

臨床

春原由紀 著



Keyword Series of Psychology

臨床心理はライブの世界。
理論と技法と実践が即興で
かみ合いながら進んでいく。

臨床心理学の基礎的な考え方、現代の代表的な問題と援助の方法を
30のキーワードでわかりやすく解説。

Keyword Series of Psychology

キーワード心理学シリーズ 6 重野 純・高橋 晃・安藤清志 監修

臨床

春原由紀 著

キーワード心理学シリーズ 全12巻

*印既刊

- * 1 視覚 (石口彰)
- * 2 聴覚・ことば (重野純)
- * 3 記憶・思考・脳 (横山詔一・渡邊正孝)
- * 4 学習・教育 (山本豊)
- * 5 発達 (高橋晃)
- * 6 臨床 (春原由紀)
- 7 感情・ストレス・動機づけ (浜村良久)
- 8 障害 (大六一志)
- * 9 非行・犯罪・裁判 (黒沢香・村松励)
- 10 自己・対人行動・集団 (安藤清志)
- 11 パーソナリティ・知能 (杉山憲司)
- * 12 産業・組織 (角山剛)

【監修者】

重野 純 (しげの すみ)

青山学院大学文学部教授。専門は認知心理学、心理言語学。
1,2,3,4巻を担当。

高橋 晃 (たかはし あきら)

武蔵野大学名誉教授。専門は発達心理学、文化心理学。
5,6,7,8巻を担当。

安藤清志 (あんどう きよし)

東洋大学社会学部教授。専門は社会心理学。
9,10,11,12巻を担当。

「キーワード心理学」シリーズ刊行にあたって

人類の長い歴史のなかで、今日ほど心理学が必要とされている時代はないでしょう。現代に生きる多くの人々が、社会のなかのさまざまな問題を解決するためには、心のはたらきに目を向けるべきだと考えているからです。心理学はこれまで多岐の分野にわたって発展してきましたが、その過程で分野ごとに専門化が進み、内容的に奥深い知識が要求されるようになりました。生理学、物理学、言語学などの知識が必要な分野もあります。心理学で扱う中心的なテーマも変遷してきました。¹⁹世紀には構成心理学からゲシュタルト心理学へ、²⁰世紀には行動主義から認知科学へと心理学者の主な関心は移ってきました。そして現在、心（精神、魂）のはたらきを解明するのに最も深くかかわっていると考えられる脳のはたらきに関心が集まっています。脳研究の目ざましい発展により、人の脳をまったく傷つけることなく、脳の中の場所がどのような心のはたらき——考えたり感じたりすること——に関与しているのかを調べることができるようになりました。しかしこの場合も、心のはたらきを適切にコントロールできるかどうかの研究成果を大きく左右しています。今日、心理学に求められているものは非常に大きいといえるでしょう。

心の問題を考えるとき、情報をどのように受け入れどのように処理するのかを知ること、すなわち人の認知行動を適切に知ることがはきわめて重要なことです。「キーワード心理学」シリーズ（全12巻）

では、現代科学のなかにおける心理学の役割を念頭におきつつ、日常生活でよく体験する出来事や現象、対人関係などについて、認知的視点に立って取り上げていきます。本シリーズでは、心理学の研究者や大学生はもとより一般の方々が容易に理解できるように、本の構成や記述方法を工夫してあります。どの巻も最も重要と考えられる30項目を精選して、項目ごとに独立した読み物として楽しんでいただくことができるようになっています。また、一人の著者（一部の巻では2名）が一つの巻をすべて書くことによつて、項目ごとの関連や読みやすきの統一が図られています。さらに、もっと深く心理学を学びたい人々のために、巻末には本文であげた実験や調査の文献を一覧にして載せてあります。内容的には最新かつ専門性の高いテーマにも踏み込んでいますから、より深く心理学にかかわりたいという読者の希望にも、十分添えるものと信じております。知識の集積、学問としての心理学の面白さの実感、研究テーマのさらなる発展など、それぞれの目的に応じて、本シリーズを役立てていただければ幸いです。

監修者一同

まえがき

何を勉強して、何になろうか、そんな進路の悩みはだれもが経験することでしょう。何の悩みもなく「お花屋さん」「サッカー選手」などと言っていたころとは違って、自分についてかなり客観的に見られるようになっていても、具体的にどのような方向に進み、学んだことを社会でどのように生かすことができるかということはわかりにくいものです。

