

初心者セラピストにおける終結

—喪失反応に注目して—

The Reflections of termination of the psychotherapy by beginner Therapists
—Attention to Loss Reaction—

神山 ルリ乃
Rurino Kouyama

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード : 初心者セラピスト, 喪失反応, 喪の作業
Key words : Beginner therapist, Loss reaction, Morning work

1. 研究目的

相談活動の終結

近年, 臨床心理士の社会的な認知度が高まり, 平成 28 年度までの臨床心理士資格取得者も 3 万人を超た。臨床心理士は医療・教育・福祉など幅広い領域で活動し, クライアント(以下: CI)とかかわりあいながら, 支援している。その中で最も中心的活动が, カウンセリングや心理療法である。臨床経験の一番初めにこれらについて学ぶ機会となるのが, 臨床心理士指定大学院に設置されている実習施設でのケース実習とそのスーパー・ヴィジョン(以下: SV)である。ケース実習初期の学習は, 傾聴訓練やロールプレイなどが講義に組み込まれ, 準備学習が十分になされている。また, 心理療法の中絶・早期終結についても多くの先行研究が存在し, 篠原ら(2010)は, ケース実習における「中絶事例は, カンファレンスや SV の場で丁寧に検討されている」と述べている。しかし, セラピスト(以下: Th)と CI が納得した上での終結(丹治, 2007)である円満終結や Th の都合による終結・引継ぎについてはまだ知見が浅く, 実証的に検討された研究は少ない。

中絶と終結の定義

中絶における一定の定義はないが, 篠原ら(2010)は「CI の症状および, パーソナリティがまったく, あるいは部分的にしか改善されず, Th との別離も不完全なままで面接が終わること」と述べている。

終結も統一の定義はないが, 加藤(1996)はこれまでの終結に関する記述から, ①症状の消失など外

的な問題が解決した, ②自己実現という観点から見て望ましい人格の変化が起きた, ③内的な人格変化と外的な問題解決の間の関連性がよく了解される, ④以上の 3 点について Th と CI が話し合っ

て了解し合い, 相談活動によってなした仕事の意味の確認ができたときが終結であり, またそれが終結の目安だとしている。また, 篠原ら(2010)においても, 終結に関する先行研究を整理し, 「治療目標として CI の症状改善, および CI のパーソナリティのあり方の改善が挙げられると共に, CI が悲哀の仕事を経て Th との別離を遂行することが重要事項」として指摘されている。

終結における問題

終結は, CI にとって, Th との別れと病気との別れという二つの分離不安を乗り越えることである(河合, 1994)。この分離不安に加え, Th や自分の症状, 今までなじんできた自分や生き方などの対象を喪失することを意味する(加藤, 1996)。さらに, 現実的に Th を失うという問題, 対象喪失という体験が幻想と現実のレベルで問題となり, この問題が終結の際の一つのテーマになる(北山, 1982)。これらの問題から, CI は解決したかに見えた主訴が再燃したり, 行動化するなど, 様々な抵抗を示すことがある。反対に, Th に対して陽性の感情転移を経験し, 症状が消失してしまう(河合, 1992)こともある。

Th は終結に対する CI の様々な現象や感情を面接場面やその前後で受け取ることとなり, Th も CI と同じく対象喪失や分離不安を経験する(北山,

1982). また, カウンセラー自身の自己愛やコントロールの欲求に係る気持ちも抱きやすい(加藤, 1996)ため, 終結においてはより一層の Th 自身の感情についての理解が必要となる(藪添, 1992).

このように, 終結は CI—Th 双方に様々な感情を想起させるため, 非常に難しい. 馬場(1999)は, Th と CI の結びつきが深ければ深いほど終わりにするのは難しく, 別れに対する反応を味わうための「お別れの作業(mourning work)」が必要であると述べている.

以上の先行研究の中でも特に, 力動学派の事例研究では, 終結の際の対象喪失および喪の作業が Th に起きていることは前提されている. しかし, 実証的に検討したものは無い. また, 臨床心理士指定大学院でのケース実習においては, 様々な心理療法を幅広く体験的に学ぶため, 必ずしも以上のような情緒体験をするとは断定できない.

初心者 Th の終結

臨床経験の一番初めに終結を経験するのも, 大学院を修了することが決まり, ケース実習が終結, あるいは後輩への引継ぎをする時である. Th の都合による終結・引継ぎは CI に, 分離不安だけでなく, Th に見捨てられた感じなどから湧き上がる怒りや, 新しい Th との関係づくりに臨む不安など(加藤, 1996)の引継ぎに対する感情も生じさせる. そのため, Th は CI の負担を減らす様々な配慮をしなければならぬ. さらに Th も CI と同様の感情を経験するだけでなく, 現実的な終結や引継ぎへの対応が必要となるため, 早めの準備が必要である.

