

Title	女子中学生と青年期女性とのカウンセリングにおける ：クライアントの志向性とカウンセラーのかかわり-
Author(s)	山本, 眞利子
Citation	大阪大学大学院人間科学研究科紀要. 2005, 31, p. 345-357
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/4260
rights	
Note	

Osaka University Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

女子中学生と青年期女性とのカウンセリングにおける クライアントの志向性とカウンセラーのかかわり

－クライアントの志向性とカウンセラーのかかわり－

山 本 眞利子

目 次

目 的
方 法
事例 1
事例 2
全体の考察

女子中学生と青年期女性とのカウンセリングにおける クライアントの志向性とカウンセラーのかかわり

山本眞利子

目 的

クライアントは自分で問題を解決しようとしている。これを、クライアントの自己解決志向性と呼ぶ。筆者がこのような考えに至ったあるクライアントとの出会いを述べる。

そのクライアントは、20歳代の女性でうつ傾向にあり自宅療養中だった。このようなクライアントに、友達からの結婚式の招待状が届いた。だが、クライアントは常に母親と一緒に行動しておりひとりで遠方に出かけることは難しかった。結婚式は、片道5時間以上もかかる場所で行われ、クライアントの体力や気力では躊躇された。にもかかわらず、クライアントは一人で飛行機に乗り結婚式場に出向くことを決意した。このような決意は、クライアントに多大な不安を生じさせた。それでもなお、クライアントは、「これまで、自分で決めたことはやってきた。行く前の日になると不安は最高になると思うけど、一人で行くことで自分が変わるかもしれない」と決意を変えなかった。筆者は、「不安は、不安として抱えながらも行くって思うのかなあ？行きたいっていう気持ちの方が強いのかなあ？」と尋ねると、クライアントはしっかりと頷いた。結局、クライアントは、ひとりで初めて飛行機に乗り結婚式に出席し無事に帰ってきた。

このことから、クライアントには、自分で自分の問題を解決し、解決に向けて前向きに取り組もうとする志向性があることが判明した(山本, 2003 a)。このような解決への志向性を有するクライアントに、カウンセラーはどのようにかかわればよいのだろうか。本事例では、女子中学生と青年期女性とのカウンセリングにおいて、カウンセラーがクライアントの志向性を支持し柔軟に応えた。では、次の事例から、クライアントの解決志向性とカウンセラーのかかわりについて検討する。

方 法

事例 1

1) クライアント (以下CL)。

中学3年、女子。ぽっちゃりしている。しっかりとした眼差しと顔つきが印象的。自

分から、担任の先生にカウンセリングを受けたいと申し出、授業を休んでまで来室した。高校入試直前で試験に追われていた。

2) 主訴

太っているために、「〇〇」と呼ばれてきた。これまで1年間ずっと我慢してきた。痩せようと決めて努力したため痩せた。でも、吐くことが止まらない。吐かなくなりたい。

3) 介入

カウンセラーは、できるだけクライアントの解決に向けての志向性を支持することにした。

4) 面接過程

以下に、クライアント（CL）の状態と主なカウンセラー（CO）のかかわりについて述べる。

第1回目（x日）

<CLの状態>

CL「これまで、〇〇と言われきた。自分が太っているからだと思って痩せようとして吐くようになった。痩せたが、吐くことが止まらない。吐かなくなりたい。夜中2時ぐらいになると、胸のほうが気持ち悪くなってきて、それで直ぐにトイレに行って吐く」。CL「下の方からこう、物が上がってくるような感じで、それで、喉の方が苦しくなってくる。直ぐにトイレに行って吐く。でも、吐いてもすっきりしないので、しばらくしてから寝る」。CL「一度、吐かずに我慢していると、夜中に吐いてたようで、吐いた物が枕についていた」との状態及び状況であった。

<COのかかわりとCLの反応>

COは、CLが、吐くようになりそれが止まらず困っており、なんとか吐かなくなりたいとの解決を志向していることを理解した。また、COには、CLが中3で受験を間近に控えた多忙な状況であり、授業を抜けてまで次回も来談できそうにないと思われた。そこで、COは、CLの吐かなくなりたいという解決に向けての志向性を支持し以下のような工夫を行った。