私もそうでした。高校生の頃、進学はしたいけれど、どんな方向に自分は関心があるのだろうかと思いついたんです。そんな時、友達に「おもしろいよ」と進められて読んだのが、心理学や精神分析の本でした。この本の企画を伺ったとき、その時の自分の気持ちを思い出して、臨床心理学を学ぼうかどうしようかと迷っている方の役に立てたいなあと思つたものでした。

この本は、監修者の方々が、臨床心理についてキーワードになるだろうという項目をあらかじめ立てくださり、それを受けて筆者が説明するという形を取っています。そして大きく3つに分けられる構成です。最初は心理臨床の基礎的な考え方(理論)、次に様々な心理臨床の方法(技法)、最後に心理臨床の対象(実践)になります。心理臨床は、理論と技法と実践がかみ合って進んでいく科学といえるでしょう。

臨床心理学の概念のなかには、難しいものがあり、実際に臨床現場で経験を積む中で「あつ、そう

「ということか」と理解できたりします。ですから、この本では臨床心理の世界についてイメージしていただくことができばと、なるべく、心理士たちがどのような役割をもって実践の場に向き合っているのかに焦点を当てました。

臨床心理の世界はライブの世界です。クライアントの方々とカウンセラーとが、真剣に向き合う中で、発せられた一言が、相手との関係の中に生きたり、逆に関係が危機に陥ったりという、人と人との関係を基盤とする生きた世界です。その中で、カウンセラーやセラピストは関係責任をきちんと果たしていかなくてはなりません。そこに心理臨床の難しさと、醍醐味があるともいえるでしょう。

また、臨床心理学の中には、たくさんの立場、理論があり、心理士はそれぞれ依って立つ理論を大事にしているといっています。筆者の依って立つ立場は、「関係論」という、お茶の水女子大学で筆者が学んだ松村康平先生の創始した理論・技法・実践体系です。今や「関係」とか「関係性」といっても何の問題もなく受け入れられますが、筆者が学んだ四十年前は、学会でも「関係?」といった状況でした。しかし、現在ではさまざまな現象を関係的にとらえていくことは当たり前になってきているといっています。そこに成立する関係において問題とされる事柄を理解していくことが大切だと思います。

社会の急激な変化の中にあって、生きづらさを感じる方々にだけでなく、よりよい人間関係を築きたいと願っている方々に向けて、臨床心理の知見の果たす役割は大きいものと思います。専門家になるという方向性だけでなく、だれもが臨床心理に関心を寄せ、ご自分の生活を充実させていくことができたらと思います。

本書の校正をしているときに、国会で、公認心理師法案が可決されたというニュースが飛び込んできました。臨床心理の専門家を国家資格にという動きは、半世紀以上にわたって私たちの願いでし

た。紆余曲折がありながらも、一応の方向性が実現したことを素直に喜びたいと思います。そして、今後、まだまだ課題は山積していますが、臨床心理の資格を持つ者たちが謙虚に学び続け、社会の中で人々に役立つ活動を繰り広げていくことを心から願っています。

2016年1月

春原由紀

目次

「キーワード心理学」シリーズ刊行にあたって

まえがき

パート・1 実践の学としての臨床心理学

1 対人援助の学としての臨床心理学

ますます広がる活動領域 2

2 臨床心理学と精神医学

その相補的な関係 6

3 カウンセリングと心理療法

代表的な考え方 10

4 心理アセスメント

支援の方針をたてる 16

パート・2 さまざまなアプローチ

5 子どもの心理臨床

「問題」を誰がどのようにとらえるのか 22

6	プレイセラピー(遊戯療法)	遊びを通しての変容	26
7	箱庭療法	箱の中に繰り広げられる私の世界	30
8	家族療法	家族というシステム	34
9	自助グループ	当事者同士による支援	36
10	グループセラピー(集団心理療法)	集団の力を活かす	40
11	スクールカウンセリングと教育相談	教育現場との協力関係	46

