

## ニーズ・枠組みを把握しながら、なぞること

松村論文を読みながら、システムズ・アプローチの基本姿勢を確認する

駒澤大学・やまき心理臨床オフィス

八巻 秀

### はじめに

今回、松村さんにとってのイニシャルケースの事例論文を読ませていただきましたが、基本的にはこまめでケースは良い経過を辿っているように思いました。ホントうまくやっていますね！夫が海外単身赴任している中で、子育てなどに孤軍奮闘しておられるクライアント（以下 Cl.）に対して、松村さんがしっかりと労いながら面接をすすめている様子も、とても好感が持てました。この後はいったいどのように展開していったのか、とても気になるところですが、まずはこの10回までの経過の中で、気になったところをいくつか指摘しながら、あらためて、システムズ・アプローチにおけるセラピスト（以下 Th.）の基本姿勢について、思いを巡らせてみようと思います。

### Cl. のもともとのニーズは何だったのでしょうか？

#### ここに至るまでの経路を Th. が尋ねること

まず、最初に思ったことは、この Cl.は何を求めてこの神戸松陰こころのケア・センターに来られたのかという点です。Cl.はいったいこのケア・センターでカウンセリングを受けることにどんな期待を持っていたのでしょうか？ インテークの時点で C 市の教育センターで、生活リズムを整えることを中心にすでに相談を受けていたとのことでしたが、にもかかわらず、このケア・センターに来所されて、さらにカウンセリングを受けようとしたのは、なぜなのでしょう？ 来談経路にしても「夫がインターネットで調べた」とだけ書かれていますが、だとしたら、Cl.は夫にどのように言って C 市教育センターだけでなく、別のカウンセリング機関を探してくれるようお願いしたのでしょうか？ そして数多くあるカウンセリング機関の中でなぜケア・センターを選んだのでしょうか？

最初から質問の連発で申し訳ありません。その辺のところは、もしかしたらインターカーが Cl.にちゃんと尋ねられていたのではないかと思うのですが、その部分の記載がこの論文にないのは気になりました。

ちなみにシステムズ・アプローチでは、このような来談者が「ここに来るまでに至った経路や理由を尋ねること」を重要視していて、どんなケースでも必ずと言って良いほど最初にお聴きします。なぜならば、それらの問いに対する来談者の答えに、現時点での「Cl.のニーズ」が集約されているからです。例えば、Th.から「ここでどんなことができればお役に立てるでしょうか？」というようなセリフも早い段階で尋ねておきたい質問の1つですよ。この質問への答えが、とりあえずの Cl.のニーズであり、そのニーズをもとにして、カウンセリングの最初の方針が立てられるべきだと思います。

論文では、カウンセリングの方針として「まずは長男の笑顔が増えるようなかかわりを中心に一緒に考える」という目標が書かれていましたが、これは Cl.から聞き出したニーズに沿って立てたものなのでしょう？ 結局その後も Cl.は「C 市教育センターと混乱しない」からと、ケア・センターでのカウンセリングも継続を希望したのですから、まちがいでなく Cl.はケア・センターでのカウンセリングに（C 市教育センターとは違う）何らかの期待を持っていたのだと思います。それはいったい何だったのでしょうか？

しっかりと早い段階で Cl.のニーズをお聴きして、それに沿うことから始めていくことは、間違いなく Cl.との良好な関係が作れるジョイニングの第一歩になるはずです。

### なぜ Cl. は夫に話さないことが多いのでしょうか？

#### Cl. と Th. 両者の枠組みを把握すること

#1～#2 は Th.がうまく聞き出して、Cl.が「夫に言うべきか言わざるべきか考えて、結局『空まわりしている』状態」と語るような Cl.の「個人の枠組み」や「夫婦関係の枠組み」が少しずつ見えてきていますよね。その点の情報収集はうまくやってらっしゃるな～という印象です。

