

# スーパーヴィジョンにおける情緒的サポートに関する研究

## —セラピストの共感疲労の視点から—

Emotional support in clinical supervision  
—from the point of view of therapists' compassion fatigue—

竹下 亜美  
Ami Takeshita

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード : スーパーヴィジョン, 対人プロセス想起法, 共感疲労  
Key words : supervision, Interpersonal Process Recall, compassion fatigue

### 1. 研究目的

公認心理師が国家資格化し, その教育の充実が重要であるとされている。そこで, 本研究では心理師養成の中核であるスーパーヴィジョン (以下, SV) に焦点をあてた。SV は単に臨床実践のノウハウを教授するためにスーパーヴァイザー (以下, SVor) とスーパーヴァイジー (以下, SVee) によって営まれるものではなく, SV 関係や SV の課題や機能といった様々な側面を含んだ協働作業であり, 「受けねばならない必須の学習 (鏑, 2004) <sup>[1]</sup>」と言われている。これまでは多くの臨床家や研究者によって, 臨床家の職業的発達段階に合せた SV を行うことの重要性が提唱されてきた。一方, 近年の先行研究からは SV による SVee の発達や心理的側面, ケースへの良い影響や効果があることとその反対に SVee の発達を阻害しかねない SV があることが明らかになっている。このような背景に加えて, 近年援助職従事者の職務上のストレスといえる共感疲労が注目されている。共感疲労は援助者本人では気づきにくく避けることのできないものであり, それゆえに SV で教えることが重要であると提唱されている (Figley, 1995) <sup>[2]</sup>。

本研究は初心者セラピスト (以下, Th) がクライアント (以下, CI) とのかかわりにおいてどのような不安感・困難感を抱き, それらについて SV ではどのような体験をしているのかを明らかにし, 気づきにくい共感疲労についての視点を加えて, SV がどのような情緒的なサポートの機能を果たしているのかを明らかにすることを目的とした。

### 2. 研究実施内容

過去に行った SV を録画したものの中から「Th が CI とのかかわりで困難に感じている, あるいは CI とのやりとりで悩んだり考えたりしていることを SVor に開示していたり, SV で扱っている場面」である 10 分間を抽出した (4 組の SV を 2 場面で計 8 場面)。それを大学院生や修了生に提示し SVor の肯定的姿勢と共感性を客観的に評定した。その後 SV の当事者である SVor と SVee に録画データを呈示し, それぞれの主観的な体験について半構造化面接のインタビュー調査を行った。SVee にはインタビュー時に共感疲労尺度の質問紙に回答を求めた。

(1) SVor の肯定的姿勢と共感性についての評定  
調査期間 : 2017 年 9 月 21 日 ~ 10 月 18 日  
調査協力者 : SV を受けている大学院生や修了生 6 名 (平均経験年数 1.2 年 ( $SD=0.5$ ), 性別は 6 名とも女性, 平均年齢 23.8 歳 ( $SD=0.9$ )).  
評定に利用した尺度 : SVor の肯定的姿勢と共感性を評定するために, 井上ら (2016) <sup>[3]</sup> が作成した肯定尺度 (5 項目) と共感尺度 (9 項目) を用いて 7 件法で回答を求めた。

(2) 半構造化面接によるインタビュー調査  
調査期間 : 10 月 25 日 ~ 12 月 5 日  
調査対象者 : SVor 4 名 (臨床経験年数 20 年 ~ 30 年 ( $SD=10.9$ ), SVor 経験年数 0 ~ 27 年 ( $SD=9.7$ ), 男性 2 名, 女性 2 名, 年齢は 40 代 ~ 50 代) と SVee 4 名 (臨床経験年数 1 ~ 4 年 ( $SD=1.1$ ), 4 名とも女性, 年齢は 20 代 ~ 30 代)。

インタビューは一対一で実施した。内容は, SVor

には SV での意図や方針, S<sub>Vee</sub> の性格傾向や技量について, S<sub>Vee</sub> の困難感はどう捉えていたか, 肯定的姿勢や共感性は意識していたか等. S<sub>Vee</sub> にはどのような困難感を抱いていたか, S<sub>Vor</sub> の対応について, SV のセラピーへの影響等. それぞれに SV での両者の関係性についてインタビューした.

### 3. まとめ

本研究では, Th の共感疲労の視点から, それぞれが過去にトラウマとなる体験をしていたり, 傷ついた体験をしていたことが明らかとなった. また, その体験はケースの内容や状況に関係なくとも振り返った方がよいものとして Th 自身が捉えていたのであった. つまり, 4 名の Th の共感疲労状態は異なり, 必ずしもケースに影響があるものではなかった (図 1).

