

ミニカウンセリングを用いた臨床心理実習についての検討

The counseling training for graduate students by mini-counseling method

井上 忠典・勝倉 孝治

(東京成徳大学)

Tadanori INOUE Takaharu KATSUKURA

(Tokyo Seitoku University)

要 約

臨床心理士を養成するための大学院で実施されているカリキュラムのうち、「臨床心理基礎実習」という科目では「面接の基礎的技術」を学習させることが目的とされている。本研究では、そのためにどのような実習を実施すればよいのか、検討することを目的とした。具体的な方法としてミニカウンセリングを用いた実習を行い、その体験が学習者にどのような効果をもたらすのか、検討した。25名の参加者（修士課程1年次）を2つのグループに分けて、それぞれのグループに指導者1名が加わり、ミニカウンセリングによる実習を実施した。参加者は28セッションに参加し、終了後、質問紙に自由記述で回答させた。質問紙は、カウンセラー役の体験、クライアント役の体験、グループ討議への参加体験、実習の意義などの問いから構成されていた。22名の回答をもとに、それぞれの項目についての分析を行い、この実習の問題点と改善の方向性について考察した。

キーワード：カウンセリング実習、ミニカウンセリング、大学院生

問 題

臨床心理士を養成するための大学院のカリキュラムでは、理論的な学習と同様に、実習を通しての体験的な学習が重視されている。修士課程1年次には「臨床心理基礎実習」という科目が開講され、「面接の基礎的技術」を学習させることが目的とされている（日本臨床心理士資格認定協会, 2005）。これを基礎として、修士課程1年次後期の実習施設での面接の陪席を経て、修士課程2年次には「臨床心理実習」という科目のもとに、学内実習施設においてケースを担当し、ケース・カンファレンスでの検討やスーパーヴィジョンを受

けることになっている。同時に、学外でのさまざまな面接や心理検査等の実習を行う。

このようなプログラムの中で、「臨床心理基礎実習」は実際のクライアントに接する前の基礎的な訓練の機会として重要な位置を占めている。この実習で「面接の基礎的技術」が習得されていることを前提として、次の段階で学内実習施設における実際のクライアントとの面接が可能になると考えられる。この「面接の基礎的技術」を学ぶためには、何らかの体験を中心とした学習が不可欠である。

カウンセリングの体験学習について、佐治ら（1996）は、自己理解、他者理解、技法理解の3

点を学習の焦点として挙げている。自己理解とは、自分自身をどのように受けとめているかという体験過程への照合とその意識化を意味する。また、他者理解も同様に、他者を自分がどのように受けとめているかという体験過程への照合とその意識化を伴った他者への理解であるという。技法理解についても、概念化された専門知識がみずからの体験過程と照合されてそこに根ざしたものになった時、初めて技法理解になるという。

岡村（1995 a）は、これらを学習する具体的な方法を概観し、体験学習をシミュレーションとグループ体験に大別している。さらに、さまざまなシミュレーション学習をカウンセラーの立場なのか（参加）、そうではないのか（観察）、あるいはクライアントと対面しているのか（直接的）、そうではないのか（間接的）という2軸によって分類している（岡村，1995 b）。

この中の参加・直接的なシミュレーション学習の方法として、従来広く用いられてきたのがいわゆるロールプレイによるものである。これは、クライアント役が自分以外の現実あるいは架空の他者になりきって話をするものである。それに対して、クライアント役が実際の自分の話をするやり方があり、その一つがミニカウンセリングである（鏑，1977；田畑，1987）。

ミニカウンセリング（岸田ら，1982；中村・岸田，1982；岸田ら，1983；岸田ら，1984）は、Rogers（1957）が提唱した建設的な方向へパーソナリティが変化するための6条件のうち、カウンセラー（セラピスト）に関わる基本的態度である、自己一致、無条件の肯定的配慮、共感的理解の3条件を体得することを目指して開発されたものである（岸田ら，1983）。具体的には、「クライアントの話には必ず段落があり、段落時にクライアントはその時の気持ちを集約して語る」ので、「段落にいきつくまでに表現された、人生、身体感覚、感情をあらわす言葉を、そのまま『呟く』」ことを中心的な方法とする。呟くことがカウンセ

