

平成 25 年度 修士論文

心理面接場面におけるセラピストの共感とクライアントの  
被共感体験

弘前大学大学院 教育学研究科  
学校教育専攻 学校教育専修 臨床心理学分野

12GP106 佐藤記透

## 目次

第1章 問題と目的	3
第1節 はじめに	3
第2節 共感の誕生とこれまで	3
第3節 日常の共感と、面接場面での共感の相違	4
第4節 日本における共感に焦点をあてた研究について	5
第5節 本研究の目的	8
第2章 模擬カウンセリングのセラピスト役応答から探る共感と被共感体験	10
第1節 目的	10
第2節 方法	10
2-1 調査対象者	
2-2 手続き	
2-3 模擬カウンセリングの設定	
2-4 半構造化面接の内容	
第3節 結果と考察	12
3-1 セラピスト役の共感とクライアント役の被共感体験が一致した会話	
3-2 セラピスト役は共感しなかったにも関わらず、クライアント役は被共感体験に至った会話	
3-3 セラピスト役は共感の意図的伝達を試みたにも関わらず、クライアント役は被共感体験に至らなかった会話	
3-4 セラピスト役が共感できず、クライアント役も被共感体験に至らなかった会話	
3-5 その他	
第4節 まとめ	23
第3章 模擬カウンセリングのセラピスト役応答から探る、 共感・被共感体験の過程	24
第1節 目的	24
第2節 方法	24
2-1 調査対象者	
2-2 手続き	
2-3 模擬カウンセリングの設定	
2-4 半構造化面接の内容	
第3節 結果と考察	26
3-(1) クライアント役が被共感体験に至った会話	
3-(2) クライアント役が被共感体験に至らなかった会話	
3-(3) セラピスト役が共感の意図的伝達を試みた会話	

- 3・(4) セラピスト役が共感に至ることができなかった会話
- 3・(5) セラピスト役の共感とクライアント役の被共感体験が一致した会話、  
もしくは一致しなかった会話
- 3・(6) クライアント役が被共感体験に至るまでの過程
- 3・(7) クライアント役が被共感体験に至らなかった過程
- 3・(8) セラピスト役が意図的に共感を伝達するに至った会話の過程
- 3・(9) セラピスト役が共感に至らなかった会話の過程
- 3・(10) クライアント役の共感に至った過程とセラピスト役が被共感体験に  
至った過程が一致した、もしくは一致しなかった会話の過程

第4章 総合考察	75
文献	78

## 第1章 問題と目的

### 第1節 はじめに

「共感」という言葉は私たちが日常的に使用する言葉であり、定着している言葉である。現在、人と人とが日々関わりを持ち社会生活をする中で、そのコミュニケーションの在り様を表現する上でなくてはならない言葉となっている。また心理面接においても、セラピストの共感、治療関係を支え、治療の進展に関わるものとして重要視されてきた。澤田(1992)によれば、共感という現象は有史以前から人類の間に普遍的に存在していたと思われ、人類が社会を作り上げ、その社会を維持していくには、人と人とを感情的に結び付ける何かがあったはずであり、それが共感という機制であったと推測することができると述べている。また春木(1975)は人間関係の中にあってお互いに相手を理解するためには、コミュニケーションを通じて頻繁に情報を交換することが必要であり、相手がどのような人間であるかの理解は、相手から送られてくる様々な情報によって、相手の思想や態度を認知することによるが、相手の欲求や感情のありようを、自らも同じ感情にひたるという共感の形においてはじめて充実したものになるのであり、つまり人間関係の中において、人間と人間を結び付ける強い絆を持っているのが共感であると述べている。

### 第2節 共感の誕生とこれまで

共感という言葉の浸透性からは意外なことに、この言葉の誕生は浅い。デイビス(1994 菊池訳 1999)によれば、歴史的には共感より先に同感という語が用いられ、そこでは同感に至る過程には共感と異なったものが考えられていても、いずれも他者と同じ感情を共有するという意味でこの語が使用されていた点で共通性がみられる。一方このような18世紀の道徳哲学に起源を發する同感という語に対して、共感、感情移入を表すドイツ語 *Einfühlung* の英語訳として20世紀初頭に Titchener が使い始めた語であると言われている。その後、英語文化圏で共感、感情移入は本格的な心理学用語として取り上げられていった。

澤田(1998)によれば、精神分析的な心理療法では、フロイトが共感を「我々の自我とは本来異質である他者を理解する際に最大の役割を果たす過程である」と述べた。精神分析心理療法においては共感の内容を、セラピストはクライアントの現在の内的状態だけでなく、クライアントの葛藤や、防衛されている内容、そして抑圧、否認、退行のような防衛作用そのものにも共感することが目標とされている(澤田、1998)。共感はその後精神分析的臨床家の間で他者理解のための手段として関心が寄せられ続けてきたが、精神分析とは異なる立場から、共感の概念を提唱したのが、ロジャーズである。

Rogers(1957)は共感を「クライアントの私的な世界をそれが自分自身の世界であるかのように感じ取り、しかも『あたかも・・・』という性質(as if quality)を決して失わない—これが共感なのであってこれこそセラピーの本質的なものである。クライアントの怒り、恐れ、あるいは自分自身のものであるかのように感じ、しかもその中に自分自身の怒り、

恐れ、混乱を巻き込ませていないということが、私達が述べようとしている条件なのである。クライアントの世界がこのようにセラピストにはっきり映り、セラピストがクライアントの世界の中を自由に歩きまわる時、セラピストはクライアントにはっきりしているものを自分が理解していることを伝えることができるばかりでなく、クライアントがほとんど気づいていない自分の経験の意味を言葉にして述べることもできるのである」と述べた。Rogers は、共感の概念として、クライアントの内的世界をあたかも自分自身のものであるかのように、しかしあくまで「であるかのように」という性質を失わないように理解し、感じるセラピストの体験過程を強調している。ロジャーズの創始したクライアント中心療法は我が国に 1950 年前後に紹介され、1960 年代には大流行し、以降、しばらくはカウンセリングと言えばロジャーズという状況であったが、その後は衰退も早かった(永嶋,2000)。そして近年では、共感を二側面から捉えようとする研究が中心に行われている。鈴木・木戸・出口・遠山・出口・伊藤・大谷・谷口・野田(2000)はこれまでの研究を概観し、大別すれば「他者の心理状態を正確に判断する認知能力」という認知的理解の側面を理解する定義と、「他者の心理状態を正確に判断する代理的な情動反応」という情動的反応の側面を強調するという定義の2つがあるが、近年では両側面を統合して共感を捉える必要があると指摘している。また小坂・田中(2001)も元来、同情・sympathy という用語が包括していた他者理解の指向性と能動性といった意味が分化し新しく共感・empathy という用語が使われるようになったとし、この意味から現代では共感は「他者の感情を共有すること」、「他者の感情を理解すること」の二側面から捉えられるようになったとしている。

### 第3節 日常の共感と、面接場面での共感の相違

近年では日常場面での共感研究も行われている。国分(2001)は、他人に愛情を示してもらうこと、尊敬の念を持って他人に接してもらうこと、混乱している時に慰めてもらい共感を持って話を聞いてもらい、本気で相手をしてもらい怒り、恐怖、不安、困惑のような難しい感情を含めて共有する機会を与える事が必要で、ピアカウンセリングがそれを果たすことができるシステムであると述べている。また半澤・渡部(2008)は一般の人同士の相談活動において、自身の経験の元に、相談者が「共感されること」が重要であると考えた。そして日常で一般人が相談にのる時の中でも、共感するという行動に注目し、共感を示すという行動が相談を持ちかけた側にどのような効果を与えているのかということ明らかにする研究を行った。その結果、専門的な訓練を受けた人による共感とは異なってはいても、身近な人同士での相談やサポートで得られた共感も、生きる支えとなるとした。このように、日常場面での相談場面においても共感是用いられており、それが効果的に作用しているとされる。

しかし、日常と面接場面での共感の違いという知見もある。日常における共感と、心理臨床場面における共感の相違を論じている小坂・田中(2001)は日常生活における対人関係の中で私達は他者の気持ちをあたかも自分のことのように感じることもあり、これを一般に

共感と呼んでいるが、この共感は自他が未分化な乳幼児や、自他が分化した大人でも生じるとし情動伝染として概念化されており、相手の気持ちをそのまま感じられるという点から真の共感ではないとし、同情という用語が包含していた他者理解の指向性と能動性といった意味が分化し、新しく共感という用語が使われるようになったと考えている。また角田(1998)も、日常場面での共感と呼ばれているものは同情であると考え、同情というのは他者と同様の感情状態にひたりきったままで、感情の種類としては悲しみといった否定的な場合のみを指し、同情はする側とされる側に優劣の関係が生まれやすく、同情する側は自分の安定が脅かされることはないが、される側にすると同情は助けにならないばかりか見下されたように感じることもさへあると述べている。角田は心理臨床場面における共感の場合はそのような関係は生まれず、共感された側にすると他者にわかってもらえた体験によって自分の低下した自己評価を回復することにつながると述べている。つまり心理面接におけるセラピストの共感とは、専門的に訓練されたものだといえよう。しかし、鳴沢(1975)は相手の人間をよく理解しようとする人は誰でも、まず相手の話に耳を傾け、それと同時に相手の表情や態度で示される非意図的なサインをも読み取ろうとするが、「よく聴く」こと一つをとっても日常的な会話でその人なりの聞き方・態度というものが習慣的に形成されているだけに、いわゆる専門的な聞き方、態度というものが出来上がるまでには努力と訓練とを要することなのであると述べる。角田(1998)も、共感は大抵のカウンセリングの本に重要であると定義されており、重要な概念であると捉えているが、一口にクライアントに共感をするといっても容易なことではないと述べている。さらに氏原(2000)も、カウンセリングにおいて実際にやってもみると中々難しいと述べている。こうした先達の言は、共感することが如何に難しいかを物語っているといえよう。

#### 第4節 日本における共感に焦点をあてた研究について

これまで行われてきた共感に関する論説について、日本における研究を中心に俯瞰し、若干の考察を以下に試みたい。葛西・万木(2006)は、セラピストの感情覚知が共感への第一歩と考え、カウンセラーによる感情覚知の量と質が共感性とどのように関連するのかを臨床経験の異なる3群の比較(大学院1年生、大学院2年生、臨床心理士)から、その違いを明確にしようと試みた。結果として、「楽しさ」、「うれしさ」、「恐怖」、「怒り」、「わくわくした気持ち」などには、臨床経験による違いがみられ、これらはより共感することが困難な感情であったのではないかと指摘している。つまり一般的にカウンセリングで扱われる悲しさ、苦しさ、つらさの視点では、カウンセラーの臨床経験が少ない場合でも、感情覚知ある程度なされるが、あまりカウンセリングで遭遇しないと考えられている感情については、それに対する自己の用意ができておらず、感情覚知の程度が低くなったと推測している。また共感性と感情覚知の関連については、複雑な感情が想起されやすいカウンセリング場面において、カウンセラーの共感性は、カウンセラーとしての感情と関連していることが実証された。複雑な原因結果の過程で、その因果関係も複雑に入り組んでいるクライ

エントの言葉に対しては、臨床経験を重ねる過程で、ゆとりをもってカウンセラーとしての感情を覚知できるようになっていくものと推測された。つまりこの研究によって、カウンセラーの意識的な感情覚知は、カウンセラーの共感性を高めることが示唆された。さらにこれらの過程は、カウンセリングの効果へとつながることが期待されると考えることができる。

また角田(1995)は自身の事例を検討する中で、治療者の共感的理解は意識・無意識双方のレベルから起こるものであるが、クライアントからの無意識的なメッセージに共感することは容易ではないとしながらも、日常レベルの共感と治療場面における共感の主な相違は「私」に生じた体験の再検討を行う程度にあるとし、治療者が面接場面で生じた体験を「とらえ直す」ことができるなら、より深いレベルでクライアントを共感的に理解することになると述べている。治療者の体験として自我親和的に聞くことができる場合は過去の経験が想起されたり、想像性が機能し、「その場に居合わせる観察者」の位置に比較的立ちやすい。それに対して自我違和的な体験が生じる時は治療者は「その場に居合わせる観察者」の位置になかなか立つことができず、居心地の悪さを体験することにある。後者の場合、クライアントのメッセージはより無意識的なレベルで行われており、治療者も無意識なレベルで反応しているといえる、つまり「その場面」に際しているが「観察」できる水準には至っていないのである。ここで治療者はその体験を「とらえ直し」の作業にかけ、何とか「観察」できる水準に引き上げることが求められる。これは容易な作業とは言えないのだが、それによって一見共感とは思われない体験がクライアントとの関係の中に位置づけられる可能性が生まれるのである。すなわち治療者の感じる怒りや虚脱感、焦燥感、優越感、あるいは注意力の低下や眠気などがクライアントの無意識にある過去の外傷的な体験や、内的な自己や対象の役割、葛藤状況の再現であったり、現在の治療者への無意識のメッセージ、あるいはそれらが混在したものだとして認識される場合があるのである。こうした捉えなおしによって一見共感と思えない体験が体験的な理解につながるのであるとしている。

阪(2000)は共感的理解が治療過程の展開の上で、どのような働きをするのかについての論述をしている。阪(2000)は共感的理解を治療者がクライアントに対してその話に注意・集中して耳を傾けて聴く行為であると考えており、この傾聴を続けていくと、クライアントの「あなた」や「自己」の部分が、次第に鮮明に浮かび上がるという内的状態がクライアントの中に生成する。この過程は、治療者の注意深い傾聴がクライアントの内界にスポットライトを当てたような状況を生み出し、それがクライアントをして自らの内界を見やすくさせることから生じるものと考えている。この共感的理解を持った傾聴の最大の特質はこの点にあると示唆しており、クライアントの自己感覚を育てるすぐれた働きを持っているとしている。

小坂・田中(2001)は治療者の専門的な共感機能の前提として、相手のことがわからない、理解できないという条件を想定している。一般的な共感の場合には、この状態が認知的・

情動的に共感できないということだと推測した。一般的な共感では共感できたか、共感できなかったかという行為とその結果が強調される傾向にあるが、専門的な共感が機能するのはこのわからない、理解できない状態がスタートラインであるとした。そして専門的な共感機能とは行為ではなく理解へ至るための手段であると考えている。そこで理解するという観点から心理臨床における共感研究を概観しながら、共感の機能について再検討している。

岡(1992)は共感とは治療者の体験過程が患者のそれに影響を受けている現象であり、明らかに前言語的なものであるとし、治療者の戸惑いや無力感は患者の健康な自我の無力さへのある種の共感に基づくと考えている。

