができる。なぜならここでは個人の‘ポジティブ’と‘強み’を明確にすることができますからである。

MC と DCT はカウンセリング／サイコセラピーの統合的理論的アプローチを代表するものであるといえる。この小論文がポジティブのアイデアをさらに発展させることに寄与することになりますように、さらに読者がこの基本的枠組みを広げができるようになれば幸いである。

パーソンズ、ロジャーズ、タイラー

米国におけるカウンセリングの歴史は、さかのぼってパーソンズ (Frank Parsons) によるボストン職業訓練所での仕事に始まる (1908)。パーソンズは職業選択 / 決定を行うに際しクライエントは、(a) 自分の特性、能力、スキル (技能)、興味を知ること、(b) 環境的要因 (求職状況、場所、機会等) の調査、そして (c) これら 2 つの要因の関係を決定に導くべく推論することである (Parsons, 1909/1967)。それ以降カウンセリング理論はこの “true reasoning” と決定に潜む多くの側面を探求しそれらのすべての基礎は人間の成長と変化へのポジティブ (強み) とオプティミスティックなアプローチであるとしている。

ロジャーズ (Carl Rogers) のパーソンセンタード (来談者中心) の考え方是一その理論や実践の傾向にかかわらず—われわれの考えの中心となつた。積極性の尊重 (ポジティブリガーズ)、尊重 (リスペクト)、暖かさ、といった言葉はもはやあいまいな言葉ではなく、よくリサーチされ、カウンセリングとサイコセラピーを成功に導く中心的なものになつてゐることは確実である。

タイラー (Leona Tyler, 1961) は APA 女性会長第一号であるが、カウンセリングについて非常に積極的な理論を展開させた。彼女はカウンセリング／サイコセラピーの最初の段階はクライエントの資源の探求といわれるプロセスを含むとしている。カウンセラーはパーソナリティの弱点についてはほとんど注意を払わない。そして資源として不安やストレスに取り組む方法は資源としてすでに存在し、一旦その存在が認識されれば、拡大され、強化されるのである。

そこで一旦 “強さ” と “資源” がわかれればカウンセラーとクライエントは複雑な問題や懸念に対しよりよいアプローチを行うことができる。理論と実際を統合した分野にタイラーが、明確なポジティブアプローチを持ち込んだ最初の人

であることには異論のある人も多いかもしれない。」

マイクロスキルとポジティブアセットの探求そしてサイコエデュケーション

タイラーの “ポジティブ” という考え方はそのスタート以来マイクロカウンセリング枠組みの中心的なものである (Ivey & Gluckstern, 1974 ; 「マイクロカウンセリングにおける強みと資源に向いたストーリー—肯定的資質の探究—リストリーアクションモデル」は彼女のアイデアを近代化したものである) (福原・アイビイ・アイビイ, 2004)。タイラーとマイクロカウンセリングについてはちょっとした議論がある。問題解決能力、過去の成功的見直し、資源の探求といったクライエントの強みを引き出すことに時間をかけるというものである。クライエントが自分の中にある強みをもっているだけでなく、その家族、友人、コミュニティ、精神性や、宗教、そして、その人の多重文化的バックグラウンドも探求されることが必要である。これはクライエントにその成長と有効な問題解決に立ち向かうことのできるような強みを認識させる。

かいつまんで言えば、クライエントは強みから成長する。クライエントの問題解決へのかぎりない努力は多くの詳細を披露するかもしれないが、大事なポイントを見失うこともある。私たちがクライエントについて何が悪いかを知ったのち、われわれはまだ彼らが成長し、発達し、行動するためのポジティブな方法を見つける必要があるのである。

マイクロ技法は 30 年以上も前に面接のキー概念として “肯定的資質の探求” の概念を導入した。それ以来これは私たちの著作の中心となってきた (Ivey & Ivey, 2007 予定)。その方法は面接の基本であり、実行するのが容易である。面接のはじめ、クライエントの準備ができたとき、クライエントにこれまでの生活で良かったことを尋ねることは重要である—過去にどのような成功をしたか、どのように問題解決をした

か、自分の環境にどのような‘資源’（リソース）があるかなど。このような“強みアセスメント”は知られていて、カウンセリングやセラピーのプロセスを通して引き出されるものであろう。

加えて、マイクロスキルはポジティブスキルをクライエントに教えることの重要性を強調する。そこでクライエントは自分で自分の問題を解決することができる。マイクロカウンセリングのサイコエデュケーション的側面は1968年以降注目されてきた。これはアイビイが鬱傾向のクライエントに〈かかわり行動／傾聴〉を教えることがクライエントを鬱から開放することを可能にしたことに気づいたときである。後に精神科病棟でもひどい鬱患者でさえ、このサイコエデュケーショントレーニングプログラムに参加することで退院することができることがわかった（1973, 1991）。

マイヤースとスウィニーのウェルネスマodel：統合に向かっての若干の新しい実践的詳述

ここではマイヤースとスウィニーによって開発された、‘強みにもとづく’ アプローチの背景を紹介する。

彼らのモデルはマイクロスキルの中心的様相になっており、そのポジティブアセットサーチ（肯定的資質の探求）から、新しい側面にひろがっている。ウェルネスマプローチは人間の問題や困難を否定するものではない、むしろそこにおいては、問題がより効果的にとりあげられ、ポジティブな基礎を提供するものである。もしクライエントの懸念がポジティブ心理学の流儀で議論されるなら、われわれは、クライエントが複雑な問題を通してそれに立ち向かうができるようなチャンスを促すことになる。

ウェルネスマodelはウェルネスの17の側面——基礎的なところから最大限の健康——がとりあげられている。これらのファクターはクライエントがその可能性と強み（力）に気づくようになることを助けるという、直接的な意味合いをもっている。そしてここに提供されたウェル

ネスの測定は実証的研究（empirical research）を、有用な実践的な技法の使用につなげることをもたらしている（Myers & Sweeny, 2004, 2005; Sweeny & Myers, 2005）。ウェルネスマプローチは、個人がより満足に生活することができるよう最大限の健康とウエルビーイング（幸福）に向かって指向している。そこでは身体、心、スピリット（精神性）が統合される。

ここにあげられた17の側面は測定するにはかなり多い量である。しかしトレーニングの目的のためには、学生も専門家もまず、自らにそして自分自身の‘ウェルネスマ度’に焦点をあててみるとよい。

このようにすることによってあなたは、面接における‘あなた’の‘ポジティブ’な力を理解し始めるだろう。その後、ボランティアクライエントに対しこのアセスメントを行うとよいだろう。それから17のすべてとはいわないが、ケース・バイ・ケースで（状況によって）このウェルネスマセスメントを多くの人々に適用することが可能になるだろう。以下の側面について特定的な‘強み’を具体的に書き出してみよう。これがウェルネスマセスメントを施行する手順である。アセスメントでは質問のプロセスを通して、あなた自身やクライエントの具体的な、特定の‘強み’を探しだしなさい。



精神性——あなたは信仰や宗教的な教示（orientation）から強みとしてあなたはどんなサポート（こころの支え）を得ますか。できるだけ特定的に述べなさい。人生のチャレンジに立ち向かうときあなたは、どのようにしてこの強み資源（リソース）をひきだすことができますか？



性的アイデンティティ——ここでは2つの側面が重要です。まずあなたは、女性／男性としてそれからどのような強みを引き出すことができ

ますか？ あなたが生活をいとなむ上で、助けるとなるポジティブなモデルがありますか？ 次にあなたはあなたの性的見解からどのような強み（力）を引き出しますか。ゲイまたはヘテロセクシュアル、レズビアン、バイセクシュアル、あるいは性転換者としてどのモデルをサポートしますか？



文化的アイデンティティ——あなたの人種からどんな‘力’を引き出しますか？ 民族からは？ あなたには効果的な生き方を示唆する家族または役割モデルがいますか？



セルフケア——人々はどれほど自分をよくケアすることができるか。長寿に導く例として清潔、健康、習慣、薬物回避、安全の習慣（シートベルトをつけるなど）がなどがあげられます。セルフケアをしないクライエントは、抑うつ状態になったり、ひどい問題をかかえたりします。これらのことについてあなたはどのように処していますか？ あなたの強みは？



現実的信条——状況があるがままにみるというのはメンタルヘルスを保つことです。‘事実’は、それが不快なものでも、友好的なものになるのです。一方、ある種の人々は自分自身やその能力について否定的に眺めます。これらの非現実的な信条にはチャレンジする必要があります。どれほどあなたは現実的にものをみることができますか？ 自分について適切な、現実的自己評価について、具体的・特定的に例をあげてください。



ストレスマネジメント——現代生活では‘ストレスにつぶされる’になる機会が限りなくあります。あなたはストレスに直面したとき、どうしますか？ どうするのがあなたにとって最もよろしいでしょうか。そしてその対策（ストラテジー）を思い起こしてください。あなたがストレスをうまくマネージする例を少なくともひとつあげてください。



自己価値——セルフエスティーム（自尊心）と自分についてのよい感じをもつことは、個人的な癒しと効果的な生活に必要です。私たちは‘不完全性’についても、強みについての知識同様、受け入れることが必要です。この重要な側面を、あなたはどのように評価しますか？



余暇——このトピックはカウンセリングや面接ではしばしば忘れがちです。時間をとって、余暇をたのしむ人は現実とストレスにより効果的に向き合うことができます。あなたはどのように、余暇を楽しみますか？ 同様に、重要なこととして、そのようなことをするために時間を作りますか？ 最後に、そのような時間をたのしんだのはいつでしたか？ どんな感じでしたか？



友情——あなたが友人になる、友人をつくる、そして長年健全な関係を保つ能力に焦点をあて

ます。私達は‘関係性’の中に存在し、孤立してはいません。しかし‘関係’を育てるには時間がかかります。どのようにあなたは社会的存在であるのかをとりあげ、友人とのよい関係から得られるポジティブな感情を考えてみてください。



愛——家族や愛する人といった特別な人々に対するケアは、親密、信頼、相互交流に導きます。いくらかでもサポートを提供できる家族メンバーとその役割モデルの例をあげてください。性的親密さを近しいパートナーと分かち合うことはウェルネスの重要な部分です。それに関し、過去のことでも、現在でも、どのような‘強み’をみつけることができますか？



思考——これは効果的な問題解決と全般的な個人的適応に関するファクターです。これらについて、過去にうまくいったいくつかの例は？現在では？ ポジティブネスについて将来どのようなことを期待していますか？



情緒——情緒を適切に経験する能力は健康的なライフスタイルに必須であります。情緒を適切に表現し、よい結果を得たのはどんなときでしたか？ ポジティブな情緒を感じることができますか？ たとえば？



コントロール——自分の生活をコントロールし

ていると感じる人は、自分は変化（ことなり）をしているとみなすことができます。彼らは自分の‘スペースに’役割を持っています。どんなときに困難な状況をポジティブな方法でコントロールしてきましたか？ どのようにあなたはあなた自身の運命をコントロールしますか？ ポジティブな、具体的な例をあげてください。



ポジティブなユーモア——ユーモアの感覚は個人が世の中のことがらに取り組む上でたしかに助けになります。あなたは容易に笑うことができますか？ そこでどんなことがおこりますか？ おもしろいことは？



仕事——私たちはみな、生活を支えるために働くことが必要です。働くことについて、とくに強みのある（得意の）、どんな習慣がありますか？ それぞれ例を挙げてください。



栄養——これはカウンセラーや面接者が、より注意を払うことがらのひとつです。あなたの食習慣は？ 効果的な栄養の概念（コンセプト）を直接に適用することにおいてあなたの理解力や能力を育てた（発展させた）‘強み’は何ですか？



運動——これら最後の2つの分野は私たちの面接実践でさらに大事なものになります。もしクラブエントがよい栄養をとらず、十分な運動を

していないなら、心はそれが可能なだけの働きをしません。抑うつ的なクライエントに有用な治療の方法のひとつは、彼／彼女が体を動かすことです。あなたは定期的にどのような運動をしていますか？　どれがあなたには有効ですか？　現在にかぎっていえば、どんな運動をしていますか？

意図的ウェルネス改革プラン

スヴィニーとマイヤースはカウンセラーはクライエントと一緒に‘意図的ウェルネスプラン’をたてる必要だといいます。第一のステップはウェルネスの度合いを具体的に測定することです。次のステップは、個人が一貫してより効果的に、なにができるかをしらべることが必要である領域について正確な評価(appraisal)を行うことである。

全般的なウェルネスを促すために可能そうな、あまりにも多くのことがらをあげつらってクライエントに重圧を与えないようにするということはとくに重要である。まずスタートとして、クライエントと、ウェルネスマセメントからひとつまたは二つのアイテムを選びなさい。そして行動に移すこと、フォローアップのための契約を交渉しなさい。そしてプランがいかに機能するかを見るため、レギュラーベースでクライエントと共にチェックしなさい。

あなたのための個人的ウェルネス計画につい

てのあなたのアイデアを簡単に書き出しなさい。

このウェルネスプランづくりは—セッション、あるいはより長いセッションやカウンセリングの一部になる。

カウンセラーはクライエントの問題とそれへのチャレンジについて、彼らを援助するが、カウンセリングや面接のプロセスの間中あなたは、ポジティブなウェルネスマネジメントを促すのです。

あなたが面接やカウンセリングを探求するにつれ、ウェルネスのフィロソフィーとストラテジーは重要なバックとなる。ポジティブ心理学への高まる関心は諸種の現場での、すべての年齢のクライエントに対する実践(practices)をさらに支援するものである。

まとめ

ポジティブ心理学は長い歴史をもっている。

タイラーは1961年に、‘弱点への最小限の注目とポジティブなリソースの探求の重要性’を強調した。ポジティブアプローチは‘強み’の上に築かれる。ウェルネスの測定はすべてのクライエントに対しておすすめのアセスメントアプローチである。ウェルネスの17の領域(側面)の存在がリサーチで明らかになっている。

意図的ウェルネスプランはウェルネスマセメントからスタートする。そのさらなる強み発見の展開が、クライエントの成長と発達を助けるであろうところの領域への関心に方向付ける。面接者とクライエントの双方がウェルネスマセメントとウェルネスプランの一般化(generalization)から利益を得ることができる。

(福原真知子訳)

References

- 福原真知子 アレン・E・アイビイ メアリ・B・アイビイ(2004)マイクロカウンセリングの理論と実践 風間書房
- Ivery, A.(1973). Media therapy: Educational change planning for psychiatric patients, *Journal of Counseling Psychology*, 20, 338-343.
- Ivery, A.(1991). *Media therapy reconsidered*. Paper presented at the Veterans Administration Conference, Orlando, FL, October.
- Ivery, A., & Gluckstem, N.(1974). *Basic attending skills*. North Amherst, MA: Microtraining.
- Ivery, A., & Ivery, M.(2007). *Intentional Interviewing and Counseling: Facilitating Multicultural Development*. Belmont, CA: Thomson/Brooks/Cole.
- Parsons, F.(1967). *Choosing a vocation*. New York: Agathon.(Originally published 1909)

