

## 心理臨床家同士のグループ体験における反省的实践

小橋 亮介<sup>1</sup>・田中 将司<sup>2</sup>・村瀬 凜<sup>3</sup>

(<sup>1</sup>岡山大学教育推進機構 <sup>2</sup>東海大学 <sup>3</sup>名古屋大学大学院教育発達科学研究科)

Clinical Psychologists' Reflective Practice in Group Experiences

Ryosuke KOBASHI<sup>1</sup>, Masashi TANAKA<sup>2</sup>, Rin MURASE<sup>3</sup>

(<sup>1</sup>Institute for Promotion of Education and Campus Life, Okayama University

<sup>2</sup>Tokai University

<sup>3</sup>Graduate School of Education and Human Development, Nagoya University)

### 要旨

心理臨床家にとって反省的实践は重要であり、多様な形態のグループに参加をすることによって反省的实践を行っている。本研究では、全般的な心理臨床家同士のグループにおける体験（研究1）および継続的なグループにおける体験（研究2）を探索することを目的として、数名の心理臨床家による話し合いをKJ法を援用して分析した。その結果、心理臨床家同士のグループ体験における反省的实践には、【グループ体験が内省につながるかどうか】などの4つ側面が重要であることが示された。また、継続的なグループにおける体験では、《本来の人としての感覚や欲求》や《自分を不自由にしている要因》などの【会における気づき】が得られることが反省的实践として有意義であることが明らかになった。

### Abstract

Reflective practice is crucial for psychological clinicians, who participate in it in diverse group formats. This study analyzed discussions among psychological clinicians using the KJ method to explore their experiences in both general colleague (Study 1) and continuous groups (Study 2). Four aspects were found to be crucial for psychological clinicians' reflective practice in group experiences, including whether the experience leads to introspection. Furthermore, gaining such insights as awareness of one's fundamental human sensations and desires or of the factors restricting one's freedom was found to constitute meaningful reflective practice in continuous groups.

キーワード：心理臨床家，グループ体験，反省的实践

## 1. 問題と目的

本邦では、2017年に公認心理師法が施行され、心理職として初めての国家資格が誕生した。その背景には、心の健康の問題が複雑化、多様化してきたために、心の健康への関心や心理支援の必要性の高まりがあると考えられる。心理職は、公認心理師以外にも、臨床心理士の資格を持つ場合やカウンセラー、セラピストと呼ばれることなどがあるが、本研究においては、これらの心の専門家の総称を“心理臨床家”とする。

心理臨床家は、自己研鑽や相互研鑽を行い、心の専門家としての資質を向上させることが必須である。自己研鑽や相互研鑽には、柔軟な内省や自らへの気づき、自己理解力を深め、修正を行うことなどが含まれる“反省的実践”の重要性が述べられている（日本公認心理師養成機関連盟、2023）。反省的実践は、一人で行うには限界があるため、経験豊富な指導者や熟達者（スーパーバイザー）から指導や助言を受けるスーパービジョン、専門家が自身の問題や心理的特徴を理解、解決をするために心理療法やカウンセリングを受ける教育分析を行うことがある。さらには、臨床心理士養成の指定大学院においては、担当の事例に関して、ケースカンファレンスでの検討機会をもつことが求められており（公益財団法人日本臨床心理士資格認定協会、2024）、大学院を修了してからも、事例検討会やグループスーパービジョンに参加する機会があることが望ましいと考えられている。それに加えて、学会や研修会などに参加をすることは、専門知識や実践における知見を深め、他の臨床家との交流を行う機会になる。その他にも、フラットな関係のピアグループといった小さなコミュニティに入ったり、コミュニティを作ったりすることも、普段の実践を言語化し、他の参加者からの学びを得ることができる（山口、2024）。心理臨床家は様々な形で反省的実践を行っており、本研究ではこれらの心理臨床家同士が2人以上で集まって行う活動の総称を“グループ”として扱う。なお、本研究におけるグループには、エンカウンター・グループや集団精神療法など、いわゆるグループで行うセラピーは含まれていない。

心理臨床家にとってグループは反省的実践につながるものの、厳しい上下関係や仲間関係からストレスを受けて、既存のグループから支えを受けられないとすることがある（岩壁、2015）。また、スーパービジョンにおける恥（岩壁、2019）を感じることもあり、訓練セラピーを受ける場合には相性の問題もあって、訓練セラピーをドロップアウトすることも起こり得る（山崎、2023）。そもそも、コミュニティにおける倫理やルールは重要ではあるが、それらに則って自分の言動が取り上げられることへの恐れを生じさせる意味で、倫理やルールはときに抑圧装置として働く（富樫、2023）ことも踏まえると、グループが心理臨床家の反省的実践につながらないことがあると言える。グループがより適切に心理臨床家の反省的実践に活かされるためには、グループにおける心理臨床家の体験を検討し、反省的実践につながる要因やそうではない要因を探索する必要がある。

グループにおける心理臨床家の体験について、例えば早川（2016）は、心理臨床家訓練生のケースカンファレンス体験に関する研究から、ケースカンファレンスは臨床的な見方や

考え方の蓄積の機会になる一方、発表者が傷つきを感じやすい場であると述べている。その他に、心理臨床家のグループでの体験そのものではないが、心理面接で生じた不安への対処と乗り越え方および成長を検討した研究（上倉他，2016）によると、グループスーパービジョンを経て共感の芽生えや自分に向き合おうとするに至ることが示されている。さらに、石倉他（2019）の研究では、若手心理臨床家の指定大学院終了後の歩みに関して PCAGIP 法を用いて検討されており、研究にて実施した PCAGIP 法で語り合うことそのものがピアグループに近いものとなつて、メンバーの自己理解の促進や自己肯定感の向上につながったことが示唆されている。

しかしながら、既に述べたように心理臨床家は様々な形のグループに参加をしているため、これまでに検討されてきたグループにおける体験はその一部に過ぎず、十分に知見が蓄積されてきたとは言い難い。それだけではなく、心理臨床家がグループに参加をする場合、単発の研修会などを除くと、継続的にグループに参加をする場合が多いと考えられる。そのため、心理臨床家が継続的にグループに参加をした際の体験を検討することも重要であるものの、継続的なグループの体験を検討した研究はほとんど見当たらない。

そこで本研究では、心理臨床家のグループにおける体験および継続的なグループにおける体験を探索することを目的とし、2つの研究を実施する。研究1では特定のグループについてではなく、全般的な心理臨床家同士のグループにおける体験を検討することで、多様なグループが反省的实践として機能するための要因とそうではない要因を探索する。研究2では、筆者らが実施している経年的な語り合いの意味を明らかにすることによって、継続的なグループの体験がどのように反省的实践として意義があるのかについて検討を行う。