ラーの応答を的確にし、カウンセラーの基本的態度3条件が容易に獲得できるという。この考え方をカウンセラー養成に取り入れたのがミニカウンセリングによる学習である。10～15分のミニカウンセリングを録音し、その逐語記録を作り、それをもとにグループで検討するという実習方法がとられる。

臨床心理士の指定校制度が施行されてから、大学院での授業としてのカウンセリング実習において、基礎的トレーニング法としてミニカウンセリングが用いられることがあり、それについての報告も少ないながら見受けられる。例えば、阪（2001）は、大学院生を対象にしたカウンセリング実習においてミニカウンセリングを用いた実習を行い、その感想を記したレポートをもとにその実習について考察を加えた。そのミニカウンセリングでは、授業時間中にライブでの面接を行ってそれを参加者が観察して討論を行い、それに続いて指導者による実演を見せて再度討論を行うという方法をとっており、本来のミニカウンセリングによる実習とはやや異なっていた。

本研究では、大学院のカリキュラムにおいて、「面接の基礎的技術」の習得をはかるために、どのような実習を行えばよいのか、検討することを目的とした。その具体的な方法としてミニカウンセリングを用いた実習を行い、その体験が学習者にどのような効果をもたらすのか、記述データをもとに検討を進めた。この場合のミニカウンセリングとは、基本的には岸田ら（1984）の方法に沿ってはいるが、「呟く」ことなどの技法やカウンセラーの基本的態度の3条件の習得を目的とはしないこと、ミニカウンセリングの実施中やグループ討議の際の「体験」を重視することなどの点を変更して実施した。

方法

1. 参加者

関東地方にあるA大学大学院心理学研究科修士課程1年次の大学院生25名を対象にミニカウンセリングを用いた実習を行った。

2. 指導者

関東地方にあるA大学大学院心理学研究科の「臨床心理基礎実習」担当の教員2名が指導にあたった。ミニカウンセリングによるカウンセリングの指導は、いずれの教員も10年以上の経験を持っていた。

3. 実施期間

2007年4月から7月までの期間に実施した。

4. 手続き

a. ミニカウンセリングによる実習

25名をほぼ等分して2グループ作って、別々の会場で同時に並行して実施し、それぞれのグループに教員1名が指導者として参加した。

実施期間内にはほぼ隔週の割合で実習を行い、1回90分の実習を連続して2回実施し、1回の時間内に2セッション行った。したがって、1人の学生が1日に4セッション、期間中に合計28セッションに参加した。また、実施期間を通して、1人の学生が、カウンセラー役を2～3回、クライアント役を2～3回、体験した。

①ミニカウンセリングの実施

あらかじめ決められたカウンセラー役とクライアント役の2名のペアで、10分間（実施期間の後半では15分間）のミニカウンセリングを実施し、その様子を録音した。

クライアント役は、悩みや困っていることに限定することなく、日常生活での気がかり、嬉しいことや楽しいことなど、自分が本当に感じていることを話すように求められた。その際に、自分の

心の動きに触れながら話すように求められた。一方、カウンセラー役は、カウンセリングの始めと終わりをリードし、時間を厳守することや、クライアント役の話したいことを聴き、そこに流れている気持ちを感じとり、それを相手に伝えることに留意するように求められた。

カウンセラー役は、ミニカウンセリング実施後、録音を逐語記録に起こし、さらに、カウンセリング中に感じていたこと、録音を起こす時に気付いたことを付記した資料を作成した。また、ミニカウンセリング直後のカウンセラー役とクライアント役の感想と録音を起こした時のカウンセラー役の感想も付記された（図1）。