COは、CLの状況や状態を聞いた後、イメージを用いた。CO「そうか。我慢してても、吐くんだね。」CO「じゃあー。イメージしてみようか。下からこう、物が上がってくるっていうイメージできる？（クライアントは、すぐにできた）。うん、それを感じてみてね。それが、このあたり（胸のあたり）にきたよ。うん、そこで、深呼吸しながら、こういうふう以降ろしてみようね。（右手を、ゆっくりと、胸のあたりから下に降ろしていく。）こういうふうに、少しづつ降ろしていこうね。できた？（はい）そう、そのとき、お水があるといいね。これを、お水だと思って、ゆっくり飲みながら降ろしていこうね（コップに注いだお茶を飲みながら一緒に練習する）お水はあるかなあ？。

ペットボトルとか。(はい)起きて直ぐにやってね。トイレに行く前にね」。CLは、COの試みに自然に合わせられた。また、COは、CLが落ち着きそうな物を探した。CLは、「音楽が好きなんで、いつも、ラジオとか付ける。人の声とか聞いてると落ち着く」とのことで、起きるとラジオを付けてもらうことにした。この他、CLは漫画が好きでハリーポッターを読んでいた。そこで、寝る前に漫画を読み、よく眠れるという魔法を遣うことにした。

第2回目 (x+7日目。約20分程度。友だちが別室で待っていた。)

<CLの状態>

CL「あれから、2日ぐらいはちょっと吐いたけど、それからは吐かなくなった。起きると直ぐにラジオを付けている。付けると安心して、それからイメージすると吐かなくなった。付けるとクラシックだった。+曜日と*曜日は、気持ち悪くならなかった。起きることもなくなった」。CO「素晴らしいね。ミラクルだね。クラシックは好き?(はい) どういうことが一番良かったのかなあ?」。CL「ラジオとか、ハリー・ポッターもよかったと思う。あれも、次どうなるかって、ドキドキするから」。CL「この前の夜に、気分が悪くなって、水を飲みながらこのままではいけない。もう、言ってやるって思いました。それで、次の日にその子に言ったんです。それから、吐かなくなりました」。CL「私のことを、女の子もいろいろ言うようになって。そのときに、その子に、そういうふうにするの止めてって言ったら言わなくなったんです」と言った。

<COのかかわりとCLの反応>

CO「そうだったんだね。言わずに堪えてきたことが、一杯あったんだね。それが、ここまで詰まっていたんだね。吐くことと、言えないことって何か関係があったのかなあ?(うん)人って、我慢していると、こういうことになるんだね。よく言えたね。もう、嫌われてもいいやって思えたのかなあ?」。CL「はい。もう、いいやって思いました」。CO「そうだね。みんなから、好かれなくてもいいよね。こうやって、あなたのことを心配して、付いて来てくれる人がいるんだからね。そういう友達をつくったのもあなただよ」と、CLの解決に向けての志向性とその努力を支持し労った。

その後

その後、CLは、第一希望の高校受験に一度推薦で失敗したものの、再度チャレンジし合格した。母親からは、症状も出ておらず無事に高校に通っているとの報告を受けた。

5) 事例1の考察

上記した面接経過に従い考察する。CLは、高校入試を控えながらも、吐く症状が治まらない状況だった。CLは、授業を休んでまで来室した。COは、CLが授業を抜けてまで来るということは相当困っており早急になんとかしたい状態であることを直ぐ理解した。COには、CLの吐くことを止めたいとの志向性はとても強く感じられた。CO

は、CLの吐くことを止めたいという志向性に沿って工夫した。COは、まずイメージを用いて夜中に起こる吐き気への対処と、小さい行動の変化を水や本、音楽等で促した。そうしたところ、CLは、「もう、言ってやる」と思い相手に言い返すという解決方法を見出したのだった。つまり、CLが、自分に向かって「〇〇」と言う相手に言い返すには相当の勇気が必要だった。COがCLの解決にむけての工夫を行うまでは、CLの志向性は十分に発揮されてはおらずCLは悩んでいた。しかし、COがCLの志向性を支持し工夫することで、CLの志向性が促されCL自身による解決方法が見出され、CLは実際に解決を創造したのだった。