## 2. 研究1

### 2.1 方法

#### 2.1.1 調査内容

研究参加者は、第一著者と第三著者を含む、6名の心理臨床家であった。この6名は、臨床心理士および公認心理師の資格を有し、資格取得後2年目から6年目までの心理臨床家であった。

「心理臨床家同士のグループにおける体験」というテーマについて、6名の心理臨床家が、X年5月～X年7月まで、月に1回ずつ計3回の話し合いを実施した。各回の所要時間は約1時間であり、話し合いの円滑化と話題の偏りを防ぐために、3回それぞれに異なった1名のファシリテーターを設定した。

話し合いはオンラインビデオ通話システムを用いて行われ、録画された。録画されたデータから話し合いを文字起こしして、逐語ファイルを作成した。逐語ファイルの作成は、話し合いが終わる度に行われ、作成された話し合いの逐語ファイルを研究協力者間で共有をすることによって、前回の話し合いの内容を踏まえて、次の話し合いに臨めるようにしていた。

### 2.1.2 分析方法

本研究では、これまで十分に検討されてこなかった心理臨床家のグループでの体験について、既にある言説に囚われずに仮説生成的なアプローチが必要であった。さらに、6名の心理臨床家の話し合いというまとまりのない情報から心理臨床家の体験の構造を見出すためには、多くの情報から構造や統合を見出していくために使用される KJ 法(川喜田, 1986)が適切な分析方法であると考えられたため、本研究では KJ 法を援用して分析を行った。

計 3 回の話し合いの逐語ファイルから、相槌以外の発言 1 つずつを 1 つのラベルにした。次に、①心理臨床家同士のグループにてどのような体験をしていたのか、②心理臨床家の反省的実践につながるグループとはどのようなものか、③心理臨床家の反省的実践につながるグループとはどのようなものかの 3 点について着目をし、関連があると思われるラベル同士を集めていき、そのまとまりから小カテゴリーを生成した。生成された小カテゴリーから、親近性のあるカテゴリーをまとめて、中カテゴリーを生成し、同様に中カテゴリーから大カテゴリーを生成した。生成された各カテゴリーは、研究協力者 6 名によって確認がなされ、体験の実態と異なる場合には修正を行った。生成されたカテゴリーを用いて、川喜田(1986)を参照し、カテゴリー間の関係性の図解化(A型図解化)およびストーリー化(B型叙述化)を行った。ここまでのラベル作り、カテゴリー生成のためのグループ編成、図解化、ストーリー化を 1 ラウンドとし、ストーリー化における行き詰まりが生じた際には、グループ編成および図解化に修正を行った上で再度ストーリー化を行った。図解化とストーリー化が概ね一致するまで、このラウンドを繰り返した。

### 2.1.3 倫理的配慮

本研究および話し合いの実施前に、研究の目的と内容、データの公表について研究協力者間で確認をした。また、本研究の論文化に際して、公表する内容について再度確認を行った。

## 2.2 結果と考察

ラベル作りおよびグループ編成の結果、全ての発言から 208 のラベルが作成され、208 のラベルから 36 の小カテゴリーが生成された。さらにそこから、17 の中カテゴリーが生成され、4 の大カテゴリーが生成された。これ以降、大カテゴリーは【 】, 中カテゴリーは《 》, 小カテゴリーは< >で表す。これらのカテゴリーをまとめ、カテゴリー間の関係性を図解化したものを図 1 に示した。図 1 から、心理臨床家同士のグループにおける体験において、心理臨床家の反省的実践につながるもしくはつながらないためには、4 つの側面が重要であることが示された。具体的には、【グループに参加をするかどうか】が【グループ内で発言をするかどうか】に影響を与え、さらには【グループ内で発言をするかどうか】が【グループから得られるものがあるかどうか】へと影響をし、【グループから得られるものがあるか

どうか】から【グループ体験が内省につながるかどうか】に影響を与えていた。そして、【グループ体験が内省につながるかどうか】が【グループに参加をするかどうか】に影響するという、円環的な関係を構築していた。ストーリー化した結果および考察を以下に記す。