そこで岡(1996)は関係における連続性と相互作用を重視し、面接の場における連続性と相互作用を重視し、面接の場に起こる様々な前言語的過程としての共感という現象に注目した。体験過程は自己の身体感覚に向かう内向的な過程と、類似の機能が場、雰囲気、相手の様子など環境や対象に向かう外交的な過程の二つに分けられ、この観点から一つの事例が検討された。妄想的不安を持つ男子学生はセラピストの体験過程と感触によって裏打ちされた共感的態度によって相手をされ、支持された結果、クライアントは少しずつ自らの体験過程に開かれていき、孤独感を言語化するようになり人間的に成長した。この事例において体験過程と感触によりクライアントを受容しようとしたセラピストの努力は詳細に記述され、効果的であったことが明らかになった。また橋本(2003)は心理臨床場面におけるカウンセラーとクライアントの相互関係における共感を客観的に検証することを試みている。具体的には、面接過程の中でカウンセラーがクライアントの共感性の程度を判断する場合、クライアントの共感性のどのような側面を判断材料にしているのかを検討した。その結果面接場面において、カウンセラーがクライアントの共感性の程度を判断する場合には、クライアントの肯定感情を共有できる側面を主な判断材料とし、否定感情を共有できない側面も判断材料にしている可能性が示された。船岡・中田(1965)は、カウンセリング関係における共感的理解が、どのような要因に規定されているか、またそれらがクライアントの伝達されるためになにが重要な条件になるかを明らかにする試みをしている。その結果、カウンセラーがクライアントの自己に対する態度を知覚していることはクライアントにとってカウンセラー、もしくはカウンセリング場面として知覚されるかもしれないということが示唆された。以上のように、セラピストの共感について、対象とした論文がみられるが、具体的な行動レベルとして、どのような行動がクライアントの被共感体験に導くのかは、詳しく論じられていない。

一方最近になり、クライアントの被共感体験から共感を捉えなおそうとする研究も出てきた。田中(2006)はカウンセラーが共感的理解をクライアントに伝達しようとするとき、主にどのような応答を使用しているのかについて明らかにすること、併せてそのような応答が実際にクライアントの共感されたという実感につながるのかについて検討している。この研究は30組の模擬カウンセリング場面を設定して行われ、そこでのカウンセラー役の応



答とクライアント役の共感の程度との関連を分析した。初めに模擬カウンセリングを 20 分  
行い、その後被共感体験を測定する質問紙をクライアント役に実施するという手続きで行  
われた。またカウンセラー役の発言を一定の基準に従って、「自己開示(個人的な考え。例：  
私はとても恐ろしかったなど)」、「情報(客観的事実や情報を表明するもの。例：私の両親は  
12 歳の時に離婚したなど)」、「確認(話し手と聞き手の体験とを比較するようなもの。例：  
私もそのように感じていますなど)」、「質問(情報を得ようとするもの。例：なぜあなたはそ  
のように言ったのかなど)」、「相づち(会話を促進するもの)」、「解釈(話し手が聞き手の考え  
や行動を説明したり、特徴づけたりするもの。例：あなたは母親に敵意を持っているよう  
に見えますなど)」、「反射(話し手が聞き手の体験をそのまま言葉で置き換えたり、表現し  
たりするもの。例：あなたは混乱を感じているなど)」に分類し、検討を行った。その結果、  
共感的伝達を意図するカウンセラーは「相づち」、「反射」、「質問」というクライアントの  
体験を描写しようとする応答を多く用いていることが示された。またクライアントの被共  
感体験は、「情報」、「反射」、「確認」というクライアントの視点・見方・理解の枠組みに基  
づいて意味付けがなされた、カウンセラーによる応答によって高められることが示された。  
「情報」と「反射」は臨床経験に関わりなく共感を高めたが、「確認」は臨床経験がある場  
合に共感を高めることも示された。

## 第 5 節 本研究の目的

これまでの共感研究についていくつか述べたが、セラピスト側の共感とクライアント側  
の被共感体験の双方を探る研究は、未だ十分に検討されていない。田中(2006)はこれまでに、  
欧米で行われた共感と治療効果との関連をみた実証研究をまとめ、セラピストが理解して  
くれているとクライアントが実感している場合に、共感が治療効果に影響を与えることが  
明らかにされたとしている。また田畑(1968)が、クライアントの人格変容に影響する要因と  
して、セラピストから、共感されているというクライアントの体験をあげている。これら  
の結果は、共感がクライアント役に伝達されてはじめて効果を持つことを示している。被  
共感体験が重要であるとは、誰しもが述べているが、クライアントが被共感体験に至るた  
めにはどうすればいいのか、治療技法はどうであればいいのか、との疑問は当然ながら起  
こってくる。そのため、クライアントが共感に至る具体的な行動や、その過程を明らかに  
することは、臨床経験の浅いセラピストにとって有意義な知見になるのではなからうか。  
そこで本研究では、クライアント役とセラピスト役に模擬カウンセリングを実施してもら  
い、言語・非言語の特徴から、クライアント役の被共感体験に導くセラピスト役の行動的  
特徴を明らかにすることを第 1 の目的とする。

澤田(1998)は、共感の 5 段階のサイクルのモデルを紹介している。その 5 段階サイクル  
とは、①共感する側が共感される側に注目する、②共感する側が相手に共鳴し、相手の経  
験について知る、③共感する側が、相手にその気づきを知らせる、④相手は自分が理解さ

れているという意識を持つ、⑤相手は共感する側にフィードバックを与えつつ、表健を続けていくというものである(澤田、1998)。このモデルはカウンセリングの中で反射と明確化を用いつつ、クライアントの話聞きを広げていくプロセスであると思われるが、どのようなことをセラピストやクライアントは感じているのかについて十分な説明がなされていない。そのため、よりセラピストとクライアント役の内面に踏み込んだ研究が必要であると思われる。よってセラピスト役の意図的な共感の伝達を行うまでの過程と、クライアント役の被共感体験に至った際の過程を探ることを第2の目的とする。

## 第2章 模擬カウンセリングのセラピスト役応答から探る共感と被共感体験

### 第1節 目的

本研究では、クライアント役とセラピスト役に模擬カウンセリングを実施してもらい、言語・非言語の特徴から、セラピスト役の意図する共感とクライアント役の被共感体験の一致・不一致を細やかに探り、被共感体験を導くセラピスト役の行動的特徴について探索的に検討する。セラピスト役の意図する共感とクライアント役の被共感体験を丁寧にしり合わせ、会話の内容のみならず主要な非言語行動にも着目し、セラピスト役は共感に基づく対応をしていたのか、セラピスト役とクライアント役のやり取りは共感・被共感体験にどのように影響するのかについて、セラピスト役・クライアント役の両者の振り返りから探ることを目的とする。

### 第2節 方法

#### 2-1 調査対象者

臨床心理士3名(うち男性1名、女性2名。すべて大学教員である)。本研究では、クライアント役とセラピスト役の模擬カウンセリングでの言語・非言語行動の特徴から、セラピスト役の共感やその意図的伝達とクライアント役の被共感体験の一致・不一致を細やかに探り、さらにそこを足掛かりとして、セラピスト役が気づいていない被共感体験を導くセラピスト役の応答特徴についても洞察を深めていくことを目的としている。そのため、調査対象者(以下、対象者と記す)は心理臨床経験豊かな臨床心理士とし、研究の目的とする探索・洞察を助けていただくことを目指している。

#### 2-2 手続き

本研究では、あらかじめ対象者に調査を依頼する旨を記載した文章を届け、その後に調査全体の目的、手順、および内容の取扱いについて口頭で説明したうえで、調査協力の同意を得た。その後、対象者がクライアント役、第一筆者がセラピスト役となり、模擬カウンセリングを15分程度行った。模擬カウンセリングの内容は対象者の許可を取り、ビデオに録画した。

模擬カウンセリング実施後、別日に模擬カウンセリングのビデオを見ながら、対象者に半構造化面接を行った。その際、対象者の許可を得て、半構造化面接の内容をICレコーダーに録音した。所要時間は1時間から1時間30分であった。

#### 2-3 模擬カウンセリングの設定

本研究では、実際の心理面接場面で起こる共感・被共感体験にできるだけ近づけるため、この模擬的なカウンセリングを選択した。模擬カウンセリングの方法としては、田畑(1996)のイヌネコ法を用いた。イヌネコ法は、傾聴と共感という心理臨床における基本的な技法を初心のセラピストが身につけるために開発されたものである。この方法では、クライエ

ント役は人間以外のもの、例えば犬や猫などの動物、花や木などの植物、自転車などの人工物になりきって、そのものが抱えている悩みを語る。カウンセラー役は、その語りを傾聴、共感する。本研究の目指す現実の心理臨床面接に近い共感・被共感体験を探るためには、クライアント役には実際に自分の抱えている悩みを語ってもらう方法が、一見して望ましいように思われたりもする。しかしながら、本研究でクライアント役が自身の悩みを直接語らないイヌネコ法を採用したのは、以下の理由による。一つには倫理上の問題がある。クライアント役が自分の抱える悩みを直接に語ることは、悩みそのものに直面することにつながる。その結果、セラピスト役が初心セラピストの本研究第一筆者であることを考えると、クライアント役の対象者に様々な不利益が及ぶ可能性があるからである。二つには模擬カウンセリングへの対象者導入にイヌネコ法が優れていることがある。イヌネコ法は、対象者の関心のあるものになりきることで、対象者すなわちクライアント役の面接への動機づけを高め、防衛的にならずにクライアント役の感情がストレートに表現されやすいという特徴がある。逆に、模擬カウンセリングで対象者に自身の抱えている悩みをセラピスト役に直接打ち明けるという設定にするならば、クライアント役に抵抗が生じる可能性が高く、制限された短い時間内で面接が展開していかないことが予想される。また、クライアント役である対象者は、自身とは異なる何かになる、あるいは何になるかを定める楽しみもあり、さらに対象者各人が想像しやすいクライアント像を設定することができる点で、対象者がクライアント役に自身を投射しやすくなることも付記したい。

#### 2-4 半構造化面接の内容

模擬カウンセリング後の半構造化面接では、セラピスト役の共感やその意図的伝達とクライアント役の被共感体験を丁寧にすり合わせるために、クライアント役の対象者と共にビデオを見ながらの面接を行った。半構造化面接における質問項目に関しては、表1に示す通りである。質問項目の作成にあたり、主にクライアント役の被共感体験に焦点をあて、クライアント役がどこで共感されたと感じたのか、なぜ共感されたと感じたのか、さらに逆に共感されなかったと感じた箇所についても同様に、具体的に1つずつ語ってもらえるように配慮し、作成した。半構造化面接にあたっては、まず「これから模擬カウンセリングのビデオを見ながら、共感された、または共感されていないと思った部分について、お聞きしたい」と教示し、表1の質問項目①～④の順で尋ねた。またビデオの視聴にあたっては、表1⑤の質問項目を告げた後、冒頭から視聴してもらった。対象者の被共感体験について語ってもらう際には、該当部分のビデオを見終わった都度、対象者の指示でビデオを停止し、面接を行った。さらに、該当部分の面接を終えた後、ビデオの続きを再生するという形式を繰り返した。なおセラピスト役の共感やその意図的伝達については、半構造化面接前にその部分を抜き出し、整理をした。

表1 半構造化面接質問項目一覧

①	模擬カウンセリング中にセラピストに共感されたと感じ、印象に残った所がありましたら、そこからお話していただけないでしょうか？
②	その部分についてどのような点で共感されたと感じたのですか？
③	今回の調査で共感されていないと感じた場面について、お話していただけないでしょうか？
④	その部分について、どのような点で共感されていないと感じたのですか？
⑤	その他に共感されたな、もしくは共感されなかったと感じた部分がありましたら、これからビデオを流しますその都度教えていただけないでしょうか？（一つずつ聞いていく）

### 第3節 結果と考察

分析に先立ち、模擬カウンセリングと半構造化面接で録画・録音された内容について、逐語録を作成した。本研究における分析データは、録画および録音データであり、模擬カウンセリングについては会話の内容のみならず、主要な非言語行動を拾い上げるように気を配った。また、半構造化面接については、クライアント役の被共感体験とセラピスト役の共感やその意図的伝達についての語り(セラピスト役の共感やその意図的伝達については一部事前の抜き出し、整理による)を対比できるように配慮した。両者は表にまとめ、当論文中の該当箇所に提示した。このデータ整理方法を採用したのは、模擬カウンセリングの再現化・再解釈化に配慮したことによる。ただし、半構造化面接で得られたクライアント役の語りとセラピスト役の語りは、要約して記述した。要約に際しては、筆者がストーリーを作りあげないように注意すると共に、コンパクトに提示することに努めた。この分析データの整理の結果、(1)セラピスト役の共感とクライアント役の被共感体験が一致した会話、(2)セラピスト役は共感しなかったにも関わらず、クライアント役は被共感体験に至った会話、(3)セラピスト役は共感の意図的伝達を試みたにも関わらず、クライアント役は被共感体験に至らなかった会話、(4)セラピスト役が共感できず、クライアント役も被共感体験に至らなかった会話、(5)その他の会話の5種類にわけた。その後、5種類の会話をさらに内容ごとに細分化し、これを分類として分類名を付した。分類は5種類の会話ごとに数個ずつあったが、本研究では第一筆者が1分類程度を選択し、検討した。以下には、まずそれぞれのクライアント役が模擬カウンセリングで何をどういった対象に投射したのかについて要約を示した。

**クライアント役 a** 自分達の憩いの時間を持てなくなってきているカラス

最近、人間達が自分達を煙たがるため、仲間達で集まる時間が持てなくなってきている。カラスとしては人間のことも少しは考えているが、人間は自分たちを煙たがるばかりなので、もう少しカラスのことを考えてほしい。わかりあえないと思うと、悲しいなと思う。

**クライアント役 b** 一番かわいがってくれた娘が家を出て、さびしさを感じている犬

一番かわいがってくれた娘がいなくなり、他の人は自分がかわいがることが少ないため、寂しい。時折、人とのスキンシップを求めて思わず家から脱走してしまう。その娘と会いたい、いつ戻ってくるのかわからないので、会えるかなという不安もある。

**クライアント役 c** 老いで体が動かなくなってきた、すでに仲間もいなくなり、さびしさを感じているイモリ

一緒に住んでいた仲間がいなくなっていき、最後の一人になってしまった。最近、体の動きが悪くなり、泳ぐことやたくさん食べることもできなくなってきた、寂しいと思う。それに加えて、家の中で飼われている場所が変わり、人間の観察をすることができなくなった。

### 3-1 セラピスト役の共感とクライアント役の被共感体験が一致した会話

セラピスト役・クライアント役の共感・被共感体験が一致した会話の分類には、「話の要約」、「相づちなどの非言語行動」、「言外の気持ちを読みとる」があった。その中から分類「言外の気持ちを読みとる」について会話の一例を取り上げる(表2)。会話の中で、セラピスト役は、クライアント役の置かれている状況から、クライアント役が「会いたいけど分かんない」と話すその言外に様々な気持ちが含まれていることを推測し、クライアント役に伝えている。クライアント役への半構造化面接の中でも、「老いに関する不安とか、本当にこれから会えるのかという不安など色々あること」を理解してもらえたと述べられている。このようにセラピスト役がクライアント役の言葉にできなかった気持ちを読みとり、わかりやすく伝えることが、クライアント役が感じている言葉にならない、あるいは言葉にできなかったことと一致した時に、被共感体験が生じると思われる。さらに「言外の気持ちを読みとる」ことで共感と被共感体験が一致した際には、クライアント役が自分はこう思ってたのだという気づきを得ることにもつながっていくようである。つまりクライアント役が言葉では言い表せないことをセラピスト役に言語化してもらえた体験が、クライアント役の洞察と伴った被共感体験を導くと考えられる。この種類の会話の別分類には、頷きや相づちなど非言語のメッセージからセラピスト役が「共感してくれたと感じた」などの分類「相づちなどの非言語行動」もあった。このことから、被共感体験には、言語のみならずカウンセラー役の非言語行動も重要な役割を果たしていることがわかる。

