

## キャリアカウンセリングにおける統合的視点の 必要性

# 支援者へのキャリアカウンセリング -「役立つ」カウンセラーになるための支援の 実践と研究-

福島哲夫（大妻女子大学・成城カウンセリングオフィス）



# 支援者をいかにサポートし、育てるか？～より良い支援者を育てるために～

- 要支援者にできるだけ役に立つ支援者になってもらうために

⇒ニーズの把握・アセスメント・適切な介入・連携ができるカウンセラーである必要

- ニーズに合わせた適切な介入のためには、行動・認知・感情・(集団)のどれにもアクセスできることが望ましい
- 学歴や特定の学派・理論にこだわっている場合ではない
- さりとて、「全てをそこそこにこなす」ことがベストではない

# 例えば、加速化体験力動療法 (AEDP)の世界では

- 世界最先端の統合的心理療法の一つであるAEDPでは、様々な背景を持つセラピストたちが、
- 40時間程度のEmersionコースで、レクチャーとたくさんの動画、少しのロールプレイでレベル1セラピスト
- 80時間のES1コースで、動画視聴とロールプレイを中心としたトレーニングでレベル2セラピスト
- 講師たちも様々な背景を持ちつつ、たくさんのトレーニングと試験を経てきた名人たち

⇒心理学部・大学院出身かどうかに関わらず、最先端の技法と姿勢を身につけていく

# 支援者支援の諸段階

- 導入教育(どんな人が支援者に向いているかの適性に関する情報提供も含む)
- 育成(専門教育・実習・現場教育)
- 訓練(スーパーヴィジョン・現場指導・教育的カウンセリング)
- 独り立ちできるカウンセラー
- 相互ケアとセルフケアの出来るカウンセラー
- 後進を指導できるカウンセラー

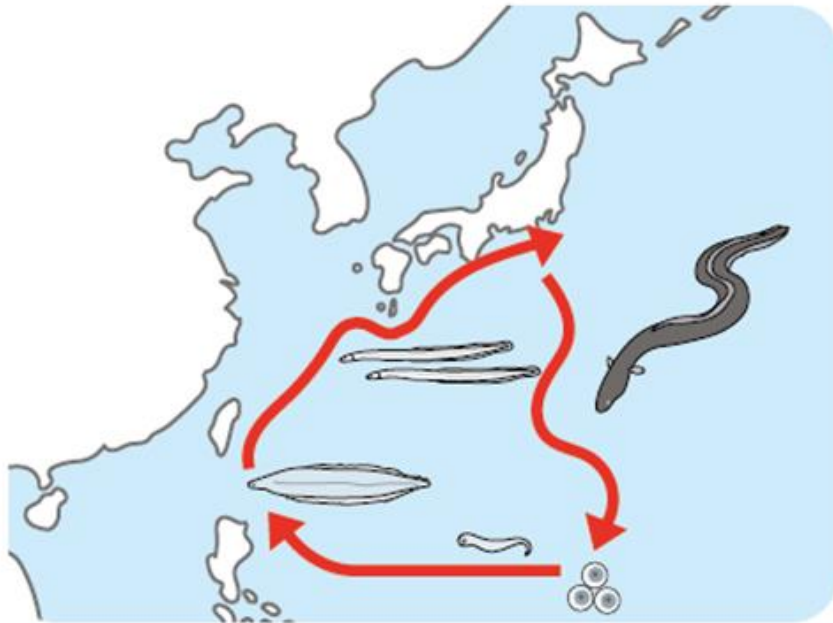
# 大妻女子大学での取り組み(一つの理想形として)

- 学部教育・・・臨床心理学の共感性と社会心理学の科学性を1年時より伝えるカリキュラム
- 学部ゼミ教育・・・研究的視点と臨床的視点の両方を伝え習得(質的研究と量的研究)
- 大学院教育・・・継続ケース3～4担当(毎回SV)＋学外実習＋インタビュー研究や介入研究、効果研究による修論
- 大学院修了後の卒後教育・・・修士修了後研究員(ケース担当・無料SV)
- 修了後2年目以降・・・割引SV
- さらに成城カウンセリングオフィススタッフになると？

# 成城カウンセリングオフィスのスタッフ フ(業務委託契約)になった場合・・・(以下全て契約外の任意で)

- 修士課程修了後、教育カウンセリングを受けることを勧める場合が多い(統合的な志向のあるThを紹介して、平均50セッション～100セッション実施)
- 時間枠を決めた正式なSV(料金半額・動画指導あり)
- その都度その都度の現場指導(立ち話SV・無料)
- スタッフミーティングでの事例検討会(動画検討あり)
- 年に数回の臨時キャリア相談と執筆参加依頼  
⇒ 中断の少ない(役立つ・稼げる)カウンセラー