パート・3 問題の理解と援助のために

12	境界性パーソナリティ障害	生きづらさを抱える人々	54
13	神経症	自分の行動を止めることができない	58
14	PTSD(外傷後ストレス障害)	コントロールできない衝撃	62
15	解離性障害	意識や感覚を切り離す防衛	68
16	心身症(ストレス関連疾患)	心と体の強い関係	72
17	精神疾患	臨床心理学からの支援	78
18	摂食障害(過食症・拒食症)	「食べる」ことの問題行動	82
19	児童虐待	必要な周囲の気づき	86
20	虐待の影響	虐待を受けた子どもの特徴	92

21	家庭内暴力	子から親への暴力	98
22	ドメスティックバイオレンス	配偶者やパートナーによる暴力	104
23	高齢者虐待	ソーシャルサポートの必要性	110
24	アディクション(嗜癖)・依存症	抜けれない悪習慣	116
25	共依存	問題行動を助けてしまう人の問題	120
26	育児ノイローゼ	母親になるプロセスでの問題	124
27	社会的ひきこもり	対人関係の悪循環	130
28	不登校	成長途上のつまづき	136
29	集団適応	集団と個の関係	140
30	反社会的行動	仲間への所属感	142
	文 献		148
	人名索引		150
	事項索引		152

装幀——大塚千佳子
カバーイラスト——いとう 瞳

パート・1

実践の学としての臨床心理学

1 対人援助の学としての臨床心理学

ますます広がる活動領域

臨床心理学は、心理学の理論と方法を実践に生かし、人間の生活の発展を阻んでいるさまざまな問題を解決することを通して、人間の生活をさらに豊かな発展的なものにしていく科学といえます。しかし、臨床心理学はとても不思議な学問であるといえましょう。臨床心理学が実践される領域を見ますと、実に多様多彩です。まず、医療領域があげられます。次に教育領域があります。また、福祉の領域とつながっていることもありますし、司法（矯正）領域にも、看護領域、産業領域など、臨床心理学が生かされる領域は着実に広がり、社会的要請は強まっています。人間の生活する領域のどこにも臨床心理学の課題が成立し、生活に入り込み、生かされていくという幅広い特色を臨床心理学はもっているといえるでしょう。

臨床心理学が生かされている領域

どんな領域で臨床心理学が生かされているか具体的にみていきましょう。

医療領域には、精神科や神経科・心療内科の病院やクリニックで働く心理職の方々がいます。彼らは、臨床心理学を学び、それを生かして、医師と協力しあいながら、患者さんのアセスメントや心理療法・カウンセリング等を実践しています。また、医療ケースワーカーとの協働を通して患者さんたちの生活を見守り、改善を図る姿も見られます。それだけでなく、

小児科で母親や家族の心理的援助をしたり、その他の診療科でも、患者や家族の支援に臨床心理学が生かされています。また、身体疾患に伴うさまざまな心理的な問題を精神科の医師や看護師、臨床心理士などがチームを組み、援助を進める動きも医療の中に見られます。これを「**リエゾン精神医学**」¹といいます。

教育領域ではどうでしょう。現在、全国ほとんどの中学校に**スクールカウンセラー**²が配置されていますし、小学校、高等学校の中にも、**スクールカウンセラー**（名称はいろいろですが）を置くところが増えています。また、教育委員会の中には、教育相談所や適応指導教室が設置され、相談員たちが、教育の場で浮かび上がってきたさまざまな問題、たとえば不登校や集団不応の問題などの解決にかかわっています。スクールカウンセラーや教育相談員のほとんどは臨床心理学を専門とする方々です。また、特別支援教育の拡充とともに、**臨床発達心理学**³が注目され、発達障害の子どもたちの支援に臨床心理学の理論と技法が生かされています。

福祉の現場を見ると、**児童相談所**には心理判定員や心理職という職種があり、子どもたちに対して臨床心理学的アセスメントをしたり、プレイセラピー等の治療的かわりもしています。また、家族のための臨床心理的支援も行われています。また**児童養護施設**⁴や**児童自立支援施設**⁵その他の福祉施設の中でも心理職が判定および相談や支援業務で働いています。そして福祉領域の担い手であるケースワーカーの手法の中には、臨床心理学の知見が生かされています。

司法（矯正）領域でも、臨床心理学の方法は、鑑定業務や矯正教育の中に生かされていますし、看護領域でも患者理解、援助の方法として臨床心理学的手法が發展しています。産業