表2 分類「言外の気持ちを読みとる」の会話の一例

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
言外の気持ちを読みとる	[b]「会いたいけど、自分が死ぬまでには戻ってきてくれるのかなってあったりしますし、だからそうですね。会いたいけど分かんないからどうしたら・・・とか」<ああ(頷く)。そうか。会いたいけど分かんない、そのわかんないっていうのは色々な気持ちでごちゃごちゃになって、(クライアント役は頷く)たぶん捉えきれない、自分の中で整理しきれなくてたぶん脱走につながってっていう感じなんですかね>「うん(頷く)。・・・そうですね。いろんな気持はたぶん自分の中ではある」	自分の中で、ただ寂しいだけじゃなくて、自分の老いに関する不安とか、本当にこれから会えるのかという不安など、色々あることがわかって、理解してくれたのではないか。こういう状態になっているっていうのを理解してもらえたと思う。	クライアント役の今までの話を聞いて、クライアント役がこのようなことが伝わった気がして、気持ちの部分に焦点をあててクライアント役に話した。

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-2 セラピスト役は共感しなかったにも関わらず、クライアント役は被共感体験に至った会話

セラピスト役は共感しなかったにも関わらず、クライアント役は被共感体験に至った会話の分類には、「気負わない頷きや相づち」、「確認のための質問」があった。以下には、その中から分類「気負わない頷きや相づち」について、2つの会話を取り上げる(表3)。クライアント役[a]や[c]との会話の中で、セラピスト役は共感を意識しておらず、クライアント役の被共感体験にも気づいていなかった。それではなぜ、クライアント役は共感されたと感じたのであろうか。以下の二つのことが考えられる。一つには、模擬カウンセリングでセラピスト役との会話が進む中で、クライアント役はセラピスト役に様々なことを語りながら、自身の気持ち・考えが整理され、新しい気づきを得たことが被共感体験を生じさせる重要な土壌になったと考えられる。その際、セラピスト役は、これといった言語応答をせず、肩の力が抜けた状態で聞いていた。特にクライアント役[c]では、セラピスト役はクライアント役が笑った時には同じように笑い、頷きや相づちを繰り返していた。二つには、このようにセラピスト役が気負わず、ありのままの状態、クライアント役の話していることにセラピスト役自身が収斂できた時、わざとらしくない心からの頷きや相づち、表情となったと考えられる。それがクライアント役にじっくり話を聞いてもらえている実感を生み、様々なことを語ることに導いたのではなかろうか。ただしセラピスト役が初心セラピストであったことにもよるであろうが、模擬カウンセリング中、セラピスト役はこのことに気づいていなかった。そして、この気づいていないことが、セラピスト役の気負わない非言語メッセージにつながっているようにも思える。

表3 分類「気負わない傾きや相づち」の会話の一例

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
気負わない傾きや相づち	[b] 「いつも毎日ただ、ぼーっと過ごしてっていうかんじですね」<うん(傾く)本当は遊びたいですもんね> 「うん。うーん(傾く)。そうですね。もっと遊んだり、なにかふれあいみたいなのが欲しいなって思います。それが大きいですかね」	スーっと入ってきた気がする。誰かとふれあいたいっていうことが大きいところ。だからそれをスーっと言ってもらえたのはよかった所だと思いました	共感したとは思っていなかった。ただ、クライアント役がそれまで誰かにかまってほしいと繰り返していたので、そのことを「遊びたい」と表現しただけだと考えた。
	[c] 「うーんとね。ご飯もらうのが一週間に一回か、二回で」<えー？> 「えーでしょ？ふふふ。その時だけ、その時だけ、接点があるの。他のものと」<ああ(傾く)> 「それ以外はこっちの水槽から見てるだけ」<うん(傾く)> 「うーん、しかもちょっと困ったことに鎮座してるから、人の姿が見えないからつままない(笑う)」<そうですね(笑う)> 「見てたい」<(笑う)> 「見てたいのにつままない」	こちら辺のつままないっていう気持ちはわかってもらえた気がした。ずれてない感じがした。どうやらわかったようだなあっていうのはあった。	セラピスト役は相づちをうって聞いていた。クライアント役の話がおもしろく感じ、笑いながら話を聞いていただけだと思う。

[] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-3 セラピスト役は共感の意図的伝達を試みたにも関わらず、クライアント役は被共感体験に至らなかった会話

次に、セラピスト役は共感の意図的伝達を試みたにも関わらず、クライアント役は被共感体験に至らなかった会話の分類には、「考えの押しつけ」、「少しずれた応答」、「自己開示」、「クライアント役の気持ちをカット」があった。以下には、その中から分類「考えの押しつけ」と分類「少しずれた応答」を取り上げる。まず分類「考えの押しつけ」の会話は、セラピスト役はクライアント役の状況やそこでの気持ちに目を向け、それをクライアント役に伝えたが、クライアント役は共感されたと感じていなかった会話である。会話の内容や半構造化面接で語られた内容を見ていくと、セラピスト役としてはクライアント役の気持ちを理解し、それを言葉にして返したと思っている一方で、クライアント役としては表面的には外れているわけではないが、「本当にわかってほしいこととは、ずれがある」と語っている。またクライアント役は、セラピスト役が心境を一言にまとめたことに対して、ずれを感じている。セラピスト役は模擬カウンセリングの会話の中で<僕は・・・だと思ったんですけど>と発言している。それは、セラピスト役が無理に言語化しようと思うあまり、クライアント役から離れて思いをめぐらしたのではないか、あるいは考えがまとまらないうちにクライアント役に応答しているのではないか、という直感的な怖れも含まれた発言のように、後にしてではあるが考える。その結果、言語化にこだわった無理のあ



る「考えの押し付け」になり、クライアント役の感情や気持ちの流れを遮ったと考える。クライアント役は「スースーする感じ」をもっと味わっていたかったのである。また、「もやーとしたあたり」を伝えたかったのである。セラピスト役は、先走って応答をしてしまった結果、クライアント役の今あるところから、ずれが生まれたのではなかろうか。このようなずれを生じさせる応答をするよりも、まずはその場に存在するセラピスト役としてクライアント役と一緒に今ある雰囲気を楽しむことの方が、被共感体験につながっていたとも考える。

表4 分類「考えの押しつけ」の会話の一例

分類名	模擬カウンセリングの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
考えの押しつけ	[c] <うん(相づち)。そっかあ。なんか今までの話をお聞きしてて、うーん。たぶんもっと他のイモリ達とふれあいたって思ってた、人とふれあいたって思ってる反面で、やっぱり一人も楽だなって。その間で？たぶんその間ぐらいにいるのかなって僕は今聞いていて思ったんですけど>「うーん、今は一人がいいかな」<ふーん>「みんなといても楽しい時もあるけど」<うんうん>	表面的には合ってるけれど、本当に判ってほしいところとは、ずれがある。表面的にきれいにまとめているけど、もやーとした当たりは伝えづらいのではないかと感じた。	セラピスト役としては、相手の気持ちを理解し、それを言葉にして返したと思う。
	[c] <寂しいっていうのは、もうちょっと詳しく説明していただいてもいいですか？>「ご飯が食べれなくなった。手足がきかなくなってきたわけじゃないけど、前のようにスイスイ泳げない」<うん(相づち)>「お腹がへらない。いっぱい食べたくても食べれない」<うんうん(相づち)>「スイスイが広すぎる。うーん。寂しいっていうか・・・うーん。ちょっとスースーする」<ふーん。ちょっとスースー？>「うーん。昔は仲間いたんだけど、今は一匹なの・・・だからかな？」<ああ(頷き)。いっぱいいた仲間も減ったし>「うーん。最後の仲間が去年おとし、その前かな？夏に死んでしまっただけからぼつと一人」<ああ。ぼつと一人なのはちょっと寂しいかなって僕は思うんですけど・・・。>	あんまり寂しいわけじゃないのに、その言葉を使わないでほしかった感じ。スースーするっていうのがたぶん一番近い。いくつか言葉を選んで言っているのを、一言でまとめてしまって、ずれた。もやーとした内容にシールを貼ったから。もうちょっとスースーする感じを味わいたかった。	セラピスト役としては、今までの話を聞いたうえで確認を取ろうと思っていた。寂しいんですね、クライアント役の気持ちに焦点をあてているので共感していると思った。

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

表5は、セラピスト役は共感の意図的伝達を試みたが、クライアント役はそれほどの被共感体験には至らず、むしろそこからクライアント役の力で洞察や発見に至った分類「少しずれた応答」の例である。セラピスト役としては、クライアント役の気持ちに沿った応答をしたつもりであったが、クライアント役は直ちに共感されたと思わなかった。その理由については、前述と同様と考える。しかし、半構造化面接でのクライアント役の語りから考えると、セラピスト役が少しずれた(全くの的はずれというほどではなかった)応答であった点が、先の「考えの押しつけ」とは異なる会話の過程を生じさせたと考える。その少しずれたセラピスト役の応答によって、クライアント役は被共感体験までには至らなかったが、自身の感情を思い返すことにはつながり、それが自身の洞察や発見に向ったと思わ

れる。「フィットしていなかったからこそ、自分が気づいたところがある」というクライアント役の語りから考えて、セラピスト役の応答のずれの程度にもよるのだろうが、その程度が小さい時、「少しずれた応答」を手掛かりにクライアント役の内省が進んだと考える。ただし、今回は、クライアント役が相当の臨床経験を有する臨床心理士であったために、このような気づきが得られたともいえよう。そう考えると実際の心理臨床面接では、セラピストの「少しずれた応答」で、このような気づきが得られるクライアントなのかどうかの見極めが重要となろう。

表5 分類「少しずれた応答」の会話の一例

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
少しずれた応答	[a]「こっちだってね、いくらか気にして生活してるわけで、早くしようぜとか」<そういうことも考えてくれてたんですね。ありがとうございます>「もちろん、うちらご飯食べてるから集まってるっていうのもあるんですけど、みんなで集まるっていうのはやっぱりあんまりそういうのをずっとやられては人間もよくないんだなって思うので、仕事終わりだけはみんなで集まろうって」<ああ(頷き)。今まですごく我慢してたんですね>	我慢っていう言葉は強いが、そういう感じもあるかもしれないという部分。そうか我慢してたんだなっていう所に気づいて。	クライアント役のその時の考えていた気持ちはこうなのではないかと思い、発言した。
	[a]<今までお話をお聞きしてて、あなたが今まで人間に色々気を遣ってきたこととか、せっかく夕方友達と集まって色々お話してて、あなたにとって憩いの時間を奪われて、我慢なさってたんだらうなって思いました>「うーん。そうですね。我慢とともに悲しいなって」	なんとなくフィットしていなくて、悪いフィットじゃないんだけど、そうでもないんだよなっていう所が出てきて、寂しさとか出てくる。生産的なミスマッチ。	セラピスト役は我慢しているのだろうというように感じ、今までの聞いた話を踏まえて、クライアント役の感情に焦点を当てて共感しようと試みた。

[] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-4 セラピスト役が共感できず、クライアント役も被共感体験に至らなかった会話

セラピスト役が共感できず、クライアント役も被共感体験に至らなかった会話の分類には、「話すことへのとらわれ」「過大な言語表現」があった。その中から分類「話すことへのとらわれ」について、模擬カウンセリングでの会話を二例取り上げる(表6)。いずれにおいても、セラピスト役は、何を言えばいいのかわからなくなり、かつ何か言わなければという衝動に駆られている。ここでは、セラピスト役が言語化することにとらわれ、クライアント役の存在を忘れている。実際の心理臨床面接においても、セラピストが話すことそのことにとらわれた時、その場の雰囲気も、今までの話の流れから離れてしまい、苦しまぎ

れの発言をすることにつながり、クライアントも被共感体験を得られないことがあるのではなからうか。

表6 分類「話すことへのとらわれ」の会話の一例

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
話すことへのとらわれ	[a]「そんな自分にも申し訳ないとか、悲しいなどいうのもあるし、人間も迷惑してるのかなとか。もうちょっとうまくやれないのかなって」<うんうん(頷き)>「今にはじまったことじゃないですね」<積み重なって積み重なって?>「うん」<……………どうすればいいんでしょうね。具体的な方法は思いつかないんですけど>「ほう」	気持ちの返しじゃなくなってる、これは具体的な解決策になってる。どう解決するかになってるから、もうすこし話したいことあるんだけど、うーんというのがある。気持ちをわかってほしいっていうのはある。	セラピスト役も何を話せばいいのわからなくなってしまう、どのようにやればいいのかを混乱した。
	[a]「そうですねなんか我慢とともに悲しいなって」<悲しい?>「うん。やっぱりわかり合えないのかもしれないというのがあるし、大切な時間なくなっちゃってるのは悲しいなって」<悲しい?確認なんですけど、そういう時間がなくなって悲しいのと、うまくいってないことに対して悲しさを感じてらっしゃる?>「うん」<そっか。すごくやさしいカラスですね>「うーん。やさしいっていう感じは自分ではしないんですけどね」	伝わってないんだなって。やさしいっていうのは気持ちで受けてる。でもこういう質問が来るってことは、この人と違う感じがする。ちょっと表面的なところなのかなという感じはあるのかもしれない。自分とは感じが違うのになって。	セラピスト役は何を話せばいいかわからず、まず相手の思っていることはどういうことなのかを感じたくて、この質問をした。

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-5 その他

これまで、模擬カウンセリングの会話について、セラピスト役の共感及びクライアント役の被共感体験の有無から分類を行ってきたが、クライアント役が面接中に被共感体験以外で語ったことについては、上記分類に含めないその他の会話の分類とした。その他の分類は、「事実を尋ねる」、「説得」、「お互いの距離感」があった。表7にはこの分類から「事実を尋ねる」会話について二例取り上げる。[a]のクライアント役は会話中のセラピスト役の「いつからそういう風に思うようになりましたか?」という質問を受けたことにより、セラピスト役が自身と同じような体験を、その後語っていく流れの中で理解し、わかろうとしていると感じたと話している。しかし一方で、[c]のクライアント役は、セラピスト役が自己紹介の質問をしなかったことから、自分のことを理解してもらえなかったのではないかと感じている。このような内容から、共感・被共感体験以前に、クライアント役の様々な話をセラピスト役が聞くこと、つまりクライアント役はどのような人なのかをセラピスト

役が関心を持って聞くことが共感・被共感体験の前段階として必要なことだと考える。セラピスト役が関心を持って丁寧に話を聞き、クライアント役について知ることで初めて、クライアント役の気持ちを想像できたりするのであり、そしてクライアント役の関心をよせるその過程自体が共感の下地になると思われる。