# カウンセラー養成のためのウナギの育ちモデル



幅広さと奥深さを備えた支援者になるためには、まず「**理論・知識の大海原**」で生まれ育ち、その後「**特定の湖沼**」で、**一人前になり、そして、最後にまた大海原へ。**

ただし、本人も周りもはじめからそれを想定した開かれた態度で

「ウナギの育ち」モデル：公認心理師必携テキストP42

# バーンアウトを防ぐための相互ケアとセルフケア

- 相互ケア・・・メールとLINEグループ、ミーティングと立ち話による相互ケア
- セルフケア・・・余暇や友人、家族、ワークライフバランス(オフィスのモットーは「遠慮も無理もしない」)
- トレーニングと臨床そのものが最上のセルフケアである(臨床のストレスはCIとともに解消するのが理想)

## 教育分析を受けたスタッフ談

「教育分析と臨床とを通じて私の中の『傷付いた子供』が癒されてきています・・・」(この頃からSVのためのセッション動画でも柔らかい態度が目立つようになっていった)



# カウンセラーのキャリア発達の2本柱はSVと教育分析

- SVとは

カウンセラーの担当しているクライアントを援助するために、より経験の少ない者が、専門家としての機能を高めることを目的とした評価的な上下関係 (Bernard & Goodyer, 2009)

Corey, et al. (2010) は、その中でも、カウンセリング・プロセスに対しての一貫した継続的観察と評価を通じて、スーパーバイジー(以下SVee)の発達を促す事に焦点を当てるものとしている

# SVの機能と問題 (とくに現代日本の指定大学院)

- 鈴木・福島(2015)や福島(2017)においては、自他に関する気づきややる気に繋がるような「SVによって救われる」という体験や、「SVによる元気づけ」などが明らかになった。
- しかしながら、「SVorに振り回される」といった体験も見られること、担当事例やSVorによっては、SV後に緊張と疲労がさらに高まる場合があることも明らかとなっている(鈴木・福島,2015.や福島,2017)。
- また、どのようなSVが効果的で、それをおこなうスーパーバイザー(以下SVor)はどのように養成すべきであるかに関しての、実証的な研究は少ない。

# カウンセラー養成の仕上げとしての メタ・SV(福島・西野入,2019)より

- SVorとしての経験の浅い中堅臨床心理士がおこなうSVに対する、ベテランSVorの「メタ・スーパーヴィジョン」(以下メタSV)を複数の組み合わせで継続的に実施し、その内容とプロセス、さらに効果を測定した。このことを通じて、より効果的で望ましいSVorの養成過程を明らかにすることを目的とする。

## <対象>

- スーパーヴァイジー(Svee)4名:20歳代の臨床心理士もしくは大学院生
- スーパーヴァイザー(Svor)4名:30歳代から40歳代でSvorの経験が初めてかもしくは少ない臨床心理士(基本的なオリエンテーションは、力動的・統合的)
- メタSVor(50歳代の臨床心理士でSVor経験20年以上、メタSvor経験5年以上、統合的心理療法を志向)1名。

# メタSV研究(方法と結果)

＜方法＞SvorによるSVを録音・録画し、2, 3回ごとにメタSVを実施し、効果を測定し、その前後を比較。

## ＜結果＞

全てのSVケースにおいて、「クライアントのアセスメント」「ケースマネジメント」「セラピストの共感や探索、直面化」等の基本的・共通因子的な指導がされていた。

また、メタSVにおいては、SVor・SVee両者に関する「明確な能力のアセスメント」と「肯定的フィードバック」、「課題の明確化」等がなされた。また、録音・録画を通じてノンバーバルな側面への指導も行った。

Stoltenberg & McNeill(2010)の統合的発達モデル(IDM)に照らし合わせると、3名のSVeeすべてが、3つの主要構造「自他に関する気づき」「やる気」「自律性」においてレベル2からレベル3へと発達を遂げていた。

# メタSV開始後に変わったこととしてVeeが記述した内容例

## 【VeeA】

- Vorが待ってくれるようになった
- Vorが私の考えを理解しようと寄り添ってくれるようになった
- メタSV以前は、Vorの求める正解があって、それを理解しなければいけないような気がしていたが、メタSV開始後はそれらの気持ちが薄れて自由に考えられるようになり、それを自由に伝えられるようになった。