《解説》

福原眞知子（日本マイクロカウンセリング学会会長・常磐大学大学院兼任教授）

本稿は、本学会会誌『マイクロカウンセリング研究』のためにアイビイ博士からお送りいただいた特別寄稿論文である。アイビイによるウェルネス^{*1}の紹介は先の講演すでに披露されたが、本稿ではその歴史的背景をふまえて論述を定かなものにしている（『マイクロカウンセリング研究 第 1 卷第 1 号』参照）。

マイクロカウンセリングの創始者である博士は、発達カウンセリング・心理療法（DTC）の開発（1986）に続き、近年は盟友のカウンセリング心理学者ペダーセン（Paul Pedersen）、スー（Donald Sue）などとともに、多重文化カウンセリング（multicultural counseling）論を提唱して「人間」について多面的な捉え方のあることを示唆した。

すなわちここではゲシュタルト的に把握される人間は関係性の中に存在するという考え方を展開していった。ここで彼はまず、カウンセリング・心理療法においては、人間を理解すること（存在理解）は必須である。同時にカウンセリング・心理療法の目的は問題解決である。そしてそれがどのような問題^{*2}であれ人間はそれに対処するために、行動を起こすであろう。その方向性は「成長・発達・変換」であるとしてきた。そして面接・カウンセリング・心理療法においては人間「存在」から「行動」理解が必要であり、ここでは‘人がなにを、どのように……’を理解することになる。これはまた「行動する自分を理解する」ということにもつながる。

このように博士は早くから‘ゲシュタルト的人間’と‘関係性の中の人間’‘多重文化の人間’の捉え方を奨励してきたが、ウェルネス論はさらにこのような見方を拡大するものであろう。そして彼は近年マイヤースら（Myers et al., 2003）らによって展開される iswell / wellness

モデルを支持するようである。マイヤースは実証的研究を重ね、ウェルネス（人間の幸せ）について、17 の領域に分類される要因の存在を指摘した。これは身・心・社会に渡るものである。アイビイにとってこのウェルネスはポジティブ指向がなければ存在しない。マイクロカウンセリングの根幹にこの種の資質（肯定的資質、強み）の存在があることをわれわれは忘れてはいない。ここでマイクロ技法とウェルネスが繋がってくる。すなわちウェルネスへの動きを促すためにマイクロ技法を用いてそれぞれの факторにかかわっていくというのである。

後半で読者はアイビイラが進める試み、（ウェルネスマセメント）をこころみながら、自らの wellness についての気づき、さらにはこのコンセプトを納得していく手がかりを得ることができるかもしれない。また、ウェルネスの意味するところ（概念）を考えるのもよかろう。カウンセリング心理学・臨床心理学はすべての人間のポジティブ探求に適用しうる可能性を秘めているのではないかと探求心をそそられる。

一貫してマイクロカウンセリングのアイビイはポジティブサイコロジーにこだわるようである。これは私たちがマイクロカウンセリングの研究のもうひとつの柱としているサイコエデュケーションにつながってゆくことはたしかのようである。

*注

- 1 wellnes（ウェルネス）については諸種のコンセプトがあるのも事実である。その表現も well-being, life satisfaction, QOL, happiness など。
- 2 問題というとネガティブの響きがあるようだが、必ずしもそうではない。ごく日常的なものからいわゆるトラウマ的なものまである。英語では problem, concern, issue などの言葉で表現するようである。

《シンポジウム》

ライフサイクルを通してのウェルネス (wellness) を考える

総合司会

福原眞知子（日本マイクロカウンセリング学会会長）

司会

山本 孝子（広島県スクールカウンセラー）

話題提供

- ・被害者臨床の立場から
- ・地域臨床の立場から
- ・スクールカウンセラーの立場から

川口 瑞子（常磐大学国際被害者学研究所専任研究員）

寺川亜弥子（常磐大学心理臨床センター専任相談員）

指定討論者

小松 裕子（埼玉県スクールカウンセラー）

森山 賢一（常磐大学人間科学部助教授）

大西 靖子（京都府スクールカウンセラー）

ご挨拶

福原眞知子

（日本マイクロカウンセリング研究会代表・常磐大学大学院兼任教授）

マイクロカウンセリング研究会第2回公開シンポジウムを開催させていただきます。今回プログラムで総合司会を決めておりませんでしたので、私が総合司会をさせていただきます。ということで、開会宣言をさせていただきます。

一応代表者として挨拶させていただきます。今日は春日和というか、つぼみが今か今かと待たれる時期になりました、非常に快適な陽気になってまいりました。それだけに先生方におかれましてもお忙しい時期かと思いますが、そのような中をお集まりいただきまして、誠にありがとうございます。先ずは御礼申し上げます。できるだけ有意義な研究会にしていきたいと思います。

私の恩師の肥田野先生が——この会の顧問でいらっしゃるんですが——先生、ちょっと申し訳ございません、お立ちになっていただけます

か。どうもありがとうございます。肥田野先生にはいつもご挨拶いただきますが、今回は私が総合司会をはじめ、僭越ながらこういう形で務めさせていただきます。

次にこの第2回研究会というのは、例年研究会メンバーのみで開催しております。NPOになる前には年4回で、その内公開講演、公開の研究会が1回でございました。NPOを3年前に設立いたしまして、そこにおられる高根沢先生、羽瀧先生にご協力等いただきまして設立しました。ありがとうございました。それ以降、研修会はNPOで、研究会はマイクロカウンセリング研究会でというふうな形で進めてまいりました。そういうことで、3年目の今年は研究会はマイクロカウンセリングでということで、第2回は通常の会員だけの研究会ということでございます。

そんな中で第 1 回の公開研究会、これは昨年（2004 年）の 8 月の終わりになるんですけども、アイビイ先生をお招きしまして、先生の研究の新しい発展をご披露いただきました。それは“Wellness over the Life Span”と題して、生涯を通してのウェルネスを考えるというものでございました。従来ウエルビーイングとかメンタルヘルスとか、そういう言葉はよく使われてきたんですけども、ウェルネスというのを精神衛生のための集会において使うということは、比較的新しいのではないか、しかもアイビイ先生が当時の発達心理療法あるいはマイクロカウンセリングの観点からそれをお取り上げになったということで、私どもにとって非常に新しい気付きをさせていただきました。

今回はその興奮が冷めやらぬうちに、アイビイ先生からうかがったものをもうちょっと自分たちなりに消化してみようと、さらにこの考え方方が私たちの日本におけるそれぞれの現場でどのようにマイクロカウンセリングと連携して有効になり得るものか考えてみましょうというようなことが若い研究者の間にも盛り上がってまいりまして、じゃこれの開発的研究でやろうかということになったんですが。考えて見ますと、折角のそういう若い方たちの熱意をさらに発展させて、ご関心のある方々をお誘いして是非参加していただきたいと、急遽これを公開の形にさせていただいたいたというような次第でございます。

司会：山本孝子

皆さんこんにちは。ただいまからシンポジウムを始めたいと思います。私は本日シンポジウムの司会を担当させていただきます山本孝子と申します。広島県でスクールカウンセラーをしております。どうぞよろしくお願いします。

最初に皆様にお願いですが、テープへの録音、写真撮影等は本研究会の方で行いますので、ご遠慮いただきますようお願いします。

日本マイクロカウンセリング研究会では、昨年 8 月に平成 16 年度第 1 回研究会としてマイ

今日は、「ライフサイクルを通してのウェルネスマイクロカウンセリングの視点から—」ということで、それぞれの研究・実践をまずはお話ししていただきたいと思います。話題提供は被害者臨床の立場から川口瑞子さん、地域臨床の立場から寺川亜弥子さん、スクールカウンセラーの立場から小松裕子、司会はやはりスクールカウンセラーで社会福祉の経験もおありになる山本孝子さん、指定討論に——これはちょっと順序を逆にさせていただきます——まず京都府のスクールカウンセラーの大西靖子さん、常磐大学の森山賢一先生にお願いいたします。

お一人各 18 分～20 分のスピーチをいただきまして、3 人のスピーカーが終られた後で、休憩タイムをとります。お茶かコーヒーか紅茶が出ます。その間に場面設定をしている方々が全部出ていらっしゃって、討論しやすいような場面設定にいたします。そこで、それぞれの討論や意見などを交わすと同時に、フロアの先生方にはいろんなお立場の先生方、ご経験の多い先生方も多いかと思います。その先生方にいろいろご発言なりご質問なりご感想なりいただきて、活発な討論に進めていきたいと思います。司会は山本さんにお願いいたしますが、情熱をもってやっていただけると思います。そういうところでございましょうか。忌憚なくご意見なりご質問なりをなさっていただければ有難いと思います。まずはご挨拶をいたし進行についてお話し申し上げました。よろしくお願ひします。

クロカウンセリングの創始者でありますアイビイご夫妻をお招きし、先ほど福原先生の方からお話をございましたように、Wellness over the Life Span というテーマでお話をいただきました。今回のシンポジウムはそのお話を踏まえてマイクロカウンセリングの視点でライフサイクルを通してのウェルネスを考えるという設定になっております。

ウエルビーイングという言葉がございますけれども、つまり人間としての良好な状態が続い

ていること、一人ひとりが人として尊ばれ、一人ひとりの到達できるであろう最大限の可能性を追究していくことができる、そういう良好な状態を指しますが、「Wellnessは最大限のウエルビーイングに向けての道である」というふうにアイビイ先生はおっしゃっています。「身体、心、精神（スピリット）が個人に統合され」て「コミュニティの中でより自由に完全に生きる」、これが「健康に最高の状態だ」というわけです。人間の発達とウェルネスは、ホリスティックなものであるという捉え方です。

第1回の研究会では、Developmental Counseling and Therapy (DCT) ——福原先生による日本語訳では「発達（カウンセリング）心理療法」と呼ばれます——、この発達（カウンセリング）心理療法と wellnessとの関わりについてもいろいろとお話をいただきました。

個人、家族、地域社会、文化、精神性、こういったものをすべてを含んだトリストイックな

アプローチを本質としてマイクロカウンセリング技法を適応して行われる発達（カウンセリング）心理療法とウェルネス、今日のシンポジウムでは、そういった意味で被害者臨床のお立場、地域臨床のお立場、スクールカウンセラーとしてのお立場と、さまざまなお立場からいろいろと興味深いお話を伺えるのではないかと楽しみにしております。

それでは3名のシンポジストの方々にお話を聞いていただきます。お話をすんだところでいったん5分ほど休憩をとりまして、その後指定討論という形にさせていただきます。そしてシンポジストの方々とディスカッションの後、最後にフロアの皆さんとディスカッションの時間が持てればと思っておりますので、よろしくお願ひいたします。

それでは、まず最初に常磐大学国際被害者学研究所専任研究員の川口瑞子さん、どうぞよろしくお願いします。

〔話題提供〕

被害者臨床の立場から

川口 瑞子

(常磐大学国際被害者学研究所専任研究員)

皆さん、こんにちは。常磐大学国際被害者学研究所の専任研究員の川口瑞子です。被害者学研究所といいますと、「何をするところですか」と聞かれることが多いので、最初に私自身の仕事について簡単に説明させていただきます。

被害者学研究所は常磐大学内にあり、直接的に被害者の援助をするといった機関ではなく、社会の中で被害者の置かれる立場について、あるいは援助方法、法律面の整備について、調査や研究を行う機関です。平成15年度の夏に開催されましたNPO心理教育実践センターの研修会で、講演をなさいました諸沢英道先生が中心となり、心理学、法律学、社会学といった立

場の常磐大学内の先生方はもちろんのこと、国外の研究者を交えまして、被害者に関する国際比較調査やシンポジウムを行っています。

研究所で行っているいくつかのプロジェクトのうちの一つ、被害者の心理的成長を探る、被害者の回復、つまりどのような要因によって被害者がその被害から立ち直っていくのかを研究する調査に私も携わっております。そういった立場ですので、今は実践という面では行っていませんが、それ以前には施設の被虐待児への援助、保健センターでの虐待の問題を抱える家庭への援助、またスクールカウンセラーとして扱ってきましたいじめの被害、その問題をクラス

でどう捉え、どのように担任の先生にはたらきかけるのか、といった経験を参考にしてお話ししたいと思います。私は、今おります常磐大学で大学院時代に福原先生にご指導いただき、引き続きこの研究会はもちろんのこと、現在も先生にはさまざまな面でご指導いただいております。福原先生、本日はこういった機会をいただきましてありがとうございました。

去年 8 月の平成 16 年度第 1 回日本マイクロカウンセリング研究会のアイビイご夫妻の講演におきまして、カウンセリングの中では問題となっていること、そのもののみを追求するのではなく、それぞれの人がどのようなことを大切にしているか、その人の健康的な部分がどこにあるのかを探り、その大切にしている部分に入ること、肯定的な面を追求することによって、良い傾向でありますクライエントの成長、発達を促すことを先生の関わった学生さんの例などを通して具体的に学ばせていただきました。

また、アイビイ先生は関係性の中の個人ということを長年強調されておりますが、これは自立的な自己が単に存在するのではなく、個人の関係性の中に存在するととらえることで、クライエントが他者と自分を同時に認識して、問題解決のために周囲だけではなく、自分自身を含めて変化、変換することを通じて、そこから発達や成長することを示しているということが理解できました。

さらにこういったクライエントのウェルネスに焦点をあてる視点から、たとえ苦痛の度合いが非常に高い対象体験などにさらされたとしても、そのクライエントの適応の仕方があると考える。つまりどのような状況においても、その中で肯定的に強調し、人は常に成長や発達をするという存在であるという見方をすることの重要性を学びました。これらの点を踏まえまして、具体的にマイクロカウンセリングを被害者援助にどのように適用できるかを考えていきたいと思います。

被害者が抱える問題はその被害が重度になればなるほど衝撃が大きく、突然で、したがって

その個人の中に体験として意味づけることも難しさがあるのではないかと思います。例えば、被害者が抱える問題の一つに PTSD というものがあります。PTSD とは、通常範囲のストレスの場合とは異なる深刻な影響を被った場合、また個人の対処能力を超えた非日常的な経験をした場合に、個人の持つ精神的な刺激障壁が破壊されてしまった時のように、外界現実あるいは精神の内面での強烈な刺激による圧倒的な衝撃を受けてしまったために、精神的な機能が半永久的に変化してしまうことを言います。日本語は、心的外傷後ストレス障害と呼ばれるものです。ストレスとの違いは、通常のストレスであれば外側からの原因が内側に働いたとしても、外側の原因を取り去ることで痛みも消えるといったことも考えられますが、PTSD に罹患した場合、内側に問題が残り、さらに内側の問題が大きくなっていくといった違いがあります。