事例 2

1) クライアント（以下、CL）。

29歳女性。面接当時、販売員をしていた。細身でほそほそと話す。言葉は少ないが嘸みしめながら話す。家族は、父親と母親の3人家族。

2) 主訴

3ヶ月間つきあっていた男性から、突然別れを切り出され失恋した。それ以来眠れず、食欲がなくなった。

3) 介入

カウンセラーは、クライアントの解決に向けての志向性を支持することを試みた。

4) 面接経過

カウンセリングは、4回で終了した。以下、第1回目から第4回目のクライアント（CL）の状態と主なカウンセラー（CO）のかかわりについて述べる。

第1回目（x日）

<CLの状態>

CL「失恋して、眠れなくなった。彼に他に好きな女性ができただけ。でも、その人にはまだ気持ちを伝えていない。答えを聞いてから決めてもいいんじゃないって言ったけど、『そういうことはできない』って。私に、悪いところがあったら言ってって聞いたけど、『私が優しすぎる』ということで、『自分が悪いから、落ちついたら友だちになろう』って（ハンカチを握りしめ、ときどき目頭を押さえる。しくしく泣く）。『いつでも、連絡してくれればいい』って、それで、この前電話したんだけど、それから悪くなった。思い出してしまう（涙）。やっぱり、電話するといけない。会社に行くのも辛いって言うと、『最後のお願だから会社には行って』って（涙）。CL「むこうの、お母さんにも会ってたし、いつかは、結婚と思いはじめてた。こういうふうになるとは思ってもなかった。私は、恋愛するとそればかりになる」。CL「でも、1週間で人を好きになるんでしょうか？。人の気持ちが変わるんでしょうか？。たぶん、彼は、恋愛に慣れてなかつ

たんだと思います。普通、恋愛って、最初は人から好かれて嬉しいって思うじゃないですか。彼は、『最初、嬉しかった』って。でも、それを乗り越えていくことが恋愛だと思います。彼は、恋愛に対してそこまでの気持ちがなかったんだと思います。CL「彼は、それまでに3年も恋愛してなかったんです。それで、友だちの紹介でこうなったんです。そういえば、彼は人が多いところが嫌いで、お店に入ったらドキドキして落ちつかなくなっていました。すぐに、そこから出たがりました。彼は、最初、つき合いはじめた頃、自分が〇〇だって言ってくれました。それで、『月に1回は病院に行ってる』って」と語った。

<COのかかわり>

COは、CLが感情的になりながらも、自分なりに既に解決を志向しようとしていることを理解した。COは、CLが、こうなったのは彼の恋愛に対する慣れのなさや〇〇にあると考えていることを理解した。COは、CLの解決に向けてのこのような志向性を大事にしたいと考えた。COは、「私もそう思いますね。優しすぎるっていうのも、なんか納得がいけないですよ。自分に問題があったのではなく、彼の問題だったんですね。彼の恋愛に対する動機づけの問題なんですね」と、CLの解決に向けての志向性を支持し、〇〇について簡単に触れた。

第2回目 (X + 2w)

<CLの状態>

CL「最初は、恨みみたいな気持ちもあったけど、忘れようと思う。友だちに話すとかえってよくない。本には、こういうときには、普通どおりの生活をすればいいって書いてあった。気持ちが紛れると思って仕事に行っている。仕事から帰ってひとりしていると落ちつく。恋愛以外の人生に関する本を読んだりCD聞いたりしている」。CL「自分のどこが悪かったのかっていう気持ちと、ゼロからやり直したいっていう気持ちの両方がある。仕事も今のところは嫌だとも思う。でも、それは、自分のことを知っている人がいることと、周りが恋愛の話ばかりしてるからかもしれない」。CL「本を読んで、人は、自分と仕事と恋愛のベクトルがあって、どれかが欠けてると脆いって。私は、恋愛に偏ってた。仕事もないし自分もない」と話した。

