



臨機応変

私にとって、この数年、8月、9月は、講師としてのカウンセリングの研修が続きます。

研修の内容は事例検討会が中心です。

事例検討会とは、実際に誰かが担当している（いた）事例をもとに、参加者が質問や意見を出し合って問題の理解を深めたり、新たな視点での解決策を見出したりできる場です。

私は心療内科という医療機関でカウンセラーとしての初めての研修を受けたため、この検討会には親しみがああり、とても好きなのです。

以前も話題にした、ハンガリーの医師で精神分析家のシャーンドル・フェレンツイ先生、その後継者にマイケル・バリント先生がおられます。どちらも故人で昭和の時代のお話です。患者を治すためなら何でもやったフェレンツイ先生の跡継ぎだけあって、バリント先生も診療において『医師と患者の関係性』を重視されていました。やがて精神分析家の枠を超えて、精神科以外の開業医の先生がたとの交流会も作られました。

このバリントグループといわれる事例検討会はイギリスから始まり世界中に広まりました。看護師さんや心理士さんなど医師以外の質問や意見なども取り入れられ、症状の理解だけでなく、患者さんを全人的に理解しようとするその動きは、日本の心療内科の成り立ちや理念ともぴったり重なっていました。

私が研修を受けた心療内科では、バリント

トグループ的な患者理解、また治療者の姿勢や態度について頻繁に勉強会が行われていました。

例えば内科の先生の患者さんの症例に、耳鼻科の先生や歯科の先生、眼科の先生、整形外科の先生など、さまざまな専門科の先生がそれぞれの知識や経験からコメントをされていて、私は、ひとつの症状でもいろいろな見立てがあるものだということを学びました。

私が臨床を学んだ時代には、すでに医療の現場には ICD や DSM という、いわゆる診断マニュアルが用意されていて、診断の際には、それらのページをめくって、目の前の患者さんの症状がどの病名に当てはまるのか、「いくつ以上当てはまればこれ」のような診察も行われだしていました。その頃、すでに高齢となられていた当時の私の先生が「今の医者は聴診器も使わずに検査結果の数字をみるのか...」と仰ったことが印象に残りました。

私の事例検討会の話に戻ります。事例の検討の前に若いカウンセラーさんたちから自由に質問を受けたりもします。

「先生は、クライアントさんと会う前にどんな準備をしますか」

「カウンセラーとしてどこまで本音を言ってもいいですか」

「認知行動療法はどんなときに使いますか」

最近は時代の流れを感じてしまいます。

私は、クライアントさんと会う前に特に準備はせず、いや特に見立てもせず、まず、お会いしてお話しをじっくりうかがってから考えますし、本音しか言いません。ただ、



伝え方、言葉選びとか、そのタイミング、伝えることがその方にとってどのような意味があるかを吟味します。

認知行動療法は必要であれば実施しますし、必要がなければ実施はしません。クライアントさんからたまにやってくださいと言われてたときも、その目的をうかがうとよくわかっていらっしゃらないこともあり、カウンセリングの現場はいつも流動的で事前に決めておけることなどほぼないのですが、事前に何が正解か、型のようなもの、マニュアルを求めたくなる人が増えたように感じています。

経営者の方が「会社が小さかったときは、そんなことなかったけれど、上場してからやたらとマニュアルを求められるようになった」と仰ることがありますが、それは制度上仕方のないことである反面、臨機応変を知る側としては言いたくなる気持ちはわかります。

自分が経験したことのない事例を、事例の当事者と一緒に検討することは、お互いに何かしらの発見、気づきがあります。学校でも会社でも病院でも、まだ、カウンセラーが存在しなかった時代が移り、私たちが各現場に入れてもらうようになり、最初は異物的に扱われていたカウンセラーも少しずつ必要とされ、感謝してもらい、今では職業として成立しているがために、後からいらした若いカウンセラーたちにとっては、カウンセラーとしての『正解』や『型』があり、それに従って仕事をすることで安心や安全が得られると考えるのも無理はないのかも知れません。

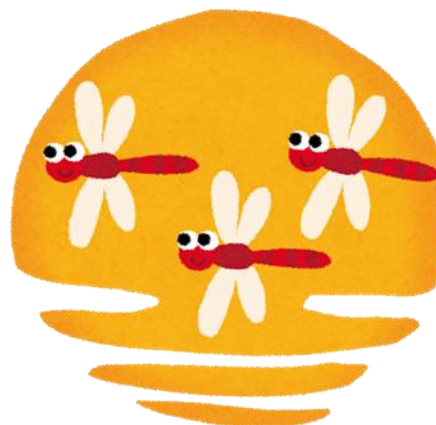
私は臨床心理学のなかでも心理学史が大

好きです。それぞれの時代に流行る症状や、起こる問題は様々で、向き合った人たちの成功と失敗があり、そこから理論や技法が生まれては、また、新たな症状や問題が現れ、そこに向き合った人たちの成功と失敗があり...

どの理論が、どの技法が正しく有効ということではなく、すべては人間と人間が生きるために知恵を絞りあっていることに尽きるからです。

私の話の中にいろいろな名前が登場するのは、先人たちが悩みながら積み上げてきたつながりをととても愛おしく思っているからだと思います。

『万全な正解も型ありませんよ』と言いながらも、そのような質問とその思いをしっかりと受け取ることもまた臨機応変ですね。



発行：本山社会保険労務士事務所

〒167-0021 杉並区井草 1-2-11-302

03-6427-7751

発行年月日：令和8年9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。
お仕事の関係上、氏名の公表は控えさせていただきます。