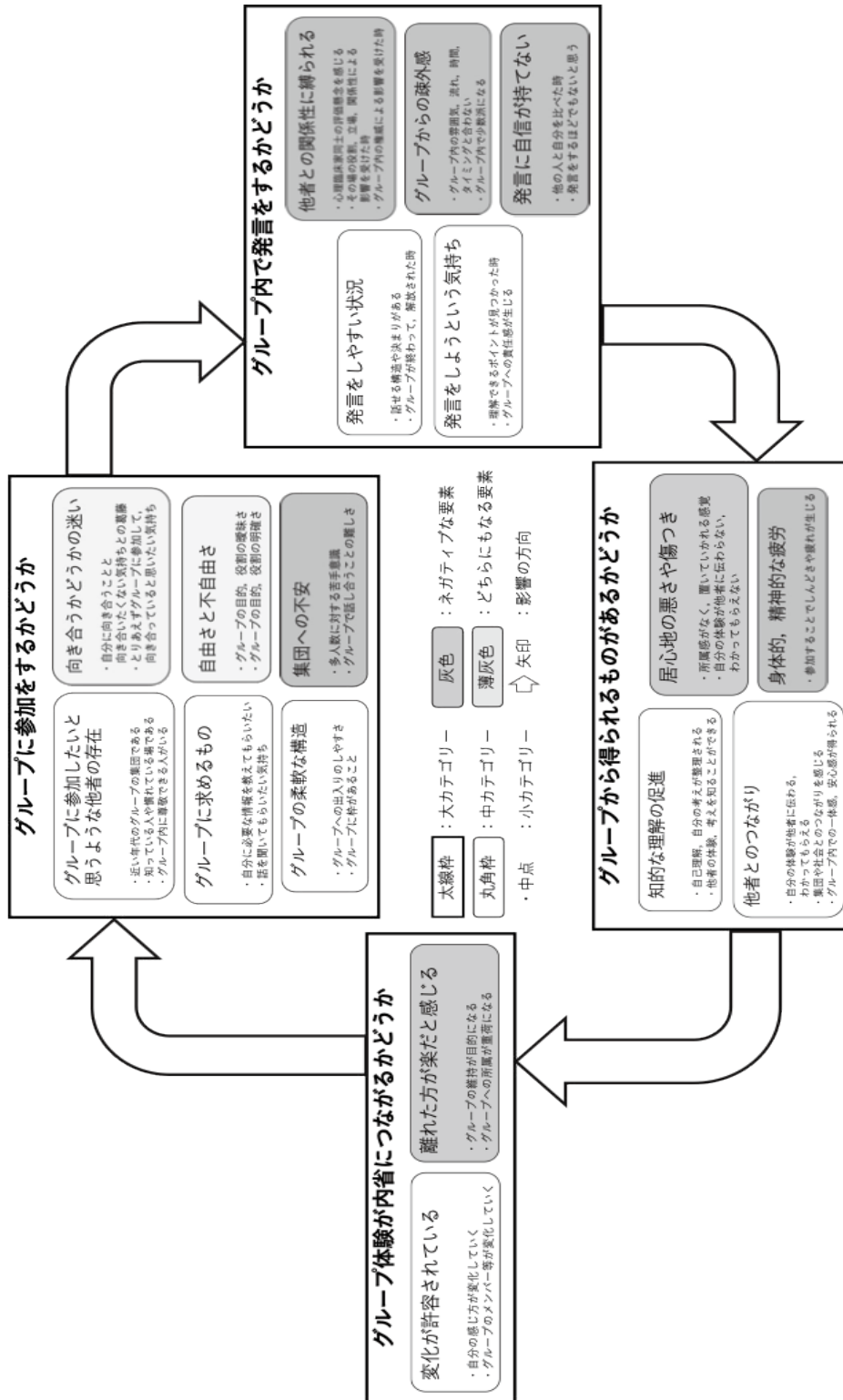


図1. 心理臨床家同士のグループにおける体験と反省的実践に関する要因

### 2.2.1 グループに参加をするかどうか

第一に、そもそもグループに参加しないことには、心理臨床家同士のグループにおいて、心理臨床家の反省的実践が生じることはないため、【グループに参加をするかどうか】は重要な要素の1つである。心理臨床家は、《グループに参加したいと思うような他者の存在》がある場合に、グループへの参加のしやすさを感じる。特に、＜近い年代のグループの集団である＞場合や＜知っている人や慣れている人がいる場である＞場合には、安心してグループへの参加をしやすくなると考えられる。他には、＜グループに尊敬できる人がいる＞と、その人から学びたい気持ちが生じて、グループに参加をするモチベーションにつながるものが示唆された。さらに、《グループに求めるもの》もグループへの参加のしやすさに関連をしており、連携先といった具体的に自分に必要な情報を教えてもらいたい＞思いや単純に＜話を聞いてもらいたい気持ち＞は、グループへの参加の直接的な動機になり得ると推測される。心理臨床家にとって、仲間に話すことは孤立を防ぐ直接的なセルフケアとなる（鈴木、2021）ため、＜話を聞いてもらいたい気持ち＞からグループに参加することは当然であろう。そして、＜グループへの出入りのしやすさ＞および＜グループに枠があること＞を含む、《グループの柔軟な構造》もグループへの参加をしやすくする要因であった。グループに出入りしやすいという緩さと枠があるという縛りが柔軟な構造になっていると、心理臨床家はグループに参加をしやすくなると考えられる。

他方で、《向き合うかどうかの迷い》と《自由さと不自由さ》は、グループへの参加にポジティブな要素になることもあれば、ネガティブな要素になることもあると示唆された。《向き合うかどうかの迷い》の1つとして、グループに参加をして自己理解を深めることは、臨床実践のためには有用であるとわかりつつも、自分の嫌な面や気づきたくない側面に触れることにもなるため、＜自分に向き合うことと向き合いたくない気持ちとの葛藤＞が生じる。それに加えて、グループへの参加に負担を感じながらも、＜とりあえずグループに参加して、向き合っていると思いたい気持ち＞という消極的なグループへの参加動機が生じることもある。これらの《向き合うかどうかの迷い》は、心理臨床家のグループへの参加を促進するだけでなく、グループへの参加を阻害する要因になることもある。同様に、＜グループの目的、役割の曖昧さ＞と＜グループの目的、役割の明確さ＞を含む、《自由さと不自由さ》に関しても、グループの曖昧さが自由さにつながることもあれば、自分の役割がわからずに不安につながることもあること、グループの明確さが安心につながることもあれば、目的や役割に縛られて不自由さにつながることから、グループへの参加をしやすくなる場合と参加をしにくくなる場合があると推察される。

その他には、グループへの参加に対するネガティブな要素として、心理臨床家は《集団への不安》を感じることもある。心理臨床家によっては、＜多人数に対する苦手意識＞が強いため、そもそもグループに対して安心をすることが少なかったり、1対1で話すことを好んだりすることがあり得る。それから、グループで話し合う際に、意見を一致させるこ

とや考えを共有することの難しさなど、＜グループで話し合うことの難しさ＞を感じることもある。こうした場合に、心理臨床家は《集団への不安》を感じて、グループへの参加がしにくくなると考えられ、そのためにグループに参加をしないとすれば、当然ながら心理臨床家同士のグループにおける反省的実践は生じ得ない。

### 2.2.2 グループ内で発言をするかどうか

第二に、心理臨床家同士のグループが反省的実践につながるためには、【グループに参加をするかどうか】に影響を受けた、【グループ内で発言をするかどうか】が重要である。心理臨床家訓練生のケースカンファレンス体験に関する研究を行った早川(2016)が、ケースカンファレンスにおける発言は空気を読みながら、雰囲気を感じ取りながら行われていると述べていることから、グループ内での発言もそのグループの空気や雰囲気に影響を受けていると考えられる。つまりは、発言をしやすいグループでは、必要以上に空気を読むことがなく、雰囲気が良い可能性が高いため、自分の思考や発言に集中しやすく、反省的実践につながる可能性が高くなりやすいと言える。そのうえ、グループの雰囲気や発言のしやすさは、【グループに参加をするかどうか】に影響を受けており、参加のしやすいグループほど、発言もしやすくなる。

発言がしやすくなる要因としては、《発言をしやすい状況》と《発言をしようという気持ち》が示された。例えば、参加者に順番に話す機会が与えられたり、どんな発言をしても最後にまとめてくれる人がいたりするなど、グループに＜話せる構造や決まりがある＞場合には、心理臨床家はグループ内で発言をしても大丈夫だと感じやすい。また、＜グループが終わって、解放された時＞にも、発言をしてもいいと思うことが示された。心理臨床家は、グループが終わって緊張感などから解放をされた時に、意見がまとまって発言をする、発言をされることが少なからずある。こうした《発言をしやすい状況》だけではなく、《発言をしようという気持ち》が生じることもあり、＜理解できるポイントが見つかった時＞には、自分の中で考えや話す道筋がまとまって発言をしたくなる。それに加えて、例えばカンファレンスは発表者を支える場でもある(早川, 2016)など、グループの発表者を支える気持ちやグループの雰囲気を良くしたい気持ちといった、＜グループへの責任感が生じる＞時に、発言をしようと思うこともある。

一方で、《他者との関係性に縛られる》場合、《グループからの疎外感》が生じた時、《発言に自信が持てない》時には、グループ内での発言がしにくくなってしまう。＜心理臨床家同士の評価懸念を感じる＞ことは、特に経験の少ない心理臨床家には珍しいことではなく、他者からの評価に強い不安を感じる(上野, 2015)ことや指導者からの評価不安(上倉他, 2016)が生じることがある。これは、＜グループ内の権威による影響を受けた時＞ともつながると考えられ、本研究の調査協力者は資格取得後2年目から6年目までの比較的経験の少ない心理臨床家であったために、評価懸念や権威的な存在の影響を受けやすかったのか