## 【VeeB】

- メタSV開始前はSVで自分の苦手な部分やできていない部分が浮き彫りになって余計に落ち込むことがあったが、最近では「今日も行ってよかった」「新しい視点が得られた」と思うことが多くなった。
- 「自分のカウンセリングをもっと磨きたい」という思いが強くなった。

# メタSVを受けたSvorの振り返り

- SVecに応じた、コメントの「仕方」「内容」を意識したり、Svecの臨床上的特徴や課題を伝えて、課題を明確にして共有する、といった事を意識するようになった。
- メタ・SVorのコメントによって、介入方法のレポートリー、介入方法が増加したり、SV全体の時間配分を意識したりできるようになった。
- 動画を振り返る、という営みの積み重ねは、内省だけでは捉えきれない、自身の非言語的特徴や課題をはっきりと写しだすので、自分の臨床実践にも役立つものになった。

参考) 統合的発達モデル Integrative Developmental Model (IDM: Stoltenberg & McNeill, 2010): 三好, 2018 訳出より

3つの主要構造:	4レベルの発達段階	8つの特定分野
<p>(a) 自他に関する 気づき Self- and other- awareness</p> <p>(b) やる気 Motivation</p> <p>(c) 自主・自立性 Autonomy</p>	<p>Level 1</p> <p>Level 2</p> <p>Level 3</p> <p>Level 3 integrated</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 介入 Intervention</li> <li>▪ アセスメント Assessment</li> <li>▪ 対人のアセスメント Interpersonal assessment</li> <li>▪ 個人差 Individual difference</li> <li>▪ 理論志向性 Theoretical orientation</li> <li>▪ ケースの概念化 Conceptualization</li> <li>▪ 治療計画 Treatment plan</li> <li>▪ 倫理 Ethics</li> </ul>

# Integrative Developmental Modelによるスーパーバイザーの発達

(IDM: Stoltenberg & McNeill, 2010): 三好, 2018 訳出より

	自他に関する気づき Self- and other- awareness	やる気 Motivation	自主・自立性 Autonomy
Level 1	自己認識に乏しい 自分の事に集中 評価に対する懸念 長所・短所の無自覚	非常に高い 高いレベルの不安感 技術習得のみに集中	バイザーに依存 四角四面な枠組みが必要 肯定的なフィードバック 最小限の直接的な対峙
Level 2	クライアントに焦点を当てる より共感できるようになる クライアントの世界観を理解する こじれて効果的でなくなる さらに混乱し、効果的でなくなる 適正なバランスが課題に	浮き沈みが激しい 時々、自信に満ち溢れる 複雑さの増加によって自身が揺さぶられる 混乱・絶望・動揺	自立と依存のジレンマ 予定計画 (agenda) を遂行できる 特定の情報だけを欲しがると より独立して機能し始める
Level 3	自身の長所・短所を受容する 高い共感と理解力 クライアント、自身、過程に目を配る 治療的な自身を用いる	安定したやる気 不安は残るもののきちんと機能する 全体的な Professional Identity が主な焦点	自分の自主性の中に固い信念がある コンサルテーションが必要な時を弁えている 責任能力を保持している
Level 3 i	特定分野すべてにおいて個人的な理解がある 個人の専門家としての人生に与える影響をチェックする	8つの特定分野での成長に励む	その他全ての特定分野において (1) 概念的・行動的に移る (2) Professional Identity が反映されている



# スーパーバイザーの発達:

Integrative Developmental Model-Supervisor development (IDM: Stoltenberg & McNeill, 2010): 三好, 2018 訳出より