そういうPTSDを抱える被害者に対する援助の一つとして、マイクロカウンセリングの技法の一つである〈意味の反映〉を使うことが有効なのではないかと考えました。この〈意味の反映〉技法の背景には、ほとんどすべての意味がまったく個人と無関係の中から生まれるのではなく、その家族史、コミュニティ、受け継いできた文化、精神性、その他その人のたどってきた歴史に関係した中の要因に結びつけて考えられるという考え方があります。つまり意味づけは、人々の行動、思考、感情それぞれの生活史に基づいて行われるということを示しております。被害者の場合には被害の受けたトラウマによって、それまでとはまったく生活の意味が変わるということがあります。その意味づけという過程で、それまでの経験や思考、理解の範囲を超えることにまず困難があり援助が必要ではないかと考えました。そこで被害者の話を聴く際には、そのような被害者の背景を理解し、十分に聴くこと、さらに個人のナラティブストーリーを展開させた上で、クライエント自身が意味づけを行う過程で必要ではないかと思います。具体的には〈かかわり〉〈質問〉〈はげまし〉

〈いいかえ〉〈要約〉の諸技法を用い、焦点をあてながら、傾聴技法でクライエントの言葉を聴きまして、その思考や感情を理解することによって、その衝撃をクライエントが乗り越えることを助けることになると思います。

さらに、クライエントの発達的な側面を考え合わせ、それぞれの段階においてその必要性に応じた意味づけになる可能性もあるのではないかと思います。アイビイ先生は達心理療法において、①感覚運動、②具体的操作、③形式的操作、④弁証法、に分けています。重度の被害者には意味の断絶が起きると言われています。つまり記憶の中に意味がバラバラに存在してしまうことを示します。いつ、どこで、誰に、どうゆう目に遭ったのか、なぜ今の状態があるのかが分からぬ。最初のそういう感覚運動的思考にある場合には、もちろんその状態を整理していくことが求められますが、その整理の指標として、心理療法の考えを理解することが求められてくることにつながります。それぞれの被害者がどの段階にあるあるかを理解することは、そこに適切なマイクロカウンセリングの技法を用いることにもつながってきます。また、この感覚運動、具体的操作、形式的操作、弁証法の段階ごとの思考によって思考のパターンが異なるるよう、それに応じて意味づけも異なり、さらにそれぞれの段階における問題解決行動、回復があると言えます。

また、同じ状況であっても個人によって、時期によって異なる意味づけをしていることがあります。そこで、直接的な被害に関して、あるいはそこから派生する問題にかかる意味システムを聞くことが必要となってきます。ここでの目的は、十分に聴いていく中で被害者が行動や思考、情動に気づいて、また意味づけすることによって、被害者の問題解決につながることを考えます。また、そういうプロセスを経ながら自分の情緒と思考を理解していく中で、被害者自身も自分の問題を学ぶことにつながると思います。その際にも被害者の状態を見ながら十分にかかり、適切な質問をして、要

約やいいかえなどのマイクロカウンセリングのそれぞれの技法が使用できるのではないのでしょうか。

さらに被害者をトラウマにさらされるような体験をした人という見方ではなく、それを事実としながらも、個人の肯定的側面を探ろうとする、常に良い側面を見ようとする姿勢が、すなわち被害者個人がつちかってきた肯定的自己、その家族の絆や家族の持つ歴史的な側面、家族の地域での役割、周囲の人々との関係や社会生活場面での評価できる面などが考えられますが、それらを取り上げることにより、被害者自身が自分の被害に意味づけていくことにつながっていくことになると思います。援助者はこのような肯定的資質の中から、たとえば「これまであなたに協力してくれた人は誰ですか？」「現在あなたが利用できるサポートシステムは何ですか？／ありますか？」「彼らにできることは何でしょうか？」というような質問を効果的に用いることで、問題解決に向けて方向性を焦点づけていくことが可能になると考えました。

最後にもう一度、ウェルネスについて触れておきたいと思います。昨年の津波や地震などの被害者にふれた報道をみて感じましたが、被害者の心の問題が取り上げられるような出来事、何か知らない事態をが起きた時に、人はどこかに画期的な治療法があるのではないかと思ってしまう傾向があるように感じました。そういう治療法はあるのかもしれませんし、治療法の開発も必要です。その一方で基本的なこと、例えば睡眠をとるとか、自分の体を健康に保つことも重要であるとアイビイ先生はウェルネスの考え方の中で伝えているのではないかと思います。阪神・淡路大震災の被害者のアルコールの問題が報道されていたこともあります。そういう被災や被害に付随しておきている問題に対し援助していくことも必要ですが、その際にも、根本にウェルネスということをまずおいて、被害者の問題を考えていくことも重要だと思いました。そういう面で、今後も被害者の心理状態についての心理教育も必要になってく

るでしょうし、あるいは災害、またはその予防に関する心構えが、こういうことが起こりえるといった情報を伝える心理教育も必要になってきののではないかと思います。

以上で私の発表を終わらせていただきます。また補充がありましたら後で付け加えさせていただきます。

☆

山本——川口さん、どうもありがとうございます。被害者の場合、突然耐え難い大きな苦痛に見舞われることになるわけですが、マイクロカウンセリングの技法を用いることによって、被害者の体験に隠された意味、その感情、思考、好意に隠された意味を援助することができることですね。

平成13年の8月にもアイビイ先生ご夫妻をお招きしまして研修会がございましたけれど、10年程前にローマに仕事でロンドンに行かれた時に、アタッチメントの理論で有名なボウルビイにお会いになった時のお話をされたのを覚えています。その時のボウルビイの言葉、「面接の中で、あなたのクライエントがあなたにどういうふに対処するか、その対処の仕方はクライエントがこれまでの過去において扱われてきたそのやり方通りのものである。それがセラピイのガイドになる」という言葉が印象に残ったというお話をでした。ロンドンがドイツから激しい空襲を受けている時に、多くの子どもたちが疎

開していた1940年代頃にボウルビイは、家族と切り離されて疎開させられた子どもたちがどういう思いを経験するかを調査するという仕事をしていたわけですが、両親が疎開先に子どもたちにを訪ねた時に、子どもたちはさぞ喜んであたたかく迎えるだろうと思っていたら、親を叩いたり、無視したり、関心をはらわない態度をとった。子どもたちは親から引き離されたことで非常に大きな心の傷を負っていたために、また引き離されて傷つくるのが怖いためにを防衛反応としてそういう振る舞いをしたのだということでしたが、非常によく理解できますね。

そういう心的外傷後ストレスを抱えるクライエントに対しては、援助者はクライエントが抱える問題というよりは、そのクライエントを取り巻く外部のほうにあるストレス要因のために起こったものであるというふうに理解して、クライエントの発達段階に応じて、マイクロカウンセリング技法を適用した発達（カウンセリング）心理療法のいろいろな戦略を用いて援助していくことが可能であるということですね。川口さんへのご質問がおありの方もいらっしゃるかもしれません、次に進めさせていただきます。

続いて常磐大学心理臨床センター専任相談員の寺川亜弥子さんに地域臨床のお立場からお話をいただきます。よろしくお願ひいたします。

[話題提供]

地域臨床の立場から

寺川 亜弥子

(常磐大学心理臨床センター専任相談員)

ただいまご紹介いただきました常磐大学心理臨床センター専任相談員の寺川と申します。よろしくお願ひします。

私は常磐大学人間科学部人間関係学科におき

まして心理学を専攻いたしました。大学で福原先生のゼミに入らせていただきまして、そこで本格的にマイクロカウンセリングと出会いました。学部を卒業した後、母校の修士課程に進み

まして、修士課程終了後、水戸市内の公立中学校で心の教育相談員という仕事をさせていただきました。臨床心理士の資格を取得しました後、2002年の4月から2年間千葉県内の公立中学校でスクールカウンセラーとして仕事をさせていただいておりました。合わせまして5年半ほど学校という場で臨床活動をしておりまして、そのままスクールカウンセリングを極めたいと考えておりました。一方で、学校現場だけに臨床活動をしているということで、本当にスクールカウンセリングを極めることができるのだろうか、それよりも学校以外の臨床の場を知って、体験して、自分を引き出しを増やしていくことでより良い臨床活動を展開できるのではないだろうかと考えておりましたところ、常磐大学の方で心理臨床センターの専任相談員を募集しているというお話を伺いまして、福原先生からご推薦をいただきまして、2004年4月より現在の職に就かせていただいている次第でございます。

福原先生には学生の頃から現在に至るまで、理論と実践の両方から御指導いただいております。この研究会でもこれまで何度か、その時に学んだことをまとめて、発表する機会をいただいてまいりました。今回もこうした形で重要なテーマをいただきまして、発表させていただくことになりました。どうもありがとうございます。

研究会では発表者が一番勉強をさせていただけるということもありまして、会員の皆様をはじめ、フロアの方々にもいつもお世話になっております。ありがとうございます。

さて、現在私が相談員として仕事をしています、常磐大学心理臨床センターでございますが、これは常磐大学の大学院の人間科学研究科におきまして、臨床心理学を専攻している学生のための学内実習施設という位置づけになっております。この心理臨床センターは、学生相談とはまったく別個のものとして、一般の方を対象に臨床活動を行っております。地域に向けて心理サービスを提供させていただき、一方で地域の

方には学生の教育にご協力いただくという形になっております。お申し込みをいただいたり受理解面接を実施した中から、学生が担当することが可能と判断されるケースについてクライエントさんの了承を得、学生が担当させていただいております。学生が担当するケースについては指導教官がスーパーバイザーとして監督・指導に当たるほか、センターの事例検討会において、ケースの見通しや今後の対応について協議するといった形で実習が成り立っております。

その中で私が主にどういう役割を担っているかと言いますと、学生と組んで親子並行面接を担当したり、あるいは学生の実習にご協力いただくことが困難であると判断されるケースを担当したりすることが、主になっております。

このような形で地域臨床での実践を行うようになります、丁度1年が過ぎようとしています。これまで約5年半かかわって来た学校臨床との比較で地域臨床というのはこういうものなんだなあと、気付かされることも多かった1年です。ここでは、このような私の立場からマイクロカウンセリングの視点でライフサイクルを通してのウェルネスについて考えることをお話させていただこうと思います。

アイビイ先生は2001年にワークショップを東京と京都の方で2度されております。そのワークショップにおいて非常に印象に残ったことは、病気や障害を異常なこととして捉えるではなくて、個人の発達上必然的に起こる反応であるととらえること、そしてそれは、個人とその個人を取り巻く環境の文脈によって理解できると述べられました。病気や障害やそのほか症状や主訴として訴えられるさまざまなことを、その人の発達上の課題として捉えるということが、私にとって強く印象に残っている中で、2004年8月に再びアイビイ先生のご講演を聞くことができました。

2004年のご講演においては、アイビイ先生は、個人を援助する際に必要な視点というのは、何がその人を病氣にするかではなく、何がその人を健康にするかである、ということを強調さ

れておりました。クライエントの病気や障害を作るものよりも、クライエントの問題解決に役立ち得る資質に注目するという視点が、病気や障害をその人の発達上の課題として捉えるという姿勢をさらに具体化させるものとして、私は理解いたしました。ここでアイビイ先生は self-in-relation 「関係の中の個人」ということに注目されていました。「関係の中の個人」とは、ただ一人で確立されるものではなく、家族や地域社会あるいは所属する集団などの個人を取り巻く人や県境などとの相互作用の中で存在するものである、ということであると私は理解しております。すなわち、現在、クライエントの抱えている問題はクライエントの属するコミュニティや地域などの文化、性別、年齢、過去の経験、信条、教育、職業など、そのクライエントにとっての枠組の中で、発達上さまざまなことを経験してきたというクライエントの文脈の中で、経験した出来事に対する反応であるということではないかと考えております。

カウンセリングにおいて、クライエントの枠組に沿って聴くということは、ここで言うまでもなく基本的なことであると思います。クライエントの枠組といわれるものを形成するものが、アイビイ先生のおっしゃるクライエントの文脈なのでないかと私は考えております。カウンセラーは、クライエントの話をよく聴くことによって、このクライエントの文脈を理解することが可能になります。そして、その人を健康にするもの、すなわち肯定的資質をクライエントの文脈の中に見出すことができるのではないかと、私は考えております。

さて、ウェルネスとは、先ほど、司会の山本さんや川口さんも触っていましたが、身体も心も精神も、その個人の文脈において健康である状態と言えるのではないかと考えております。アイビイ先生はスヴィニーらの invisible model を用いてウェルネスについての概念モデルを示しました。そこに示されているのは、ウェルネスの理論的役割というのを個人の核となる自己 (The invisible self) と、それから

それを取り巻く5つの自己によって構成されており、その5つの自己とは次のようなものです。1つは目は “essential self” です。これはその個人のアイデンティティや精神性など、本質的なことがその要素となる自己です。2つ目は “social self” です。これは友情や愛情など、社会とのかかわりが要素となります。3つ目は “coping self” でストレスマネジメントや自己価値など、現実への対処がその要素となります。4つ目が “creative self” で、思考や情緒、仕事など、創造力を要するものが要素となります。そして5つ目が “physio self” で、運動や栄養など、身体に必要なことが要素になります。このような5つの self によって、The invisible self が良い状態にあることがウェルネスであるようです。そして、時間的要素によって組み立てられる文脈枠組み的側面もあるとされています。このように、ウェルネスとは、個人があらゆる面でよい状態にあること、それは、その人の文脈の中で実現されるものであると考えられております。

またアイビイ先生は、問題を抱えるクライエントの文脈を十分に聴き、クライエントがその文脈の中で満足することができるよう援助することができ望ましいとおっしゃっていました。従いまして、援助者であるカウンセラーにまず求められるのは、目の前にいる人の話をよく聴くこと、つまり傾聴することでしょう。ここにおいて、マイクロカウンセリングの〈基本的のかかわり技法〉や〈基本的傾聴の連鎖〉は、カウンセラーの基本的な姿勢を具体的な形で示してくれているものだと思います。と言いますのは、〈基本的のかかわり違法〉は、クライエントが自分のストーリーを語ることをはげまし、カウンセラーが理解したことをクライエントにフィードバックするものですし、〈基本的傾聴の連鎖〉では、特に肯定的資質の探究を重視しています。〈基本的のかかわり技法〉を用いながら十分にクライエントの話を聴くことで、カウンセラーはクライエントの文脈を理解し、クライエントの文脈の中から肯定的資質を見つけ、それをクライエ

ントにフィードバックすることができます。そしてその肯定的資質を生かしながらクライエントは、問題解決に向けての達成可能な新しい目標を立て、その目標に向けて実際に行動することが可能になるのではないか。このように〈基本的かかわり技法〉、〈基本的傾聴の連鎖〉を十分に用いてクライエントにかかわることで、アイビイ先生のおっしゃる「何がその人を健康にするか」ということに注目するということをカウンセラーは行動化することが可能になると言えるのではないでしょか。