②グループ討議

参加者は、クライアント役とカウンセラー役の感想を聞いた後に、逐語記録を元にした資料に目をやりながら録音された音声を聞いた。その際に、感じたことや考えたことを心に留めておいて、聞き終えたあとの討議で自由に発言するように求められた。討議では、その場の雰囲気を感じとり、自分の心身の流れにも触れながら、発言するように求められた。

b. 質問紙調査の実施

ミニカウンセリングによる実習についての質問紙を実習の最終回に配布し、持ち帰って無記名で回答させ、1週間後までに回収した。質問紙は、次のような項目から構成され、自由記述で回答させた。

問1-a. カウンセラー役を体験して気づいたこと。

b. クライアント役を体験して気づいたこと。

c. グループ討議の参加者を体験して気づいたこと。

問2. カウンセラー・心理臨床家として活動していく上での実習の意義。

問3. 改善した方がいいと思うこと。

問4. 自由な感想。

臨床心理基礎実習		2007.7.10	
Co. 佐藤裕子		実施日 2007.7.7	
Cl. 田中一郎		記録 佐藤裕子	
逐語	ミニカン実施中の感想	テープ起こし中の感想	
Co.1 それでは、10分ほど時間がありますので、思っていることや感じていることを自由にお話ください。	緊張してる。	ちょっと早口かも知れない。	
Cl.1 え〜と、最近、なんだか疲れがとれないんですね。	どんな話なんだろう？		
Co.2 疲れがとれない。			
Cl.2 ええ。少し前までは、眠ってしまえば、翌日にはすーっと元に戻っている感じがしていたんですけど（はい）、最近は身体が重い感じが残っている気がして……。	重い感じって、どんな感じかな。		
Co.3 元に戻らず、重い感じが残ってる。			
Cl.3 そうなんです。（沈黙5秒）何が変わったというわけでもないんですけどね。	話が止まった!!	Cl.は自分で考えてる？	
⋮	⋮	⋮	
（中略）	（中略）	（中略）	
⋮	⋮	⋮	
Co.18 そろそろ時間が来ましたので、終わりにしたいと思えます。お疲れ様でした。	ああ、終わった。	終わり方が慌ただしい。	
Cl.18 ありがとうございます。			

<Cl.の感想>

- ・わかりにくい話だったと思うけど、一所懸命聴いてくれていた。
- ⋮

<Co.の感想>

[ミニカン直後]

- ・初めてだったので、ちゃんと話を聴けるのか、とても不安を感じながらカウンセリングを始めた。
- ⋮

[テープ起こし後]

- ・Cl.の言いたいこととはずれたところを返しているところが何か所かあった。
- ⋮

図1. ミニカウンセリングの資料（例）

結果と考察

参加者25名中、回収された回答者数は22名であった。それらの自由記述をもとに分析を進めた。問1と問2については、回答をまとめたものを表1に示した。

1. カウンセラー役の体験

半数以上の参加者が傾聴の難しさについて何らかの形で述べていた。「話を聴くことが難しかった」という単純なものばかりではなく、「相手の

話した言葉にばかり注意が向いてしまい、相手の気持ちに目が向かなかった」という感想がみられた。まだ面接の練習を始めたばかりであり、相手が発した言葉に対してどのように返したらいいのか、という表面的な応答に気をとられてしまっている様子が窺われた。また、自分の体験に重ね合わせて考えたり、自分の価値観が優先されてしまうような主観的な聴き方をしていることに気づき、そこに傾聴の難しさを感じている参加者もいた。

このような主観的な聴き方というのにも含まれる

表1 質問紙調査への回答(問1・問2のみ)

問1-a. カウンセラー役を体験して気づいたこと

<傾聴の難しさ>

- ・「聞く」ではなく、「聴く」ということがこんなにも難しいのだと、体験を通して実感した。
- ・相手の話した言葉にはかなり注意が向いてしまい、クライアント役の人がその言葉を使って何を訴えようとしているのかということに目が向かなかった。
- ・普段の会話とは別だと意識してやっていたはずなのに、いつの間にか主観的な聴き方や発言になっていた。