表7 分類「事実を尋ねる」の会話の一例

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
事実を尋ねる	[a] <悲しいっていうお気持ちはいまおっしゃっていただいたんですけど、それもだんだん奪われつつある？悲しいっていう気持ちはどのくらいなんですか？> 「どのくらい？」 <いつからそういう風に思うようになりましたか？> 「ああ、いつから？それは結構前からだと思いますけどね」	これは、話したかった感はある。気持ちの色が出ている。細かい流れとか。流れの中で同じように自分も気持ちを感じたりとか、同じ気持ちがわいてくるということを行う体験（セラピスト役が）。	興味があったが、共感しようと思って話したことはなかった。
	[c] 「〇〇出身なの」 <あ、そうなんですか？> 「そうそう。〇〇出身で、育ての親は、誰だろうね。商品だったの」 <ふーん(頷く)> 「うん(頷く)。私たちは商品だったの。それを飼い主が。」 <買って？> 「買ってきて(頷く)，うーん。だからもう十年、十年以上前の」	自己紹介したかったというのもあるし、このあたりをわかってもらわないと、仲間がいなくなる寂しさとか、一人でもいいかなっていうことは理解できないだろうなって思っ。だからここで自分から自己紹介をした。	セラピスト役は、その気持ちをわからなかった。

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

本研究は、クライアント役の被共感体験がセラピスト役のどのような対応によって導かれるものなのか、そしてそうしたセラピスト役の対応は共感に基づくことなのか、あるいはセラピスト役は共感の意図的な伝達をしていたのか、さらにセラピスト役とクライアント役の会話のやり取り自体は、セラピスト役の共感やクライアント役の被共感体験にどのように影響するのかについて、模擬カウンセリングの会話をデータとして、セラピスト役とクライアント役の両者の振り返りから探ろうとするものであった。セラピスト役とクライアント役が共に共感・被共感体験に至った会話からは、セラピスト役は、クライアント役が言葉にすることが難しい、あるいは言葉にできないと感じている気持ちを適切に言語化していた。その際、セラピスト役は、クライアント役の感情に至った経緯を推測しながら関心を持って聞くことをしており、それが被共感体験の前提となっていたのではないかと。また、クライアント役とセラピスト役の非言語メッセージのシンクロのようなもの、例えば

話と頷きのタイミングが合うなどが、被共感体験に重要な役割を果たしていた。田中(2006)は、セラピストが共感を示すものとして「相づち」、「反射」、「質問」を多く使用していると述べている。本研究では、セラピストの相づちが、田中(2006)と同様に重要という結果になったが、加えて相づちそのものが重要なばかりでなく、相づちという非言語メッセージがクライアントの言語・非言語メッセージとシンクロしていることも重要であることが示唆された。

セラピスト役が共感しなかった、あるいは共感の意図的な伝達をしなかったにも関わらず、クライアント役は被共感体験をした会話が本研究ではあった。その会話のセラピスト役は、表情や、頷きや、相づちなど、先の非言語メッセージのシンクロを意図せずに、あるいは意図できずに行っていたともいえる。非言語メッセージであるためにセラピスト役は気づけなかったともいえるが、それだけに自然な、気負いのない非言語メッセージとなっていたと考える。また、クライアント役の被共感体験に必要なのは、セラピスト役が事実をしっかり理解するために話を聞くこと、それに続いて、クライアント役の背後にある気持ちを読み取ることであり、いわゆる前者が客観的理解、後者が共感的理解ともいえる。このように考えると、セラピスト役の客観的理解へ至る過程においても、非言語メッセージのシンクロは自然に生じるものであろう。そして、この客観的理解へ至る過程で生じた被共感体験においては、今までの経緯を事実として正確に理解してもらえたという実感がクライアント役に生じ、それがクライアント役の励ましや自信につながり、それを基礎にしてクライアント役が自身に目を向け続ける時、自身の新たな気づきが生まれるのであり、この過程全体がクライアント役の被共感体験となっているのではなかろうか。

セラピスト役が共感を意図的に伝達しようと試みたにも関わらず、クライアント役が被共感体験に至らなかった会話では、クライアント役の発言に対してセラピスト役が何か言葉を返さなければならないと思い、無理に言語化しようとした応答が複数認められた。セラピスト役がクライアント役の話したことに共感しようとするあまり、クライアント役の存在から離れて思いをめぐらせた結果、あるいは考えがまとまらないうちにクライアント役に応答した結果として、クライアント役の感情や気持ちの流れをさえぎり、無理な言語化によるセラピスト役の考えの押しつけになったと考える。その結果、セラピスト役の先走った応答がクライアント役の今あるところから大きくずれたものとなり、クライアント役の被共感体験は生じなかったと考える。そのような時、被共感体験へ向かうためにセラピスト役に望まれるのは、まずはクライアント役と共にその場の雰囲気を楽しむことではないだろうか。

さらに上記同様にセラピスト役が共感を意図的に伝達しようと試みたにも関わらず、クライアント役の被共感体験には至らなかった会話でありながら、それが被共感体験の大きな障害にはつながらず、むしろクライアント役自身の洞察や発見に至った会話が認められたことは、興味深いといえよう。ここで肝心なのは、セラピスト役の応答が、クライアント役の今あるところから少しだけずれていることである。先のセラピスト役の考えの押し

つけとは異なる少しだけのずれは、クライアント役の思考の流れを止めず、会話の意欲を失わずに、新たな洞察や発見への手がかりになると考える。

本研究では、セラピスト役の共感や共感の意図的伝達にも関わらず、結果としてクライアント役が被共感体験に至る場合とそうでない場合があった。クライアント役が被共感体験に至らなかった会話でのセラピスト役は、＜僕は・・・だと思うんです＞などといったように自身の視点や考えを前面に出している印象があった。つまり、セラピスト視点から話すか、クライアント視点から話すかによって、被共感体験をクライアント役に与えることができるかどうか左右されることもあると思われる。また本研究を通して、クライアント役が被共感体験に至る前提として、またセラピスト役が共感に至る前提として大切なことをいくつか確認できた。それは、そもそもクライアント役の話聞き、クライアント役がどのような人間なのか、今までどのようなことを感じてきたのかに関心をよせ、そうしたことをセラピストが知ろうとする、あるいは知るといふことなのではないかということであった。

以上をまとめると、セラピスト役がクライアント役の今ある感情に至った経緯に沿った発言や、非言語メッセージのシンクロがセラピスト役としてなされた際に、クライアント役は被共感体験に至っていた。また、セラピスト役の先走った応答が、クライアント役の今あるところから大きくずれた時、それがセラピストの考えや感情の押しつけになり、被共感体験にはつながらないことが示された。また共感の前提として、クライアント役に関心をよせ、知ろうとすることが大切であることを再確認した。さらに、セラピスト役の応答が、クライアント役の今あるところからの少しのずれがある場合には、クライアント役の状態や能力にも影響されるだろうが、クライアント役の洞察や発見を導く可能性があることも示すことができた。

#### 第4節 まとめ

本研究では、セラピスト役が共感を意図的に伝達する際に限って、クライアント役が被共感体験を得るのではないこと、また被共感体験までは至らないクライアント役にも洞察や発見に至る過程があることもわかった。本研究では、主にクライアント役の被共感体験を手がかりにセラピスト役の応答に重点を置いて分析したが、今後はセラピスト役の応答のみならず感情にも焦点をあてた研究も望まれる。さらに共感・被共感体験を会話の連続する過程の中から探っていくことも必要と思われる。

今回の模擬カウンセリングにおいて、セラピスト役は臨床経験が二年未満の筆者であった。セラピスト役が臨床経験を重ね、研鑽を積むことによって、共感と被共感体験はどのように関連するものになっていくのだろうか。今後、こうしたセラピストの発達の視点からの研究も望まれる。

最後に、本研究は模擬カウンセリングにおける共感・被共感体験を探ったものであった。また本研究では、対象者として心理臨床経験豊かな臨床心理士にクライアント役をお願いした。本研究の結果はこうした諸条件から得ることができたものであると考えるが、この結果の適応範囲については、セラピスト役の臨床経験が浅いものだったことも含めて慎重に考えていく必要があるだろう。さらに模擬カウンセリングの方法として本研究が採用したイヌネコ法は、共感・被共感体験のみならず、共感トレーニングに応用できる可能性を持つものとする。今後、共感・被共感体験研究やイヌネコ法研究が、共感トレーニング研究としても発展していくことを望みたい。



## 第3章 模擬カウンセリングのセラピスト役応答から探る、 共感・被共感体験の過程

### 第1節 目的

第2章において、セラピスト役が共感を意図して応答する際に限って、クライアント役が被共感体験を得るのではないこと、また被共感体験までは至らないクライアント役にも、洞察や発見に至る過程があることもわかった。共感・被共感体験を会話の連続する過程の中から探っていくことを目的とするために、第3章では、第2章と同様に被共感体験を導くセラピスト役の行動的特徴について探索的に検討すると共に、セラピスト役が意図的に共感の伝達を試みるまでや、クライアント役が被共感体験に至るまで、思考や感情はどのように動いていくのかの過程について分析を行う。

### 第2節 方法

#### 2-1 調査対象者

H 大学大学院臨床心理学分野所属の大学院生 6 名(すべての対象者が臨床経験二年未満)。

#### 2-2 手続き

第二章と同様の手続きで行った。なお、模擬カウンセリングは、6 人の対象者に対しローテーションを組み 5 回実施した。模擬カウンセリングを 5 回にしたのはクライアント役を行った後に、セラピスト役を行わないように配慮したためである。クライアント役を行った後に、セラピスト役を行うと、クライアント役の経験も踏まえてセラピスト役に臨むことになるため、結果に影響が出る恐れがある。

#### 2-3 模擬カウンセリングの設定

模擬カウンセリングの設定は第2章と同様の手続きで行った。

#### 2-4 半構造化面接の内容

模擬カウンセリング後の半構造化面接では、セラピスト役の共感やその意図的伝達とクライアント役の被共感体験とを丁寧に擦り合わせるために、クライアント役、セラピスト役の対象者を分けて調査者とともにビデオを見ながらの面接を行った。半構造化面接における質問項目に関しては表 8(クライアント役用)、表 9(セラピスト役用)に示す通りである。質問項目の作成にあたり、クライアント役については被共感体験に焦点を当てて、クライアント役がどこで共感されたと感じたのか、さらになぜ共感されたと感じたのか、そのきっかけとなる場面はどこであったのか、そのきっかけとなる場面から共感されたと感じた場面についての感情の流れなど具体的に語ってもらえるように配慮し、作成した。さらに共感されなかったと感じた箇所についても同様に聞いていった。半構造化面接にあたって

は「これから模擬カウンセリングのビデオを見ながら共感された、または共感されていないと思った箇所についてお聞きます」と教示し、表1の質問項目①から⑦の順で尋ねた。

セラピスト役については意図的に共感を試みた部分について焦点を当て、どこで共感しようとしたのか、なぜそこで共感しようとしたのか、そのきっかけとなる箇所はどこであったのか、そのきっかけとなる箇所から共感しようと思った箇所までの感情の流れなどを具体的に語ってもらえるように配慮し作成した。半構造化面接にあたっては「これから模擬カウンセリングのビデオを見ながら、共感した、あるいは共感することができなかった部分についてお聞きます」と教示し、表2の質問項目①から⑥の順で尋ねた。

なおビデオの視聴にあたっては第2章と同様の方法で実施した。

表8 半構造化面接質問項目一覧(クライアント役用)

①	やってみていかがでしたでしょうか？
②	それではこれからビデオを見ていきます。どのような所に共感されたあるいはわかってもらえたなどお感じになりましたか？またどのような所に共感されていない、わかってもらえていないと感じましたか？ビデオを流していく中で、その部分だと思った所を私に教えてください。
③	どうして共感されたとお感じになったのですか？(共感されていないことも含める)
④	それではそのような共感されたと感じるに至る過程についてお聞きしていきたいと思います。共感された・あるいはされなかった場面から少しさかのぼって考えていただきたいと思います。何が共感されたと思うきっかけになりましたか？難しいようであれば、ビデオのどの部分からと言っていたら構いません。
⑤	セラピスト役はそのきっかけの場面で、どのような表情や言葉がけをしていましたか？
⑥	きっかけとなるその言葉を言われた時、あなたはどんなことを感じたり、考えたりしましたか？
⑦	その気持ちは、話していく中でどのように変化していききましたか？

表9 半構造化面接質問項目一覧(セラピスト役用)

①	やってみていかがでしたでしょうか？
②	どのような所で、わかっているということ・共感しようとしていることを伝えたのでしょうか？またどのような所で共感できなかったのでしょうか？これからビデオを流していくので、その部分について教えていただけないでしょうか？
③	なぜその部分で共感したのでしょうか？
④	少しそれ以前のことを振り返っていただきたいと思います。その部分で伝えようと思ったきっかけは何かありますか？
⑤	きっかけの部分であなたはどのように感じたり、どのように思いましたか？
⑥	そのきっかけとなる部分から共感をしたところまで、あなたの気持ちはどのように変化していききましたか？

### 第3節 結果と考察

分析に先立ち、模擬カウンセリングと半構造化面接で録画・録音された内容について、逐語録を作成した。本研究における分析データは、録画および録音データであり、模擬カウンセリングについては会話の内容のみならず、主要な非言語行動も拾い上げるように気を配った。また、半構造化面接については、クライアント役の被共感体験と共感には至らなかった場面についての語りと、セラピスト役の共感の意図的伝達について語りとを対比できるように配慮した。またセラピスト役・クライアント役の共感に至るまでの過程についての分析も同様の方法を用いて行った。両者は表にまとめ、当論文中の該当箇所に提示した。このデータ整理方法を採用したのは、模擬カウンセリングの再現化・再解釈化に配慮したことによる。ただし、半構造化面接で得られたクライアント役の語りとセラピスト役の語りは、要約して記述した。なお行動的側面の会話の分類の為に、クライアント役にはクライアント役用半構造化面接の②・③を、セラピスト役にはセラピスト役用半構造化面接の②・③の語りからそれぞれ取り上げた。また過程の会話の分類の為に、クライアント役にはクライアント役用半構造化面接の④~⑦を、セラピスト役にはセラピスト役用半構造化面接の④~⑥の語りからそれぞれ取り上げた。要約に際しては、筆者がストーリーを作りあげないように注意すると共に、コンパクトに提示することに努めた。

この分析データの整理の結果、クライアント役の分析としては(1)クライアント役が被共感体験に至った会話、(2)クライアント役が被共感体験に至らなかった会話、(3)セラピスト役は共感の意図的伝達を試みた会話、(4)セラピスト役が共感できなかった会話、そして(5)セラピスト役の共感とクライアント役の被共感体験が一致した会話、もしくは一致しなかった会話の5種類にわけた。その後、5種類の会話をさらに内容ごとに細分化し、これを分類として分類名を付した。

同様に過程についても(6)クライアント役が被共感体験に至った会話の過程、(7)クライアント役が被共感体験に至らなかった会話の過程、(8)セラピスト役が意図的な共感の伝達に至った会話の過程、(9)セラピスト役が共感に至らなかった会話の過程、(10)クライアント役の共感とセラピスト役が被共感体験に至った過程が一致した会話、もしくは一致しなかった過程の5種類に分けられた。その後5種類の会話をさらに内容ごとに細分化し、これを分類として分類名を付した。以下には、まずそれぞれのクライアント役が模擬カウンセリングで何をどういった対象に投射したのかについて要約を示した。なおアルファベットの人物は同一人物である。