さて、地域臨床におけるマイクロカウンセリングという視点からどういったことが言えるか、ということについて話せさせていただきたいと思います。先ほど申しましたように1年前まで学校において、この1年間でがらっと場所が変わった所で臨床をしております。1年前まで臨床の場としていた学校では、クライエントとなる生徒、あるいは保護者の年齢は勿論のこと、所属するコミュニティでありますとか、生活する地域の状況とかというものは、それぞれの学校によって、ある程度特徴づけられる部分があります。一方、来談は初めから相談があるといって相談室にやってきた生徒もいましたし、特には自分には何にも問題ないよ、というようなポーズをとりながら相談室を訪れて、話してみると実際は何か出てくるというような生徒もありました。また、養護の先生であるとか、担任の先生に勧められて相談室にやってきた生徒も中にはいました。このように、相談室に至るまでの経験はさまざまでした。来談者とカウンセラーとの関係は、相談室の中での援助関係だけではありません。相談室の外にいるカウンセラー、つまりコミュニティの一員として廊下で話をしたり給食の時間に教室を訪問したり学校行事に参加する中での関係もあるわけです。ですから、クライエントとなる生徒や保護者は普段のカウンセラーの姿からそのカウンセラーと話をしてみたいかどうかを選択することが可能になります。カウンセラーも面接場面以外のクライエントの行動を自分の目で直接見て、あるいは

は先生や事務の方、その生徒と仲のいい友達などからいろいろその生徒について情報を得ることができます。

一方で、心理臨床センターは広く地域社会に向けて心理的サービスを提供する機関ですので、相談に訪れるクライエントは年齢も職業も生活する地域も、その人の背景となるものはさまざまです。心理臨床センターでは、主に何らかの問題意識を持った人が相談を申し込む場合がほとんどです。相談に至るまでの経緯や目的のカウンセリングやその他の心理療法を求めてくる。あるいは精神的な病気が何かあるのではないかというような不安を持ちながら、まずは病院に行くのではなく、心理の専門的なアドバイスを聞きたい、あるいは他機関から紹介されて来談するなど、いろいろな経緯があります。病院の紹介状を持っていらっしゃる方は別といたしまして、ほとんどのクライエントに関して、カウンセラーは面接場面で得られる以外の情報を知ることができません。クライエントにしましても、カウンセラーは相談場面だけで、相談室の外の姿を知ることはできません。そういったように、学校と地域臨床とはいろいろな面で違わなということを感じております。今、私が例に挙げた以外にもたくさん違うことがあるかもしれません。同じカウンセリングをするにしても現場が違うこといろいろな違いがあるということを強く感じています。

しかし、どのようなクライエントに対してもカウンセリングの基本的姿勢に変わりはないということを一つ確信したことが1年間の私なりの成果であるというふうに思います。カウンセラーとしての援助の基本は、クライエントによくかかわること、すなわち傾聴することであると言えると思います。カウンセラーとしてクライエントの問題解決を援助する際、まずはクライエントの文脈を知ることが重要であり、その文脈の中からクライエントが自分の持つ肯定的資質に気付き、状況を改善するための達成可能な目標を立て、実行することを励ますということが、さまざまな環境にあり、どのような

背景を持つクライエントに対しても共通するカウンセラーの基本的姿勢ではないかと考えております。それとやはりどこでも、基本的かかわり技法、基本的傾聴の連鎖によって十分にクライエントのストーリーを引き出すことで、カウンセリング関係が始まると考えています。

地域臨床の特徴のひとつとしまして、クライエントの立場や状況に変化があっても、続けてかかわることができるということがあるということを感じています。例えばスクールカウンセリングではその生徒が卒業してしまったり、あるいは事情があって退学してしまったり、転校してしまったりというようなことで、勤務校の生徒でなくなってしまった場合には、スクールカウンセラーがその生徒に続けてかかわることが出来なくなってしまいます。

一方、地域臨床の場では、このような環境の変化を体験するクライエントにも継続してかかわることが可能です。数回のカウンセリングを続ける中でクライエントは、アイビイ先生が『発達（カウンセリング）心理療法』の中で指摘する「ヨコの発達」というものを経験します。例えば、クライエントは初回の面接時には何もかもが混乱している、いわゆる感覚運動的な段階にあるかもしれません。それがカウンセリングを重ねていくうちに、クライエントは徐々に与えられた状況と出来事とそれに対する自分自身の感情を把握する、具体的な段階に移行するでしょう。さらに問題について考察し、具体的な行動につながる可能性が出てくる、形式的操作段階、最後には自分自身の思考を分析することが可能な弁証法的段階に到達することが予想されます。ところがカウンセリングのプロセスの中で環境の変化を体験するクライエントは、この変化を受け入れる過程で受けるストレスにより、それまで徐々に発達した認知レベルがいったん後退してしまうということが起きる可能性があると思います。このような場合でも、地域臨床の場では、カウンセラーが変化を体験するクライエントと共にありながら、継続してかかわることができます。そして、カウンセラーが〈基

本的かかわり技法〉を用いながら丁寧にかかわっていくことで、クライエントは元の発達レベルに戻ることができるでしょうし、さらに上のレベルに発達していくこともあるのではないかでしょうか。

今後の展望といたしまして、地域の他の機関とのネットワークづくりということがより重要になってくるのではないかというふうに思っております。クライエントが自分自身の文脈の中で満足を感じられるような形にする支援をしようと考えた時、一つの機関、あるいは一人のカウンセラーがかかるよりも、地域のその他の資源を活用できる方が可能性が広がるということが考えられます。また、被害者支援ということで川口さんの方から被害者についてのお話がありました。被害者に対しての支援の重要性ということが注目されるようになっている中で、当然、心理臨床もチームの中で専門性を發揮することが求められる機会が増えていくのではないかと思います。その意味でも、先ほど、川口さんも心理的な支援だけではなくて、法的なことであるとか、社会的なことであるとか、さまざまな側面から被害者が置かれた立場、それからどういうふうに成長を発掘させていくのかということを考える必要があるとおっしゃっていました。その意味でも、連携やネットワークの重要性がますます強まってくるのではないかと考えております。

マイクロ技法はカウンセリング場面でのかかわりにももちろん、それ以外の日常的なあらゆるコミュニケーションの場面で、円滑なコミュニケーションを促す有用な手立てがあるというふうに考えられています。したがって、他の専門職との情報交換、チーム支援の話し合いの場面でマイクロ技法を用いるということは、クライエントのウェルネスの維持向上を支援するに大いに役立つと考えております。また、他の領域の方にもマイクロ技法を活用していただくことができたら、さらに質の高い支援が実現できるだろうと考えております。以上です。どうもありがとうございました。

☆

山本——寺川さん、ありがとうございました。何がその人を健康にするのかに注目をしていく、クライエントとカウンセラーのかかわる問題を、病理と見るのではなく、あくまでも正常な人間生活の中で、その方が出会った困難や気がかりなことを見る、その人の生涯を通じて学習され形成されてきたものというように理解をしてかかわっていくということですね。そして何が人を健康にするのか、変化をもたらすものとなるのか、つまりその人を健康にする肯定的資質に注目をしていく。そのためには援助者はクライエントの話をよく聴いてよく語ってもらう。その中でクライエントのたどってきた歴史、文脈、また肯定的資質を知ることができるということですね。人間は他の人間と結びついた形で生きています。どんな場合にも個人だけを考えるのではなく、常に他者と結びついた個人、個人と他者の結びつきというものを考えていく必要があるわけですね。他者とのかかわりの中で自

らの発展ということを十分考慮したときに、効果的な援助ができるということです。

私もスクールカウンセラーをする前は7年ほど福祉関係の機関で、地域の方々の相談を担当しておりました。今おっしゃったようにさまざまな方からいろいろなご相談を受けました。私の場合は、大人の女性の方からのご相談が多く、夫婦関係や離婚、DVなど家族関係の問題で来られる方が多かったように思います。その周辺にはそういう大人の問題の影響にさらされている子どもたちが存在するわけです。私もスクールカウンセラーしていますが、大人の問題の影響を受けて傷ついている子どもたちを知っています。そういう意味で私も連携の重要性を痛感している一人でございます。

それでは最後になりますが、埼玉県スクールカウンセラーの小松裕子さんにスクールカウンセラーとしてのお立場からご発表いただきます。小松さん、お願いいたします。

〔話題提供〕――

スクールカウンセラーの立場から

小松 裕子
(埼玉県スクールカウンセラー)

ただいまご紹介いただきました埼玉県スクールカウンセラーをしております小松裕子と申します。よろしくお願ひいたします。私も川口さんや寺川さんと同じく常磐大学の大学院で福原先生の御指導をいただくことが出来まして、そこでマイクロカウンセリングを知ることができました。それから現在に至るまでマイクロカウンセリングを学ばせていただいております。現在、埼玉の学校現場でスクールカウンセラーをさせていただいておりますので、本日はそのお話をさせていただきます。

まず、スクールカウンセラーについてだご存知の方もいらっしゃると思いますが、少し紹介をさせていただきます。各都道府県によって少し差があると思うのですが、埼玉県の場合、1つの学校に週1回6時間という形での配置になっております。その配置された中学校とその学校区の小学校を担当しております。毎週決まった曜日にその勤務校へ行って児童生徒との面談を行ったり、相談員（常駐で週5日勤務している）や先生方と連携してコンサルテーションを行ったり、保護者の方との面談などを行ったり

しております。さらには学外の他機関、具体的には教育センターとか医療機関、児童相談所、保健所などそういう他機関の方との連絡、相談を行っているような仕事がございます。その中でやはり中心になってくるのは、児童と生徒との面談になるんですが、それが勤務する学校によって中心となる仕事の内容が変わってきます。学校によっては児童・生徒との面談は常駐の相談員さんに任せて、スクールカウンセラーは保護者や先生方との面談を行って、児童・生徒に對しての間接的な援助の方に回ってほしいという求められ方をする場合があり、勤務校によって求められるものがとてもさまざまだという感じを受けます。それにスクールカウンセラーの側が応じて、実際の対応を考えている現状なのだと思います。

現在、学校内に相談室という部屋がございまして、そこで面談等を行いますけれども、やはり相談室の中にじっとこもっているのではなく、先生方とも職員室での情報交換を行ったり、また生徒や保護者とは廊下等ですれ違うという機会にお話をしたりするなど、決まった場所で決められた時間に相談活動を行うのではないというのも学校現場の特徴の一つかととらえております。

さて、今回のテーマのウェルネスについてですけれども、昨年の夏に行われました日本マイクロカウンセリング研究会の平成 16 年度第 1 回研究会において、アイビイ先生が健康についての觀点として、「何が人を健康にするかであり、何が病気をもたらすかではない。治療の初めは予防・教育である」とお話をされました。そして、健康を維持するための医学的なアプローチとして以下の 10 項目を挙げられました。10 項目をご紹介します。1. 睡眠を 7, 8 時間とる。2. 体重管理をする。3. 運動をする。4. 飲酒はほどほどにする。5. 禁煙する。6. 朝食をとる。7. 間食を控える。8. 教育(知識を向上する)。9. 社会との関連を強める。10. 物事を樂観的に捉える。以上の 10 項目がありました。

ここで、教育(知識を向上する)というのが挙げられていて、改めて健康についての教育の重要性を認識できました。さらに、アイビイ先生は心身の健康についてのウェルネスについてのモデルを紹介され、そのモデルは全体的なホリステックモデルであるという説明をされました。そこではウェルネスの強い側面に注目するということ、つまり個人が持つ“強み”や“長所”というものを引き出すことが強調されていましたように思いました。

学校現場で児童・生徒のウェルネスに関する教育として、さまざまな取組みがあるかと思うんですけども、具体的に今思いつくものを挙げます。まず養護教諭や保健体育の教員による身体の健康についての授業があると思います。保健体育の授業では実際にグランドや体育館で運動したりして、体をつくること、丈夫に保つことを学び、また教室の授業で飲酒や喫煙、違法な薬物が人の体の仕組みに及ぼす影響などを学ぶ。このようにして身体の健康についての授業が行われております。また最近では“食育”ということばが有名になっているようですけれども、学校には学校栄養士さんという方もいらして、この方の講演でありますとか、「学校給食だより」といったような、栄養と心身の健康の関係についての教育が行われるということがあります。さらに家庭での教育、保護者からの児童生徒とのかかわりも児童生徒のウェルネスにとって重要な要素といえます。このようなさまざまな人からの児童生徒への健康のアプローチがある中で、私がスクールカウンセラーとして児童生徒のウェルネスにどのようにかかわれるかについて、マイクロカウンセリングの視点で考えたいと思います。

児童生徒は家庭や地域社会、学校というコミュニティの中での日常生活を送っています。家庭や地域といったコミュニティは、人がライフサイクルを通してずっとかかわるコミュニティであるかと思うんですけども、学校コミュニティは学童期にある児童生徒にとっての特徴的なコミュニティであるのではないかと考えられ

ます。特に、中学生は朝の学活から始まり、放課後の部活の時間まで、長い日には1日に8時間から9時間を学校で過ごすほど長時間を学校という場で過ごしています。時間的な点からだけ捉えても、児童生徒の生活にとってとても大きな部分を占めているかかわりの深いコミュニティであるのではないかでしょうか。

その学校コミュニティにおいて、先ほども述べましたがスクールカウンセラーはその教職員、保護者、地域の人びと、また学外の他機関の人たちとの連携のもと、児童生徒の成長や発達を促すことを目的として活動しております。スクールカウンセラーはこの学校コミュニティというコミュニティの一員として、児童生徒へのかかわりを持つことができます。他の領域のカウンセラーと違って、これほどコミュニティの中の存在として、その中の一部として個人と深くかかわることができるという点では独自な存在であると感じています。その特徴をより良く活かすことによって、さまざまな成員との連携の中から児童生徒、その個人を多面的に捉えることが可能となります。

先ほど、川口さんや寺川さん、司会の山本さんのお話にもありましたが、マイクロカウンセリングでは“関係の中の自己”（self-in-relation）という視点が重視されています。個人はそれぞれ、その個人の生活する環境におけるさまざまな要因の影響を受けて存在しているという視点です。人は年齢や性別、家族やコミュニティ、宗教や身体的問題、経済的な状況などさまざまな文化的文脈を持っています。当然、個々様々であり、一人一人異なります。実際の学校現場で出会う児童生徒達も本当にさまざまな背景を持っています。たとえ同じ中学一年生といって年齢こそ同じであっても、身体的な特徴が違い、また家庭環境も違い、学習に対する意欲も対人へのコミュニケーションの力も異なる。このようなさまざまな文化的文脈を持つ児童生徒たちのいる学校現場において“児童生徒中心の教育”という言葉がよく聞かれます。そのためには、一人一人異なる児童生徒のことをまずよく理解

するということが必要となってくるのではないでしようか。

このマイクロカウンセリングの“関係性の中の自己”という視点を取り入れると、児童生徒と環境の関係に注目した援助姿勢を持つことができ、児童生徒の持つ文化的文脈を理解することができると思います。具体的にはマイクロ技法の〈かかわり行動〉を踏まえた上での〈基本的傾聴技法〉が有効であると思います。〈基本的傾聴技法〉とは、そマイクロ技法の階層表の根底の基礎の部分に位置づけられている技法ですけれども、具体的には〈開かれた質問〉、〈閉ざされた質問〉、〈クライエント観察技法〉、〈はげまし技法〉、〈いいかえ技法〉、〈要約技法〉、〈感情の反映技法〉を指し、これらを連鎖的に用いていくことによってクライエントの話を聴いていきます。この連鎖によりカウンセラーが児童生徒の話を積極的に聴いていることを生徒に示すことができます。そして、カウンセラー側の思い込みで、カウンセラーの枠組だけで聴いているのではないということを児童生徒もカウンセラーもお互いに確認していくことができます。