<COのかかわりとCLの反応>

COは、CLが本を読みながら自分を振り返り、自分で解決を志向し探求していることを理解した。COは、CLの「自分のどこが悪かったのかっていう気持ちと、ゼロからやり直したい気持ちの両方がある」に対して、CLの志向性を確かめた。COは、「もし、1ヶ月後、自分はどうしてるんだろうね？」と尋ねた。すると、CLは「たぶん、ゼロからやり直してる」と言った。(二人は、お互いに顔を見合わせて、微笑んだ。) COは、「そう、それを選んだんだね。その笑顔いいね。それもいいと思うよ。チャンスかもしれないね」と、CLの志向性を支持した。また、COは、「この辛い状況で、仕事に

行けてるってことは、自分があるということだよ。前回から、ここまで自分をもってきたよね。自分をつくってる解決してるよね。今、こうやって、木の年輪のように自分をつくってることは事実で、それが大事なことだよ。人ってすごいよね」と、CLの志向性を尊重しCLを労った。

第3回目 (X + 5 w)

<CLの状態>

CL「だいぶん、忘れていたんだけど、職場の人から彼のことを聞かれた。職場で恋愛の話しをすると、昔のことを思い出して泣けてくる。その場から離れて、後でトイレで泣いたりする。(涙) 職場にもあまり行きたくなってしまって、もとに戻ってしまったような感じ。最近では、家に帰っても本を読んだりしなくなってぼーっとしている。職を替えた方がいいと思う。でも、それって逃げてるのかなあとも思う」と言った。

<COのかかわりとCLの反応>

COは、CLが職を替えようと志向していることを理解した。だが、また、それが逃げかもしれないと感じていることも理解した。このとき、COは、もしかすると、CLの心の底には逃げたい気持ちがあり職場を替えようと思っているのかもしれないが、それもまた、CLの解決に向けての方法でCLにとっては必要なことかもしれないと思った。それもよいのではないか、CLはそれによってさえ解決を創造すると考えた。この時、COは、第2回目でCLが言った「ゼロからやり直している」という、CLの志向性を疑わずに信じていた。そこで、COは、「本当に、今の職場が自分にあっていて、それをしたいんだったら、きっと辞めたいとは思わないと思うんだけどね。前も、職場を替えたいって言ってましたよね」と、CLの志向性を支持した。CLは、「お菓子の専門学校を出て、将来はパン屋に就職したい」と言った。COは、「いいチャンスかもしれない」とCLの志向性を支持し良く似た例をあげた。COは、「他の職場でも、恋愛の話しはあると思うけどどう？」とCLの志向性を再度確認すると、CLは、「他の職場では、自分のこれまでのことは知らない人ばかりだから」と言った。また、COは、「こういうときに、他の職場を探すことで、かえってエネルギーを失ってしまう人もいるけどあなたの場合はどう？。今のところにいる方が辛い？」と改めてCLの志向性を確認した。やはり、CLは「そうですね。替わった方がいいように思います」と言った。

第4回目 (X + 9 w)

<CLの状態>

CLは、パン屋で製造に関わる新しい仕事を見つけた。CLは、彼についても「今、彼に感謝しています。彼は、病気をもちながらも、自分のしたいことをしています。前に、彼に、『専門学校に行ったのにどうしてそれを活かさないのか』って聞かれたことがあるんです。その時は、自分のしたいことが見えてなかったんだと思います。彼は、

それに気づかせてくれたんです。感謝しています」と言った。CLは「この前、神戸にひとりで行ったんです。前から、一人で旅行したいとは思ってたんです。今は、もう、区切りがついたっていう感じです。坂とか多くって異人館とか楽しかったです。だいぶ、元気になりました。それを、今日は報告しに来たんです」と言った。しかし、その一方で、CLは、「休みが続き、ひとりである時間ができ、少し彼のこととかこれからの恋愛のことが不安になってきた」。また、職場で「恋愛の話をしてると、その場から離れて他の所に行ったりする。それから、後でトイレで泣く。今は、恋愛の話とかは聞きたくない」とも言った。