<自分の特徴や癖などの自己理解>

- ・自分の聴き方の癖や自分の問題について考える機会となった。
- ・自分が気になったことをつい訳いてしまったり、待てなかったり、我慢ができないということに気づいた。

<その他>

- ・実際に話を聞き、客観的にながめることによって、自分の思い込みとしてのカウンセラー像と実際の差異を知ることができた。

問1-b. クライアント役を体験して気づいたこと

<クライアントの立場の体験>

- ・クライアントの気持ちを実際に経験することで、自分がカウンセラーになったときに相手の気持ちや立場がわかったと思う。
- ・話を聴いてもらうことによって生じる自分の気持ちに目を向けてそれを感じるという体験ができて、困惑もあったが、喜びもあった。
- ・もっと考えてから話した方が良いところで、カウンセラー役の人に気を遣って言葉を無理矢理出している気がした。
- ・自分の気持ちを理解してもらうことの難しさを感じた。

<自己理解>

- ・自分の語りをプロトコルで見直すことで、自分で自分を知れた部分も多く、良い体験ができた。
- ・普段の会話では気にもとめないレベルにまで、自分の感情について考えられた。

<級友に聞かれることの不安>

- ・ロールプレイとして違う役を演じるなら楽だけど、自分の話をするのはつらかった。
- ・みんながどのようにこの話を受けとめるだろうか、ということが気になり、話づらかった。

<その他>

- ・クライアント役をすることによって、カウンセラーを客観的に見ることができて、カウンセラー役の時の自分の経験と照らし合わせて考えることができた。
- ・ミニカウンセリングでは、結構聴いてもらえたと思ってグループ討論にのぞむと、実はそうでもないところもあって、ビックリする体験を何度かした。相手に受け取ってもらえたと思った内容、自分が感じた相手の反応の内容などにずれ違いがあると淋しい感じがした。

問1-c. グループ討論の参加者を体験して気づいたこと

<気づきの広がり>

- ・自分がカウンセラー役やクライアント役の時に他のメンバーの意見を聞くことで、自分では気づけなかったことに気づかされることが多く、驚きがたくさんあった。
- ・自分では思いもつかなかったことに他の人が気づいて、そのことについて質問しているのを聞くことで、自分にはない視点が発見できて良かったと思う。
- ・自分の思っていた感覚が他者とはズレていたと思うところがいくつかあり、自分の感覚自体に不安を感じた。

<意見を言うことへの不安・難しさ>

- ・意見を言いたいと思っても、的はずれだったらどうしようという不安があった。
- ・誤解されたり、相手を傷つけたりしないように、意見を言うのが難しいと思った。
- ・せっかくの発表の機会に意見を言わない、訳かないのはもったいないと思った。

<その他>

- ・人からの意見がありがたかった。ただ、ストレートに言われたときに、受け入れるのに時間がかかった。
- ・あまり自由な意見が出ないことも多く、意見を言う人が決まってきたように思う。

問2. カウンセラー・心理臨床家として活動していく上での実習の意義

<自己理解・課題の発見>

- ・みんなからの指摘や先生方の意見によって、自分の癖などを自覚することができ、自分で気づけなかった特徴に気づくことができた。カウンセラーとしての明確な課題が見つかった。
- ・自分の癖や欠点を知った上でなければ、クライアントを傷つけたり、追いつめてしまったりしていることも気づかないかも知れないので、いろいろな人とのミニカウンセリングはとても有効である。
- ・自分の癖を知ることで、それに注意しながらカウンセリングに取り組めるのではないかと思う。

<気づきの広がり>

- ・自分の考えだけでなく、いろんな見方があるということを知った。
- ・みんなでやることで新たな視点が得られる。

<力量不足の認識・練習継続への動機づけ>

- ・自分自身の力不足を知り、もっと頑張らないといけないと、モチベーションが上がった。
- ・実践で行うカウンセリングとは違う部分はあるが、段階的に実践に近づけていき、カウンセリングに生かしていけるように、このような訓練をもっと続ける必要があると思う。
- ・授業以外の時間にも練習して意見交換を重ね、スキルアップしていきたい。