さて、それを聞いている「Th.の枠組み」はどんな

っていたでしょうか？そして、それに伴って「Cl.とTh.の関係の枠組み」はどう変化しているのでしょうか？#2の終わりにTh.から「自分の時間は？少し肩の荷を下ろしては？」と提案していますが、これは「もっと自分だけで抱え込んでがんばらずに、楽になりましょう。」という松村さんの考えが如実に現れていて、その考えをある意味ストレートにCl.に伝えていますね。その結果、「Cl.とTh.の関係の枠組み」はどうなったのでしょうか？結果としてその次のセッションはキャンセル。もちろん花見のためと理由はありますが、Cl.にとって、少しTh.との「間」を置く必要性を（無意識的に？）感じたのかもしれませんが、つまり「Th.の枠組み」が強すぎて（これを「Th.の思い込み」とも言いますね）Cl.には少し脅威に感じたとも考えられます。その後、#5あたりまでCl.の「夫や長男とのコミュニケーションやかかわりを中心に」質問などを重ねていく展開でしたが、これも「Cl.はもっと伝えることをした方が良い」という「Th.の枠組み」があることが、その質問内容からも垣間見ることができますね。

では、ここであらためて「Cl.の枠組み」を見直してみましよう。なかなか夫に相談しようとしないうちCl.はなぜそういうコミュニケーションを選んでいるのでしょうか？この論文の情報だけでは、それが何なのかはわかりませんが、それにはCl.の（意識・無意識かわからない）何らかの“事情”があるのだと思います。

ジョイニングとしてCl.のがんばりを心から労うのであれば、その“事情”に対してのいくつかの仮説がたたないうちに、Cl.のコミュニケーションを変化させるような提案をするのは、少し早すぎるかもしれませんね。むしろ「そうCl.ががんばってしまうのは、何かしらの“事情”があるからなんだろう。ゆっくり、その“事情”を探りながらお聴きしていこう。」という情報（事情）収集に徹することが、まずTh.としての基本姿勢として大切かもしれません。この“事情”も「Cl.の枠組み」を構成しているものですから、この部分の仮説が立たないうちに「提案」や「介入」は禁物です。この時点でCl.-Th.関係は、少し崩れかかっていたのかもしれませんが。その点、#6においてCl.の最大の関心事である長男の進路に話題を持っていったのは、「Cl.とTh.の枠組み」の調整あるいはジョイニングによるCl.-Th.関係の再構築という点から見ても、とても良い展開だったと思います。

#7以降なぜTh.は「現状維持」を選んだのでしょうか？「現状維持」を行うTh.の意図

#5あたりから徐々にCl.の現状を肯定するTh.の姿勢はみえていたものの、なぜ#7で「現状維持」によるジョイニングに切り替えられたのでしょうか？ちなみに#6での「長男はどうすべきか十分にわかってらっしゃるけれども、なかなか動けない。それは長男にとってどういうことなのだと思いますか？」とかく手のかからなかった長男の不登校は何を言わんとしていると思う？>という2つの質問は少し抽象的すぎるかなとも思いましたし、この質問によってTh.は何を狙っているのか、その意図については描かれていませんね。もしかしら、何かを狙うというよりも、Cl.との関係あるいはコミュニケーションがうまくいっていないことへの焦りが、Th.にはあったのかなと感じられる質問にも思えました。

「現状維持」というジョイニングは、まずそれを行うことによる家族システムの変化をしっかりと観察することが前提。その上で、「現状維持」を行うTh.の意図としては大きく分けて3つあると私は考えます。

1つめは「カウンセリング作業開始による家族システムへの影響の観察」。Cl.がカウンセリングを始めたことによって、家族システムへどのような影響が出るのかを観察するためです。現状維持といっても「家族構成員の誰かがカウンセリングを受け始めた」という1つの事実がありますから、少なからずその影響が家族に及ぶものです。Th.から「そのまま、様子を見ていきましょう。」と不変の指示をしながらも、家族にどのような影響が出てくるのかを見極めるといのがTh.の意図です。

2つめは「Cl.の変化への強い期待の緩和」。現状を変えたいと思いつぎのCl.に対して、ある意味で歯止めをかけることです。現状に困っているCl.はより早い変化あるいは解決を求めるものですし、そのような気持ちを持つのは当然でしょう。しかし、そのような急激なシステムの変化はリバウンドが起りやすい。システムは急な外からの変化に対して、元のパターンに戻そうとする動きが起り、結局元に戻ってしまうという現象はよく見られることです。そのようなCl.の過剰な期待を、Th.は良い意味で「程良く裏切る」ことは大切であり、そのための「現状維持」の指示です。ただ現状維持を行うといっても、現状のCl.やその家族の良い部分、リソースを見つけて指摘すること（＝コンプリメント）が現状維持ジョイニングの効果

