



『オリエンテーション』

新年度が始まり、さまざまな職場や学校などで、新しく入ってきた人のために説明会が開かれました。

これは、オリエンテーションと呼ばれていますね。この言葉の由来は、教会の祭壇を作る際に東に向けて設計していたことから、「正しい方向に向ける」「環境に馴染ませる」という意味で使われるようになったそうです。オリエンテーションの語源となったラテン語のオリエンスは東を意味しますので、日が昇る方向、光が射す方角に祭壇を向けることは神聖な行為だったのでしょう。

現在、オリエンテーションは、「自分の立ち位置や向きを確認する」「状況の把握と動き方の決定」などの意味で使われるようになっています。

さて、私がなぜオリエンテーションの語源や意味について語るのか…。かなり前のことですが、大学院の面接試験で「あなたのオリエンテーションは何ですか？」と訊かれたことがありました。

臨床心理学の世界では、その人が臨床家として依って立つ理論を尋ねるときに「あなたの『オリエンテーション』は？」と訊かれることがあります。その時の私は答えられず、試験官はいぶかし気に私をみていました。「何を勉強してきましたか」であったり、「どんな技法を使われますか？」であれば答えることができましたが、「オリエンテーションは？」と言われてしまうと、その理論や技法への余程の理解や経験がないと簡単には答えてはならない気がして口ごもってしまいました。

心理臨床家のオリエンテーションを具体的に挙げると、

- 精神分析的療法 無意識という概念を扱い、言語化による意識化を大切にす
る療法
- 認知・行動療法 認知理論、学習理論に基づいて認知と行動の変容に注目する
療法
- 来談者中心療法 人間の主体性、可能性に積極的に耳を傾け意識の変容を支
える療法
- 統合的心理療法 複数の理論や技法を包括的、系統的に実践し問題に取り組
む療法
- 折衷的心理療法 その時々によって理論や技法を切り替えて実践する心理療
法

などが主なオリエンテーションといわれていますが、当時の私は、そのどれを（或いはそれら以外を）自分の依って立つ理論にすべき決めてはいませんでした。むしろ、それを知るために学校に行くのではないのかと、質問に対して意地悪とさえ感じていました。





今ならご質問を下された先生方の意図もわからなくはありません。指導するにあたって、相手の立ち位置や向かおうとする方向を理解しておくことで、教えられること、教えられないことを事前に話し合うこともできるでしょう。

認知・行動療法の専門家に精神分析を教えて欲しいと求めることには無理があります。実際、「この学生は私のところに何を学びに来たのだろう」と首を傾けたある教授がありました。その教授のゼミに通うその学生さんはその教授の専門外の質問ばかりをされていました。

心理カウンセラーときくと、多くの方がどのカウンセラーも同じと思われるようですが、学んできた内容や、習ってきた技法、考え方や感じ方は結構違います。私のところに足しげく通ってくださるあるクライアントさんは、ときどき、いろいろな有名カウンセラーさんのところにカウンセリングを受けに行かれて、私にその様子を報告してくださるのを楽しんでおられます。そのおかげで私も勉強になっています。

一般的には、新しく入った場所で、そこでの方向性を確認することがオリエンテーションなのですが、臨床心理学の場合はどの臨床心理学をオリエンテーションとするのかという意味合いが含まれてしまい、ややこしいというお話しでした。

ちなみに、先日、私の職場にこられた新人さんに「大学ではどんなことを学ばれたのですか？」と尋ねたところ、「私の大学はあまりオリエンテーションにこだわらないところなので」から始まり、その瞬間、私の脳裏にはこのお話を書くことが決定されていました。

発行 本山社会保険労務士事務所 東京都杉並区井草1-2-11-302

発行年月日 令和8年5月

*筆者は現在クリニックでカウンセラーをされています。仕事の関係上氏名の公表は控えさせていただきます。Copyright (C) 2026 本山社会保険労務士事務所 All Rights Reserved