<カウンセリングを勉強する上での基礎>

- ・実践の機会が少ないので、何を専門としてどのような考え方にのっとって勉強をしていくかを考える上での貴重な機会となった。
- ・自分がどんな姿勢でクライアントの話を聴くかということは、これから勉強し、学び、活動する中のどの点においても大切なことだと思う。

<その他>

- ・カウンセリングの基本的技法や態度は、実践の場面でもいかにせるような気がする。
- ・カウンセラー役もクライアント役もどちらも体験してみるとお互いの気持ちが体験できる。
- ・クライアント役になって話すことは、自分の中でうごめく複雑な思いに触れる機会となり、それが話し手の言葉の裏側にある思いを考えるきっかけになると思う。

のかも知れないが、話を聴く時の自分の特徴や癖に気づいた参加者も数名みられた。例えば、「気になったことをつい訊いてしまい、我慢ができないということに気づいた」というものがあった。この話を聴く時の自分の特徴や癖については、個々の参加者に応じて指導者から指摘することもあったが、ミニカウンセリングの体験やグループの討議の中で自ら気づいた人も多かったようである。

このミニカウンセリングを用いた実習で、最も学ぶことの多い立場の参加者は、なんと言ってもカウンセラー役である。実践に近い形カウンセリングを行い、まずは自分自身を振り返り、クライアントの感想も聞き、さらにグループ討議の際には参加者や指導者からの意見も聞くことができる。その中であらためて、聴くことの難しさを実感し、自分の癖も見つけて改善しようとする動機づけも生まれてくる。指導者は、このような意欲を損なわないような言葉がけに配慮すべきである。そのためにも、できるだけ参加者同士の自由な感想や意見を出し合せて、そこからカウンセラー役自らが学ぶものを見つけ出していくのが理想であるし、それを補うように指導者がコメントできるとよい。

2. クライアント役の体験

クライアントの立場を体験し、知ることができたとの意見があった。その感じるところは個人によって異なり、「話を聴いてもらうことによって生じる自分の気持ちに目を向ける」という体験を感じ取った人もいれば、「カウンセラー役に気を遣って無理矢理言葉を出している気がした」とか、「自分の気持ちを理解してもらうことの難しさを感じた」といった感想が見られた。このようにクライアント体験での感じ方は参加者によってさまざまである。いずれはカウンセラーとしてクライアントに相対する参加者が、自らがクライアント体験をすることによって、クライアントの心の中で起きていることを思い遣る手がかりを得ること

ができるだろう。

また、実際のカウンセリングと同じように自分の感情について考えたり、テープ起こしされたプロトコルを見直すことによって自分について振り返ったり、自己理解を促進する機会にもなっていた。ミニカウンセリングは、仮想のクライアントの役割をとるようなロールプレイとは異なり、クライアント役は自分のことについて話し、カウンセラー役がそれに応答し、そのような交流の中でどんな気持ちの流れが生じるのか、それを体験することによって自分のカウンセリングのあり方を振り返ることに意義がある。役割演技ではない生の交流だからこそ、クライアントの立場を体験することができるし、さらにそこから自己についての発見も生じ得る（岸田，1990）。

その一方で、ミニカウンセリングの時に目の前にいるカウンセラー役に話すことに抵抗を感じる人がいた。さらには、グループ討議の際に参加者全員に聞かれることを予想して、「みんながどのようにこの話を受けとめるだろうか、ということが気になり、話しづらかった」といったような意見が多く見られた。クライアント役には、役割演技ではなく自己開示が求められるため、それをグループ討議の場で参加者がどのように受け止めてくれるのか、不安に感じるのは当然のことであろう（阪，2001）。グループ討議では、基本的にはクライアント役がミニカウンセリングで提示した話題そのものには踏み込んで発言しないことを前提にしているものの、そのことに全く言及せずに討議を進めるのが難しいこともある。あるいは、参加者の発言の一端にクライアントの話題をどのように受けとめたのかが表れることも多い。そのため、指導者は、話題を提供したクライアントが傷つくことのないように配慮することが必要である。