を増すことになります。

3つめは、「次なる大きな介入への助走としての現状維持の指示」です。大きな介入とは、例えば有名な「虫退治」などの技法を駆使することですが、そのような介入を行うためには、Th.がその前に家族システムをしっかりと見立てることは当然。その一方で家族もまた家族状況をしっかりと把握しておく必要があります。そのためには、家族にいつもの家族の様子を丁寧に観察して家族状況を把握してもらう期間としての「限定的な現状維持」をお願いすることです。この現状維持の期間に家族観察をして、カウンセリングにおいてそれを語ってもらうことが、その変化への希望・期待が生まれてくる土台になるのです。

現状維持の意図として代表的な3つをご紹介しましたが、さて、松村さんがとられた現状維持は、この3つの中のどれに当てはまりそうですか？

Th.の意図はどうだったかはわかりませんが、このケースでは、もしかしたら3つ目の現状維持に近いかもしれませんね。#9以降のこの家族の変化は、Cl.の心情やそれに伴う行動にTh.が合わせることに徹したことによって、Cl.が自らの家族の現状をカウンセリングの中で語りながら把握していったことが、その後の展開につながる力になっていったのかもしれない。

これからのTh.の留意点は何でしょう？：

**Th.がCl.を「なぞって」いくこと**

前述したようにTh.がとった現状維持が「次なる介入への助走」であるならば、次へのためのTh.の留意点は何でしょうか？松村さん自身も「Cl.の枠に沿いながら焦らず地道に小さい変化を繰り返しなぞっていくことが初心者としてのTh.の役割」とおっしゃっていますが、まさにその通り！「いつ介入するか？」などと野暮なことは考えずに、焦らず急がず、Cl.の話を丁寧に聴きしながら、その中のCl.のがんばりや家族のささやかな変化を見い出して「なぞる（＝フィードバックする）」ことが、まずは一番大切な作業になるでしょう。その中で自然に介入のタイミングがTh.自身で感じられるようになるはずですが、それまでしっかり丁寧に「なぞって」行ってください。

もしこのケースが継続中であるならば、いずれ長男の高校受験直前の時期を迎えます。その時期は長男自身はもちろんのこと、母親であるCl.も焦りや不安の中にいることでしょう。そんな中でも、このCl.が息子や家族を支えているところをしっかりとTh.が見つけ

てコンプリメントをしていってくださいね。

それにしても、現在この家族はどうなっているのか、やっぱり気になりますね！（笑）

**最後に： 「コンテクスト」とは何か？**

この論文を読みながら、全体的に松村さんのこのケースへ注ぐ熱意を感じました。このような熱意があることは、Th.としてとても大切です。一方で、松村さん自身も書いておられるように、Cl.や三女が語るコンテンツに注目して「巻き込まれて」しまったところがありましたね。そうならないために「コンテクストに注意を払う」ことは大切なことは、松村さん自身ちゃんとわかっていらっしゃる。

でも、コンテクストって一体なんなのでしょう？

私も大学院生を指導していて一番伝えるのが難しいのがこの「コンテクスト」です。このような文章でお伝えしきれないのは、十分にわかってはいるのですが、最後にあえて私なりの「コンテクストの定義(?)」を提示してみますね。

「コンテクストとは何かと考え始めたら、それはコンテンツを考えている。コンテクストとは、Cl.の言葉を素朴に丁寧に聴きながら、Th.の中で自然に立ち上がってくるケースやセラピーそのものに対する疑問・妄想・仮説であり、その流れに乗っていくことでもある。コンテクストは理解しながら、感じながら、乗っていくことである。」

わかりますか～？う～ん、やっぱりコンテクストを言葉で表現するのは難しいですね。ケースやセラピーにおけるコンテクストについては、松村さんがこれから様々な現場でどんどん臨床経験を積んでいく中で、ぜひ体感・体得して行ってください。

これからの松村さんのご活躍を期待しています！