さらに、〈いいかえ技法〉や〈要約技法〉を用いて、児童生徒が話したストーリーを児童生徒が使ったキーワードを用いて、明確にして返していくことによって、児童生徒の混乱した話を整理するということに役立ちます。またカウンセラーが要約した言葉を使って、児童生徒がさらに話を進めていくということも起こってきます。こうすることで、児童生徒とカウンセラーがお互いに確認し合いながら会話を続けていくことができます。

また先ほどお話ししたように、ウェルネスにはその“強み”を引き出すことが大事であるとされますが、児童生徒のウェルネスにとって児童生徒の持つ“肯定的資質”に注目することが重要なになってくるのではないかでしょうか。ご存知のように“肯定的資質の探求”はマイクロカウンセリングの重要な、コアとなる概念であるとされます。児童生徒の持つ“長所”，つまり肯定的資質を活かすためにはまずその探究が必要

となります。

実際に、相談室などで児童生徒が語る言葉には、「私はだめ」とか「もういやだ、もうこれ以上できない」といったネガティブなものが多々、このような場合にも肯定的資質の重要性を意識してかかわることが有効であると思います。しかし、肯定的資質の側面を意識し過ぎるあまり、性急に「あなたにはこんないいところがあるじゃない」等と、カウンセラー側がカウンセラーの枠組みで助けようとするのではなくて、まずは児童生徒の語るストーリーをよく聴くことが重要となります。そしてそのストーリーの中から肯定的側面を見出すように促します。具体的には、「嫌な思いをするのはいつもなの?」とか、「そう感じないでいられることは?」とか、「うまくいったことは?」など、〈質問技法〉を用いていくことで、児童生徒自身から肯定的側面を引き出していくというような経験を私もしています。〈基本的傾聴技法の連鎖〉を用いることで、本当に生徒自身が持つ肯定的資質を見出すことができます。

このようにして探求していく自分の資質を活かした目標、具体的な目標を立てることで、児童生徒が問題を解決することが可能になると思います。

福原先生のご著書『マイクロカウンセリングの理論と実践』の中にも、「クライエントは強みを糧として成長する」と書かれております。実際に学校現場でも、今述べてきたようなマイクロカウンセリングを用いたかかわりによって、肯定的資質を探求することができて、そのことで児童生徒の行動が変化したと感じられる場面に出会うこともあります。

今後も私はスクールカウンセラーの立場でこのような他の成員の連携のもと、児童生徒のウェルネスについて如何にかかわることができるのか、マイクロカウンセリングを用いて発展途上にある児童生徒の成長や発達、そしてさらにはウェルネスによりよい働きかけを意識して援助するよう努めていきたいと考えています。またこのマイクロカウンセリングを用いたウェル

ネスへの効果的なかかわりも実証的な視点で検討していけたらと思います。

最後になりましたけれども、学生の頃より引き続き変わらぬ熱心な御指導をいただきしております福原先生に心より感謝申し上げます。本日はこのような場をいただき本当にありがとうございました。以上で終わります。

☆

山本——小松さんありがとうございました。生徒の語ることばはネガティブなものが多いということ、私もそのような経験をしております。ネガティブな表現だったり、あるいは自分の環境を否定している子どもたちによく出会います。それはその子たちがこれまでの過去において、感情を表現してもそれを受け入れてもらえなかっただという傷ついた経験を持っていることの裏返しで、そういうふうに扱われてきた、それがそこに出ているのだろうと思います。そういう子どもたちには、これまでその子たちが受けたのとは違うやり方で対応することが重要ですね。聴いてもらえた、気持ちをそのまま認めてもらえた、ほめられたという、そういう関係を築いていくことが非常に重要だと思います。

「発達（カウンセリング）心理療法」の戦略でいいますと、私の場合には非常に頑なで心を開こうとしない女子生徒に対して、まずは感覚運動的な部分を取り戻してもらうために、ひたすら肩をもむということをしました。すると私の疲れた腕をいたわるようなそぶりを少し見せてくれました。中学生の場合には、こういったことから入って、ほんの少し語ってくれる言葉をよく聴く、また絵を描いてもらったりして、そこからその子のストーリーを理解していくという、そういうかかわりをしていく場合が多いですね。その中でその子のいろいろな素晴らしい点、肯定的資質を見つけ、フィードバックしていくことができます。

これで3の方の発表が終わりました。お三方の中でもう少し付け加えておきたいということがございましたら、どうぞ。

○

寺川——まずウェルネスについて、はじめに福原先生がおっしゃっておりましたように、ウェルビーイングについては古くから言われておりましたけれども、ウェルネスについては、最近より注目されるようになってきているということですが、私もこの研究会に参加する前に、事典や辞書にはどんなふうに載っているのか非常に興味を持ちまして、いくつか調べてみました。まず英語の辞書を引いてみました。『オックスフォード英英辞典』にはウェルネスという単語が載っていませんでした。また『心理臨床大事典』という事典があるんですが、そちらの方を見ましたら、ウェルビーイングということについては、そういう項目があったわけではないんですが、別のことを説明する中には出てきておりました。ウェルネスに関しては載っていませんでした。何か載っているものはないかと探しましたら、日本健康心理学会から出されている『健康心理事典』にウェルネスについての説明が載っておりました。具体的に何と書いてあったか、今手もとに書いてあったものをメモしてくればよかったのですけれども、忘れてしまって正確には説明できないのですけれども、そこに書かれていたのは「個人が存在する中で置かれた状況の中でいかに満足できる状況に自分がなっていくのかがウェルネスである」というようなことがあったように記憶しています。

そのことはアイビイ先生がおっしゃっているウェルネスということとすごく関連していることがあると思います。アイビイ先生が「自分の文脈の中で満足が持てるような状況になれるよう援助することが、望ましい援助のあり方である」とおっしゃっていたことと、とても結びつくことだと私自身の中では納得いたしました。アイビイ先生が夏の講演の時に用意された資料の中に、スワイニーらの *indivisible model* を用いたウェルネスモデルがありました。

この資料については9月に出版されました福原先生とアイビイ先生ご夫妻のご著書であります『マイクロカウンセリングの理論と実践』に、

福原先生の解説が載っております。その箇所を何度も何度も読み返していく中で、ウェルネスというものはそういうものなのかなということが、だんだん明確になってきました。しかし今の時点でもきちんと説明することは難しいのですが、またもっとよく考えていく中で、ウェルネスというものを自分なりに定義できるように理解したいと思いますし、さらにそれを実現できるような援助の仕方についても研究していきたいと考えております。

山本——ありがとうございました。他にはいかがですか。川口さんお願いします。

川口——発表の中で、被害者臨床の面のみの話をしまいました。寺川さんの発表された地域臨床、小松さんの発表された学校臨床とのかかわりの部分が抜けてしましましたので、補充させてください。

被害者の理解、援助の視点については、地域や学校の中でも活かされると思います。学校の中での事件も現在は多くありますし、そのような現実の中で先生方への心理教育、さらに被害者に対してどのようにかかわるのか、そのかかわりを実際に教室の現場で伝えていくこともできるのではないか、その際にマイクロカウンセリングの技法も活かすことにつながっていくだろうと思います。また地域においては地域のリーダーや寺川さんのような相談員、保健師さんなど専門的な人たちもそうですが、他にもさまざまな立場の人の被害者に対する理解を促していくことで、被害者を特別な人を見るのではなく、関係の中に存在し、その被害者の成長や発達とともに周囲も発展していくこと、誰もが被害者となる可能性のある世の中で、人は関係性の中に存在するとそらえる姿勢、またウェルネスにかかわる姿勢は今後重要ではないかと思いました。

山本——山本 ありがとうございました。他にはいかがでしょうか。それでは、ここで5分ほど休憩に時間をとりたいと思います。4時になりましたら後半を始めさせていただきます。休憩の間にコーヒー、紅茶のサービスがござい

ます。係りの方が来られましたら、どちらか希望をお伝えくださいますようにお願いします。それでは休憩に入ります。

どうもありがとうございました。

(休憩)

山本——それでは、時間がまいりましたので後半の部を始めさせていただきます。後半はまず、前半に3名の方々からお話をいただきましたけれども、その発表を受けて2名の指定討論

者の方々にお話をいただきます。最後に全体のディスカッションという形に移りたいと思います。それでは改めまして指定討論者の方々をご紹介したいと思います。皆様から向かって右側にいらっしゃいますが、常磐大学人間科学部助教授の森山賢一先生です。もうひとかたは京都府スクールカウンセラーの大西靖子さんです。それでは大西さんよろしくお願いいたします。

〔指定討論〕――――――――――――――――――

大西 靖子
(京都府スクールカウンセラー)

指定討論では、アイビイ博士の理論の文化的な背景にも目を向けながら、私自身の被害者支援、学校臨床、地域臨床の体験をもとにした考察をすすめたいと思います。そして、シンポジストの先生方が、お話しくださいました、「人々の生涯を見通したウェルネスへのマイクロカウンセリングの実際的なアプローチの展開」を、より立体的に捉える試みをしたいと思います。マイクロカウンセリング・発達心理療法、多重文化カウンセリング、ウェルネスマネジメントの概論は、シンポジストの先生方が詳しく紹介してくださいましたので、さっそく、考察に入りたいと思います。

では、ごく簡単に、私のマイクロカウンセリングの初回面接論を取り上げます。クライエントとの最初の出会いを論じる高石氏は、「受理面接」と「初回面接」という呼称にその構造的な違いが含まれていると示唆しています。つまり、「受理面接」がクライエントに最善の心理学的処遇を検討することに比重がおかれて、熟練のインテーカーが担当した後に、その後の面接の担当者を決めるという意味を含み、これに対し「初回面接」は、初めの出会いから面接は始まっており、以降の面接も同一のカウンセラーが担当するという意味を含み、微妙に違うとい

うのです。これは各機関の構造面も関係しますが、両者のクライエントやその後の面接に与える影響については、多くの研究者の間で議論されているところでもあります。

私は、マイクロカウンセリングは、後者の「初回面接」の立場にたった理論だと捉えています。なぜなら、アイビイ博士は、「マイクロカウンセリングの面接の5段階」を唱えているからです。この初回面接の構造面に触れたのは、今後、マイクロカウンセリングの実際の事例を研究する時にもその構造を考慮しながら検証することも大切ではないかと思ったからです。アイビイ博士の提唱するマイクロカウンセリング・発達心理療法は、「面接目標のための基本概念」というマイクロスキルを活用したコミュニケーションの背景理論（理念）ともいべき6つの概念によって、カウンセラーは「傾聴の連鎖」によりクライエントの問題を把握し解決に向けた目標をクライエントと共に立てます。それと、同時に、カウンセラーは「クライエントの発達レベルと意図性」をアセスメントし、マイクロ技法の階層表に基づいたかかわりの方針、つまり「面接という枠組みでの意図性」や「ひとつひとつの応答に含む意図性」を選択していきます。さらに、こうして展開される面接は、(1)

ラポールの形成から時間・場所・料金などの契約において構造化される段階、(2) 問題を把握する段階、(3) 面接の目標を設定する段階、(4) 解決策の選択肢や妥当性の検討と問題解決に向けた行動化への段階、(5) 日常生活への般化の段階という「面接の5段階」で構造化されます。

マイクロカウンセリングがカウンセリングのメタモデルであり、5段階によって構造化されることは広く知られていますが、ここで私が注目したいのは、この「日常への般化」という最終段階です。マイクロカウンセリングは、コミュニケーションに焦点をあて、開発されたカウンセリング・トレーニングを目的にしたメタモデルだという点に由来し、クライエントへの「心理教育的機能（サイコエデュケーション）」をも含んでいるのです。これを私は「マイクロカウンセリングの独自性」と捉えます。そして、面接を展開する上でカウンセラーの理念や基本姿勢ともいべき、「肯定的資質の探求」と「クライエントへの共感」が面接全体を支え、自らの問題にばかり目をむけるのではなくいい面にも目をむけるようなかかわりが、ときには困難をともなう面接に臨みつづけるという（問題解決に向かう）ことを支え、クライエントの内的な準拠枠の内側に立って眺め理解しようとする、カウンセラーのスタンスが面接全体を通し貫かれていると、私は捉えます。そして、これらの面接には様式があると、アイビイ博士はモデルを提示しています。クライエントが、カウンセラーの〈傾聴の連鎖〉で理解された、受け入れられたと、カウンセラーに信頼を寄せる関係のベースをもとに、時にはカウンセラーがクライエントに〈積極技法〉での具体的な提案をすることが必要だというモデルです。アイビイ博士は、「クライエントの発達レベルと意図性」に応じ、クライエントの問題解決への方向性が定まっていない時、つまり、クライエントの意図性が低い場合には、カウンセラーが積極的に問題解決への方向性を示すことも時には必要だと言っています。

しかし、この面接様式は、個人の自立が強調

され、合理主義的な欧米の文化的背景に、大きく影響を受けたスタイルではないかと、私は感じています。なぜ、私がこう考えたかと言うと、カウンセラーが具体的な問題解決の方法を提案することは、時にカウンセラーの早すぎる介入が起きててしまい、クライエントの自助努力の機会を奪う側面があると感じるからです。いつどのタイミングで介入することが、クライエントにとって真のプラスになるのか、私は常にこのジレンマを抱えながら実践していることから、このように考えています。そして、アイビイ博士の唱える〈積極技法〉による「問題解決策の提案」が特に際立って奏功するのは、コンサルテーションの場合ではないかと実践を通じて考えているところでもあります。

先ほどのシンポジストの方々は、それぞれがご活躍される領域から、シンポジストが考えるウェルネスについて、実際にお話しいただいたように思います。これらに加え私の被害者支援や、小・中・高での様々な学校臨床、地域に根ざした相談室、これらの臨床体験も踏まえ、考察を加えていきたいと思います。先ほどシンポジストがお話しくださいました内容を踏まえて、ライフステージという観点から、被害者支援・学校臨床・地域臨床におけるその独自性を考えみたいと思います。わかりやすくお話しするために、まずは地域臨床から取り上げたいと思います。

地域臨床は、各機関が扱う問題領域の専門性や構造に違いはありますが、広くライフサイクル全般における人々を支援の対象としているところにそのオリジナリティがあると言えます。これに対して、広い意味でのスクールカウンセリングという分野では、大学の学生相談が早くから行われてきています。そして、学生相談では、その機関に所属するカウンセラーがライフサイクルにおける一時期を、学籍のある生徒に対し支援するという独自性があると、学生相談の領域で活動されてきた高石氏は述べておられます。このことは、平成8年から文部科学省（旧文部省）が行っている小学校や中学校における

スクールカウンセリングにも同じことが言えると思います。つまり、小中学校という義務教育の間、その学校に派遣されているスクールカウンセラーが、在校する生徒を支援するというオリジナリティーがあると言えると思います。そして、さらに、広義のスクールカウンセリングである、大学の学生相談が、発達段階の主に青年期を対象としながらも、近年の生涯教育ブームなどに見られる社会人入学制度の拡大などで、より幅広い年齢層を学生として抱えているのに対して、小中学校は義務教育であるために、児童・思春期という限定されたステージの人々を支援の対象としているというところにも、学生相談とは違うオリジナリティーがあると思います。