1 リエゾンとは、フランス語の「連音」から発生し、「連絡」「連携」「結びつき」等の意味で使用されます。さまざまな医療現場で、身体疾患に伴う心理的問題を精神科の医師や、看護師、臨床心理士等がチームを組み、臨床各科と連携しながら包括的な治療を進めていく新しい方向です。

2 「11 スクールカウンセリングと教育相談」の項参照。

3 臨床発達心理学は、人間の生涯にわたる発達を視野に、発達心理学を基盤にした、発達の障害等の困難の支援に関する実践的心理学をいいます。

4 児童福祉法41条には、「児童養護施設は、保護者のない児童、虐待されている児童その他、環境上養護を要する児童を入所させて、これを養護し、あわせて退所した者に対する相談その他の自立のための援助を行うことを目的とする施設」と定義されています。児童相談所長の判断に基づき、都道府県知事が入所措置を決定する児童福祉施設です。

分野では、労務管理や職場のメンタルヘルスの実践として、臨床心理学の方法が導入され、働く方々が安心して相談できる体制が徐々にできつつあります。

一方、地域のメンタルヘルスの領域でも臨床心理学を生かした活動が広がっています。災害被害にあった方々、犯罪被害にあった方々、DVやハラスメントを受けた方々といった被害者への支援もありますし、子育て支援や、家族支援なども行政の枠を超えて発展しつつあります。

このように広がりをもった実践領域で働く臨床心理学の専門家には、それぞれの場でさまざまな職種の方々との協働が要請されているというのも臨床心理学の専門性に見られる特色です。

対人援助の学

こうした広がりの中で実践なさっている心理職の方々は、ともすると臨床心理学の専門家としてのアイデンティティを見失うこともあるようです。つまりその領域の本流ではない中で、どこに臨床心理学の独自性を成立させるかを考える必要が生まれてくるのです。私はそこに、**対人援助の学**であるという面を重視したいと思います。

対人援助の学とはどのようなものでしょう。臨床心理学は、基本となる理論や技法がありながらも、それぞれの領域の独自の風土に根付き、その風土に必要な援助の理論と技法を開発しつつ発展していく学問といえるのではないのでしょうか。それぞれの領域で、援助の対象とする人々の理解の学、そして、その人々への援助の方法に関する学、また、被援助者と援助者との関係性に関する学など、社会の変容に即して新たな課題を見出しつつ臨床心理学は

5 児童福祉法44条には、「児童自立支援施設は、不良行為をなし、又はなすおそれのある児童及び家庭環境その他の環境上の理由により生活指導等を要する児童を入所させ、又は保護者の下から通わせて、個々の児童の状況に応じて必要な指導を行い、その自立を支援し、あわせて退所した者について相談その他の援助を行うことを目的とする施設とする」とされています。

発展しているのです。

領域の特殊性を把握し生かす努力と、領域を超えて統合的な臨床心理学の基盤をとらえる努力。つまり分化と統合を繰り返しながら発展していく学問が臨床心理学なのではないかと思えます。

臨床心理学は、個人の内面を課題に発展してきた歴史があります。個人の内面は、その人の独自の世界で尊重されるべきものですが、内面は、固定的・不変的なものではなく、環境、他者との関係性において変わりうるものだといえます。現代の臨床心理学は、個人の内面だけを問題にするのではなく、その人を取り巻く環境や社会状況、対人関係を視野に入れた臨床心理学へと変容しつつあるといえるでしょう。

●参考書

- ジョン・マツイリア&ジョン・ホル編／下山晴彦編訳(2003)『専門職としての臨床心理士』東京大学出版会
- 村瀬嘉代子・森岡正芳編(2013)『実践領域に学ぶ臨床心理ケーススタディ』『臨床心理学増刊第5号』
- 下山晴彦・熊野宏昭・中嶋義文・松澤広和編(2015)『医療・保健領域で働く心理職のスタンダード』『臨床心理学』85第15巻1号
- 日本臨床心理士資格認定協会(2008)『臨床心理士の歩みと展望』誠信書房

2 臨床心理学と精神医学

その相補的な関係

私たちが臨床心理学を学んでいくとき、隣接領域である**精神医学**の基礎的知識を得ることは重要なことです。ここでは、最初に近代精神医学の成立について学んでいき、次いで、臨床心理学と精神医学の関係について考えていきましょう。