3. グループ討議の参加者としての体験

さまざまな人からの意見が聞けて気づきが広がっ

たという体験が多く述べられていた。「自分では思いもつかなかったことに他の人が気づいて、質問したり意見を言ったりして、自分にはない視点を発見できた」というように、いくつもの見方があることを実感していた。一方で、その視点の違いを自分と他者の感覚のずれとして感じ、自分の感じ方に不安を抱いた人もいたようである。

また、参加者として意見を述べることへの不安や難しさについても言及されていた。発言したい、しなければならない、と思いつつ、自分が感じたことをうまく言葉に表す自信がなかったり、的外れなことをいったらどうしようという不安があったり、あるいは、自分の発言が誤解されたり、相手を傷つけたりすることを怖れたりして、発言できなかった人がいた。そういった懸念を抱く人がいることも原因の一つとなって、発言それ自体が出にくいセッションがあったり、グループによっては特定の参加者の発言が目立つようになってきたこともあった。

グループ討議の際の指導者の大切な役割は、エンカウンター・グループのファシリテーターのように、参加者が感じたり考えたりしたことを安心して自由に発言できるようなグループの雰囲気や流れを作り出すことである。そのためには、ミニカウンセリングの中でのカウンセラー役の対応のあり方について、またグループ討議での他者から出された意見や感想について、正しいか間違っているかというような判断ではなく、参加者が自らの体験にもとづいた意見や感想を出せるように導くことが重要である。しかし、その一方で、カウンセリング初心者の参加者は、面接ではどのようにすべきなのか、何が正しいやり方なのか、といった具体的な方法を知りたいという欲求を抱き、実際に指導者に質問することも多いが、それに対してそのまま答えてしまうと正しいか間違っているか、という議論にはまり込んでしまう怖れがある。理想としては、参加者が疑問を抱いた時に、自らが自分なりのとりあえずの答えを探り出していく

過程を大切にできるようにグループ討議を進めることができることよい。

4. ミニカウンセリングという学習形態を用いた実習の意義

半数以上の参加者が、「話を聴く時の自分の癖を知り、課題が見つかった」といったカウンセラーとしての自己理解に言及していた。同時に、そういった課題に取り組むために、あるいはさらに技能を向上させていくために、授業で設定された回数では練習量が少なく、もっと練習する必要性を実感し、さらに自主的にでも練習を続けようとする動機づけが高まった。また、実践に近い形式でカウンセリングを体験し、自分なりに課題や問題意識を持たせたことによって、何を勉強すればよいのかを考える機会となり、カウンセリングを学ぶ上での基礎となる体験が得られたという意見も見られた。

「臨床心理基礎実習」は修士課程1年次の前期から設けられている授業科目である。この実習を通してカウンセリングにおける自己理解を深め、自分の課題を見つけて、それを改善するためにも練習を繰り返し、平行して臨床心理学などの他の講義を受講することで専門知識を吸収し、その体験と知識を統合したところに学内実習機関での実際のクライアントとの面接が可能になっていくであろう。この実習は、そのような学習プロセスの基礎をなすものであると考えられる。このように考えてみると、参加者から得られたこの実習の意義に関する意見や感想は、ミニカウンセリングという学習形態を用いて実習を行うことが的を射たものであることを裏付けているだろう。