最後に、被害者への個人の面接という場合は、突発的な事態に身を置く人々を対象としていることから、地域臨床や学校臨床のように、ライフステージを明確に区別することはできないところにそのオリジナリティーがあると思います。しかし、私は、ライフサイクル全体を通しての一局面に出会うというカウンセリングの基本的なスタンス、つまり、個人の発達的ヒストリーにおいて生じる問題に対して、カウンセラーがマイクロ技法による「傾聴」によって支援するということは、共通していると思うのです。そして、カウンセリングや心理療法で、カウンセラーが、どの程度の見通しを持ちクライエントにかかわるかということは、基本的にカウンセラーがクライエントに出会う時に考えることで、カウンセリングや心理療法の終結から考えると、被害者支援や地域臨床が問題の解決を区切りに終結するのに対して、スクールカウンセリングでは、引越しや卒業などの外的事情によって終結するケースがほとんどです。このために、スクールカウンセリングでは、カウンセラーは卒業後のフォローアップについて、クライエントの意向も踏まえて検討することになります。選択肢としては、他の機関や進学先のスクールカウンセラーへのリファーが考えられます。今の時期が、ちょうど、卒業・入学シーズンという

こともあり、少し感傷的に補足的なことを申しますと、クライエントの中には特に継続を希望しない方もあり、卒業と言う外的な事情がクライエントにカウンセラーからの自立というプラスの効果をもたらし、スクールカウンセラーとの面接（関係）が内的な拠所となりつつ、新しい生活環境の中で主体的に生きていこうとしているクライエントの姿勢、決意ともいべきものがそこに存在していると、私はスクールカウンセリングで児童生徒との終結のプロセスを経験する中で感じています。少し、横道に逸れてしましましたが、平成 17 年度には、スクールカウンセリング事業は大きな節目を迎えたようです。さらに、昨今の大学の学生相談の充実、カウンセリングの社会的隆盛といった状況を考えると、カウンセラーには、ライフサイクルに応じてひとりのカウンセラーが次のカウンセラーにつないでいくというようなリエゾン的な機能を含んだ、ひとつの姿勢ともいべきものが存在してくるとではないかと推測しています。そして、クライエントの側からすると、あらゆる領域におけるカウンセリングや心理療法の経験は、クライエントの生涯を見通した時に、アイビイ博士のウェルネスマネジメントのコーピングに肯定的に影響するものではないかと感じています。なぜなら、学校臨床で、卒業という外的事情によって終結を迎えるケースで、生徒さんや保護者の方、つまり、クライエントさんと今後、どうしていくましょうという話し合いのなかで、「次に支援が必要となった時には、進学先（高校・大学）のスクールカウンセラーの面接を受けていきます」と、いうことを口にするクライエントさんはそう少なくはないからです。

次に、人間の存在とマイクロカウンセリングという大きなテーマから、(1) マイクロカウンセリングにおける多重文化的視点、と、(2) 肯定的資質の探求とコミュニケーショングラムの 2 点を考察したいと思います。

アイビイ博士のマイクロカウンセリングは、カウンセラーが、クライエントの語るストーリー

ーを良く聞くことで、総体的にクライエントを理解し、その文脈において、「クライエントの肯定的資質」を引き出し、問題解決に向う原動力を活性化させ、問題解決を促すという手法だと、私は理解していますが、さらに、アイビイ博士は、人間は、多重文化的存在であるという人間観を、より一層、重視した「多重文化カウンセリング・心理療法（Multicultural Counseling and Therapy：MCT）」を提唱されています。このMCTでは、アイビイ博士は、個人は様々な文化的脈絡（言語、性別、民族・種族、宗教・精神性、情緒的体験、年齢、身体的問題、社会・経済状況、トラウマ）と、個人が属する組織的文脈（家族、グループ、行政区・地域などのコミュニティ・国）の中に存在するという人間観をより強調されています。具体的には「関係性の中の自己（self-in-relation）」、「文脈の中の自己（person-in-context）」、「家族の中の自己（family-in-relation）」、「組織の中の自己（organization-in-relation）」と、いう視点を持ち、クライエントのストーリーに耳を傾けることだと思います。アイビイ博士が、多重文化カウンセリングを提唱した背景のひとつに、クライエントの面接の中で語る自分の家族や環境、文化について、カウンセラーが、個人に焦点をあてる傾向があることに、警笛を与えている側面もあるのではないかと、私は捉えています。これは、アイビイが、認知行動療法が、有効なモデルであると捉える一方で、クライエントの現在の環境や要因に、カウンセラーがよく理解し配慮していないと、その効果が上がらないことを、指摘されていることから、類推されるところです。さらに、私見ではありますが、私は多様な民族が集まり、ひとつの国を構成している西欧ならでは発想でもあるのではないかと考え、アイビイ博士の理論をそれぞれが自分の国の文化に適した理解をすることが望まれるのではないかと思っています。

アイビイ博士もこの自国の文化に適した用い方を促しておられます。このような、私見を加味し、「肯定的資質の探求」と「コミュニティジエ

ノグラム」を取り上げたいと思います。これは、「関係性の中の自己」というアイビイ博士の多重文化カウンセリング理論に立脚したいわゆるコミュニケーション・ツールだと思います。この多重文化カウンセリングに立脚した「ミュニティジエノグラム（community genogram）」は、「肯定的資質の探求」によりクライエントの強みに気づかせる手法であると私は捉えました。そして、この強みに気づかせるということを重視しているのは、自立した自己を確立することが強調される欧米の文化的背景が影響しているのではないかと私は感じています。アイビイ博士が、自国の文化に適した実践をすることが大切だとおっしゃっていることから、私は、日本の文化が、個人の自立よりも、家との結びつきを大切にして、発展してきた文化であることから、カウンセラーが、あえてクライエントに、強みに気づかせ、自立的な歩みを促すというよりも、〈傾聴の連鎖〉によりもたらされる信頼関係、つまり、カウンセラーの受容的のかかわりに支えられて展開するプロセスにおいて、クライエントの自助力が高まり、主体的・自立的に、問題解決にあたる展開が、日本の文化には適しているのではないかと、日々の実践を通じて感じています。

このような私見にもとづくと、「肯定的資質の探求」は、カウンセラーの姿勢として身につけておくことが、クライエントを尊重することに繋がるのではないかと考えています。そして、コミュニティジエノグラムは、カウンセラー・クライエントの双方に、「肯定的資質」や「関係の中の自己」を、「視覚的効果」でもって、意識化させることで面接でのリソースを得る効果をもたらそうとする手法ですが、ここで、注目したいのが、「関係の多重性」という概念です。これは、スクールカウンセリング分野で、香川氏がコンサルテーションとの関連で、高石氏が、学生相談の独自性として捉えた概念です。彼らが提唱するこの概念は面接における「コミュニティジエノグラムの活用」に重要なヒントを与えてくれるように思います。「関係

の多重性」というのは、ひとりの児童生徒の支援をめぐり、スクールカウンセラー（SC）—児童生徒（クライエント）、SC—担任教師、学年教師—SC という関係が交錯し、これに、SC—教育相談担当者、SC—管理職、などの関係が交錯してくる関係のことです。このような構造は、特に学校臨床で見られます。そして、この構造は、高石氏が指摘する学生相談の独自性であり、学校臨床の独自性であると言えます。

そして、私は、関係の多重構造に身を置くカウンセラーに、アイビイ博士が、主張する多重文化的カウンセリングを読み違えてしまうような、カウンセラーの行動化を引き起こす危険性を孕んでいることに、注目しています。わかりやすく、例を挙げると、クライエントの語る文脈から、教師や友人との関係の修復、ということがクライエントの問題解決に大きく関係してくれると思われた時、カウンセラーがクライエントと、その教師や友人との話し合いの席を設けたり、第三者に当事者間の関係の修復を促すような働きかけをするというようなことです。さらに、クライエント、カウンセラーの双方にリソースを確認させる機能を持つコミュニティジエノグラムは、面接の枠組みを超えてカウンセラーが第三者からの援助を得れるように働きかけるというようなことです。なぜ、私がこのような考えに至ったかというと、関係の多重構造に加え、最近、連携ということばが、とてもよく取り上げられ現場でも重視されていますが、連携をする際にはどの立場の方と、何時どのタイミングでどういう形で連携すれば、クライエントさんのお役に立てるのかを決めるることは大変難しく、これは私自身の実践における反省ですが、クライエントさんの面接をしているカウンセラーの立場である私と、教師との連携が一人歩きをしてしまっているのではないかと、ふと思いついては、連携のあり方を修正していくことがあるからです。アイビイ博士は、クライエントの語る文脈に、多重文化的な視点を加えた理解が大切であると強調されていますが、それはあくまで自己に焦点づけられるものである

と述べておられ、クライエント自身がどのような状況や関係の中でどんなふうに問題を、心に収めているのか、そして、これからどうなっていくことをクライエントは望むのかということを、クライエントとカウンセラーの共同作業で見つけていくということだと思います。カウンセリングや心理療法は、あくまで個人に焦点づけられるものなのです。その上で、カウンセラーは、クライエントの環境調整、危機介入、社会福祉的支援などの必要な援助を他の領域の専門家と協力して行っていくというのが連携なのではないかと、アイビイ博士のお考えと自分自身の経験を照らし合わせて、私は思うようになりました。連携やネットワーク作りは、後ほど被害者支援とマイクロカウンセリングで触れたいと思います。

ここで補足的に初回面接論と、援助ニーズのアセスメントに触れておきたいと思います。先ほどシンポジストも少し触れておられましたが、私共が有志で行っている京都のスクールカウンセリング研究会（補1）、MP会と言いますが、研究会で繰り返し話題にのぼることに地域の臨床機関は、そのほとんどが自主来談に頼っていることから、クライエントさんは問題意識が高く、明確なニーズを持たれ、来談への動機づけが高いことがあります。これに対し、スクールカウンセリングは、教師が必要性を感じて保護者や生徒にスクールカウンセラーの面接を受けるようにすすめることができます。つまり、自主来談以外の複数の来談経路があるので。このため、いわゆる初回面接でクライエントさんに来談経路や期待する援助サービスをよく聞くことは、今後の方針を立てる上で重要な指針になるということは、すでに、カウンセラーに共通理解されているものではありますが、学校臨床では、最初に来談したクライエントから援助ニーズがどこに存在するのかということをアセスメントし、誰を対象に、面接し、コンサルテーションをするのか、そして、それはどの程度の期間において、どこまで可能かという、今後の方針を考える上で、とても大切なこと

くるということがよく話題になります。特に、スクールカウンセリングでは、カウンセラー自身がコミュニティでの役割を認識していくために様々な人々の話をよく聞くことが大切になってくると言えるのではないでしょうか。

次に、「カウンセリングとコンサルテーションに見られる多重文化的自己」という観点から考察してみたいと思います。ここでは、地域臨床と学校臨床との比較を切り口に、後で、被害者支援へと繋げたいと思います。まず、地域臨床と学校臨床で、成人を対象とした面接に違いがあることを明らかにしたいと思います。地域臨床は、クライエントの文化的、組織的文脈に耳を傾けながらクライエントの問題そのものを扱い、スクールカウンセリングでは、クライエントが成人、つまり、保護者への面接となります。これは、子どもの問題を通して、保護者が、自分自身の問題を振り返るというプロセスをたどることはありますが、あくまで、「子育てについてのカウンセリング・コンサルテーション」であり、「保護者へのエンパワーメント・心理教育」が主軸になる点に、違いがあると思います。マイクロカウンセリングの視点で言い換えると、「問題となる児童・生徒の個人の“家族の中の自己（family-in-relation）”」という側面を窓口にしたアプローチだと、捉えることができると思います。さらに、私は、個人を対象にしたカウンセリングは、「個人の文脈の中」で、「多重文化的自己」にアプローチし、あらゆる領域のコンサルテーションは、アイビィ博士が主張する、「多重文化的存在の自己」の、「家族の中の自己」、「組織の中の自己」という側面に、アプローチしたものだと、考えています。

最後に、マイクロカウンセリングと被害者支援のウェルネスの考察をすすめたいと思います。被害者支援は、本研究会では、近年取り上げられるようになった領域であることと、被害者支援が、人権問題などの社会的運動とも深くかかわり発展してきたことから、個別に取り上げたいと思います。日本の心理臨床の分野における「被害者支援」は、この10年近くの間に、

非常に発展してきています。平成11年に、臨床心理士の組織の中に、「被害者支援専門委員会」が立ち上がったことからも伺い知ることができます。そして、被害者支援の領域には、大きく分けると、自然災害、犯罪被害、事故、虐待・DV、の4つの領域があると思います。そして、犯罪や事件の被害者への支援は、全国の警察に臨床心理士が勤務し被害にあわれた方の支援にあたっておられます。虐待・DV被害への支援は児童相談所、最近では、児童養護施設にもカウンセラーが配置されています。DV被害者を支援する被害者支援センターや女性を専門にした機関もできてきてているところです。そして、被害者支援は法の改定など行政面での整備が整うとともに、実践的な研究も蓄積されてきているところです。そして、このような社会的要請を受けて、本研究会でも、被害者支援が、取り上げられるようになってきたのではないかと思います。そして、今後、さらにアイビィ博士が提唱するマイクロカウンセリングが、日本の被害者支援の領域にどのように寄与し、被害者のウェルネスの促進、あるいは、回復にいかに役立つことができるのかの実践的な研究が待たれるところではないでしょうか。フロアの方にすでに実践されている方がいらっしゃるかもしれません、本研究会のテーマに上げられた点から言っているとご了承ください。日本における被害者支援とマイクロカウンセリング研究の現状を簡単にご紹介しましたが、川口さんからは、日本のマイクロカウンセリング研究の被害者支援領域に、貴重なご発表をしていただいたと思います。そして、シンポジストの発表に加え、自身の経験も踏まえて、私見を述べたいと思います。

現在、被害者支援の領域にスクールカウンセラーによる「学校緊急支援」が定着しつつあります。スクールカウンセラーによる学校緊急支援は、事件、事故、児童生徒の自殺、自然災害などがあります。これについては各都道府県の学校臨床心理士の組織による実践が学会などでも報告され、その実践のあり方が繰り返し議論