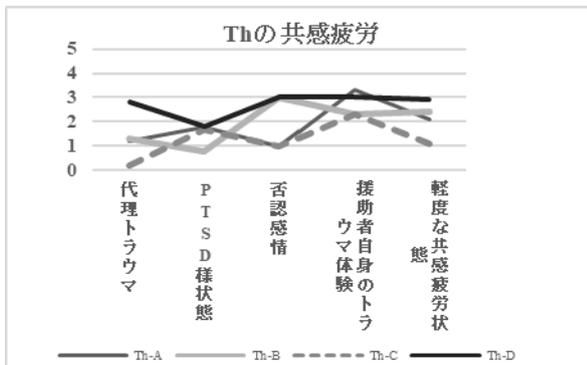


図 1. 各 Th の共感疲労尺度の平均値の結果

初心者においては, CI のことに感情が巻き込まれることで, Th 自身の疲労感や負担感を強め共感疲労へと陥る原因となり, それと同時に他者理解を妨げ, 他者を援助する際の弊害になる (武田・萩野, 2016) [4]. そのため「巻き込まれ」は問題とならない程度のバランスをもつことが重要であるが, 本研究では対象者が共感不全で困難感を抱いていたことから, Th 自身のトラウマとなる体験と CI の問題が重なるケースでは Th 自身の心理状態に, より注意深くなる必要があると考察された. また, 共感疲労が自然な副産物 (Figley, 1995) [1] とはいえ, それに耐えられない状態にならないためには, SV で S<sub>Vor</sub> と巻き込まれることのつらさについて扱い, 「受け止めてもらえた」という体験をすることや同僚とこまめに関りをもつことが重要であると推察された.

初心者が困難感を抱く事象は共感疲労のような状態以外にも様々であった. 面接への自信のなさ

や攻撃的な指導によるおびえ, 逆転移の問題, 共感できないこと, 見通しが立たず指導内容も理解できない状態, CI に対するネガティブな感情を抱くこと, CI が危険な行動に移る可能性があることなどが挙げられた. これらの困難や問題を抱える S<sub>Vee</sub> は, S<sub>Vor</sub> の支持的な態度に支えられる場合や SV でのやりとりが操作的で目的の共有がなされおらず混乱や不安を抱く場合, S<sub>Vor</sub> の共感的な関わりが不安を一時的あるいは部分的に軽減させる場合といった SV を体験していた. そのような SV で S<sub>Vor</sub> の肯定的姿勢と共感性は, 意図されたものではないことが明らかとなり, 場面による違いや S<sub>Vor</sub> が心掛けていることによってその程度は異なることも明らかとなった (図 2, 3).

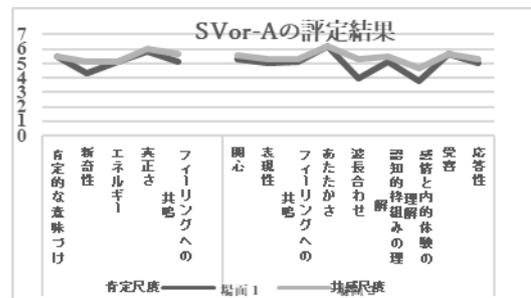


図 2. S<sub>Vor</sub>-A の評価結果

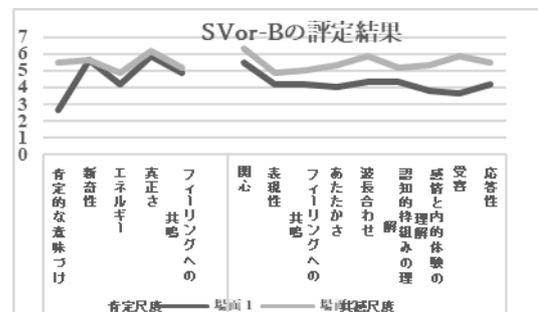


図 3. S<sub>Vor</sub>-B の評価結果

本研究では, SV が S<sub>Vee</sub> にとって支え, つまり情緒的なサポートとして機能するには, S<sub>Vor</sub> が「一貫した態度」であることが重要であると考えられた. また, S<sub>Vee</sub> にとっては SV を受けること自体が情緒的なサポートとして機能していたと考察された一方で, S<sub>Vee</sub> の態度としては S<sub>Vor</sub> への自己開示をする姿勢が重要であると考えられた.

### 4. 今後の課題

本研究は初心者セラピストの抱えている不安感や困難感が明らかにし, それらに対する SV の機能や課題についても明らかにしたことで, SV の情緒的なサポートに関する実証的研究となった. 今後

も本研究のような S<sub>Vee</sub> と S<sub>Vor</sub> のどちらの視点も交えた実証的な研究を積み重ねていくことでより実際的な SV の課題を検証していくことができるだろう。

## 5. 主要参考文献

- [1] 鑪幹八郎 (2004). 心理臨床と倫理・スーパーヴィジョン ナカニシヤ出版
- [2] Figley, C.R. (Ed.) (1995). *Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized*. Brunner/Mazel: New York.
- [3] 井上恵理・細谷祐未果・川崎直樹・青木みのり・足立英彦・森美和子・沢宮容子 (2016). 介入としての肯定に関するプロセス研究 (1) —共感との比較による肯定概念の明確化と測定—, 日本心理臨床学会第 35 回大会論文集, pp.159.
- [4] 武田沙織・荻野美佐子 (2016). 援助者における共感性と共感疲労について 上智大学心理学年報, 40, pp. 49-63

## 付記

本研究は大妻女子大学人間生活文化研究所の研究助成 (DB2921) 「スーパーヴィジョンにおける情緒的サポートに関する研究—セラピストの共感疲労の視点から—」を受けて行ったものである。