

研究分野のキーワード：心理臨床学，心理療法，心理教育相談，学校教育相談

研究紹介

キミは、カウンセリングというものを知っているだろうか？ これまでにスクールカウンセラー（以下、SCと略）に代表される専門家に相談したことがあるだろうか？

近年では多くの中学校にSCが配置されており、高校にも配置されるところが増えてきているので、学校で直接見たことがある人も多いかもしれません。“こころの問題”は何かと話題にされる昨今だけれど、キミの学校にも「このことは一体どういうことなのか？」「どのように理解したら（考えたら）いいのか分からない」と思うような現象が周りで実際に起こっていませんでしたらどうか？ そういった現象の当事者であったり、それに関係する人たちであった場合、自分の体験をどのように理解したらいいのか分からなかったり、その体験を受け入れることが上手くできなかつたりする人が多いです。そういう彼／彼女たちは誰かの助けを借りて何とか自分の中に納めたいけれど、ある事情で友達や親や教員あるいは身近な大人に話すことができないと感じていることが多いようです。彼／彼女らの身近な人たちは助けになってあげたいけれど、なかなかそれが上手く伝わらないで困ってしまいます。そんな時に相談の相手として「こころの専門家」が選ばれることが多いようです。当事者の彼／彼女らの相手として、あるいは身近で心配している人たちの相談相手になるには、どのようなことが求められるのだろうか？

このように、何らかの問題を抱えて困っている方々へどのように援助していったらいいのかを研究するのが心理臨床学です。その研究は基礎知識として臨床心理学を踏まえていないとできないけれど、様々な心理学や臨床心理学を学んだだけでは実際にどのように目の前の相談者に援助していけるかは分かりません。生きた人間を相手にする学問はどれもそうなのだけれど、幅広い領域の知識だけではなく、実際に人間がどのように感じて何を思い、どのように振舞うかを、様々な実践的な学びを通して知っていく必要があります。

例えば、人間の心の病にはどのようなものがあるのか？ それらはどのようなもので誰が罹りやすいのか？ 人の一生の中でどの時期にそれは起こりやすいのか？ その現れは昔と変わらないのか？ 現代に特徴的な変化があるのか？ それに対してどのようなアプローチがあるのか？ といったことを知っておかなければなりません。この辺りの入口は「こころとからだセミナー」（学部3年生）でも扱っているのだけれど、そういう知識を学んだ上で、実際に目の前の相談者には何を話しどう応えていったら、彼らが抱えている問題の解決へ向けて本当に役立っていけるのか、については大学院生でないと学ぶことができません。

高校生のキミには少し捉え難かったかもしれないけれど、そのような実践的な学びの場において心理教育相談や学校教育相談等の現場の事例に取り組んでいくことで、心理療法とはどのような営みであるのかについて、ボクはいつも考えています。