**クライアント役 a セラピスト役 b** 寂しさを感じている飼い犬

最近家で飼っている男の子が部活動で忙しくなり、今までは一緒に公園に行って遊んでいたのに、今は全然遊んでくれなくて寂しい。男の子に声をかけようと思うが、忙しそうで声をかけることができない。他の家族に声をかけたとしても、誰もかまってくれないと思う。寂しい気持ちをどうやって抱えていけばいいのかわからない。

**クライアント役 b セラピスト役 c** 怪我をして、家族に迷惑をかけていると感じる白鳥

越冬する前に、怪我をしてしまった。無事にここまで来たが、羽根を動かすとまだ痛く、子ども達と十分に遊んであげられない。また夫にも迷惑を掛けてしまっていると思うと申し訳なく思う。家族の中で私の怪我のことについて触れてはいけないタブーを作ってしまったような気がする。

**クライアント役 c セラピスト役 d** 飼い主に褒めてもらえない猫

仲間の猫から家の中にいるネズミを捕ると飼い主に喜ばれることを聞いて、得意のハンティングで、ネズミを捕って飼い主に見せているが、いつも怒られるので悲しい。飼い主のことが大好きで喜んでほしいためハンティングをしてるが、喜んでもらえないのでどうしたらいいのか悩む。ハンティングを我慢しても家の柱で爪を研いでしまい、それでも飼い主から怒られてしまう。

**クライアント役 d セラピスト役 e** 自分を見てもらえないキリン

サファリパークから動物園に移ってきたが、ここでは他のキリンよりも私の首が長いということに誰も気づいてくれない。来園する人も、自分の所はすぐ見て他の動物の所に行ってしまう。サファリパークにいた時のように話す相手もいなく、十分に体を動かすこともできないため、楽しみを見つけることができなく、つまらない。

**クライアント役 e セラピスト役 f** 飼っている家族が散歩に連れて行ってくれない犬

最近、飼っている家族が誰も散歩に連れて行ってくれなくて不満に思う。家族がかまいたい時だけ私にかまって、私がリードを持っていっても散歩に連れて行ってくれなくて、理不尽に思う。もっと遊ぶ時間を作ってくれたらいいと思うが、みんな忙しくて遊んでくれない。

### 3—(1) クライアント役が被共感体験に至った会話

クライアント役が被共感体験に至った会話の分類には、「言外の気持ちを読み取る」、「状況を聞いた上で気持ちに触れる」、「状況を把握し、伝える」、「質問」があった。まず一つ目の分類「言外の気持ちを読み取る」を取り上げる(表 10)。会話の中でセラピスト役はクライアント役の置かれている状況を聞き、その言外に様々な気持ちが含まれていることを推測し、クライアント役に伝えている。半構造化面接の中のすべてにおいて、言葉にしていなかった、うまく言えなかったことをセラピスト役が発言したことに対して、クライアント役はじぶんを理解してくれたと述べている。このようにセラピスト役がクライアント役の言葉にできなかった気持ちを読み取り、わかりやすく伝えたことによって、クライアント役に被共感体験が生じるようである。さらに言外の気持ちを読み取ることで、クライアント役は自分の考えが明確になった、あるいはこう思っていたのだという気づきを得ることもつながっていく場合もある。つまりクライアント役が言葉では言い表せないことをセラピスト役に言語化してもらった体験がクライアント役の洞察を伴った被共感体験を導くと考えられる。

表10 分類「言外の気持ちを読み取る」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		クライアント役の語り
言外の気持ちを読み取る	[c] 「体がちょっとずつ大きくなってから家の中にねずみがいることがわかって、捕って渡すようになったのが7歳ぐらいの時だと思うんですけど、くわえてもっていったらすぐギョっとされて、叩かれましたばしっと」<うー(後ろにのけぞる)>「なんでもの持ってきたんだって。あれ？気に入らなかつたんだなと思って、来る日も来る日も、持っていきますけど、やっぱり駄目で、ほめられないんです。どうしたらほめられるかなと思っているんです」<そっか。いちばん得意なところでね>「(大きく頷く)」	得意な所でほめてもらいたいんだよね、だから悲しいんだよねっていうところを意識してくれたから、その通りだと思った。そこでわかってくれたと思う。話していない所までもくみ取って話してくれたところで、わかってもらえているような印象を受けた。
	[c] 「はい。我慢するとついつい爪を研ぎたくなって、家の中の柱で研いだらすぐ怒られて。おばさん怒ると怖いんです」<うんうん(頷く)。怒る時はいつも手が出る？>「そうです。一発叩かれるので、ちょっと痛いと思うんですけど、悪いことしたんだなって」<うんうん(頷く)。そこのところちょっとわかって欲しい所じゃないですかね？一生懸命我慢しているから、もう爪とぎをするしかない>	最近はハンティングを我慢しているから、柱をとぐ行為をしているんだという訴えを、セラピスト役は言ってくれたから。自分では言葉にできないことをセラピスト役は言葉にしてくれた。
	[d] 「うーん。勉強の間の休憩の時にちょっとついでというかんじなので、もっと遊ぶぞって時間を取ってくれたら嬉しいかなって」<うんうん(頷き)。合間の時間だけじゃなくてしっかり〇〇さんと遊ぶ時間？>「うん」<なにをして遊びたい？>「ボール遊びとかヒラヒラしているものを追いかけてとか、お姉ちゃんの身体によじ登ってみたり」<へえー(笑顔)。あと他にしたいこととかありますか？ボールで遊んで、ヒラヒラ追いかけて、よじ登って>「あとそうだな・・・。飼いはじめの時はお姉ちゃんよく一緒に寝てくれたので、一緒に寝たいかな」<ああ(頷く)。そういうことができるちょっとは気持ち晴れるかなって感じなんですか？>「うん。お姉ちゃんも大変なのはわかっているんですけど、たまにはそういう時あってもいいんじゃないのって」<うーん。お姉ちゃんだって、〇〇さんと遊ぶの楽しいでしょうしね。息抜きっていうのもあるだろうし>「(うなづく)」	遊ぶ時間をとってほしいと、曖昧な気持ちで言ったが、セラピスト役が笑顔でうなづきながら私の話を聞いてくれて、うまく伝えられない部分も、<時間をとって遊んでくれたらいいんですね>など私の気持ちを理解し説明してくれた、明確にしてくれた気がした。

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「状況を聞いた上で気持ちに触れる」を取り上げる(表11)。会話の中でセラピスト役はクライアント役の状況を把握するために色々な質問をクライアント役に行った後に、面接開始時からクライアント役が訴えている感情面の部分について伝えている。半構

造化面接においても「今までの経緯を含めつつ気持ちの面に触れてもらった」、「寂しいという気持ちに関連することを聞いてもらい、その気持ちを言ってもらった」と述べていることから、セラピスト役に様々なことを質問されることで、自分の中でその気持ちに至るまでの経緯の振り返りをしているのではなかろうか。振り返りをして気持ちが整理され、その上でセラピスト役に当初から訴えている感情面に触れてもらうことで、セラピスト役もクライアント役と同じように気持ちを刻んでくれていると感じ、それが被共感体験に至ったと考える。

表 1 1 分類「状況を聞いた上で気持ちに触れる」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		クライアント役の語り
状況を聞いた上で気持ちに触れる	<p>[a]&lt;どんなことをして、前は遊んでいましたか？&gt;「前は二人で公園で走って遊んだりとか。」&lt;うん(頷き)。〇〇さんは、そのことについてどういう気持ちでいらっしゃるのでしょうか？&gt;「うーん。やっぱり寂しいですよ。前は一緒に遊んでくれたのに、今は声掛けるくらいで一緒に遊んでくれなくて」&lt;うん。そっかあ。寂しい以外の気持ちはありますか？&gt;「やっぱり寂しいですよ」&lt;うーん。例えば声を掛けてくれる時はどういう気持ちですか？&gt;「声を掛けてはくれるんだなって思うんだけど、すぐ学校行くので忙しいのかなって」&lt;うん。その寂しい気持ちがなくなるっていいなって&gt;「うーん。遊んでくれたらうれしいけど、でも男の子も忙しいんだろうなという。なくなればいいけど、どうすることもできないし」&lt;そっか。〇〇さんが、男の子から声をかけてもらえるのは行きと帰り？&gt;「そうですね。男の子が帰ってきた時と、朝行く時。」&lt;そっか。以前は帰って来たら公園と一緒に&gt;「うん。そうですね」&lt;遊びにいたりして。そっかあ。そうすると寂しいなっていう気持ち？&gt;「うーん。そうですね」</p>	<p>一緒に遊んでいたけど、今は遊んでももらえなくて寂しいですよっていう、ちょっと今までの経緯を含めつつ今の気持ちについて共感されてもらったので。今までは遊んでくれたり、声を頻繁にかけてくれてたけど、今はそうじゃないから寂しいですよ、と言ってもらえたところが共感してもらえたと思った。</p>
	<p>[a]&lt;自分からかまってとは言えないのかな？&gt;「うん(頷き)。そうなんですよ。すぐ忙しそうに家出て、帰ってきたらすぐ入っちゃって」&lt;ああ(頷き)、そっかあ。疲れた様子でお家に飛び込んでいくんですかね？&gt;「そんな疲れた様子ではないんですけど」&lt;ああ(頷き)、そっかあ&gt;「ただいまってすぐ。だから忙しいのかなって」&lt;そっかあ。いままで〇〇さんが感じてきた寂しいっていうのは、男の子が小学校四年生になってから始まった気持ちなのかな？&gt;「突然始まったわけではないんですけど」&lt;うんうん(頷き)&gt;「徐々に男の子の方が忙しい」&lt;うんうん。そっかあ。今すごく寂しいけどけど、忙しそうで、かまってっても言えないし、声はかけてくれるけど、寂しさが緩和されるわけではない状態なのかなって&gt;</p>	<p>寂しいという気持ちが起こっている事と関連しているような出来事をあげてっていつてくれたので。犬には寂しいっていう気持ちがまずあるから、その気持ちに関することを取り上げてもらい、わかってもらったなあって思った。</p>

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「質問」を取り上げる(表 1 2)。半構造化面接の中でクライアント役は質問されることによって「猫同士で会話している感じでわかってきていると思った」、「無理してやっていることをセラピスト役は感じてくれている」と述べている。「質問」の会話の中を見ていくと、セラピスト役はクライアント役の状況を把握するための質問をしたりしてい



るに過ぎない。それではどうしてセラピスト役から質問をされることによって、クライアント役は被共感体験に至ったのであろうか。それはクライアント役は質問されることによって、気づきを得たからではないかと推測される。セラピスト役から質問され、クライアント役は気づきを得たことで、状況を理解し、自身の気づきを促すような質問をしてくれたことが被共感体験につながったのではないだろうか。またセラピスト役の質問が、クライアント役にとってはじっくり聞いてもらえているからこそ、その質問をしたのだと捉え、被共感体験に至った可能性もある。

表 1 2 分類「質問」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		クライアント役の語り
質問	[c] 「おばさんすごくきれい好きで、わかっているんですけど、爪を研ぎたい衝動も本能なので、どうしたらいいかなって思って、そういう悪循環などあります」<うんうん(頷き)。爪を研ぐのとか、手入れしてもらってはいないんですか?> 「なんか爪とぎもあるにはあるんですけど、なんかこう足りないというか、おばさん何年も取り替えてくれないですよ。気づいてくれてないんですよ。その研ぎ具合いが悪いことに」	猫同士で会話している感じ。猫の世間話をしているような気持ちになっている。セラピスト役がわかってくれていると感じた。
	[c]<〇〇さんとしてはおばさんのことも好きだし> 「はい。大好きです。ほめられたいです」<うんうん(頷き)。自分の得意な所も出して喜んでもらいたいけどうまく伝わってない> 「そうなんです。喜ばれることになってないというのが悲しいなと思って。何をしたら喜んでもらえるかなって思うんですけど」<うんうん(頷き)。そっか。一番喜んでくれるなと思う時って?> 「うーん。お客さんの前でうまく芸ができた時。あとは傍に行って、おばさんが私をなでる時は喜んでくれているような気はします。よくできたってほめられたことは、手で水を飲んでる時ぐらいですかね」<うん(頷き)。そういう時は〇〇さんは、おばさんの為に頑張ってやっているよという気持ちなのか、それとも自然にやりたくなるから行動してる?>	セラピスト役が自分が好きでやっているのか、頑張っておばさんのためにやってるのかというたぶん質問をした時に、そうなのよと思った。好きでやっているわけではなく、おばさんが大好きだから無理してやっていると気づいた。自分からは言っていないことだが、セラピスト役は私が無理してやっているのだということを感じてくれたのだと思った。

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「状況を把握し、伝える」を取り上げる(表 1 3)。会話中セラピスト役はクライアント役の状況について話を聞き、最後にそれをまとめたような発言をしている。その発言に対してクライアント役は半構造化面接において「セラピスト役からの発言があったがちゃんと状況を理解してくれたと思う」、「一日のスケジュールを聞いて、実際に走る時間ないですねと言ってくれてわかってもらえた」と述べている。ここから気持ちだけではな

く、クライアント役の置かれている状況に対してセラピスト役が正確に把握したことを伝えたことが、被共感体験に至る一要因として考えることができよう。

表13 分類「状況を把握し、伝える」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		クライアント役の語り
状況を把握し、伝える	[e]「廊下にはおじいちゃんの盆栽が置いているくらいなんですけど」 <ちょっと気を遣って走りまわれないですか?>「前盆栽にぶつかって怒られて」<やー(後ろにのけぞる)。いたい>「鳥が来たら、たまにおしゃべりするんですけど」<へえ>「あとは玄関先。その時はもうリールつながれているのであんまり離れなくて、通りすがりの人が触ろうとしてきて、その時の気分によっては触らせてあげらるんですけど」<ふーん(頷き)。そっかあ。確かに行動範囲は自分で広げたくても広げられない感じでもんね>「うん(頷き)」	今の私はそうしたくてもできない状況をセラピスト役は理解してくれた気がした。今の状況を話して、自分では行動範囲を広げることができないとセラピスト役は話してくれ、ちゃんと私の状況を正確に正しく理解してもらえたと思った。
	[e]<一日ってどんな感じで過ごされてるんです?>「朝は、目が覚めたらお姉ちゃんとかお父さんとかを起こしにいて、お母さん達にご飯食べた後に、ご飯をもらって食べて、その後はおじいちゃんやお母さんと一緒にテレビ観たり。そのうちお母さんも出ていって二人になって。ずっとおじいちゃんのペースに合わせて。テレビ観てご飯食べて、寝て。みんな帰ってきたらお迎えにいてって感じですね」<そっかあ。おじいちゃんいがるから一緒に横になって・・・。そっかなかなか走りまわれない時間もないんですね>	自分は意識して言いたいことではなかったが、この質問を受けて話していくうちに、走りまわれないことを意識して話していた。一日のスケジュールを聞いて、実際走る時間ないですねっていう、自分の思いとその状況とセラピスト役にうまくまとめてもらえて、わかってもらったと感じた。