しかし, 青木(2010)が大学院生に対して行った調査では, 終結期は修士論文の作成や就職など, 学生を取り巻く外的状況が大きく変化し, 学生の集中はケースから離れがちであり, 実際に終結・引継ぎを CI に伝える時期になって, それらについて甘く考えていたことを反省し, 真剣に考えるようになることが明らかになった. また, 丹治(2005)は「特に青年期の初心者 Th は自らのアイデンティティの獲得に必死になっている. Th が獲得ばかりに目を奪われていると, 面接経過中に生じる喪失を見逃してしまうことが起きる」と述べている. そのほかに, 初心者 Th の場合, CI の過剰適応や早期に起こりやすい転移性治癒を主訴の解決と判断し, 心理療法を終結してしまう(丹治, 2006)ことも指摘されている. これらから, 院生は一般的な心理療法にない要因も複数重なり, CI との「お別

れの作業(mourning work)」は十分になされていないと考えられる.

これまで, 初心者 Th の終結における問題について述べたが, これらを実証的に検討した研究はほとんどない. また, 終結期における対象喪失と喪の作業についても, 事例研究や論考で研究者の体験から述べられており, 実態は明らかになっていない.

そこで本研究では, 初心者 Th が, ケース実習の終結期における体験の中でも, 喪失反応について着目し, Th がどのように向き合い終結・引継ぎに至ったのか, そのプロセスを探索的に検討することを目的とする.

予想される結果と研究の意義

本研究により, 終結期における初心者 Th の状況と, その中で CI とかわり, どのような情緒体験をしているのか明確化されるだろう. そして, 初心者 Th がケース実習を始める際に, 終結期にどのような情緒体験をするのか事前に学習することで, 終結期を予測しながら心理療法を実施できるといふ, 教育効果が期待できる. 同時に, 大学教員にとっては, 実習前準備教育の内容が明確化されると予想される.

方法

対象者: 臨床心理士指定大学院を修了して 1-3 年以内の修了生 20 名程度

期間: 6 ヶ月程度

調査方法: 対象者に対し, 質問紙調査および半構造化インタビューを個別に実施し, インタビューで得られたデータを逐語化し, M-GTA 等を用いて質的に分析する.

質問項目: 表 1 に示す.

表 1 インタビュー調査主要質問項目

| | 主要質問項目 |
|---|--|
| 1 | 学内実習担当ケースを持つ前における, 終結に関する Th の意識および学習の有無 |
| 2 | 担当ケースの経過と, Th の CI に対する情緒体験 |
| 3 | 終結期における Th の外的状況と情緒体験および CI の状況について |
| 4 | 3を踏まえて, 終結・引継ぎをどのように CI に伝えたか |
| 5 | お別れの作業を十分にできたか. また, その際どのような情緒体験をしたか |
| 6 | 終結・引継ぎから一定期間を経て, 当時を振り返ってみてどのように感じたか |

2. 研究実施内容

研究に必要な, 心理療法の終結および初心者 Th に関する知識を深めるため, 終結に関しては加藤(1996), 北山ら(1982), 丹治(2005)を, 初心者 Th については, 青木(2010), 篠原(2010)を中心に文献を読み進めた.

また、日本心理臨床学会第 36 回大会に参加し、初心者 Th の情緒体験に関連した自主シンポジウムや、終結した事例の口頭発表を聞く事で、研究の最新の知見を得ることができた。

11 月ごろより、筆者もケース実習を実施し、SV を受けており、体験的に心理療法を学んでいる。

2 月には、大妻女子大学生命科学研究倫理委員会に、研究計画を提出した。

3 月には専攻内で行われる修士論文構想発表会にて発表を行い、様々な指摘を得て、より詳細な研究計画へと改善を行った。

3. まとめと今後の課題

初心者 Th や心理療法の終結について理解を深め、初心者 Th のケース実習終結期における体験の中でも、喪失反応について着目し、Th がどのように向き合い終結・引継ぎに至ったのか、そのプロセスを明らかにするために必要な研究計画を完成させた。また、2 月には、大妻女子大学生命科学研究倫理委員会に研究計画書を提出した。

今後の課題としては、委員会より研究計画の承認が得られ次第、調査を実施し、11 月～1 月に分析と結果・考察をまとめ、1 月 31 日に修士論文としてまとめ、提出する。

付記

本研究は、大妻女子大学人間生活文化研究所平成 29 年度大学院生研究助成(B) (DB2915 成人型アトピー性皮膚炎が愛着スタイルに及ぼす影響)より研究助成を受けた。

引用文献

- 青木佐奈枝(2010). 臨床心理面接ケース担当実習に関する一考察 東京成徳大学臨床心理学研究 10 28-39.
- 馬場禮子(1999). 精神分析的な心理療法の実践 クライエントに会う前に 岩崎学術出版社 9 139-150.
- 加藤尚子(1996). カウンセラーの都合による終結・引継ぎについて 心理機制と関係の在り方をめぐって 立教大学教育科学研究年報 39 73-85.
- 河合隼雄(1994). 心理療法 岩波書店 10 186-201.
- 小此木啓吾・岩崎徹也・橋本雅雄・皆川邦直(1982). 精神分析セミナーⅡ 精神分析の治療機序 岩崎出版社 181-212.
- 篠原恵美・田中健夫・保坂美里・貴家さやか・手川真由美(2010). 心理面接の中断・早期終結についての文献展望—研修生に特有の課題を明らかにする— 心理臨床センター紀要 6 11-23.
- 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 22.
- 丹治光浩(2006). 心理療法の終結をめぐる諸問題 心理カウンセリングセンター紀要 1 23-28.
- 薮添隆一(1992). 「終結」心理臨床大事典 223-22