もしれない。こうした権威的な存在の影響を自分が受けるだけではなく、自身がその場における権威的な存在になってしまう、同じ職場の同僚同士や上司と部下の関係があるなどの、〈その場の役割、立場、関係性による影響を受けた時〉には、心理臨床家は発言をしにくくなってしまいます。そのグループ内の関係とグループ外の関係が同時にある多重関係および評価や権威が生じる上下関係に縛られると、発言がしにくくなってしまうと考えられる。しかも、心理臨床家は《発言に自信が持てない》こともあり、〈他の人と自分を比べた時〉に、自分のできなさに恥ずかしさを感じ、落ち込むことや〈発言をするほどでもないと思う〉ことがある。また、〈グループ内の雰囲気、流れ、時間、タイミングと合わない〉と感じた時であったり、凝集性の高いグループで他の領域や分野に言及している人たちに入っていけないなどの〈グループ内で少数派になる〉状況であったりすると、《グループからの疎外感》が生じてしまう。その疎外感から逃れるには、そのグループのシステムや言葉を理解して、それらに沿った発言をしなければならないため、発言は慎重にならざるを得ない。グループ内での発言がしにくくなるということは、言語化による内省が困難になることにもつながり、グループの体験が反省的実践につながりにくくなってしまおうと言える。

### 2.2.3 グループから得られるものがあるかどうか

第三に、【グループから得られるものがあるかどうか】は、直接的に心理臨床家同士のグループが反省的実践につながるかどうかに関わる、非常に重要な要因である。この【グループから得られるものがあるかどうか】は、【グループ内で発言をするかどうか】に影響を受けていて、《発言のしやすい状況》や《発言をしようという気持ち》が生じやすいグループであれば、グループにおいて反省的実践につながるものが得られやすいと考えられる。

【グループから得られるものがあるかどうか】のポジティブな要素としては、《知的な理解の促進》と《他者とのつながり》が示された。グループに参加をすることで、〈自己理解、自分の考えが整理される〉ことや〈他者の体験、考えを知ることができる〉ことは、心理臨床家にとって大きなメリットであり、まさに反省的実践そのものであろう。特に、あまり人数の多過ぎない小グループで、フラットに話し合うことができるピアグループでは、お互いの実践に関することを省察し、共有する中で自己理解が進み（石倉他，2019）やすい。さらに、自分の実践の価値を他者が掘り起こしてくれ、他者の考えを聞くことで自分の実践の理解を深める（山口，2024）機会にもなりやすいだろう。それだけではなく、〈自分の体験が他者に伝わる、わかってもらえる〉こと、〈集団や社会とのつながりを感じる〉こと、〈グループ内での一体感、安心感が得られる〉ことも、心理臨床家にとっては重要な体験である。なぜなら、ケアをする人は孤独になりやすく、同じ仕事をしている同業者とのつながりによって、ケアする人はケアされる（東畑，2024）からである。心理臨床家は自分の体験が受け入れられ、つながりや安心感を得られているからこそ、自分のことを考え、振り返り、正解のない実践に取り組むことができる。

しかしながら、心理臨床家はグループにおいて、《居心地の悪さや傷つき》および《身体的、精神的な疲労》といった、【グループから得られるものがあるかどうか】のネガティブな側面を体験することもある。心理臨床家がグループに参加をして、＜所属感がなく、置いていかれる感覚＞や＜自分の体験が他者に伝わらない、わかってもらえない＞という体験をすることは、コミュニティの中でしか生きることのできない私たちにとっては、「あなたはわかっていない」「あなたは未熟だ」「あなたの理解はおかしい」と言われ、そこで生きることを否定されたように感じ、コミュニティの外に独り取り残されたように感じる(富樫, 2023) ことになるだろう。そうなってしまうと、そもそもグループに参加することには時間とコストがかかるため、疲れが生じるのは当たり前ではあるのだが、グループに＜参加することでしんどさや疲れが生じる＞感覚が強調され、《身体的、精神的な疲労》をより一層感じると考えられる。こうした状態で心理臨床家が反省的实践を行うことは困難であり、自分のことを考えて振り返るよりも、傷つかないように、疲れ過ぎないように、自分を維持することで精一杯になってしまうだろう。

#### 2.2.4 グループ体験が内省につながるかどうか

第四に、【グループ体験が内省につながるかどうか】は、【グループから得られるものがあるかどうか】と同様に、心理臨床家同士のグループが反省的实践につながるかどうかに関係する重要な要因である。また、【グループ体験が内省につながるかどうか】は、【グループから得られるものがあるかどうか】の影響を受けており、グループでポジティブな要素を体験していれば、《変化が許容されている》状態になりやすく、そうではない場合には《離れた方が楽に感じる》状態になりやすいと推測される。

《変化が許容されている》状態とは、本研究においては＜自分の感じ方が変化していく＞ことや＜グループのメンバー等が変化していく＞ことができる状態を指している。これらの《変化が許容されている》状態では、個人やグループは一つの正しさに囚われずに、時には誤り、時には正すことを繰り返していくことができる。言い換えると、個人やグループに「訂正可能性」(東, 2023) が内包された状態であると言える。自身やグループが間違っている可能性を考え続け、他者やグループとの対話によって、自身やグループを訂正し続けることは、グループ体験が内省につながり、反省的实践にもつながるだろう。それに加えて、個人やグループの変化の結果として、個人がグループから離れたり、グループ自体が解散したりすることもあり得る。しかし、それらも変化の一つとして許容されているのならば、グループから離れたり、グループが解散したりしたとしても、グループ体験は内省につながるのではないだろうか。岡野(2018)は、治療関係を含む人間の関係には明確な別れがなく、別れてもその人との関係は心の中でつながっていると述べている。臨床家であれば、ある程度の深さのかかわりを持ったケースが頭に思い浮かび、回想の中で出会い、対話をすることがある(岡野, 2018) ことから、心理臨床家は《変化が許容されている》状態であると、グ

グループ自体の継続に関わらず、グループにおける体験を回想しやすくなる、つまりは内省や反省的实践を行いやすくなると推測される。

他方で、＜グループの維持が目的となる＞と、グループ自体の継続こそが正しさとなってしまいうため、変化よりもグループ内の規範やルールを守ることが優先されてしまう。したがって、「訂正可能性」(東, 2023)があまりなく、硬直したグループになりやすいと推察される。個人にとって、そのグループ内の規範やルールが合っていた場合には、そこで充実して過ごすことができるかもしれないが、あくまでも本研究の結果からは、グループの維持のために参加しなければならない、グループが継続しないといけない状態では、心理臨床家は＜グループへの所属が重荷になる＞ことが示された。これらの結果として、心理臨床家はグループから《離れた方が楽だと感じる》ようになり、グループにおける体験をあまり振り返らず、内省や反省的实践につながりにくくなる。グループに参加をして、《居心地の悪さや傷つき》や《身体的、精神的な疲労》を感じていると、なおさらその可能性は高まるだろう。