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-(2) クライアント役が被共感体験に至らなかった会話

クライアント役が被共感体験に至らなかった会話の分類には「考えの押し付け」、「わかっていないようなつぶやき」があった。まず一つ目の分類「考えの押し付け」を取り上げる(表14)。会話の中でセラピスト役はそれ以前まで話されたクライアント役の思いを取り扱うより、自分の気持ちを必死に訴えたり、「私は・・・だとおもうんですけど」など発言しているが、クライアント役は被共感体験に至っていないと感じている。半構造化面接では「わかってもらえていないと思って、セラピスト役を困らせてしまった」、「セラピスト役視点に招かれた」、「大人だからというわけではない」と語っていることから、クライアント役はセラピスト役に考えを押し付けられた印象を受けたのではないだろうか。その結果クライアント役が話したいことを話すことができなかつたり、一生懸命に説得を試みているセラピスト役を見て、困らせていると感じたりなど、セラピスト役はクライアント役視点ではなく、セラピスト役が自身の視点でクライアント役の語りを捉えた。しか

しクライアント役にとって、そのことが感情の流れが遮られたと感じ、被共感体験に至らなかつたと考える。

表14 分類「考えの押し付け」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		クライアント役の語り
考えの押し付け	[a] <他の犬と話したことはないんですが、見てると元気な方は本当によく吠えたり噛みついたりして>「ああ、そうですね」<〇〇さんの話を聞いてるとそういうことはしないのかなって>「そうですね。やったとしても誰も相手してくれるとは思わないから」<そっかあ(頷き)。先が見えてしまう所があって>「男の子はどうしても忙しく出でて家に入って、お父さんもとりあえず散歩連れくかかって感じで、連れてってえさとか水とかやったりして、忙しそうだし」<うーん。そうかあ。とても大人な考え方をされるなって思ったのですか、〇〇さんは今おいくつ?>「うーん(首をかしげる)」	大人だからではなく、そうせざるをえない状況になっていて、犬はこのような考え方なり感じ方とかしっていると思ったので。大人だから、だとはそれほど関係ないかと思った。
	[b] <家族ってこういうことをきっかけに感じることもありますよね。大変な怪我だったと思ってたんですけど、お話いただいたことはどちらかと言うと迷惑かけてしまったとか、また戻れるだろうかとか、そういう不安の話でした。逆にこの怪我を機に新たにわかったこととか得たものとか、新しく感じた、今までなかったもので得たものっていうのはありましたか?>「うーん(首をかしげる)。そうですね。折々言われてきたことだと思いますが、やっぱりその人間の方にも色々いらっしゃるんだなというので、警戒心が足りなかったなっていうのが一つ、言われてみると心配されるのがありがたいことだと思います」<うん。痛手を負ったけれども、新たに知ったこと、得られたこともあった。それも含めて怪我をしたという出来事だったのでしょうか?>「ああ。うんうん(頷き)」	セラピスト役からこちらの視点から見てくださってという風に招かれた。抵抗するほどの理由もなかったもので、もうドンドンそちらに引き寄せられて、最終的にはセラピスト役と同じ視点から申し訳なさとか、いたたまれなさなどを見ている感じ。そちらの方を話すのねという感じであった。
	[d] 「きれいだねとかそういうことを言ってくれるならまだ毎日外に出ていい顔しようかなっていう気にはなるけど」<言ってもらって?>「うん(頷き)。そう・・・・・・。つまらない」<せっかく何かしても反応してもらえないし、自分の思ったよりも動けないし、というのは確かにつまらないなって感じます>「わかんないですよ?私の首見て長いかわかんないですよ?」<うーん(下を向き首を傾げる)。正直今あいこさんとお会いしてると、わかんないんですけど、私が飼育員で、キリンを今までいっぱい見てきたのであれば、この子はほかのキリンより長いと気づくかもしれないですけど>	動物の悩みをわかってはもらえないんだろうと思いつつ、ここに来ている。ここで確認したが、わかってなくてセラピスト役を困らせた。私が訴えていることを、よくわかっていないことだと思う。

[] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「つぶやき」を取り上げる(表15)。半構造化面接において、セラピスト役がクライアント役の話を読み最後に「うん。……お散歩ね」の発言が、「今まで分かってもらえた感じがしたが、お散歩ねーという響きが納得していないように受けた」と語っている。クライアント役は頷きや相づちをしながら話を聞いてくれているセラピスト役に対し、最初はわかってもらえていると感じていた。だからこそセラピスト役の声のトーンが下がりながら、つぶやくように「お散歩ね」と言ったことに対して、クライアント役は敏感に察知し、わかっているのかと疑問に思い、被共感体験に至らなかったと思われる。

表15 分類「つぶやき」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		クライアント役の語り
つぶやき	[e]「うん。うん。うちにも犬がいて、飼っているんですけども、もしかしたらそういう思いしているのかもしれないなってすごくこう。〇〇の姿が我が家の犬の姿みたいだったので、どうしたらいいですかね?」 「うん。こっちはリール加えてアピールしているのでその時ちょっとでいから散歩してくれるとうれしいんですけど」 「うん(下を向く)。……お散歩ね」	お散歩がしたいですって答えて、お散歩ねーって言われたので、その響きがいまいち納得していないように思えて、お散歩じゃダメなの?と思った。ここでわかってほしいという思いとずれていた。

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-(3) セラピスト役が共感の意図的伝達を試みた会話

セラピスト役が共感の意図的伝達を試みた会話の分類には「背後の気持ちを読み取る」、「自己開示」、「質問」、「非言語を用いて気持ちに触れる」、「話を聞く」があった。まず「言外の気持ちを読みとる」を取り上げる(表16)。半構造化面接ですべてのセラピスト役の語りの中に共通してみられることは、今までクライアント役の聞いていた話のその言外に様々な気持ちがあり、推測して伝えている、ということである。共感の意図的伝達をする前にセラピスト役はクライアント役の話を読み、あたかも自分も同じようにクライアント役の内的世界に入り、クライアント役の体験していることを同じように体験し、気持ちを読みとろうとしているのであろう。そしてその中でクライアント役が感じていることに気づき、伝えている。また[e]のセラピスト役の「少し言葉が強くなったので」と述べているように、話していく中でクライアント役の非言語的な行動も、クライアント役の語っている内容と並行して、クライアント役に共感するための判断材料にしていることが窺える。

表16 分類「言外の気持ちを讀みとる」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		セラピスト役の語り
言外の気持ちを讀みとる	<p>[c]「動かすたびに微妙な痛さで」&lt;うん(頷き)&gt;「どうも気になってしまって、そうするとだんだん右に傾いてしまうんですね」&lt;ああ。水に浮かんでいるのも大変ですか?&gt;「ああ(頷き)。浮かんでいる時は我慢できないほどでもないのですが」&lt;うーん(頷き)&gt;「やはり足で搔くと、痛いのであんまり動きたくないのですが」&lt;うーん(頷き)&gt;「子ども達も遊びたいさかりなので、相手しないで痛い痛い言っているのも」&lt;うーん(頷き)&gt;「ただでさえ冬はこういう雪景色ですから、遊ぶものも少なくて寂しい思いをさせるのも、と思います」&lt;うーん。自分の痛みよりもご家族のことを心配されてらっしゃるんですね&gt;</p>	<p>最初の話を知っている時から、家族に対して不憫な思いをさせてしまっているなどの語りから、そちらに重きがかかっているのかなと感じた。最終的には子どもの話をしていたことから、クライアント役の今気がかりな所はここなのではないかと思い、発言をした。</p>
	<p>[e]「私はここに連れてこられて子どもを産んでということだと思うんですけど、それにしても自分の楽しいことってあんまりない。動くのもほとんどせまくて、くるって回ったら」&lt;そうですね(頷き)&gt;「うん。終わりだし、たぶん人間から見ると全然わかんないと思うんですけど、仲間の中ではちょっと首長い方で、サファリパークにいた頃は結構友達からもうらやましがられたりしてたんですけど、今の場所にいると、誰にもわかんない」&lt;そうですね。比べる相手が一匹だけだと&gt;「そうそう(頷き)。全然私の魅力をわかって見に来てくれているわけじゃないし、そんなに大きな動きもできないからつまんないらしくて、ちょっと見るとみんな他の所に行っちゃって」&lt;うんうん(頷き)&gt;「猿は数も多いし、動きも多いから人は長い時間いたりするんですけど、私たちの所にはちょっと来てすぐいなくなる」&lt;もう少し色々見ていってほしいですね&gt;</p>	<p>その前から私の特徴に気づいてほしいという発言もあったし、自分は他のキリンより首が長い所に気づいて欲しいと思い、この時返した。</p>
	<p>[e]&lt;友達に褒められた時は、そんなことないよって言ってきたんですけど、こういう場所に来て、あの子首長くてきれいだねみたいなのはちょっと期待してはいるんですけど、そんなことって全然ないですね。キリンは首が長いものだからというので見るから、長いのか短いのかは人間わかんないみたいですね」&lt;でもその中で私は私っていうところを見てほしいですね&gt;</p>	<p>人間は首が長いと思っているから見てもわからないよねって聞かれて、それもそうだよなと思った。しかし、流石にそれは言えないなと思い、自分の首のことについて言っているのだから、そこを見てほしいのではと思った</p>

<p>[d]「研ぐ感触がなくて、どうしようかなと思うんですけど、むしろしゃすると柱にいつちゃうというか」&lt;うん(頷き)&gt;「その場面を見られてしまったので、逃げられなかったというか」&lt;そうかあ&gt;「厳しいですよね」&lt;でも〇〇さんとしては、おばさんのことも好きだし&gt;「はい。大好きです。ほめられたいです」&lt;うんうん(頷き)。自分の得意なことも出して喜んでもらいたいけどうまく伝わってない&gt;「そうなんです。喜ばれることになっていなく悲しいなと思って。何をしたら喜んでもらえるかなって思うんですけど」</p>	<p>話を聞いていて、悲しい気持ちの周りにはあるものはわかった。クライアント役の状況から自分がうけたその印象をつらいということがわかって、「自分の得意なことも・・・うまく伝わってない」とためらいながら、思わず言ってしまった。</p>
<p>[e]「なんでいるんだろうっておもって。帰りたいけど帰れないし」&lt;サファリパークとは全然環境が違ってしまって&gt;「そうなんですよ。あっちはホントに広い友達もいるし話したい時に話せたり散歩に行くのも・・・。もうこれから先長いのかと思って嫌になっちゃうんですよ」&lt;そうですね。同じ状況が続くと思うとね&gt;「そう(頷き)。だって私の首が他の子より長いだなんて絶対わかってないし」&lt;そこが自分の中では魅力だと思ってきたのに&gt;「そうそうそう」&lt;目も向けてくれないんですもんね&gt;</p>	<p>この時、自分の首のことを話している時に、言葉が強くなっていたので、自分の首が他の子より長いことを誇りに思っているが、でも誰も見てくれないんだという部分にこの人の気持ちはあるのかなと思いい、発言した。</p>
<p>[e]「別に長く私たちを見ている人はそんなにいないと思うし、結局明らかに性別違うのにそこの区別もつけずに見ていく」&lt;ああ。どちらが女性か男性かを区別できてない&gt;「柵に写真があって書いてあるみたいなんですけど、それ見てどっちだろうね?」って言って。わかる人もいるけど、わからない人はよくわからないと言いい、首かしげで行っちゃう」&lt;せめてわかるまで&gt;「そう」&lt;見てほしいですよ&gt;「そしたら誰でもいいわけじゃないですか、そこにいるのは。わざわざ連れてこられて、誰でもいい役をやっているのかなって」&lt;動物園に来た意味が欲しいんですよ&gt;</p>	<p>結局自分が動物園に来た理由がないんじゃないかという話に変わり、そこが気にかかったのかと納得し、そこに触れようと思って発言をした。自分が動物園にいる存在意義っていうのがわからなくなったっていうことなんだなって。クライアント役の訴えて来ている所がわかり、私の中で納得できたと思ったので。</p>

[] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「自己開示」を取り上げる(表17)。セラピスト役は会話の最後で「私は・・・だと思いました」、「確かに・・・感じます」などとこれまで話を聞いていた話から感じたことをそのままクライアント役に伝えている。[c]のセラピスト役はまずどのような状況なのかを質問し、クライアント役の置かれている状況を推測したうえで、クライアント役へ自己開示している。一方[e]のセラピスト役はクライアント役が言ったことに対し、「これを拾わないわけにはいかない」と何らかのメッセージを受け取り、自己開示に至っている。[b]のセラピスト役においては、クライアント役の話しを聞いて、感想を伝えている。このようにセラピスト役は様々な思いから自己開示をすることによって、共感の意図的伝達を

試みているのである。なお田中(2006)においても、「自己開示」が分類名として付されている。田中(2006)の自己開示は「話し手の個人的な考え・望み・感情・知覚などそれを打ち明ける」と定義されているが、本研究における「自己開示」もセラピスト役の個人的な考えが述べられていることから同義のものだと考える。

表 1 7 分類「自己開示」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		セラピスト役の語り
自己開示	[e]「それに心配するのにエネルギー使ってて、まあ元々私がのんびりのんびりしてる分、夜中も物音にはっと目を覚ましたりしてるみたいで、そういう所が申し訳ないなと思いますね」<うーん。そうかあ。〇〇さんのお話を聞いていて私を感じたことなんですけど、すごくこうお互いをお思いやって。こう・・・>「ははは(笑)」<〇〇さんが心配掛けてしまっていて早く治さなきゃと思っているのと同じように、旦那さんやお子さんが〇〇さんのことをとても気遣って思いやっていて、すごくご家族の愛情が伝わってくるなとおもって聞いていたんですけども>	どういう経緯で怪我をしたのかなどクライアント役の話を聞くための質問をして、家族の方に気持ちがあるクライアント役の家族関係はどうなのかと思ひ、話を聞いていたが、ある程度話をして、今であれば私の気持ちを伝えることができる瞬間だと思ひ伝えた。
	[e]「きれいだねとかそういうことを言ってくれるなら毎日外に出て、いい顔しようかなってなるけど」<言ってもらって>「うん。そう・・・。つまんない」<それは確かになんかうーん、せつかく何かしても反応もらえないし、自分の思ったよりも動けないしというのは確かにつまらないなって感じてしまいます>	つまらないって思ひっきり言ったので、そうだよなって思った。つまらないって吐き捨てるように言ったことに対して、私がそうだよなと思ひているという発言をした。
	[b]<お休みの日とかはどうなんでしょう？>「休みの日も結構、そうですね。午前中とか家出て、帰りも遅くなる時もあるし早い時もあるけどでもやっぱり忙しそうでかまってもらえなくて」<〇〇さんは行き帰りする男の子を眺めながら寂しいと思ひていて、見える距離にいるのに遊んでもらえないのは寂しいなと思ひのですが、その気持ちはどうやってつき合いながら過ごしてきたのでしょうか？>「やっぱり寂しいなって思ひて」<うんうん(頷き)>「でも男の子も大きくなってるし」<うんうん(頷き)>「周りの友達と遊んだり、自分でやらなきゃいけないこと出てきて忙しいから仕方がないと思ひてるけど、でも寂しいなって」<うーん。そっかあ。小さい時から一緒に成長してきたとおっしゃってたので、兄弟までとはいかないまでも家族に近いのかなって思ひて>	今までのお話を聞いて、セラピスト役なりにクライアント役の気持ちを理解しようとし、私はあなたの話を聞いていてこう思ひました、という感想をクライアント役に伝えた。