されているところです。そこで、私の「学校緊急支援」の経験も踏まえてお話をしたいと思います。

まず、これまでの中でお話した、初回面接のことにも関係しますが、「学校緊急支援」にも、依頼の経路は教育委員会、学校など複数の経路があります。私の経験では、依頼されたところの援助ニーズと、実際に派遣された現場のニーズに違いがありました。(注1) また、緊急への支援という危機介入的な支援ですので、派遣される期間も、刻々と変化する現場の事態に応じたものとなります。このため、初回面接と同じように、その援助ニーズがあるところを的確に捉え、なおかつ派遣される期間においてできる限りの援助を検討することが重要であると思います。とくに短期間の派遣では、長期的に援助が必要なケースは、その地域のスクールカウンセラーや相談機関との連携が重要となります。そして自然災害の場合だと、地域全体が被災しているという大きな特徴もあります。そして、初期の対応として、まずは、現場で指揮をとる方々への、コンサルテーションが求められることがあります。先生方は、ご自身も被災者でありながら、児童生徒・保護者への対応に加え、地域住民への対応、さらには校舎の復旧や危険地への安全対策、予定されていたカリキュラムの変更などのハード面の対応にも追われます。このような初期対応に追われて、現場が混乱している中に、カウンセラーは支援に出向きます。当然のことですが、「従来の相談室モデル」でのコンサルテーション、面接での対応はほぼ困難です。私は実際の現場の混乱振りを経験してみて、さらにこのことは強く感じました。そして、このような事態ではちょっとした移動の車内や、作業の合間、あるいは待機した部屋に手の空いた先生がお話をこられることなどがあり、様々なシチュエーションで、ご自身の被災体験や、子どもや保護者への対応のコンサルテーションになることが多かったのです。先程も述べましたが、教育現場で実際にその対応にあたる教師へのコンサルテーションは、児童生徒、

保護者の「組織の中の自己」、「家族の中の自己」、を窓口にした支援だと、私は考えます。さらに、地域全体が被災している自然災害への支援という点で、「関係性の中の自己」、「文脈の中の自己」、つまり、「人々がこれまでの地域コミュニティの中で生きてきた文脈」をも窓口にした援助である言っても過言ではないと思います。

そして、先ほど、シンポジストも触れておられましたが、アイビイ博士は、ウェルネスを考える上で、「予防教育」の大切さを主張されています。マイクロカウンセリングの視点から、「予防的教育」を考察するにあたり、私は、マイクロカウンセリングの「心理教育的機能」に注目したいと思います。例えば、児童生徒だけに限らず、広く人々にマイクロトレーニングを実施し、「仲間同士のピア・カウンセリング」や「グループカウンセリング」によるワークショップの開催などの手法があるではないでしょうか。これは、日頃から地域力のようなお互いに支援し合うというような、コミュニケーション力の底上げを図ることで、いざというときの地域や組織、家族のコーピング力を高めることに、役立つのではないかと考えます。そして、次にどのように社会に導入し、展開、定着させていくのかということになりますが、予防的教育の実践、研究は、日本では、学校教育現場で、「被害者支援のストレスマネージメントの実践的研究」や、「ストレスマネージメントの実践的研究」が広く認知され、社会福祉や、市民活動の分野では、広報活動の一環として「ニュースレターでの啓蒙活動」や、「講座」、「ワークショップ」などが開かれています。これらの先行的な活動・研究は、日本のマイクロカウンセリングにおける「予防教育の社会への導入」、「展開」、そして、「定着」という点で、非常に参考になるのではないでしょうか。本研究会でも引き続き、「予防教育」のことも考えていくべきだと思います。

これらのこととに加え、被害者支援の活動は、その歴史が、社会的運動と深く関連していることから、さまざまな関係団体との協力、いわゆるネットワーク作りも支援の一環として要請さ

れると、私は思います。アイビイ博士が、人間は、社会的な文脈に影響を受ける存在であると主張される「ウェルネスマネジメント」を、逆説的に捉えた場合、このようなネットワーク作りが「被害者の人権擁護」にも肯定的に影響し「個人の社会的文脈の側面」に、肯定的な影響をもたらすと感じています。少し強引にまとめますと、カウンセラーの立場で「関係性の中に存在する個人」のウェルネスを考えると、クライエントの生涯を見通した真のプラスになる支援を他の領域の人々とも協力し行なうことが、人々のウェルネスに肯定的な影響をもたらすことになるのではないかでしょうか。最後になりましたが、今回のような被害者支援、学校臨床、地域臨床の専門家がシンポジストとしてお互いの立場から、援助される人の生涯にわたる精神的健康について考えることは、日本マイクロカウンセリング研究会はもとより、これから臨床心理士やカウンセラーの社会的な活動を議論する上でも非常に貴重な機会であったと思います。そして、このような機会を与えてくださった福原真知子先生に厚く御礼を申し上げたいと思います。

（補1）京都で月1回行われているスクールカウンセラーの有志による研究会。京都府・滋賀県・兵庫県などのスクールカウンセラーや大学院生のバラエティフルカウンセラーによって事例検討を中心に研鑽しています。私は発起人の一人

として参加させて頂いています。

（注1）配置の事務的な面を担当する教育委員会と、事態に応じ刻々と変化する事態に対応する学校現場との役割の違いがもたらすものであると、私は感じています。

【参考文献】

- 福原真知子・アレン、E., アイビイ&メリ、B.
アイビイ 2004 マイクロカウンセリングの
理論と実践 風間書房
アレン、E. アイビイ／福原真知子・仁科弥生（共
訳）1991 発達心理療法 丸善
高石浩一 2002 初回面接の方法論—心理臨床に
おける「聴き方」— 京都文教大学人間学研
究所人間学研究、Vol.3, 115-124.
香川 克 2005 いわゆるコンサルテーションを
めぐって 2005.3.19 学校臨床心理士部会研修
会資料
財団法人日本臨床心理士資格認定協会 2002 被
害者支援と臨床心理士の課題—室内シンポジ
ウム報告集

☆

山本——お話し中、申し訳ございませんが、
ちょっと時間もございますので、一回そこでよ
ろしいですか。又後ほどの中で付け加えていた
だけたらと思います。申し訳ございません。それでは、もうおひとかた森山賢一先生の方から
お願ひいたします。

〔指定討論〕

森山 賢一

(常磐大学人間科学部助教授)

ただいまご紹介いただきました森山と申します。本日は力不足ですけれども指定討論の役目を務めさせていただきます、よろしくお願ひいたします。

まず、3人の方々から概念・意味規定をしっかりと踏まえられ、押さえられた上でのお話を伺いいたしまして、私も非常に勉強になりました。2つほど指定討論者の立場から私の興味・関心も含めてなんですかとも、お話をもう少し伺いたい、あるいは見解を詳細にもう少し伺いたいと思うところがございまして、このことについてお話したいと思います。

第1点目は、援助の在り方、援助の視点について三者の特徴、特にマイクロ技法の基本的な〈かかわり技法〉、〈基本的傾聴の連鎖〉を中心にして、実践上留意しなければならないこととか、独自性というのでしょうか、そういうことについて少しお示しをいただければ有難いと思っています。

それからもう一点は、本日のテーマでありますライフサイクルを通してのウェルネスを考えることにかかわって、“関係性の個人”という、問題です。これはおそらく今日の研修会のキーワードかと思いますけれども、このことについて、それぞれのお立場からクローズアップされるようなことがございましたら、お教え願えれば有難いというふうに思っています。その2点を特に私の方では挙げさせていただきました。

私は教育学を中心に研究している者なんですが、当然先生方もご承知の通り、教育学におきましては子ども理解の重要性という問題は言うまでもなく、中心的な課題でございます。この児童・生徒の理解にはより複雑な構造が存在しているというふうに言われております。その中で、学級崩壊をはじめいろいろな例を挙げるこ

とができるんですけれども、学級がうまく機能しない状況とか、学級研究会というのが150学級ぐらいの事例を出して、その中からケースを10パターンくらいにグルーピングして研究を進めております。この中では、教師が子どもをどのように理解するのか。どのように理解しようとしているのか。それから教師の側の理解の枠組が問われる、といった根本的な問題が存在します。それから子どもの理解には、教師自身の自己理解というんでしょうか、そのあたりも含まれるわけです。このような子ども理解ということが重要な問題で、今日必要性が叫ばれているわけです。教師による子ども理解、それと子どもの自己理解、教師自身の自己理解が相互に影響を及ぼす構造があるわけだと思っております。この場合にも本日のこのマイクロカウンセリングの視点からウェルネスという問題を考える過程におきまして、非常に多くの示唆をいただいたと思っております。是非今後はこのことを深く吟味する必要があるのではないかという感じが私はしております。

先ほどからご紹介ありましたけれども、『マイクロカウンセリングの理論と実践』ということで福原先生のおまとめになられました大書がございます。この中の290ページあたりにも教育についての応用ということが示されておりますが、それも含めてさらに学校教育においては、カウンセリングの場合には予防開発的な面というのが当然重視されている訳です。マイクロカウンセリングの理論に基づいた、本日、特に話題になりました〈基本的傾聴の連鎖〉とか、〈かかわり技法〉等の心理的、対人的な関係スキルを児童・生徒自身、小学生なら小学生なりに中学生は中学生なり、高校生は高校生なりに身につけさせるヒューマンサービス、いわゆるサイ

コエデュケーションというなんでしょうか、そういう領域だと思いますけれども、その重要性を再認識させていただきました。これらの分野の新たな視点を得るファクターがマイクロカウンセリングに多く含まれているというふうに考えております。

今後は是非、研究課題の一つとしてそのような観点からも考えるのもよろしいのではないかと思っております。シンポジストの方々には、そのあたりをもし出来ましたらそれぞれのお立場からお伺いしたいと思っております。他にいろいろとお伺いしたことや、私の考えている

ものもございますが、残り時間も少なくなっていますので、今の点につきまして、是非フロアの方も含めていろいろご意見を伺いたいというふうに思っております。以上でございます。

☆

山本——ありがとうございました。それではこれからディスカッションに入りたいと思います。まずは指定討論者の方からいろんなご意見やご質問が出ておりますので、まずそこをまとめて、各シンポジストの皆さんにお答えいただきたいと思います。

《ディスカッション》

川口——先ほどの繰り返しになってしまふ部分もありますが、短くまとめたいと思います。被害者の問題として、例えばPTSDの症状に過覚醒というものがあるんですけども、これは被害者が被害のトラウマからさまざまなものに反応してしまう状態を示します。その反応には実際は危険でないものに関する反応も含まれます。他の人々にとって危険でないものにも反応するため、なかなか周囲の人には理解されない、理解されずに変な人だと思われる。。そこで、変な人だから被害にあったのだろうと周囲の人々に誤解されてしまう人も少なくありません。そういういた理解されない、さらに周囲の扱いから自分が悪いと思い込むこともあるという状態にある被害を理解するために、さらに被害者の行動の意味、そう反応せずにいられない面、周囲の理解の得られない辛さなどを理解するために、援助者はよくかかわること、こうした被害者の背景をよく理解して十分に被害者の話を聞くこと、さらに被害者の個人のナラティブストーリーを展開させた上で、被害者の自分自身の意味づけを行う過程が必要であると思います。

被害者は自分を攻める傾向がありますが、受けた被害に関して罪悪感を持たなくていいところから教えるのではなく、持つ必要がなくなるように、そのためには、かかわり、よく聴く、

そういう過程が意味づけに必要になるのではないかと思います。先ほど私は自分の仕事について説明しましたが、本年1月に開かれましたシンポジウムで、被害者は回復のために被害者としてのアイデンティティ、被害者としての自己を確立することが必要であるとの発表がありました。多くの被害者は被害者であることは明白であっても、自分が被害者であるという認識に至っていないと言います。そこにマイクロカウンセリングの技法を用いることの意味があるのではないでしょうか。同時にそういう被害者の周囲の人に理解を得るためにも心理教育も必要だと思っています。つまり、周囲の関係性とともに、被害者自身も発達していくことが重要であるということが被害者援助の視点からは言えます。

山本——ありがとうございました。それでは寺川さんお願いします。

寺川——大西さんのおっしゃっていたことで、今日はじめて大西さんこんなこと考えていらっしゃったんだ、ということがいろいろ出てきました、大変びっくりするとともに、これは負けていられないぞということを考えました。今ここでコメントをするということは脳みその方がついていけないので、この大西さんが先ほど話されたことは、一つ一つがすごく重要なテーマ

を持っていることだと思いますので、今ここで討論するよりも、改めて時間を持って一緒に勉強させていただけたらすごく有難いなと思います。

森山先生からいただきましたご質問に関しまして、まず援助の視点。地域臨床における独自性は何かありますかということでしたが、先ほどの発表の中でもスクールカウンセラーと地域臨床の違いというのがあるのかどうか、それから無いのかということで触れてみました。面接が行われる状況、つまりクライエントがどういうふうに面接の場にいらっしゃるか。それからクライエントとカウンセラーがどこでどのように会うのかとか、そういった違いはたくさんございます。しかし、カウンセラーとしてカウンセリング関係の中でクライエントにかかるわる、というカウンセラーの基本的な姿勢に関しましては共通のものがあるのではないか。そしてその共通のものとして、カウンセラーが具体的にどういうかかわりをするか、ということを示してくれるモデルがまさにマイクロカウンセリングの三角形ですね。それが私の中ではどの場においても基本で、共通するもので、変わらないものであるというふうに考えております。まずかかわりについて、十分〈かかわり技法〉を用いてクライエントの話を聴いた上で、適切な段階において積極技法を用いていくことでより良いカウンセリングが展開していくのではないかと考えております。

それからライフサイクルの中でのウェルネス、関係性の個人ということがクローズアップされる事柄ということですが、いろいろな立場の方がいます。個人で来る方もいらっしゃいますし、親子で見える方もいらっしゃいます。親子で見えた場合に、親担当と子担当と別々のカウンセラーが担当して、親子並行面接という形で展開していくことがあるんです。親担当が見た親御さんの状況と、子ども担当の見た子どもさんの状況をそれを面接が終った後に親担当、子担当の情報交換で、このケース全体が今どういう段階で、どういう状況にしてやっていくのか、話

し合う機会を持ちます。親子二人でとか、家族の中で、そういうような相談ができることがあると思います。個人で一人だけでいらっしゃる場合、地域臨床は本当に年齢や背景も職業とかもさまざまな方がいらっしゃいますし、主訴として持ってくるテーマもさまざまなものがあります。やはり丁寧に聴いていくと、そのクライエントさんがどういう文脈の中で今困っていることを体験したのかということが出てきますので、やはりクライエントが語るストーリーについていって文脈をよく理解することが大事なのでしょう。これもまた地域臨床だからこうだということに関しては、まだ私の中ではこうだというふうにはっきり申し上げられることは思いつかないです。地域臨床を続けていく中での永遠のテーマになるのかなというふうに思います。以上です。

山本——ありがとうございました。では小松さんお願いします。

小松——まず援助の視点についてという事で、マイクロカウンセリングを用いたマイクロの〈かかわり技法〉であるとか〈基本的傾聴の連鎖〉をどのように用いるかということについて、スクールカウンセラーの独自性という視点でということをお質問いただいたんですけども。今回このシンポジウムに参加させていただきまして、スクールカウンセラーをそれぞれ経験した後に、被害者支援や地域臨床を行っている川口さんや寺川さんのお話を伺うにつれて、どの場面でもこの〈基本的傾聴の連鎖〉が重要な技法であるということを改めて気づかせていただきました。私自身はスクールカウンセラーの経験しかなく、学校現場での利用しかわからなかつたんですけども、改めて共通して重要なものであるのだなということを実感しました。また、“関係性の中の自己”ということで、先ほど大西さんの方からコミュニティ・ジェノグラムというものが出てきたんですが、こちらの福原先生のご著書にもございますし、アイビイ先生も昨年ご紹介いただいたんですけども、ジェノグラムを児童生徒との学校場面でカウンセリン