5. 実習の問題点と改善の方向性

上述のような実習の意義をさらに確かなものにするために、参加者の回答を参考にして今回の実習における問題点について考えよう。

まずは、参加者の挙げた改善すべき点として、

練習回数の不足に言及する意見が見られた。「実際の面接ができるようになるには、期間や時間が不足」していて、「やっとどのように聴くのかわかってきたところだったので、後期も引き続きできるとよかった」と答えた人がいた。参加者にしてみれば、前期だけでなく後期も継続し、実際にクライアントとの面接が始まるまで練習を続けたという気持ちがあるだろう。そうすることで、面接のあり方を各自がより深めて確かなものにしていけるし、そのまま実際のクライアントとの面接に移行できるという利点がある。この実習を含む授業の年間計画では、後期に身につけるべき別の課題があったので、ミニカウンセリングを用いた実習は前期で終えた。限られた時間と指導者側の人的資源の中で、何を優先するのか、ということを考えて判断してのことだった。前項でも触れたように、実習終了後の参加者の取り組みの様子では、自主的にグループを作ってミニカウンセリングを行って互いに意見交換し合いながら練習を続けている者たちも多く見られた。その意味では、実習の中で参加者がカウンセリングを学ぶ姿勢を作り、その後も学び続けることができるようにすることが最低限必要なことなのだろう。

また、参加者の意見として、ミニカウンセリングを「10分、20分と段階的に長くしていった実践場面により近づけた形態でやりたかった」といった意見が何人も見られた。90分の授業時間に2セッション設けたので、1組あたりのグループ討議の時間が実質40分程度になり、その中でクライアント役やカウンセラー役から感想を聞き、ミニカウンセリングの録音を聞いた後に討議した。このような時間配分からミニカウンセリングの時間は10分程度として討議の時間を少し長めに取り、期間の後半になってこの学習形態に慣れてきたところでミニカウンセリングの時間を15分として討議時間を少し短くした。授業運営上、指導者数や時間といった現実的な制約があり、その中でどのような形態での授業がより効果的に行えるのか、とい

うことを考えて、結果的に今回のような方法をとった。ミニカウンセリングの時間は、あまりに長すぎると逐語記録の作成に時間がかかり負担が重くなるだけでなく、検討すべきことが散漫になってしまい却って効果的ではないと思われる（中村・岸田，1982）。可能であるならば、ミニカウンセリングを15分程度で実施し、グループ討議全体を1時間程度確保するのが理想的なのかも知れない。

今回は2グループで半期の間メンバーを固定して実施したが、グループごとに特色があり、「1巡したらグループを変えて、いろいろな人とのカウンセリングを見てみたい」という意見がいくつか見られた。実習期間中メンバーを固定して実施することで、グループそのものが成長して、それに伴って個人も成長することができるであろう、というエンカウンター・グループのグループ・プロセスの展開を期待したプログラムになっていた（Rogers, 1970）。しかし、隔週で授業を実施していたこともあって、グループの成長による個人の体験の深まりを参加者が実感しにくかったのではないだろうか。参加者の回答の中には、メンバーを固定したことによる不満も見られ、次第に発言する人に偏りが見られたり、参加者間の個人的な感情がグループ討議の中に持ち込まれたりするというマイナス面が表れた。それをグループ全体の課題として取り上げて克服することができれば、さらにグループとしての成長が見られたかも知れないが、そのような動きを作り出すまでには至らなかった。一定期間、グループメンバーを固定して実習を行っていけば、意図しなくてもグループのダイナミクスが働き始める。その動きを成長促進的のものにしていくことができるならば、個人個人の体験がより深まって意味のあるものとなることが期待される。グループで実習を行っているというメリットをより生かしていく工夫が指導者に求められるだろう。

6. この実習の目指すところ

「臨床心理基礎実習」は、将来心理臨床の業務に携わることを目指して大学院に入学したばかりの大学院生が、修士課程1年次の終わり頃から学内臨床施設でケースを担当し、あるいは学外での臨床心理関連施設においても実際に心理面接を行うまでの間に、「面接の基礎的技術」を含むカウンセリングについての基本的な資質を高めるための実習である。言い換えると、実際に心理面接を始めるまでにどのような資質を備えていればいいのか、ということが、この実習の目的になるとも言える。