しかし、《離れた方が楽だと感じる》ことを経て、改めて自分に合う別のグループを探して参加したり、自身でグループを作ったりすることはむしろ、新たなグループでの反省的实践につながる生産的な営みであるとも言えるかもしれない。一方で、《変化が許容されている》状態ではグループ体験が内省につながりやすく、内省をした上で次のグループへの参加がしやすくなると考えられる。したがって、【グループ体験が内省につながるかどうか】は【グループに参加をするかどうか】に影響を与えていた。

### 2.2.5 研究1の限界

グループでの体験は、【グループ体験が内省につながるかどうか】に《変化が許容されている》ことが関連していると示されたように、常に一定ではなく変化が生じると考えられる。しかしながら、研究1では実際にグループが継続した際の体験については扱われていないという限界がある。グループ自体が継続をしなかったとしても、グループが反省的实践につながる可能性は示唆されたが、グループを継続的に実施することによってどのような反省的实践がなされるのか、グループが継続した際の体験に関する検討を行う必要がある。

## 3. 研究2

研究2では研究1の限界から、筆者らがを行っている経年的な語り合いの会の意味を検討することで、心理臨床家同士のグループが継続した場合に、どのような体験が生じるのか、どのような反省的实践がなされるのかを探索した。

### 3.1 方法

#### 3.1.1 調査内容

研究参加者は、第一著者および第二著者であった。著者2名は、臨床心理士および公認心

理師資格を取得しており、資格取得後5年目の心理臨床家であった。

著者2名はY年9月～Y+2年12月まで“自分の臨床実践に関する課題を解決する何かをしたい”と月に1回、1対1で自由な語り合いの会（以下、会）を行っていた（全26回）。会の開始当初は、第一著者は大学所属相談員で学生相談を臨床現場としていた。第二著者は大学所属研究職員で私設の相談機関、学生相談を臨床現場としていた。それぞれの志向する臨床実践の専門的方向性は異なっており、会の開始以前から公私共に付き合いがあった。

「①経年的な語り合いの意味」と「②他のグループ活動との差異」の2つのテーマについて、著者2名が話し合いを行った。話し合いの所要時間は1時間20分程度であり、オンラインビデオ通話システムを用いて行われた。研究1と同様に、システムを通じて録画されたデータから話し合いを文字起こしして、逐語ファイルを作成した。

### 3.1.2 分析方法

心理臨床家同士の経年的な語り合いの意味について、「①経年的な語り合いの意味」と「②他のグループ活動との差異」の2つのテーマについての話し合いから、仮説生成的なアプローチを用いて構造を見出していくためには、研究1と同様にKJ法（川喜田，1986）が適切な分析方法であると考えられた。したがって、研究2においてもKJ法を援用して分析を行った。

話し合いの逐語ファイルから、相槌以外の発言1つずつを1つのラベルにした。次に、①心理臨床家にとって経年的な語り合いにはどのような意味があったのか、②心理臨床家同士の経年的な語り合いの会の特徴は何かの2点について着目し、研究1と同様に、全てのラベルから関連のあると思われるラベル同士を集め、小カテゴリーを生成した。続いて、中カテゴリー、大カテゴリーを生成した。生成された各ラベルおよび各カテゴリーは、著者2名によって確認および必要に応じて修正がなされた。生成されたカテゴリーから、川喜田（1986）を参照し、カテゴリー間の関係性の図解化（A型図解化）およびをストーリー化（B型叙述化）を行った。研究1と同様に、ここまでを1ラウンドとし、図解化とストーリー化が概ね一致するまで、このラウンドを繰り返した。

### 3.1.3 倫理的配慮

研究実施前に、研究の目的と内容、データの公表について著者2名で確認をした。また、論文化に際して、公表する内容について再度確認を行った。

## 3.2 結果と考察

ラベル作りおよびグループ編成の結果、全ての発言から115のラベルが作成され、22の小カテゴリーが生成された。そして、7の中カテゴリーが生成され、最後に3の大カテゴリーが生成された。これらのカテゴリー間の関係性を図解化したものを図2に示した。

図2から、心理臨床家同士の経年的な語り合いの意味について、心理臨床家は【会における気づき】を得られることが示された。この【会における気づき】は、【会で感じること】および【会の特徴】に支えられており、さらには【会で感じること】は【会の特徴】に支えられていた。継続的に実施された会における反省的実践に関しても含め、ストーリー化した結果および考察を以下に記載する。