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ



次に「質問」を取り上げる(表18)。会話中のセラピスト役は、様々な質問をクライアント役にして、クライアント役の状況やそれに伴う気持ちを理解するために質問をしている。おそらくセラピスト役はクライアント役の話詳しく聞き、同じ体験をして気持ちをわかろうとするという意図があると思われる。「どういう状況の中で寂しい気持ちでいるのか?」、「その気持ちを抱えていることで他にどのような気持ちがあるのか?」とセラピスト役が述べているように、おそらく、話を聞いていく中で、よくセラピスト役にとっては理解できない部分や、聞き足りない部分があり、クライアント役との間の理解のギャップを埋めるために、質問をしているのであろう。つまりこの質問の段階は共感の意図的伝達をするため前の段階にあることであると推測することができる。

表18 分類「理解のギャップを埋める質問」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		セラピスト役の語り
理解のギャップを埋める質問	[b] <例えば声をかけてくれる時はどういう気持ちですか? > 「声をかけてくれるんだ、と思うけど、すぐ学校行っちゃうので忙しいのかなって」 <うん。その寂しい気持ちがなくなるといいなって> 「うーん。遊んでくれたらうれしいけど、でも男の子も忙しいんだろうなという、なくなればいいけどどうすることもできないし」 <〇〇さんが、男の子から声を掛けてもらえるのは行きと帰り? > 「そうですね。男の子が帰ってきた時と、朝行く時。」 <そっか。以前は帰って来たら公園と一緒に? > 「うん。そうですね」 <遊びに行ったりして。そっかあ。そうすると寂しいなっていう気持ち? > 「うーん。そうですね」	どのような状況なのかを聞いている場面。どういう状況の中で寂しい気持ちでいるのかまではわからないので、そこを聞いていこうと思った。聞いていく中でクライアント役の訴えたいことが集約されているのではと理解し、身ぶり手ぶりをしながら男の子が通り過ぎる時は寂しいのでは? という発言をした。
	[b] <前と比べると遊んでくれる時間が? > 「そうですね」 <男の子は? > 「四年生です」 <どんなことをして、前は遊んでいましたか? > 「前はずっと一緒に二人で公園で走って遊んだりとか」 <うんうん> 「男の子がどこ行くにしても連れていってもらって遊んでいたりしてたけど。今は全然」 <〇〇さんはそのことについてどういう気持ちでいらっしゃるのでしょうか? > 「うーん。やっぱり寂しいですよ。前は一緒に遊んでくれたのに、今は声掛けるくらいで一緒に遊んでくれなくて」 <うん。そっかあ。寂しい以外の気持ちはありますか? > 「うーん。やっぱり寂しいですよ」	クライアント役は寂しい気持ちを共有したい。寂しい気持ちで悩んでいるから来談したが、そこについて掘り下げていくというよりは、その気持ちを抱えていることで、どんなつらいことがあるのかに、セラピスト役の興味が向いていたため、寂しい以外の気持ちはありますか? という質問した。

<p>[b] &lt;まずお名前を伺ってもよろしいですか？&gt; 「はい。名前は〇〇といいます」 &lt;〇〇さんはどういった生き物でしょうか？&gt;</p> <p>「あ、ええと犬です。家族三人の家で飼われてる」 &lt;うんうん(頷き)。犬の〇〇さん&gt; 「はい」 &lt;今日お話をさせていただく〇〇と言います。よろしくお願ひします&gt; 「よろしくお願ひします」 &lt;先ほど、ご家族三人とおっしゃっていましたが、誰さん？&gt; 「うーん。えーっと、小学校四年生になる男の子とお父さんとお母さん」 &lt;今日はどういった悩みがあってお話をされに？&gt; 「はい。実は男の子が小さい時から僕は家で飼われていて、子犬として家にやってきて今日までずっと住んでるんですけど、最近男の子が僕とあんまり遊んでくれなくなって、朝家出る時や帰ってくる時は声を掛けるんだけどでも学校に出ていったら結構遅くまで帰ってこないし」 &lt;ふーん(頷き)&gt; 「朝も野球、部活やっててそれで早く出ていくし」 &lt;ふーん(頷き)&gt; 「前みたいに僕と一緒に遊んでくれなくなったって」 &lt;ふーん(頷き)。それが悩み？&gt; 「そうですね。」</p>	<p>名前を聞いたが、なんの動物かわからない。何の動物ですかと聞いていいのかわからずセラピスト役は迷い、クライアント役の人もどういう風にはなした方がいいのか迷っていた部分だと思うので、そこがまず共感的な始まり方ではなかったかなと思った。それから悩みを聞き、悩んでいることはわかったが、それからどうしようと思っているのかわからず確認しようとした。</p>
<p>[e] 「あと10年、15年生きると思うんですけど、それを考えるとこのつまらない感じであと10年、15年で・・・」 &lt;そうですね。それまでに楽しめることを見つけられたら・・・。今の動物園の中でなにかできそうなことって？&gt;</p>	<p>そういう気持ちもわかって、じゃあなんとかこの先やってけるように、できることないのかなと思った。たぶん気持ちを聞くっていう所から、これからどうするかっていうことを考えたく質問した。今できそうなことっていうのは何なのかなと思って。資源を探すために今状況を知りたくて聞いた。</p>

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「話を聞く」を取り上げる(表19)。この会話は、5人のセラピスト役に半構造化面接をした中で、唯一、共感はしたが意図的な伝達はあえてしなかったものである。セラピスト役はクライアント役の話聞いていく中で、クライアント役の気持ちを想像し、切ない気持ちになり、「力が抜けた」と感じている。ここで相手の気持ちに共感したと思ったが、あえてそれを伝えなかったのはなぜだろうか。それはセラピスト役の話聞く姿勢が一貫していたからだと思われる。セラピスト役の「一生懸命話を聞く姿勢だったと思う」とのコメントからあるように、セラピスト役は相づち、頷きなどをしながら、一貫してクライアント役の話聞くことに徹している。そしてセラピスト役がクライアント役はまだ話足りないことがあるのでは、という雰囲気を感じ取っている、もしくは安易な言葉でクライアント役の気持ちを述べることはできないという慎重な姿勢もあったと考えられる。

表 1 9 分類「話を聞く」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		セラピスト役の語り
話を聞く	<p>[d]「はい。だからどうしたらおばさんが喜んでくれるのかなって思 って。必死に行っただけなのになと思うんです」&lt;えー!頑張って捕 つてのに&gt;「そうなんです。最近捕つちやいけないのかなって思 っているんですけど、やっぱり猫なので動いているものを見ると思わ ずてが出るというか、ああとってしまったなと思うんですけど、おば さんは喜んでくれないんです」&lt;それはその最初の頃からですか?&gt; 「最初の頃はあまり外に出してもらえなかったんです」&lt;そっかそっ か(頷き)&gt;「やっぱり家に来たばかりだったのでどこかに行っては いけないということで、家の中からずっと見ていて。体が大きくなっ てから家の中にねずみがいることがわかって、それを捕って、渡すよ うになったのが7歳ぐらいの時だと思うんですけど、くわえてもって いったらすごくぎょっとされて、叩かれました」&lt;うー(後ろにのけ ぞる)&gt;「なんてもん持ってきたんだって。気に入らなかったのかな と思って、来る日も来る日も持ってみてるんですけど、やっぱりダメ みたいで、ほめられないんです。どうしたらほめられるかなとおもっ ているんです」&lt;そっか(頷き)。いちばん得意なところでね&gt;「そう なんです」</p>	<p>自分の思いがうまく届いてなくてなんだかなあっ ていう思いを勝手に想像し、そういう時って切ない と思った。切ない気持ちになってちょっと力がぬけ たというか、ああそうかあって。一生懸命話を聞く 姿勢だったと思う。その気持ちはわかったが、クラ イアント役には伝えなかった。</p>

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-(4)セラピスト役が共感に至ることができなかった会話

セラピスト役が共感に至ることができなかった会話の分類には「自己について目を向ける」、「うちあけ」があった。はじめに分類「自己について目を向ける」を取り上げる(表20)。二つの会話があるがこれはいずれも同一のセラピスト役である。クライアント役の訴えに対して、セラピスト役は「クライアント役にとりよりは自分のことを思い返しなが  
ら聞いていた」と語っていることから、クライアント役の訴えた話は、セラピスト役にと  
って自身の今まで体験していたことと相似しているものであり、セラピスト役自身に目を  
向け、クライアント役の気持ちの部分の部分を想像することができず、共感に至ることができな  
かったと思われる。また「クライアント役の家族の方の気持ちがわかり、家族に感情移入  
している」と述べているが、周囲の家族の視点がセラピスト役にとっては手に取るように  
わかったため、クライアント役の気持ちを共感することができず、セラピスト役本人曰く  
「自己弁護」をするかのような発言につながったのではないだろうか。

表20 分類「自己について目を向ける」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		セラピスト役の語り
自己について目を向ける	[F] <今日はどういったことでこちらに> 「あの……。犬なんですけど散歩に誰も連れて行ってくれなくて」 <ふーん(頷き)> 「ストレスがたまっちゃって。家は5人家族なんですわ、おじいちゃん、お父さん、お母さん、お姉ちゃん、弟と家族なんですけど、みんな忙しくて誰も相手してくれない」 <うーん(頷き)> 「でも家族は相手してってかまってくるんですよ」 <えー。向こうは?> 「うん。向こうは。疲れて帰ってきて、『疲れたよ』って言って触ってくるんですよ。気が済んだらあっち行くんですけど。私が散歩連れて行ってってリールを持って言っても、疲れたからって言って、結局何もしてくれない」	クライアント役よりは自分のことを思い返しなが ら聞いていた気がするので、クライアント役 の気持ちわかってしまった部分 が忘れてしまったんじゃないか なかって気がしながら聞いていた。
	[F] 「最初飼い始めた時はお姉ちゃんが一緒に寝てくれたので、一緒に寝たいかな」 <ああ(頷き)。そういうことができると、ちょっとは 気持ちが晴れるかなって感じなんですか?> 「うん。お姉ちゃんも大変 なのはわかっているんですけど、たまにはそういう時あってもいいん じゃないのって」 <うーん(頷き)。お姉ちゃんだって、〇〇さんと遊 ぶの楽しいでしょうしね。息抜きっていうのもあるだろうし>	クライアント役 の気持ちよりも、やはりクライ エント役 の家族の方の気持ちがわかり、 家族に感情移入 しているからこそ、どこか自 分のことを弁護するかのよう な形で言った。

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「うちあけ」を取り上げる(表21)。会話の中でセラピスト役はクライアント役の話の頷きや、笑いながら聞いた後、「家で犬を飼っているんですけど……」という思いをクライアント役に打ち明けている。半構造化面接の中でも「思わず打ち明けてしまった」という語りがあるが、うちあける前まで、セラピスト役はクライアント役の話をしっかり聞き、クライアント役視点で物事を考えようと試みていた。しかし自分の経験と酷似しているため、セラピスト役自身の経験に目が向き、クライアント役に共感するに至らなかったのではないかと推察される。なおセラピスト役が共感に至ることができなかった会話については、すべて同一のセラピスト役から出たものであり、このセラピスト役とクライアント役だからこそ生じたのかもしれない。

表 2 1 分類「うちあけ」の会話の一例

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接
		セラピスト役の語り
うちあけ	[f]「家族はインドアで、あんまり外に出ないんですよ」<そっかあ。インドア?>「ずっとテレビ見てたり」<一緒にテレビを見ている時は?>「かまって欲しくて向かって行って、ワシャワシャってなってる。ここで終わるので後は動けなくなる」<あははは>「抱っこしてくれるのは嬉しいけど抱っこじゃないんだよって」<うん(頷き)。うーん。家で犬を飼っているんですけど、もしかしたらそういう思いしているのかもしれないなって。〇〇さんの姿が我が家の犬の姿みたいだったので。どうしたらいいですかね?>	今まで自分と重ねていることがよくないと思って、そこから抜け出そうと、クライアント役の話を聞こうと思った。しかしクライアント役の家族の視点がすぐわかり、クライアント役の感じていることを聞いていこうとしたが、無理だと思い、思わずうちあけてしまった。もうそれ以外なにも使えるものがなかった。

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-(5) セラピスト役の共感とクライアント役の被共感体験が一致した会話、もしくは一致しなかった会話

セラピスト役の共感についての語りとクライアント役の語り一致した会話の分類には「非言語を用いながら聞きに徹する」、「状況を聞き、気持ちに触れる」があった。まず分類「非言語」を取り上げる(表 2 2)。この分類の会話は二つある。まず[d]のセラピスト役は[c]のクライアント役の気持ちがわかったが、あえてそのことを伝えず、クライアント役は被共感体験に至ったものである。ここではクライアント役は「<得意な所でね>という所で共感してもらった」と述べていることに対して、セラピスト役は「気持ちはわかったが、クライアント役に伝えず聞く姿勢でいた」と述べている。つまりセラピスト役はクライアント役が被共感体験に至った「得意な所でね」という発言は意識したものではないということになる。ここにはセラピスト役の非言語行動が影響しているのではなかろうか。セラピスト役は「聞く姿勢でいた」と述べているように、クライアント役が話している時には頷きや相づちなどの非言語行動を一貫して続けていた。このことがクライアント役の、会話を促進し様々なことを語ることになり、話していく中でクライアント役自身の考えが整理され、新たな気づきを得たうえで、その気づきと一致したような発言をセラピスト役から受けたことで被共感体験が生じたと考えられる。セラピスト役の「得意な所でね」は、クライアント役の話の話を聞いている中で、聞く姿勢であったからこそ、クライアント役の気づきと一致したのであろう。つまりここでは非言語的な行動が被共感体験には重要な役割を果たしていると言えるであろう。

[f]のセラピスト役は共感するに至っていないと思っていたが、クライアント役は被共感体験に至った会話であった。クライアント役は半構造化面接で「笑顔うなずきながら頷きながら話を聞いた」と述べていることから、やはりここでもセラピスト役の非言語行動が影響しているのではないだろうか。いずれもセラピスト役側が自覚していなくても、クラ