今回は、ミニカウンセリングという方法を用いて実習を行った。ミニカウンセリングのグループ討議では、音声と文字の情報からカウンセラー役とクライアント役がどのような体験をしているのかを想像し、さらにそれを聴いている参加者自身の体験にも目を向けながら、面接の流れを感じていくことが求められる。その後、それぞれの体験を言語化して討論を行い、参加者それぞれの体験や認識を深めていく。特にカウンセラー役にとっては、いずれ実際の面接を行うための練習という意味合いが強く、自分の話の聴き方を振り返る貴重な機会となる。話の聴き方の方法を学ぶということだけではなく、自らの内面に目を向けて、なぜそこで自分がそのように応答したのか、自分の心の動きと行動の連続性を考えて、面接場面で自分がどのようなあり方であることが大切なのか、自らに問いかけることになる。さらにこの課題について、クライアント役やグループ討議を通じて複合的な視点で感じたり考えたりすることになる。そのような機会を提供し、その後も参加者自身がその課題に取り組み続けようとする姿勢を形成することこそが、この実習の最大のテーマではないかと考える。

引用文献

岸田博・中村喜久子・楡木満生 1984 カウンセリン

グの学び方 道徳書院

岸田博・中村喜久子・広井法子・楡木満生 1982 ミニカウンセリングに関する基本的研究(1)——カウンセラートレーニング法としてのミニカウンセリングの効果—— 相談学研究, 14, 53-60.

岸田博・楡木満生・中村喜久子 1983 ミニカウンセリングによるカウンセラー養成——カウンセラーの基本的態度体得のための一方法論—— 相談学研究, 16, 1-19.

中村喜久子・岸田博 1982 ミニカウンセリングによるカウンセラー養成——カウンセラーの基本的態度体得のための一方法論—— 東京農業大学一般教育学術集報, 12, 37-50.

日本臨床心理士資格認定協会 2005 大学院指定制(第1種)申請の手引(平成17年度申請用)

岡村達也 1995a カウンセリング学習における体験学習のラショナルーカウンセリング学習における体験学習の諸問題(その1) 専修人文論集, 57, 1-24.

岡村達也 1995b カウンセリング学習におけるシミュレーション学習の位置づけと進め方をめぐって——カウンセリング学習における体験学習の諸問題(その2) 専修大学心理教育相談室年報, 1, 6-19.

Rogers, C. R. 1957 The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.

Rogers, C. R. 1970 *Carl Rogers on encounter Group*. Harper & Row. (島瀬稔・島瀬直子(訳) 1982 エンカウンター・グループ—人間信頼の原点を求めて 創元社)

佐治守夫・岡村達也・保坂亨 1996 カウンセリングを学ぶ——理論・体験・実習—— 東京大学出版会

阪武彦 2001 「ミニ・カウンセリング」を用いたカウンセリング実習の指導を経験して——受講した院生の感想文を基にした実習経験の報告—— 教育実践学論集(兵庫教育大学大学院連合学校教育学研究科), 2, 11-21.

田畑治 1987 カウンセラー—カウンセリングを受け持つ人 水島恵一・岡堂哲雄・田畑治(編) カウンセリングを学ぶ(新版) 有斐閣 pp. 55-67

鐘幹一郎 1977 試行カウンセリング 誠信書房

The counseling training for graduate students by mini-counseling method

Tadanori INOUE Takaharu KATSUKURA
(Tokyo Seitoku University)

ABSTRACT

Within the curriculum for graduate schools in clinical psychology, the class "interview methods in a clinical setting" has the purpose of teaching graduate students the fundamental methods of listening. In the present study, we examined the effectiveness of the training method of 'mini-counseling', the brief time role-play of a counseling session, for the graduate students. We divided 25 graduate students into 2 groups and each group had one trainer and each student experienced both the counselor's role and the client's role. The students attended 28 training sessions and answered a questionnaire afterwards. The questionnaire asked about the experience of being in a counselor's role and client's role; experience of attending a small group discussion of the role-play; and the comments on the class. Based on the 22 completed questionnaires, the contents of those items were analyzed. The problems and direction of future improvements of the class were discussed.

KEYWORDS: training method of counseling, mini-counseling, graduate student