

「共感的理 解」 —カウンセリングで大切なこと—



力

ウンセリングで一番大切なことは「共感的理 解」と言われます。これは近代カウンセリングの創始者、カール・ロジャースの言葉です。

しかし、共感的理 解は実は大変難しいことです。なぜなら共感は「喜ぶ者とともに喜び、悲しむ者とともに悲しむ」心の作業であり、理解はあくまでもクールな知的作業だからです。

この共感と理解は助け合うこともあります。ある時、女子中学生が泣いています。後で、その中学生の母親が家を出て行き、分かりました。そうすると、「ああ、たぶんお母さんのことを思い、自分の人生の不幸を思っているのだなあ。」となります。この場合、共感と理解は助け合うことになります。

しかし、理解すると共感できなくなることもあります。ある時、女子高校生と面接していました。いつもは夕方の面接で、言葉少ないながらも会話は成り立っています。しかしある日、こちらの都合で朝九時からの面接にしました。するとほとんど声も出ない状態で、涙が少し。かなり落ち込んでいます。こちらは朝夕の元気さの変化が気になります。なぜなら、うつ状態の人は、通常、朝が一番つらく、もう会社や学校に行かなくてもいい夜になると、すこしはましになる人が多いからです。その場で、こちらの頭は忙しく働き出します。ここは精神科医を紹介して、抗うつ薬を処方してもらつた方が、本人が楽かなあ、女子高校生だからやさしい女医さんの方がいいかなあと頭で考えています。すると女子高

神戸学院大学人文学部教授
心理臨床カウンセリングセンター長
日高 正宏
Masahiro Hidaka

神戸学院大学人文学部教授
心理臨床カウンセリングセンター長

した。その日に始めて会った生徒で涙の背景が分かりません。

何だか分からなければ、ロジャー・マッカーリーのことしか感じられません。



とにかく、ロジャー・マッカーリーの理解が矛盾する状態です。

しかし、ロジャー・マッカーリーはこちらの体験と来談者の体験の違いです。ふつう、同じ体験があると共感的理解し易いように思いますが、反対もあります。バイク暴走中学生に、「僕も昔はバイクに乗ったもんだよ」なんて言つても通じません。今の中学生の心の動きとはずれているからです。

しかし、こちらが全く体験していない話も共感的理 解し難いものです。同様の体験を心に秘めつつ、そつと聞いていくことがいちばん大切でしよう。臨床心理士は共感的理 解をしつつカウンセリングをするのですが、このカウンセラーを養成するのは大変難しいものです。最新の臨床心理学的知識を詰め込んで理解力だけが育ち、温かい共感力が育たないからです。ともに涙するなどという心はふつうの研修によって育つものではありません。そこが臨床心理士養成の役割を担う大学院の難しいところです。

	1年次	2年次	3年次	4年次
法学部／経済学部／経営学部	有瀬キャンパス	ポートアイランドキャンパス		
薬学部(6年制)	有瀬キャンパス	ポートアイランドキャンパス(2~6年次)		
人文学部／総合リハビリテーション学部／栄養学部		有瀬キャンパス		
学際教育機構	有瀬キャンパス	ポートアイランドキャンパス		
	防災・社会貢献ユニット*			
	スポーツマネジメントユニット			

*文部科学省現代GP(現代的教育ニーズ取組支援プログラム)採択

本学の心理臨床カウンセリングセンターには、地域の方々が相談に来られます。核家族化、転勤など、地域教育力や親戚の支え合いの様子が変わった中で、臨床心理系大学院生の養成に努めていきたいと思います。



神戸学院大学

- 有瀬キャンパス／〒651-2180 神戸市西区伊川谷町有瀬518 TEL.078-974-1551(代表) FAX.078-974-5689
- ポートアイランドキャンパス／〒650-8586 神戸市中央区港島1-1-3 TEL.078-974-1551(代表) FAX.078-974-4102
- 長田キャンパス[法科大学院]／〒653-0862 神戸市長田区西山町2-3-3 TEL.078-691-4888(代表) FAX.078-691-4333
- URL <http://www.kobegakuin.ac.jp/>

法学部／経済学部／経営学部	有瀬キャンパス	ポートアイランドキャンパス
薬学部(6年制)	有瀬キャンパス	ポートアイランドキャンパス(2~6年次)
人文学部／総合リハビリテーション学部／栄養学部	有瀬キャンパス	
学際教育機構	有瀬キャンパス	ポートアイランドキャンパス
	防災・社会貢献ユニット*	
	スポーツマネジメントユニット	