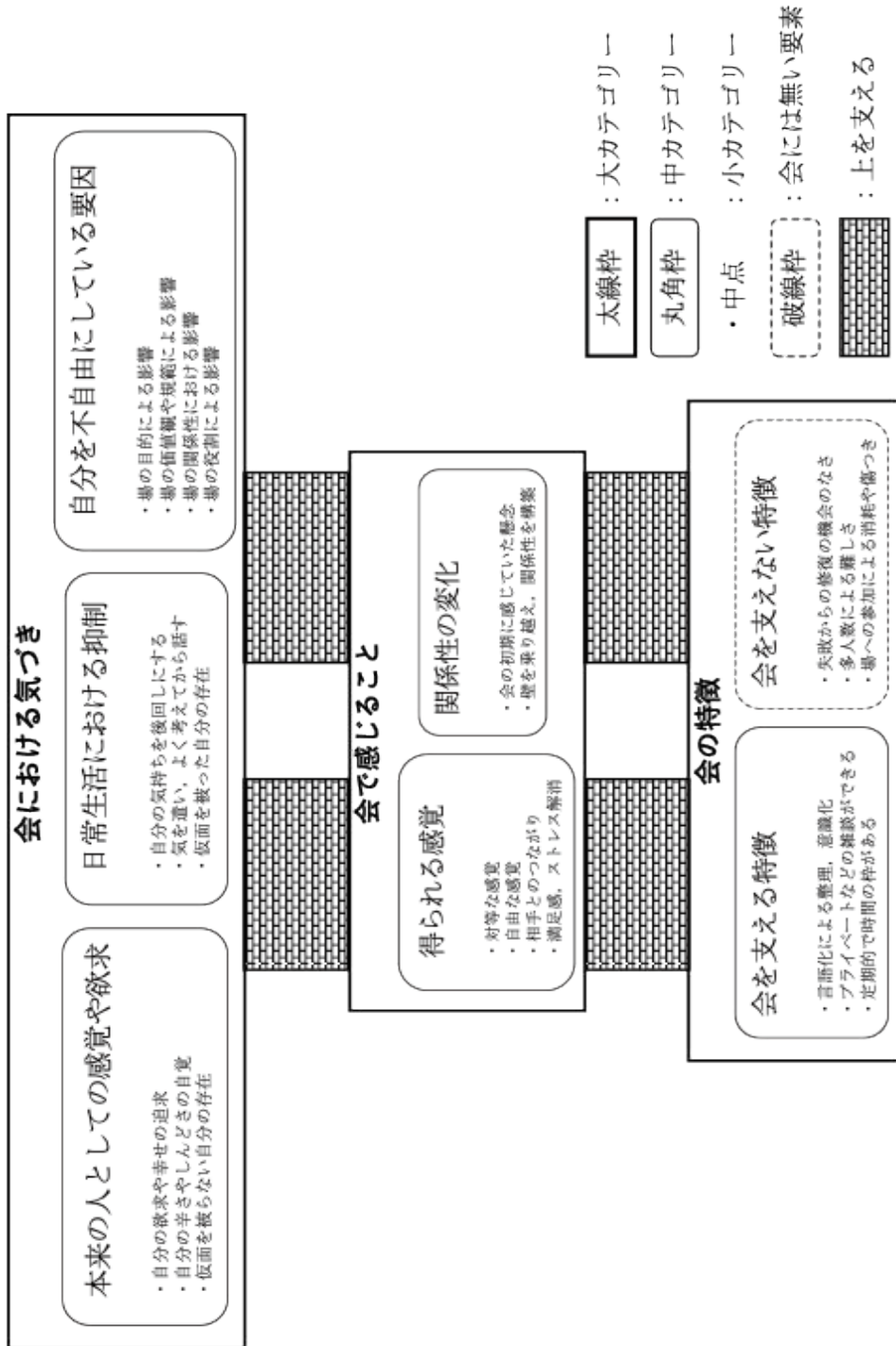


図2. 心理臨床家同士の経年的な語り合いの意味

### 3.2.1 会の特徴

【会における気づき】や【会で感じること】を根底で支えているのが【会の特徴】である。【会の特徴】には、その支えにつながる《会を支える特徴》と、会にはない特徴である《会を支えない特徴》が含まれていた。会は自由に語り合いができる場であり、そこで自分の体験や気持ち、考えなどを言葉にすることによって、＜言語化による整理、意識化＞がなされていた。また、会では、真面目で堅苦しい話だけではなく、＜プライベートなどの雑談ができる＞特徴があるために、重たく、しんどくなり過ぎずに会を継続することができていた。＜定期的で時間の枠がある＞ことは、時間の終わりがあるからこそ、東畑（2024）が述べるように、言いたかったことを言い、言いたくなかったことを言わないで済ませることができ、会では安心して話すことができていた。一方で、会を月に1回行うという決まりがあることは、自分の都合だけで勝手に会をやめることができない、定期的に向き合わないといけないという強制力にもなっていた。これらの【会の特徴】があるからこそ、【会で感じること】や【会における気づき】が生じている。

反対に、今回の話し合いでは、会と他のグループ活動との差異がテーマの1つになっていたため、会にはない特徴である《会を支えない特徴》の存在が示された。他のグループ活動では、自分の発言の影響や他者の気持ちを考えて不安になるが、それを取り返す機会がないことに加え、失敗したと思うとその次は参加しなくなるという＜失敗からの修復プロセスのなさ＞が特徴としてある。さらに、会は2名で行っているが、他のグループ活動は2名よりも大人数であることが多いために、日程調整やテーマ決めが難しくなるなどの＜大人数による難しさ＞が生じてしまう。もちろん、他のグループ活動にもメリットはあるものの、それよりも疲れや消耗を感じてしまう＜場への参加による消耗や傷つき＞があり、会にはこれらの特徴が存在していなかった。

### 3.2.2 会で感じること

会においては、【会の特徴】に支えられ、【会で感じること】として、《得られる感覚》および《関係性の変化》が生起していた。会では気を遣わず、競争社会から外れた感じである＜対等な感覚＞、テーマや倫理観に縛られずに話すことができる＜自由な感覚＞が感じられていた。成田（2014）は、治療者がメンタルヘルスを保つには、患者に対する陰性感情も含めて自由に表出しあえるような関係があるとよいと述べており、会でも＜自由な感覚＞によって、普段はあまり出せない自分の中の毒についても出すことができていた。それに加えて、1人ではない感じで、相手と話している感じがする＜相手とのつながり＞、時間が取られる価値があつて、終わった後にはスッキリしていることが多いなどの＜満足感、ストレス解消＞が、《得られる感覚》としてあつた。

もう1点の《関係性の変化》では、＜会の初期に感じていた懸念＞として、相手と性格的に合うのかどうか、会が続いていくのかどうかといった不安があつた。しかし、互いに違う

目的を持ちながらも、＜壁を乗り越え、関係性を構築＞するに至っていた。会の Y+1 年 12 月までのプロセスを検討した研究（田中・小橋，2023）では、会のプロセスの背景には、互いへの全般的な関心があったことが示されており、それが会における関係性を構築する方向に、関係性を変化させたと考えられる。この《関係性の変化》は、会が継続しているからこそ生じるものであり、会が継続していないと《得られる感覚》が生まれることはなかった。つまりは、【会の特徴】に支えられて語り合いが継続して行われたことによって、【会で感じること】が生じたと言える。

### 3.2.3 会における気づき

【会における気づき】である、《本来の人としての感覚や欲求》、《日常生活における抑制》、《自分を不自由にしている要因》は、会の開始当初から得られていたわけではない。会の開始当初は＜会の初期に感じていた懸念＞があったこともあり、目的的で方向性を探りながら話し合いが行われていた。しかし、会が継続することによって、【会で感じること】の＜対等な感覚＞や＜自由な感覚＞といった《得られる感覚》を基盤とした、＜壁を乗り越え、関係性を構築＞するに至る《関係性の変化》があったからこそ、【会における気づき】を得ることができた。つまりは、【会における気づき】は、【会で感じること】の支えがあったために生じたと考えられる。

会では、本来の自分や人間性を取り戻しており、その 1 つとして、人生の幸福や価値観を考え、自分の欲求を理解するという＜自分の欲求や幸せの追求＞が生じていた。2 つ目には、生きる上でのしんどさや辛さに気づき、それらを言葉にすることで、＜自分の辛さやしんどさの自覚＞をしていた。3 つ目には、教員やカウンセラーといった普段の役割から降りるなど、自分を曝け出すことによって＜仮面を被らない自分の存在＞に気づいていた。これらの《本来の人としての感覚や欲求》は、ハイデガーの「本来性」と「非本来性」（Heidegger, 1927/2013）、ウィニコットの「本当の自己」と「偽りの自己」（Winnicott, 1965/1977）のように、社会や環境、他者に迎合するだけではない自分の部分を表していると言える。普段は気づいていなかった自分に気づくことができるのは、経年的な語り合いにとって大きな意味を持っており、自分がどう感じたかなどを深く多面的に反省して振り返ることを含む反省的実践としても有意義であろう。