近代精神医学の流れ

20世紀は自然科学の時代といわれます。科学的なものの見方の基本である、客観的に対象を観察し、その法則性を見出していくという手法が精神疾患の研究にも適用され、近代精神医学が発展していきました。その流れは、大きく**精神病理学**、**精神分析**を起点とした**心理療法**（**精神療法**）¹、さらには、**生物学的精神医学**の3つに分けてとらえることができます。

近代精神医学は、19世紀末、E・クレペリンが二大精神疾患として**早発性痴呆**と**躁鬱病**を分離して記載したことから始まったといわれます²。これらの精神医学者たちの業績は、患者に接して得た厳密な現象学的症状記載をもとに**精神の現象**として病いをとらえ、分類し、考察していったことにあります。このように患者の示す症状から精神疾患がどのような病理なのかを研究する領域を**精神病理学**といい、**精神疾患の診断学**として発展していきました。

しかし、精神疾患の治療という意味では、1950年代から飛躍的に発展した**薬物療法**が大きな転機になったといえるでしょう。向精神薬、抗うつ剤、抗てんかん薬などの開発が進

1 心理療法と精神療法は、どちらも psychotherapy の訳語であり、同義です。ただ、現実的には、心理学者は「心理療法」と呼ぶことが多く、精神科医は「精神療法」と呼ぶ傾向があるとされます。

2 その後、E・プロイラーが**早発性痴呆**を Schizophrenie（日本では、長く**精神分裂病**と訳され使用されていましたが、現在は、**統合失調症**と呼ばれます）と改名し、以降、ヤスパース、クレッチマー、シュナイダーなどの精神医学者がこの疾患の研究を行いました。

3 「13 神経症」の項参照。

み、精神疾患を患う人々の症状にそれまでには考えられないほどの改善が見られたのです。症状の改善は、現実的な人と人との関係を基盤とする心理療法によるアプローチの可能性を広げることにつながりました。また、それまで長期入院を余儀なくされていた人々が退院し、社会へ参加していく方向へと精神医療の方向が変化していくことにもつながりました。

その後、薬物療法の基盤となる精神薬理学だけでなく、生物学的な脳の機能と病理をさまざまな測定機器を用いて明らかにしようとする生物学的、あるいは生理学的精神医学研究が進んできました。これらは、精神疾患を「脳」の生理現象としてとらえようとする精神医学の方向といえるでしょう。こうした生物学的な精神医学が現在には大きな流れとなつていきます。

ここでもうひとつの流れである、心理療法（精神療法）の発展について述べていきましょう。心理療法は、精神疾患を脳の機能の変調ととらえ、薬物や手術などの物的な働きかけによつて治療を考えるという方向に対し、人と人との関係性において症状の改善を図っていくという方向性です。精神疾患の治療においては車の両輪のように双方が必要とされます。

心理療法（精神療法）の流れ

心理療法の発展を述べるには、まず、S・フロイト（1856-1939）の業績をあげないわけにはいきません。フロイトは、ウィーン大学で神経学研究を志していましたが1886年にウィーンで開業し、独自のヒステリー³理論を展開して、1895年に『ヒステリー研究』⁴（共著）を出版しました。そのプロセスで、自由連想法⁵という治療技法を確立し、精神分析を創始したのです。彼の業績は、無意識の発見⁶に代表されますが、さまざまな面での後の心理療法の発展に大きな影響を与えたといえます。また、心理療法の領域だけな

4 Breuer von J. & Freud, S. (1895) *Studien über Hysterie*. Leipzig: F. Deuticke. 邦訳は「フロイアーとフロイト／金関猛訳（2013）『ヒステリー研究』中公クラシックスなどがある。

5 自由連想法は、フロイトがヒステリーのクライエントの治療を行う際に、治療方法として創始した方法です。クライエントは、カウチ（寝椅子）に横になり、セラピストは、クライエントの視界に入らない背後に座ります。クライエントは、どのようなことでも頭に浮かぶことをすべて話すことを求められ、セラピストはその話を中立性を守りながら傾聴し、適切なときに、分析し、連想の下にある無意識を解釈していきます。

6 無意識とは、人間の心の中の意識されない意識の領域であり、それが、人間の行動に影響を与えているという説で、精神分析の創始者であるフロイトによつて提示されました。無意識の概念は、その後の心理療法の発展に大きな影響を与えたばかりでなく、文化にも影響を与えました。