

巻 頭 言

秋田大学臨床心理相談室室長
教授 高 田 知恵子

2009年の大きな出来事のひとつはオバマ大統領の登場でしょう。21世紀にアメリカ史上初の黒人大統領が誕生しました。この若い大統領がキャンペーン中から訴えてきた「CHANGE チェンジ」いう言葉をアメリカ国民のみならず世界中の人々が共有しました。古い時代、マンネリからのチェンジ、あきらめから希望へ、旧体質から新しいものへ、一握りの人の政治から大勢の人が参加できる政治へのチェンジ。期待したいところです。大統領選勝利演説に“I will listen to you, especially when we disagree.”というフレーズがありました。この姿勢は成熟した大人の態度だと思います。

面接の中で、クライアントの言動に、自分の価値観と相容れないものを感じることはカウンセラーとして多々あることです。そのような不協和を感じながらも、まずはクライアントの言葉に耳を傾けるわけです。クライアントの言葉の背後にある気持ちは何だろう、この行動に駆り立てた契機は何だったのだろう、自分を不協和にさせるものは何だろうと頭の片隅で考えを駆け巡りさせながらも、目の前のクライアントには五官をフル稼働させ、しっかり向き合うわけです。筆者はHIVカウンセリングを心理臨床活動のひとつとしており、医療スタッフ向け研修会で話す機会があります。その時に強調するのは「ノンジャッジメンタルな態度」です。相手を非難・批判しないで、まず中立的・客観的に相手の話を聴き、相手を尊重する態度が、患者からの信頼を得ることになり、良好な治療関係を持つことになるのです。

自分の価値観と相容れない状況や理解を超える事態に接することはかなりのストレスです。しかし面接の中で、クライアントがそのような言動にいたった経緯が明らかにされると、クライアントについての理解が可能になったり、あるいはこちらの推論が修正されたりすることがあります。クライアントについての理解が表層からより深いレベルに進むにつれ、新たな発見、見方の変化があるはずで、同時にクライアントにも新たな気づきが生じ、そこに態度・行動の「チェンジ」が発生することでしょう。クライアントのこのようなプロセスに同道させていただくことにより、セラピストの世界は広がり、鍛えられ、成長させて頂いています。さまざまな「チェンジ」を実践していくためにはセラピストの柔軟さ、しなやかさ、強さが求められます。そのための鍛錬を日々楽しく行っていきたいものです。

さて、この紀要も本号で若干のチェンジがありました。臨床系の教員が編集委員として全体の編集に当たることになりました。紀要論文は修士論文に基づいて書かれたわけですが、修士論文作成にあたり、担当教員の指導もかなりあることから教員との連名になっています。去年は面接室が新しく整備されました。少しずつ変化している秋田大学臨床心理相談室を見守っていただきたいと思います。