一方で、《本来の人としての感覚や欲求》に気づくということは、普段は《本来の人としての感覚や欲求》に気づけていないということになる。会においてはその要因の 1 つが、《日常生活における抑制》であることに気づいていた。日常では、自分本位にならないように抑えたり、自分の気持ちを押し込めたりするなどの＜自分の気持ちを後回しにする＞ことがある。また、話す前に相手への影響を推考し、その場に適しているかを考えるような、＜気を遣い、よく考えてから話す＞こともある。前述の＜仮面を被らない自分の存在＞とは反対に、教員やカウンセラーといった役割だけではなく、生きる中でそうせざるを得なくな

ったく仮面を被った自分の存在>にも気づいていた。《日常生活における抑制》があるからこそ、《本来の人としての感覚や欲求》が生じるのと同様に、《本来の人としての感覚や欲求》があるからこそ、《日常生活における抑制》があるのだろう。これはまさに、日本人の「オモテとウラ」(土居, 1985)が表現されたもので、《本来の人としての感覚や欲求》が剥き出しにならず、日常を送るために必要な「偽りの自己」(Winnicott, 1965/1977)として《日常生活における抑制》には価値がある。心理臨床家の役割は《本来の人としての感覚や欲求》や「本当の自己」(Winnicott, 1965/1977)を見出すことだけではないため、自身の《日常生活における抑制》や「偽りの自己」(Winnicott, 1965/1977)の部分に気づくことは、「オモテとウラ」(土居, 1985)という文化における心理臨床家の反省的实践として重要である。

そして、会では《日常生活における抑制》などを生じさせている、《自分を不自由にしている要因》への気づきも得ていた。その場の目的以外のことが話せなくなること、社会にふさわしい目標を意識することといった、<場の目的による影響>がその1つである。次に、心理臨床家としてオリエンテーションや学派が違う人に受け入れてもらえるかどうかの懸念から、世の中のルールと縛りの多さという大きなものまでを含む、<場の価値観や規範による影響>があった。さらに、目上の人やその場の権威者からの評価を気にしたり、張り合われて弱い部分を出せなくなったりするような、<場の関係性による影響>も受けていた。最後に、心理臨床家や研究者などの立場やその場において自分が担わなければならない役割を考えると、<場の役割による影響>があった。富樫(2023)が、コミュニティに組み込まれた私たちは自律的であるが、コミュニティの思想体系や価値体系にすでに従属した主体であること、私たちがコミュニティに組み込まれないことは不可能であると述べていることを踏まえると、これらの《自分を不自由にしている要因》は、社会やコミュニティで生きている心理臨床家にとっては避けられないものであると考えられる。それを自覚できることが、経年的な語り合いの大きな意味の1つであり、反省的实践としての意義であろう。

#### 4. 総合考察

本研究では、心理臨床家同士のグループが反省的实践につながるための要因とそうではない要因、経年的な語り合いの意味から継続的なグループがどのように反省的实践として機能するかを検討した。研究1では、心理臨床家同士のグループにおける体験が反省的实践につながるためには、【グループに参加をするかどうか】、【グループ内で発言をするかどうか】、【グループから得られるものがあるかどうか】、【グループ体験が内省につながるかどうか】の4つの側面が重要であった。研究2では、心理臨床家同士の経年的な語り合いにおいて、【会の特徴】および【会で感じること】に支えられた【会における気づき】が生じており、この【会における気づき】は反省的实践として有意義であった。

#### 4.1 心理臨床家同士のグループにおける体験と反省的实践

研究1では、心理臨床家同士のグループにおける体験には、反省的实践につながる要因とそうではない要因があった。とりわけ、グループ内の他者との関係性についての要因が多く示され、それらの関係性において《他者とのつながり》を感じられていたり、《グループに参加をしたいと思うような他者の存在》があったりすると、グループに参加をしやすくなり、グループから得られるものがある可能性が高くなり、反省的实践が生じやすいと考えられる。同時に、心理臨床家はグループ内の他者との関係性において、評価懸念などから《他者との関係性に縛られる》ことで発言がしにくくなったり、自分の体験が伝わらずに《居心地の悪さや傷つき》を感じたりすることもある。したがって、どんな人間関係とも同様に、グループ内の他者との関係性において、心理臨床家は時には関係性に縛られ、時には関係性から疎外され、時には関係性において傷つくことがあり得る。こうした可能性を内包しているグループに対して、心理臨床家が《向き合うかどうかの迷い》や《集団への不安》を感じて参加を迷うことは当然であろう。

その迷いを乗り越えてグループに参加をし、《発言に自信が持てない》としても発言をしてみても、《身体的、精神的な疲労》を感じながらも、《離れた方が楽だと感じる》ことが過剰になり過ぎずにグループにおける体験が内省につながるためには何が肝要なのだろうか。研究1の結果からは、《変化が許容されている》ことが肝要であると考えられ、個人やグループが固定化せず、何が正しいのか、何が良いのかを考え続け、変化していくということは、まさに反省的实践そのものであるであろう。言うが易く行うは難しではあるが、心理臨床家として個人やグループの在り方考え続け、変化していく姿勢が求められる。

この背景には、上述の通り、専門知識を持った心理臨床家同士であったとしても、グループで傷つくこともあれば、他者を傷つける可能性の存在がある。当然ながら、心理臨床家同士のグループにおける大き過ぎる傷つきは避けられるべきであるし、防がねばならないことであるが、グループで傷つくことや他者を傷つける可能性を無くすことはできない。では、こうした可能性があるにも関わらず継続したグループ体験にはどういった意義があるのだろうか。継続的なグループの体験と反省的实践として、次に述べる。

#### 4.2 継続的なグループの体験と反省的实践

研究2では、継続的なグループの体験として、心理臨床家同士の経年的な語り合いの会の意味について、【会の特徴】、【会で感じること】、【会における気づき】の3つの側面について述べた。心理臨床家は会に枠があるといった【会の特徴】に支えられながら、【会で感じること】として心理臨床家同士での関係性の構築および関係性の変化が生じ、自分の本来の感覚や自分を抑制していることなどに関する【会における気づき】を得ていた。これは、治療構造と治療関係を重要視し、クライアントがよりその人らしく自由に生きられるようになるための心理療法の体験に近いものなのではないだろうか。