<COのかかわりとCLの反応>

解決を志向し創造しながらも、なお、いくばくか不安を抱くCLに対し、COはその不安の内容と不安に対するCLの志向性を確認した。CO「不安っていうのは、彼のことを思い出すっていうことかなあ？。それから、これからの恋愛っていうのは、ことばは変だけど、見捨てられるっていうことかなあ？」。CLは、「うん。急にいなくなってしまうっていう・・・でも、元気になってる自分もある。だから、その辺りをどうしようかと思う」。CO「そうだね。その辺りをどこまで扱うかってことだよ。彼のことを思い出してしまうっていうことと、これからまた恋愛したらっていうことと二つあるよね。今日、ここに来るときは、今日で終わりっていう感じだったのかなあ？」。CL「はい」。COは、恨みや辛さを扱っていくと少し長くなるが、そのあたりをどうするかはCLに決めてもらいたいとの旨を示しCLの志向性に委ねた。しばらく、沈黙が続いた。CLは、ここで終わることを選択した。COは、そのCLの志向性を確認した上で支持した。

だが、まだ、COにはCLの不安に対する志向性がもうひとつ理解できていなかった。そこで、COは「最後にちょっといいですか。彼のことですけど、彼のことはどうしたいと思ってるの？」と再確認した。CLは、「そうですね。自分の心の奥に置いておきたいです。鍵をかけて」と言った。そこで、COは、そのCLの志向性に沿って工夫をした。CO「そう、じゃあ。今、それを、心の奥に置いてください。その中には、何が入っていますか？」とイメージを用いて尋ねた。するとCLは、「はい、きらきら光る星と写真が入っています。鍵は、自分が持ってるんですけど、自分が開けて見るのはいいんですけど、それを他の人が同じような鍵で開けるのは。それが、これからの課題になるとは思いますけど」。CO「うん。自分が開けるのはいいけど、他の人が開けるのはちょっとと思う」。CL「はい」。CO「それが、どうなればいいのかと思いますか？」と更に続けた。CL「はい、誰が開けていても、知らんぷりがしてられるか。それか、笑ってられる。でも、今は、まだ、知らないふりをしたいと思います」。CO「今は、知らないふりをしたいって思ってるんですね。今は、それでいいと思いますよ。自分で解決策を知ってるんですね」と、CLの志向性を確認した。CLは、時間が解決する部分もある。恋愛って、そのときは、がっと思えたけど、今はそれほどには思えないと

いう旨を話した。CO は、CL の知らんふりをするという解決策を支持しこの時点でカウンセリングを終結した。

CL に発表の依頼をお願いしたところ、CL は快諾してくれた。CL は、自分のことを誇らしく思っているように見え表情は爽やかだった。後日、担当医によれば、第4回目の時点で、CL の眠れないという症状は回復し投薬と診察は終了しそれ以後も来院していないとのことだった。

5) 事例2の考察

上記した面接経過に沿って述べる。第1回目、CL は、突然、彼から別れを切り出されたことでショックをうけ体調も心理的なバランスも崩した。CL は、過去の話をしなから感情が高ぶり泣くことが多かった。感情が、自分でも抑えきれないという感じであったが、それでも彼との間で起こった出来事を具体的に述べ原因について話すこともできた。そして、こうなったのは、彼の恋愛に対する動機づけの低さや彼の病気に原因があると考えた。これは、なんとか、問題状況を克服しようとするCL の解決にむけての志向性の現れだといえる。また、第2回目CL は、「自分のどこが悪かったのかっていう気持ちと、ゼロからやり直したいっていう気持ちの両方がある」、「本を読んで、人は、自分と仕事と恋愛があって、どれかが欠けていると脆い。私は、恋愛に偏ってた。仕事もないし自分もない」と、自分を振り返りつつ解決に向けての志向性も明確に現れた。そこで、CO は、CL のこのような志向性を尊重しつつ、1ヶ月後のCL の志向性を確認した。すると、CL は「ゼロからやり直している自分」を選択し、第3回目、自分がしたい仕事、自分が活かせる仕事につくとの解決方法を見出した。第4回目、CL はパン屋での職を探しひとりで旅行に出かけ解決を創造した。なお、彼との思い出に対する解決方法についても、「今は、彼に感謝している。今は、心の奥に鍵をかけて置きたい。時間が解決する部分もある」と言えるまでになった。