グの手法の一つとして用いることが可能なのかなどということを考えています。本人を中心に自分自身でジェノグラムを描いていくことによって、その中で肯定的資質に、肯定的な資源に生徒自身が視覚的にも気づくことができるようなことが、コミュニティジェノグラムを用いることによってできるのではないかということを今考えております。以上です。

山本——ありがとうございました。コミュニティジェノグラムということですけれども、普通の家族に限った家系図というのは、マイナスの要因に焦点を置いてしまいかがちですが、コミュニティジェノグラムはむしろ肯定的な側面を重視していきます。周りにこんなにあなたを愛してくれる人がいる、こんな人がいた、こんな場所があるということを思い出させていくという、非常に重要なかかわりの仕方だと思います。また、先ほど大西さんの方から、クライエント不在での独り歩きというお話がありましたけれども、アイビイ先生はクライエントとカウンセラーの関係を、クライエントがカウンセリングの中に加わって、カウンセリングの目的を一緒に作り出し、発達させ、達成していくものだと、コジエネレーションという言葉をキーワードとしていらっしゃいます。

また欧米の自立ということに重点をおく傾向に関しても、相互依存、お互いに人間が依存する関係を主な価値の一つであると見なしています。時間がない中ですみません。あとの時間、フロアの皆さまからもご質問などいただいたらしなきゃいけないんですが、大西さんよろしいですか。

大西——で一言でまとまらず申し訳ないんですが、被害者の心理ということがありましたけれども、私自身はこの被害者の心理というところです。被害者自身が第三者からの支援を拒むという心情があると理解しておるんですけども、その点について支援する側の人の支援システムというか、そういうことについてどのように考えていらっしゃるでしょうか。川口さんにお伺いできればと思います。

川口——被害者が支援を拒んだ場合にどのようにかかわっていくかというご質問でよろしいですか？

大西——被害者に支援に行ったときに「大丈夫ですから」とか、ちょっとしんしゅう的な感じを受けられているのではないかと感じてすごくショックを受けたんです。そういうことに対して支援者の側をさせるシステムについて現在多くの臨床の方たちが議論されているところでもありますので、そういうことについておうかがいできればと思います。

福原——一言いわせていただきたいよろしいですか。私が気がついたのは、先ほど川口さんが被害者臨床のことを発表されたんですが、これまで法律関係ものが多かったんです。折角大学にセンターが設立されても私などカウンセリング／臨床心理関係はほとんど入れていただけない状態だったんです。実は、私はそれができた時に非常に好ましいなと思って、臨床の世界が広がるなと喜んだのですが。10年以上も前の話です。今や研究所となり、広範囲の専門家を網羅するようになってきているようです。だから大西さんがおっしゃっている臨床心理士の方も被害者の方に目を向け、この分野はずっと発展していってほしいのです。この点では、常磐大学が最初に旗揚げしたんです。心理カウンセラーとの関係でも発展していくならば望ましいことだと思って、及ばずながら応援させていただいたという感じです。それで川口さんも初代の心理臨床研究員としてセンターに採用していただいたということです。心理臨床から言うと、同じ被害者をとらえてちょっとアプローチが違うんです。しかし、私は両者が一体となっていろんなことを考えていく中で、多面的な見方で多面的なアプローチで取り組んでいくのがよい、これが‘被害者中心’と思っています。そういうこともありますて、さきほどのNPO心理教育実践センター設立一周年（平成13年）記念の時に常磐大学被害者センターから専門の諸澤英道先生をお招きしてお話をいただき、心理的診療の方からどのような心理カウンセリン

グが、被害者支援が考えられるだろうか、考えられる余地があるのだろうか、余地があるならどのように考えていくのかといったことを、考えていただく機会を持たせていただきました。そこで気がついたことは、手前味噌になるかもしれません、やはり“被害者中心”的なものであったと……。

山本——ありがとうございます。それでは時間も迫っておりますので、おひとかただけもしフロアの方でご質問ありましたらお願ひいたします。いかがでしょうか。ご遠慮なくお願ひいたします。ございませんか？ どうぞお願ひいたします。

玉瀬——玉瀬と申します。今日は大変勉強させていただきました。ずいぶんと発展していくているなという印象を持ちました。特にディスカッションに入って、非常に本当のディスカッションらしい問題提起があったように思います。あまり細かいところにはまいりませんけれども。先ほど寺川さんと大西さんのやりとりで、寺川さんがあまりに大事なテーマなので今すぐには答えられないと。私も同じ気持ちで負けてられないぞと思いました。本当に奮起させられたと思っています。そしてゆっくり考えてみたいなと思っています。例えば、連携ということがよく言われるなんだけれども、連携の中身については危険性があって、それをきっちりと押さないとクライエントの関係性がいろいろあるので、そういうそれぞれの、例えばスクールカウンセラーの場合だと、学校との関係だと男女の関係だと家族との関係だとか、いろいろな関係の情報を踏まえて連携をとるということを意識していかなければいけないということは、実践ではそれはその通りだと思いました。たくさんあるんですが、全体の印象だけ発言させていただきました。どうもありがとうございました。

山本——玉瀬先生ありがとうございました。それでは時間が過ぎてしましましたので、時間配分がうまくいかなくて申し訳ありませんでした。それでは、今回のマイクロカウンセリング研究会、ライフサイクルのさまざまな段階にあ

るすべての人々の成長と自己実現に、マイクロカウンセリングが貢献できるものであることを一層実感することが出来たと思います。皆様お忙しい中、本当にありがとうございました。

お願ひでございますが、受付の方でお渡ししていますアンケート用紙にご記入のお渡しください。これでシンポジウムを終了させていただきます。それでは福原先生、よろしくお願ひいたします。

福原——どうもありがとうございました。この方々はもう私を超えたんじゃないかなと、手前味噌ですみません。私も頑張らなきゃということで、ディスカッションに入ってからは余計そう思いました。いろんな課題をご提示いただきました。京都やいろんな所から新風を吹き込んでいただきたいと思います。学問に物理的な距離はありません。実践の経験を踏まえたものというのは、じーっと考えていて、ある日突然パッといい考えが構成されていくというのがあると思うんです。だから、そういうものを折々に披露していただける仲間が、あるいは後輩が——教え子と言っていいのか——そういう若い方たちがいらっしゃるということはとてもいい事だと、私自身にも刺激になりました。手前味噌で申し訳ないんですけども、最後のディスカッションなんか本当に学会レベルですよね。

総合司会者として何もまとめることもないんですけども、一言だけ。すべての方々に共通しているかもしれないと思うことは、“ウェルネス”のコンセプトについて。確かにウェルネスとかそういうことは辞書にはあまりなくて、最近、私自身もこっそりインターネットを開いたんです。だから似て来るなーと思って聞いてたんですけども、そんなこと長々と申し上げることはなく、ここにまとめてあるんですけども、確かにここにおっしゃった定義なんです。それも間違ひありません。さつき自立的自己とか関係性の自己とか“ポジティブ”といったことばが出てきました。確かにこれは今度のテーマのキーワードでもございました。肯定的資質というようなものも。そんな中でウェルネス

という概念、これについては米国の大学に調査研究所があるみたいなんです、ワシントンユニバーシティ、セントラルワシントンユニバーシティなど。これは先ほど申し上げました心の健康ということにも強く入り込んでいるようなんです。

そこで従来のコンセプトは、自立的自己においては‘ウェルネス’とか‘ポジティブネス’というのは、自分のポジティブネス‘肯定的なもの’で。それだけではいけないんではないか。すなわち従来の欧米的な自己観においては自立的自己というのは、肯定的資質でも個人だけに焦点を当て注目をあびた、けれども、他者のポジティブネスに注目しなければならない。そこで相互に他者と自己とのモラルに注目しながら、インター・ディ・ペンドントな関係で、発達を促進していくなければならないというふうなことが統合セラピイの関係で発達していかなければならぬとされる。ここで人はウエルビーイングとしてのウェルネスの道を歩まなければならぬ。このウェルネスというのは可能性への道であるということです。限りない可能性の道であるというふうなことにまとめられるんじゃないかなと。

その従来の欧米の心理学でいうポジティブの連鎖、それだけでは足りないんだ、それは他者のポジティブもですよ、もう気づきなさい、お互いのもの（自分のものも他者のものも）を大事にしなければならないということは、特にアメリカ心理学でセリグマンという人（1900年代の終わりにアメリカ心理学会の会長をしていた人）が提唱しました。マイノリティグループの方ですけれども、その頃から多重文化、多文化を尊重するというコンセプトがアメリカの心理学会、カウンセリング／臨床部会の方でも出てきた。そのような中でセリグマンさんがアメリカの心理学会の会長になられたということは非常に大変なことだったんです。その方がこの

ようなポジティブサイコロジーということについての見方をさらに強調なさったという歴史があるようです。ポジティブサイコロジーというのも、最近その研究が非常に盛んになってきている。そういう心理学を背景にしているカウンセリングとか臨床心理学においても、歴史的背景があるようです。こういうことではアメリカがやっぱりリーダーシップをとっていると思います。従いまして、セルフ・イン・リレーションということが出てくる訳です。他者との関係性を考えなきゃならない。そうしますと、多面的に個人、自己を見なければならぬ。だからホリスティックアプローチ（全体的なアプローチ）が必要になるんです。だから全体として人間を捉えるということが必要という考えになる。この全体というのは自己も全体だし、自己よりもっと広範囲にということかなと私なりに解釈しました。今日は皆様ご熱心にご参加いただきまして、きっといろんなことをおっしゃっていただくこともあったと思いますが、これはこれで終わるのではなくて6月にNPOで続けて、発展的にまた展開させていただければと思っております。ご関心をお持ちいただければありがたいと思います。それからシンポジストの方々、川口さん、寺川さん、小松さん、それからディスカッサントの大西さん、森山先生、司会の山本さん、本当に鮮やかなスタンドプレーを見せていただいて……。私も頑張りたいと思います。影の助手でいつも機械や写真機を回してくださっている方とかもいらっしゃいます。もちろんご参加の先生方ありがとうございました。それから最後に、小松さんが事務所の主なスタッフとして、私に文句を言われながらよく耐えて来室し、今度はスーツに着替えて演者としてここに登場して頑張っていらっしゃるいるということを、ご報告しておきます。

今日は本当にありがとうございました。

編集後記

東京では桜も満開になりました。

おかげさまで、『マイクロカウンセリング研究 Vol.No.2』をお届けできる運びになりました。本号は学会誌発刊を記念して Ivey 先生からお送りいただいた特別寄稿論文を掲載することができました。

さらに近年注目されている「ウェルネス」をテーマとしたシンポジウムの報告を掲載しました。

学会への投稿姿勢・方法の明確化をはかり、さらに編集業務の円滑化のために、「編集規定、執筆規定」を制定しました。会員諸氏のご投稿をお待ちしております。

編集委員会

マイクロカウンセリングの理論と実際

現場に役立つカウンセリングを学ぶ

福原眞知子 アレン・E・アイビイ メアリ・B・アイビイ 著

マイクロカウンセリングが日本に導入されて20年が経過した。その歴史的・哲学的背景から技法の展開まで、事例と共に解説。日本のカウンセリング心理学のパイオニアである福原博士とアイビイ博士夫妻の総力を結集した決定版。研究者・実践家の必携書。

(定価 4,600円+税)

カウンセリングへの道

高等教育教育における日米二国間のプロジェクトの報告

ウェズリー・P・ロイド 著 福原眞知子 訳

1951年に教育使節団として派遣されたアメリカ講師団はSPSを日本の教育に導入し、これは現在の学生相談の原点となった。本書はその折の報告書の訳本である。学生相談の黎明期の貴重な資料。

(定価 3,800円+税)

来談行動の規定因

カウンセリング心理学的研究

福原眞知子 著

戦後の教育改革を契機に大学の教育理念は全人的発達に向けられ学生相談が導入されたが、学生の来談行動を規定する要因についてカウンセリング心理学の立場から取組んだ本邦初の研究書。日本において「カウンセリング心理学」という新しい学問領域を公にした。

(定価 12,000円+税)

株式会社 風間書房

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-34
電話 03(3291)5729 FAX 03(3291)5757

「マイクロカウンセリング 技法の展開」シリーズ



日本語版

原著者 : Jeff Brooks-Harris, PhD.
University of Hawaii

Jill Oliveira-Berry, PhD.
University of Hawaii

日本語版翻訳・監修 : 福原眞知子
日本マイクロカウンセリング学会会長

マイクロカウンセリング技法の展開 I : 認知療法への適用 (ビデオ全2巻) **解説書付セット価格52,500円**

クライエントの「思考」に焦点を当てたマイクロカウンセリング技法を扱います。認知療法や理性感情行動療法 (REBT) を始めとする様々なアプローチの中で用いられたものです。ロールプレイによる12種の技法が紹介されます。

マイクロカウンセリング技法の展開 II : 行動療法への適用 (ビデオ全2巻) **解説書付セット価格52,500円**

行動変容に用いるマイクロカウンセリング技法が扱われています。行動療法や様々な行動関連のアプローチを基盤にまとめられています。ロールプレイにより14種の技法が提示されます。

マイクロカウンセリングの創始者アイビィ博士のビデオシリーズ

日本語版翻訳・監修 : 福原眞知子 日本マイクロカウンセリング学会代表

好評発売中

新版マイクロカウンセリング 基本的かかわり技法編 全3巻
セット価格110,250円(テキスト付) 各巻36,750円 別売テキスト3,150円

新版マイクロカウンセリング 積極技法編 全3巻
セット価格110,250円(テキスト付) 各巻36,750円 別売テキスト3,150円

発達心理療法による面接技法 全4巻 セット価格126,000円 各巻31,500円

FACE TO FACE 全3巻 セット価格189,000円 (分売不可)

子どものためのカウンセリング 全2巻 セット価格63,000円 各巻31,500円

※ご注文の際には日本語版またはバイリンガル版(日本語／英語)のどちらかをお選び下さい。

*価格はいずれも税込

丸善

【出版事業部 映像メディア部】

〒103-8244 東京都中央区日本橋 3-9-2 TEL(03)3272-0518 FAX(03)3272-0675

<http://pub.maruzen.co.jp/>

編集委員

編集顧問 肥田野 直
委員長 稲垣 貢
委 員 森山 賢一 鈴木 祐弘
玉瀬 耕治 (ABC順)

マイクロカウンセリング研究 第1巻 第2号

The Japanese Journal of Microcounseling Vol.1, No.2

©2006年3月31日発行

編集責任 日本マイクロカウンセリング学会
会長 福原眞知子
発 行 日本マイクロカウンセリング学会
会長 福原眞知子
本 部 〒167-0034 東京都杉並区桃井1-18-7
事務局 〒163-1030 東京都新宿区西新宿3-7-1
新宿パークタワー30階
TEL 03-5326-3415
FAX 03-5326-3605
印刷・製本 株式会社日本制作センター

無断複製・転載を禁じます。