心理臨床家同士の経年的な語り合いの会によって、心理療法の要素のいくつかを体験することができる。すると、心理臨床家同士の経年的な語り合いは、スーパービジョンや教育分析とも異なる、心理臨床家の新たな反省的実践の形態になる可能性がある。当然ながら、これは心理臨床家同士の経年的な語り合いが、スーパービジョンや教育分析に取って代わるということの意味するのではない。それぞれに異なった特徴があり、心理臨床家同士の経年的な語り合いは、スーパービジョンや教育分析と比較すると、料金がかからず、対等な感覚が得やすく、スムーズに率直な語り合いができる関係に移りやすい一方で、あまりに深い自分の問題を扱うことは難しいという点が特徴として挙げられる。

経年的な語り合いによって、《関係性の変化》を体験できることは、スーパービジョンや教育分析において、関係性の行き詰まりを感じたとしても、それを乗り越えられる可能性を感じることにつながるかもしれない。これは、研究1で示された《変化が許容されている》こととも通ずる点があるだろう。したがって、継続的なグループにおける体験は、自分のことを深く振り返って《本来の人としての感覚や欲求》などに気づく機会になり得るという点で反省的実践として有意義であり、それに加えて《得られる感覚》や《関係性の変化》が他の場での反省的実践を支え、反省的実践を行う場を広げる可能性があるという意味でも意義があると言える。

ここで留意すべきなのは、研究2における会は、<会の初期に感じていた懸念>があったように、最初から会が継続するとは想定されておらず、【会における気づき】が生じることも予測されていたわけではない。《会を支える特徴》があったとはいえ、偶然やタイミング、お互いの相性の問題もあっただろう。つまりは、心理臨床家同士のグループが継続するかどうか、継続したとしてどのような意味を持つかは、やってみないとわからないのである。先ほど述べたように、心理臨床家はグループにおいて傷つくことや他者を傷つける可能性すらある。それでも、会という継続的なグループ体験から得られるものや気づきがあることを本研究は示した。まずは最初から継続しようとはせずに、職場の同僚や大学院時代の仲間などの話しやすい人に話してみる、近い年代の人たちで集まってみるといった姿勢が、心理臨床家同士の継続的なグループ体験と反省的実践への第一歩として必要なかもしれない。継続的なグループ体験と反省的実践を考えるということは、いかに心理臨床家同士がつながることができるかを考えるということでもある。この点に関しては、心理臨床家同士でのさらなる議論が求められる。

### 4.3 本研究の課題と限界

本研究では、研究1で扱えていなかった継続的なグループ体験として、研究2において心理臨床家同士の経年的な語り合いについて検討を行った。しかし、研究2における心理臨床家同士の経年的な語り合いは経過の途中であるため、今後さらなる体験が生まれる可能性を残している。さらには、心理臨床家同士の経年的な語り合いは、あくまでも心理臨床家

2名の会であり、3名以上の心理臨床家同士のグループが継続した際の体験については検討がなされていない。その他にも、研究1および研究2の調査協力者は、心理臨床家という集団の中では、比較的経験の少ない心理臨床家であった。そのため、より経験年数の多い心理臨床家のグループにおける体験は、本研究とは異なったものが示される可能性があると考えられる。そして、研究2の結果は、この2名の心理臨床家だからこそ生じたものが多分に含まれていると考えられる。したがって、研究参加者が他の心理臨床家であれば、全く異なった結果が見出される可能性がある。他の心理臨床家によるさらなる研究結果が示されるまでは、本研究で示した結果に一般化可能性があるのか、普遍性があるのかどうかは現時点では不明という限界があるため、今後はこうした複数の方向性で、心理臨床家の継続的なグループ体験についてのさらなる知見が示される必要がある。

## 付記

本研究にご協力くださった皆さまに、心より御礼申し上げます。

なお、研究2の一部は、日本心理臨床学会第43回大会で口頭発表された。

## 引用文献

東浩紀 2023 訂正可能性の哲学. ゲンロン叢書.

土居健郎 1985 表と裏. 弘文堂.

早川歩 2016 心理臨床家訓練生のケースカンファレンス体験に関する研究. お茶の水女子大学心理臨床相談センター紀要, 18, 57-66.

Heidegger, M. 1927 *Sein und zeit*. (熊野純彦訳 2013 存在と時間. 岩波文庫.)

石倉篤・清澤亜希子・田中雄大・原田祐奈・堀川優依・中田行重 2019 若手心理臨床家の指定大学院終了後の歩み——変化・成長をめぐるPCAGIP法を通じた探索的検討——. 関西大学臨床心理専門職大学院紀要, 9, 13-22.

岩壁茂 2015 専門家としての成長・発展とは何か?. 臨床心理学, 15(6), 695-699.

岩壁茂 2019 スーパービジョンにおける恥——失敗・修復・成長——. 臨床心理学, 19(3), 321-324.

川喜田二郎 1986 KJ法——渾沌をして語らしめる——. 中央公論社.

成田善弘 2014 新版 精神療法家の仕事——面接と面接者——. 金剛出版.

日本公認心理師養成機関連盟 2023 公認心理師養成カリキュラム検討委員会報告書 コンピテンシー・モデルに基づくカリキュラムの提言. <https://kouyouren.jp/wp-content/uploads/2023/07/20230701.pdf> 2025年6月2日取得

公益財団法人日本臨床心理士資格認定協会 2024 大学院指定申請に関する参考資料(令和6年度版). [http://fjcbcp.or.jp/wp/wp-content/uploads/2014/03/daigakuin-shinsei-data2025\\_0425.pdf](http://fjcbcp.or.jp/wp/wp-content/uploads/2014/03/daigakuin-shinsei-data2025_0425.pdf) 2025年6月3日取得

- 岡野憲一郎 2018 精神分析新時代——トラウマ・解離・脳「新無意識」から問い直す——。岩崎学術出版。
- 鈴木健一 2021 心理臨床家の負担となることとセルフケア。敬心・研究ジャーナル, 5(2), 115-127.
- 田中将司・小橋亮介 2023 「親しい」若手心理臨床家同士の経年的な語り合いのプロセス。日本心理臨床学会第42回大会発表論文集, 124.
- 富樫公一 2023 社会の中の治療者——対人援助の専門性は誰のためにあるのか——。岩崎学術出版。
- 東畑開人 2024 雨の日の心理学——こころのケアがはじまったら——。角川書店。
- 上倉安代・齊藤翔悟・佐藤真里奈・野村規雄・入軽井悦子 2016 心理面接における初学者の不安への対処と乗り越え方および成長——複線経路・等至性モデル (TEM) による分析——。立正大学臨床心理学研究, 14, 41-54.
- 上野まどか 2015 心理職の動機と臨床活動の困難を乗り越えるスキル。臨床心理学, 15(6), 732-735.
- Winnicott, D. W. 1965 *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*. (牛島定信訳 1977 情緒発達の精神分析理論。岩崎学術出版社。)
- 山口貴史 2024 サイコセラピーを独学する。金剛出版。
- 山崎孝明 2023 凡庸さにとどまること——私の考える心理療法のエッセンス——。こころの科学, 230, 81-86.