事例2から、CO がCL の志向性を支持し確認することで、CL の「ゼロからやり直している自分」の志向性が明確になり、パン屋での職探しや彼との思い出に対しての「今は、心の奥に鍵をかけて置きたい」というCL 独自の解決方法が見出された。

全体の考察

事例1では、カウンセラーは、吐くことをやめたいというクライアントの解決に向けての志向性を支持しつつイメージや資源を用いて工夫した。そうしたところ、クライアントの志向性が更に促され、クライアントは自分に嫌なことを言う相手に対して『もう、言うてやる』との解決策を見出し吐く症状を克服し解決を創造した。事例2でも、クライアントは解決を志向しており、「自分のどこが悪かったのか」と「ゼロからやり直したい」自分の間で迷っていた。カウンセラーはこのようなクライアントに対しクライエ

ントの志向性を確かめた。すると、クライアントは、「ゼロからやり直している」自分を選択し、パン屋で働くとの解決方法を見出した。また、ひとりで旅行に出かけ彼とのことに区切りをつけ解決を創造した。

すなわち、事例1と事例2から、解決に向けてのクライアントの志向性（山本2003a,2003b）が確かめられ、カウンセラーがクライアントの志向性を支持、確認しそれにそって工夫することで、クライアントの志向性が更に促されクライアントによる解決策が見出され解決が創造されたことが示された。Bergら（1997, 1999, 2003）や宮田（1996）によると、クライアントは自分で解決を創造すると考えており、この点、本事例でも確認された。この他、事例2から、カウンセラーが1ヶ月後のクライアントの志向性について尋ねることで、「ゼロからやりなおしている」という解決に向けてのクライアントの未来自己像を引き出せ、クライアントには解決に向けての志向性の他、未来自己像が存在することが判明した。

これは、カウンセリングを行う以前からクライアントに潜在的に存在するものか、それともカウンセリングをおこなうにつれて派生するものかについて定かではないが、今後、クライアントの解決に向けての未来自己像等を直接引き出すためのアプローチについて更に検討しその有効性を探りたい。

引用文献

- Berg, I. K 1994 Family Based Services A Solution-Focused Approach. w. w. Norton & Company. (家族支援ハンドブック ソリューション・フォーカスト・アプローチ 1997 磯貝希久子監訳 金剛出版) .
- Berg, I. K., & Reuss, N. H 1998 Solutions STEP BY STEP. w. w. Norton & Company. (解決へのステップ アルコール・薬物乱用へのソリューション・フォーカスト・セラピー 2003 磯貝希久子 金剛出版).
- Dejong, P & Berg, I. K. 1998 Interviewing for Solutions. Cole PublishinCompany. (解決のための面接方法—ソリューション・フォーカスト・アプローチの手引き— 1999 玉真慎子・住谷祐子監訳 金剛出版).
- 日本ブリーフサイコセラピー学会（代表 宮田敬一） 1996 ブリーフサイコセラピーの発展 金剛出版).
- 山本真利子 2003a カウンセリングにおけるクライアントの非志向性と志向性—カウンセラーの人間観・態度・技法—岡山県立大学短期大学部研究紀要 第10巻, 107-114.
- 山本真利子 2003b 授業における自己解決志向型発達カウンセリングアプローチの試み 学生相談研究 24, 52-65.

謝 辞

本論をまとめるにあたり、来室頂きました二名の方には本論掲載の快諾を得ました。誠にありがとうございました。勉強会でコメントを頂きましたなかのメンタルクリニック院長中野善行先生、仁木先生、西原先生、春日先生、臨床の場を与えて下さった鎌田メンタルクリニック院長鎌田一郎先生に心から感謝を申し上げます。

Counselor Approach and Client Orientation for Solution on Counseling
with Female junior high school students and young females
— Client Orientation for Solution and Counselor Approach —

Mariko YAMAMOTO

The counselor focused on client orientation in two clinical cases. It is believed that each client was inclined to solve problems independently.

Therefore, in the present study, the counselor observed the client orientation by focusing on this aspect. In addition, the counselor respected and supported the orientation of the clients. The results demonstrated that the client orientations were greatly improved by the counselor's support and as a result, the clients tended to devise individual solutions to problems.

Key words: orientation; problem solution; counselor; client