Level	
Level I	<ul style="list-style-type: none"><li>高い不安感</li><li>“正しい”事をしたがる。</li><li>“エキスパート”の役割を取ろうとする。</li><li>直近の自分のSvorやこれまでのSV経験をもとにする。</li><li>非常に構成的なアプローチをとる。</li><li>自身のTherapeutic Orientationとテクニックに合わせるように働きかける。</li><li>フィードバックや対面での評価が苦手。</li></ul>
Level II	<ul style="list-style-type: none"><li>より複雑で多次元で見れるようになる。</li><li>スーパーバイザーに注目しすぎる。</li><li>やる気の乱高下</li><li>スーパーバイザーへの苛立ちを感じる。</li><li>自身への内省(特に、Power/権力)やそのほかの個人の特性に対する自覚が低い。</li></ul>
Level III	<ul style="list-style-type: none"><li>やる気は安定。</li><li>SVを価値あるものとして捉える。</li><li>自律している。</li><li>必要に応じて、SVのSVやコンサルテーションを求める。</li><li>自分の長所・短所を捉え、言語化できる。</li><li>自身が好むタイプのSV(バイザーのレベル)を理解している。</li><li>バイザーの長所・短所に関して客観的にバランスの取れた評価を出すことができる。</li></ul>
Level IIIi	<ul style="list-style-type: none"><li>どのレベルでも対応でき、レベルによる好みがかたれない。</li><li>Level IIのスーパーバイザーに一番効果的に対処できる。</li><li>セラピストとしてもLevel IIIiとなっている。</li></ul>

# スーパービジョン関係 (IDM: Stoltenberg & McNeill, 2010)三好,2018訳出より

VSee / VSor	Level I	Level II	Level III
Level I	<p>リスク: 普通</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 構成的なアプローチがうまく機能する。</li> </ul>	<p>リスク: 高</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 対峙がうまくできない。</li> </ul>	<p>リスク: 高</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 構成的になり過ぎる。</li> <li>• バイジーが、Level IIへ退行する。</li> </ul>
Level II	<p>リスク: 普通</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 一貫性のある行動によってバイジーを守り、育む。</li> </ul>	<p>リスク: 高</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 自身の振り返りが苦手。</li> <li>• バイジーのやる気の乱高下に上手く対応できない。</li> </ul>	<p>リスク: 高</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• バイジーが、Level IIへ退行する。</li> <li>• コンフリクトを上手く対処できる可能性があると同時に、拗れるリスクも想定される。</li> </ul>
Level III	<p>リスク: 低</p>	<p>リスク: 低～中</p> <p>※葛藤や諍い (Conflict)に上手く対処できる場合</p>	<p>リスク: 低</p>
Level IIIi	<p>リスク: 低</p>	<p>リスク: 低</p>	<p>リスク: 低</p>

# 支援者支援で常に留意していることと倫理

- 「恥の感情」を刺激したり「利用」したりしない
- 「ソクラテス式質問法」を多用しすぎない
- 補足情報を求めすぎず、限られた情報の中で「ともに想像」をめぐらす。もしくは「この情報から想定されること」を複数挙げる。
- 「できていること」と「課題」をできるだけ明確に
- 契約関係と任意の取り組みの区別を明確にし、お互いの臨床能力の発展という目的に限定して取り組む。
- 一定期間を過ぎたら、独立・卒業することを前提にし、文書で明記する。(ハラスメントの発生とカルト化を防ぐ)

# 主要参考文献

- 鈴木理絵・福島哲夫(2015)心理療法場面におけるセラピストの感情コンピテンスの発達過程. 日本心理臨床学会第34回大会発表論文集
- 福島哲夫(2017)初心者及び中級者への継続的スーパーヴィジョンの効果とプロセスに関する実証的研究. 科学研究費助成事業研究成果報告書
- 福島哲夫・西野入篤(2019)メタ・スーパーヴィジョンの効果と意義に関する実践研究ー20代ヴァイザーへの3,40代ヴァイザー、そして50代のメタ・ヴァイザーによる介入とその効果ー. 日本心理臨床学会第38回大会発表論文集, 348.
- Miyoshi, M. (2016). The elements of the Clinical supervision: Exporting Concepts to Japan. (Doctoral Dissertation). Open SIUC, Paper 1167.
- Miyoshi, M. (2015). Adopting the Supervisory Working Alliance Inventory into Japanese: working with Japanese supervisors. Poster presentation at the Association of Counselor Education and Supervision biennial conference, Philadelphia, PA.
- Stoltenberg, C. D. & McNeill, B. W. (2010). IDM supervision: An integrated developmental model for supervising counselors and therapists (3rd ed.). NY: Routledge.



大妻女子大学

OTSUMA WOMEN'S UNIVERSITY

## 日本心理療法統合学会

2020年3月14日(土)・15日(日)第1回記念大会開催  
大妻女子大学千代田キャンパス

- ・入会・参加申し込みは以下のホームページから

[日本心理療法統合学会 | Japanese society for ...](https://www.japanesesocietyforpsychotherapyintegration.com)

<https://www.japanesesocietyforpsychotherapyintegration.com>

「日本心理療法統合学会」でGoogle検索してみてください！！