

## 研究テーマ ● チームで行う対話型の心理臨床的援助に関する研究

臨床心理学研究科・臨床心理学専攻

教授 大石 英史

## 研究の背景および目的

高度にシステム化された社会の中で、多くの方がストレスを抱えながら生活しています。教育現場や企業でも、心を病む人の増加が大きな問題となっています。心の専門家である臨床心理士に求められる役割は拡大しており、多職種との連携も必要になってきています。私たちは長年、組織への適応を目的とせず、一人ひとりの生き方を大切に心理臨床的援助の在り方を、事例研究という方法で研究してきました。今後これにチーム支援の手法を取り入れた新たな支援の展開を検討していきます。

## おもな研究内容

## パーソンセンタードアプローチ (PCA)

1940年代に米国の臨床心理学者カール・ロジャースが始めた心理療法。クライアント(来談者)の話をよく傾聴し、感じ方や生き方を共感的に理解しようとする態度を重視する。カウンセラーがリードするのではなく、クライアント自身が悩みを整理し、自分らしく生きる元気が出るよう自己実現を支援していく。

## 新しいチーム支援の手法を取り入れる

## PCAGIP法

クライアントの支援に当たる専門家の事例を、グループのメンバーが共有し質問、各自の経験から発言していく。事例提供者が新しい視点で事例を見、自身で問題を探るヒントを得るのに役立つ。援助者である専門家への支援と成長を促進する手法。

## オープンダイアローグ

1980年代、フィンランドで統合失調症の治療として開発されたアプローチ。医師、看護師、セラピスト等の支援者の中に患者・家族も参加し、全員が対等な立場で発言するミーティングを行う。症状が緩和するまで毎日対話を行い、服薬や再発が減少する成果を上げている。うつ病、引きこもり等にも応用される。

個人の生き方を大切にするパーソンセンタード・アプローチ(人間性心理学)の考え方を基盤に据えた対話による心理療法を、1980年代から実践してきました。特に、援助者から共感的に理解されることから生まれる自己治癒力によって、クライアントのより自分らしい生き方を支えていく心理臨床実践を重ねてきました。また、その実践をクライアントと援助者の関係性の視点から事例研究としてまとめてきました。

具体的なフィールドとしては、学校現場のスクールカウンセラーとして不登校や発達障害の子どもや保護者、教師への支援を行い、産業臨床では職場のメンタルヘルスやうつ病からの職場復帰支援などに取り組んでいます。

現在、パーソンセンタード・アプローチから生まれた新しい事例研究法PCAGIP法やフィンランドで実践されてきたオープンダイアローグの手法に注目しています。様々な臨床領域において、多職種とチームで支援を行い、本人や家族も対等な立場で積極的に参画する心理臨床的援助の方法を探りたいと考えています。

## 期待される効果・応用分野

これまで実践と研究を重ねてきたPCAに、PCAGIP法やオープンダイアローグの考え方を取り入れることで、臨床心理士に今後求められる多職種との連携を推進したいと考えています。特に2015年、日本に導入されたオープンダイアローグは、様々な臨床現場で効果を発揮する可能性が期待されます。本人や家族等当事者が専門家チームとのミーティングに対等な立場で参画するという新たな支援の考え方、個人の主体性を尊重する援助手法を広め、社会が変わるきっかけになればと考えています。

## 共同研究・特許などアピールポイント

●PCAを実践・研究している臨床心理士や研究者と共同で事例集を執筆しています。『事例に学ぶスクールカウンセリングの実際』『エピソード教育臨床』(いずれも創元社)、『青年期の危機とケア』(ふくろう出版)



## コーディネーターから一言

個人の主体性を尊重する心理臨床を実践・研究する専門家。特に対話型のチーム支援の手法を広めたいと考えます。臨床心理士の立場から学校・企業等の現場を支援、セミナー・研修会等へも協力できます。ご連絡ください。

研究分野

臨床心理学

キーワード

パーソンセンタード・アプローチ、オープンダイアローグ、対話心理療法