イベント役が被共感体験に至る場合には、非言語行動が大事であることが示唆される。

表2.2 分類「非言語を用いながら聞きに徹する」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
非言語を用いながら聞きに徹する	[c]<それはその最初の頃からですか？>「最初の頃はあまり外に出してもらえなかったんです」<そっかそっか(頷き)>「やっぱり家に来たばかりだったのでどこかに行ってはいけないということで、家の中からずっと見ていて。体が大きくなってから家の中にねずみがいることがわかって、それを捕って、渡すようになったのが7歳ぐらいの時だと思うんですけど、くわえてもっていったらすごくぎょっとされて、叩かれました」<うー(後ろにのけぞる)>「なんてもの持ってきたんだって。気に入らなかったのかなと思って、来る日も来る日も持ってみてるんですけど、やっぱりだめなみたいで、ほめられないんです。どうしたらほめられるかなとおもっているんです」<そっか(頷き)。いちばん得意なところでね>「そうなんです」	[c]得意な所でほめてもらいたんだよね、だから悲しいんだよねっていうところを意識してくれたから、その通りだと思った。そこでわかってくれたと思う。話していない所までもくみ取って話してくれたところで、わかってもらえているような印象を受けた。	[d]〇〇さんの自分の思いがうまく届いてなくてなんだかなあっていう思いを勝手に想像し、そういう時って切ないよなあって思った。切ない気持ちになってちょっと力がぬけたというか、ああそうかあって。一生懸命話を聞く姿勢だったと思う。その気持ちはわかったが、クライアント役には伝えなかった。
	[e]「あとそうだな……。飼い始めの時はお姉ちゃんよく一緒に寝てくれたので、一緒に寝たいかな」<ああ(頷く)。そういうことができるのちょっとは気持ち晴れるかなって感じなんですか？>「うん。お姉ちゃんも大変なのはわかっているんですけど、たまにはそういう時あってもいいんじゃないのって」<うーん。お姉ちゃんだって、〇〇さんと遊ぶの楽しいでしょうね。息抜きのいうのもあるだろうし>「(うなづく)」	[e]遊ぶ時間をとってほしいと、曖昧な気持ちで言ったが、セラピスト役が笑顔でうなずきながら私の話を聞いてくれて、うまく伝えられない部分も、<時間をとって遊んでくれたらいいんですね>など私の気持ちを理解し説明してくれた、明確にしてくれた気がした。	[f]クライアント役の気持ちよりも、やはりクライアント役の家族の方の気持ちがわかり、家族に感情移入しているからこそ、話を聞くことしかできなかった。最後は自分のことを弁護するかのような形で言った。

「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「状況を踏まえつつ、気持ちに触れる」を取り上げる(表2.3)。この会話場面はクライアント役は被共感体験に至り、セラピスト役も共感をした部分である。質問を頻繁に繰り返し、「聞いていく中でクライアント役の訴えたいこと」がそこに集約してはいないかと理解した。セラピスト役としては、自分の理解と、クライアント役の言いたいことがあっているのかと思い、「寂しいなっていう気持ち？」と質問をして確認をしている。そのことに対して、クライアント役は被共感体験をするに至った。ここではおそらくセラ

ピスト役が様々な質問をすることによって、語っていく中でクライアント役も自身の考えを整理することができ洞察が深まった。そこであらためてセラピスト役によって気持ちに触れられる発言を受けたことで、被共感体験に至ったのではなかろうか。

表 2 3 分類「状況聞き、気持ちに触れる」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
状況聞き、気持ちに触れる	[b] <例えば声をかけてくれる時はどういう気持ちですか？> 「声をかけてくれるんだと思うんだけど、やっぱりすぐ学校行っちゃうので忙しいのかなって」 <うん。その寂しい気持ちがなくなるといいなって> 「うーん。遊んでくれたらうれしいけど、でも男の子も忙しいんだろうなっていう、なくなればいいけどどうすることもできないし」 <〇〇さんが、男の子から声を掛けてもらえるのは行きと帰り？> 「そうですね。男の子が帰ってきた時と、朝行く時」 <そっか。以前は帰って来たら公園に一緒に？> 「うん。そうですね」 <遊びにいたりして。そっかあ(頷き)。そうすると寂しいなっていう気持ち？> 「うーん。そうですね」	[a] 今までの経緯とかも少し含めつつ今の気持ちについて共感されてもらったので。今までは遊んでくれたり、声を頻繁にかけてくれてたけど、今はそうじゃないから寂しいですよっていってもらえたところが共感してもらえたと思う。	[b] どのような状況なのかを聞いている場面。どういう状況の中で寂しい気持ちでいるのかまではわからないので、そこを聞いていこうと思った。聞いていく中でクライアント役の訴えたいことが集約されているのではと理解し、男の子が通り過ぎる時は寂しいのでは？という発言をした。

「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-(6) クライアント役が被共感体験に至るまでの過程

クライアント役が被共感体験に至った会話について、半構造化面接において得られた共感までの過程ごとに分け分類を行った結果、「安心感を得る過程」「意図に気づく過程」「感情が切り替わる過程」「期待する過程」「被共感体験が増す過程」があった。初めに、分類「安心感を得る過程」を取り上げる(表 2 4)。どのクライアント役においても、会話の最初の部分において話しづらさ戸惑いを感じている。しかし、「落ち付いて聞いてくれた」「笑いながら頷いたりしてくれた」と述べられているように、セラピスト役の頷きや非言語などの行動によって、安心感を得たようである。安心感を持っていたからこそ、「思わず言ってしまった」のように、伝えたいことが増え、話を続けていったのであろう。つまりセラピスト役に対し、わかってくれているのではないだろうかという戸惑いや不安感があったが、セラピスト役が頷きや相づちなどの非言語行動をしながら聞いていたことで、このセラピスト役に話しても大丈夫だという安心感を得た。その状態で話しを続けているうちに、セラピスト役にクライアント役自身が言えないと思っていることを言語化された、あるいは整理された思った過程が、被共感体験に至ったと考える。

表24 分類「安心感を得る過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		クライアント役の語り	
安心感を得る過程	<p>[d]「やっぱり家に来たばかりだったのでどこかに行つてはいけないということで、家の中からずっと見ていて。体が大きくなってから家の中にねずみがいることがわかって、それを捕って、渡すようになったのが7歳ぐらいの時だと思うんですけど、くわえてもっていったらすごくぎょっとされて、叩かれました」&lt;うー(後ろにのけぞる)&gt;「なんてもの持ってきたんだって。気に入らなかったのかなと思って、来る日も来る日も持ってみてるんですけど、やっぱりだめなみたいで、ほめられないんです。どうしたらほめられるかなとおもっているんです」&lt;そっか(頷き)。いちばん得意なところだね&gt;「そうなんです」</p>	<p>最初は凄いい話づくらく、話すにあたり、どこから言おうかなって感じだった。しかし割とセラピスト役が最初から落ち着いた構えで聞いてくれていたので、話やすいとおもって、話していた。私としては自分の話す流れみたいなものを一緒に刻んでくれている感覚があったので、楽な気持ち。思っていたことが伝わるのかと思つた。頷きとかもあってちゃんと聞いてもらえている信号をたくさん受け取っていたから、だから「得意なことで褒められたんだね」と言われて、私が言いたいことはそれであると思つた。セラピスト役の言葉と自分の気持ちがうまくはまった瞬間であつた。</p>	<p>言外の気持ちを読み取る</p>
	<p>[e]「うーん。勉強の間の休憩の時にちょっとっていうかんじなので、もっと遊ぶぞって時間を取ってくれたら嬉しいかなって」&lt;合間のじかんだけじゃなくてしっかり〇〇さんと遊ぶ時間?&gt;「うん(頷き)」&lt;なにをして遊びたい?&gt;「ボール遊びとかヒラヒラしているものを追いかけてとか、お姉ちゃんの身体によじ登ってみたり」&lt;へえー(笑)。あと他にしたいこととかありますか?ボールで遊んで、ヒラヒラ追いかけて、よじ登って&gt;「あとそうだな……。飼ひ始めの時はお姉ちゃんよく一緒に寝てくれたので、一緒に寝たいかな」&lt;ああ(頷く)。そういうことができるとちょっとは気持ち晴れるかなって感じなんですか?&gt;「うん。お姉ちゃんも大変なのはわかっているんですけど、たまにはそういう時あってもいいんじゃないのって」&lt;うーん(頷き)。お姉ちゃんだって、〇〇さんと遊ぶの楽しいでしょうね。息抜きっていうのもあるだろうし&gt;「(うなずく)」</p>	<p>笑いながら聞いてくれていたので、わかってきているような気がした。わかって聞いてくれているような感じをずっと感じていたので、自分でも曖昧な気持ちだけの部分も、このセラピスト役は大丈夫だなと思って思わず言つた。うまく伝えられない部分も、セラピスト役は整理して明確にしてくれたので、わかってもらえたと思つた。</p>	<p>言外の気持ちを読み取る</p>



<p>[e] &lt;一日ってどんな感じで過ごされてるんです?&gt; 「朝は、目が覚めたらお姉ちゃんとかお父さんとかを起こしにいて、お母さん達にご飯食べた後に、ご飯をもらって食べて、その後はおじいちゃんやお母さんと一緒にテレビ観たり。そのうちお母さんも出ていって二人になって。ずっとおじいちゃんのペースに合わせて。テレビ観てご飯食べて、寝て。みんな帰ってきたらお迎えにいってって感じですね」 &lt;そっかあ。おじいちゃんがいるから一緒に横になって・・・。そっか。なかなか走りまわれる時間もないんですね&gt;</p>	<p>きっかけは返事。しかし、セラピスト役が府に落ちたような言い方をしていたのでそこで少しちょっとホッとした。時間がとれないんですねって言ってもらえて、そこでわかってもらえたという気がした。一日の状況の中で、取れない、時間がうまくとれないことに対してはわかってもらえたんだ、だからこの時の質問のことに対してはわかってもらえたんだなって。</p>	<p>状況を把握し、伝える</p>
--	--	-------------------

[] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「意図に気づく過程」を取り上げる(表25)。この分類のどの半構造化面接においても、クライアント役は様々な質問を投げかけてくるセラピスト役に対して「淡々と進んでいくな」、「理解するには至っていないんだな」という感情を抱いている。その感情を持ったまま、質問に答えて言ったが、セラピスト役から、今まで聞いてくれたことをまとめてもらい、クライアント役が一貫して訴えてきた気持ちを返した結果、クライアント役自身の中に気持ちを取り上げてもらった感覚を感じ、共感されたと感じている。また今まで不信感を覚えていた分、セラピスト役がクライアント役の言ってほしいことを述べていたため、その落差から被共感体験が生じたのではないだろうか。また被共感体験を得ているとともに、このクライアント役は、セラピスト役が質問した意図についての気づきも得ている。つまり、最初クライアント役はわかってくれないセラピスト役に対して、冷たい印象を抱きつつ、セラピスト役からの質問に答えていたが、セラピスト役からクライアント役の主となる気持ちの部分について触れられたこの過程が、被共感体験に至り、同時にセラピスト役への、印象が変化したと思われる。

表 2 5 分類「意図に気づく過程」の会話の一例

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		クライアント役の語り	
意図に気づく過程	<p>[a]&lt;どんなことをして、前は遊んでいましたか？&gt;「前は二人で公園で走って遊んだりとか。」&lt;うん。〇〇さんは、そのことについてどういう気持ちでいらっしやるのでしょうか？&gt;「うーん。やっぱり寂しいですね。前は一緒に遊んでくれたのに、今は声掛けるくらいで一緒に遊んでくれなくて」&lt;うん(頷き)。そっかあ。寂しい以外の気持ちはありますか？&gt;「やっぱり寂しいですね」&lt;うーん。例えば声を掛けてくれる時はどういう気持ちですか？&gt;「声を掛けてはくれるんだなって思うんだけど、すぐ学校行くので忙しいのかなって」&lt;うん。その寂しい気持ちがなくなるといいなって&gt;「うーん。遊んでくれたらうれしいけど、でも男の子も忙しいんだろうなという。なくなればいいけど、どうすることもできないし」&lt;そっか。〇〇さんが、男の子から声をかけてもらえるのは行きと帰り？&gt;「そうですね。男の子が帰ってきた時と、朝行く時。」&lt;そっか。以前は帰って来たら公園と一緒に&gt;「うん。そうですね」&lt;遊びにいたりして。そっかあ。そうすると寂しいなっていうきもち？&gt;「うーん。そうですね」</p>	<p>今まで質問が多かったので、質問に答えている間はまだ自分の気持ちを理解するのには至らないのだな、淡々と必要なことを聞くセラピスト役だと感じていた。しかし犬が小さい頃、男の子と二人でよく一緒に遊んだりとか、男の子からよく声をかけてもらっていたが、今はそうじゃないから寂しいというように、小さい頃と今を比べてセラピスト役は発言した。今まさに寂しい気持ちっていうのはその部分だから、「寂しいんですね」と言ってもらえて気持ちをわかってもらえたと感じた。それと同時に自分の気持ちわかってくれるための質問だったんだなと思い、温かい印象を受けた。</p>	<p>状況を聞いた上で気持ちに触れる</p>
	<p>[a]&lt;自分からかまってもは言えないのかな？&gt;「うん。そうなんです。すぐ忙しそうに家出て、帰ってきたらすぐ入っちゃって」&lt;ああ、そうかあ。疲れた様子でお家に飛び込んでいくんですかね？&gt;「そんな疲れた様子ではないんですけど」&lt;ああ、そうかあ&gt;「ただいまってすぐ。だから忙しいのかなって」&lt;そうかあ。いままで〇〇さんが感じてきた寂しいっていうのは、男の子が小学校四年生になってから始まった気持ちなのかな？&gt;「突然始まったわけではないんですけど」&lt;うんうん&gt;「徐々に男の子の方が忙しい」&lt;うんうん。そうかあ。今すごく寂しいけどけど、忙しそうで、かまっても言えないし、声はかけてくれるけど、寂しさが緩和されるわけではない状態なのかなって&gt;</p>	<p>最初は必要事項を聞いていて淡々とした感じで進んで行ったが、寂しい気持ちに関わる部分をセラピスト役が今まで質問して、その後で寂しいという気持ちについて触れてくれたので。その犬の気持ちわかる上で私の話したところだけでは足りない箇所とかもあるし、想像をセラピストも膨らませるために、聞いてるんだなって。わかってくれた時は嬉しいと思った。</p>	<p>状況を聞いた上で気持ちに触れる</p>

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「感情が切り替わる過程」を取り上げる(表26)。クライアント役はいずれにおいても「感情面が前面に出ていた」と述べている。セラピスト役が質問した結果、クライアント役は自分を冷静に振り返ることができ、自分自身はこういう理由でやってしまうのだという気づきを得ている。つまりここではクライアント役は感情面だけで物事を考えていたが、セラピスト役に質問されることによって、冷静になり自身を改めて振り返り、今までにはなかった気づきを得ている。そしてこのような気づきを促すような質問をしてくれたのはセラピスト役が自身の状況がわかっているからだと感じた過程が、被共感体験に至っていると思われる。

表26 分類「感情が切り替わる過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		クライアント役の語り	
感情が切り替わる過程	[c]<〇〇さんとしてはおばさんのことも好きだし>「はい。大好きです。ほめられたいです」<うんうん(頷き)。自分の得意な所も出して喜んでもらいたいけどうまく伝わってない>「そうなんです。喜ばれることになってないというのが悲しいなと思って。何をしたら喜んでもらえるかなって思うんですけど」<うんうん(頷き)。そっか。一番喜んでくれるなと思う時って?>「うーん。お客さんの前でうまく芸ができた時。あとは傍に行って、おばさんが私をなでる時は喜んでくれていたような気はします。よくできたってほめられたことは、手で水を飲んでいる時ぐらいですかね」<うん(頷き)。そういう時は〇〇さんは、おばさんの為に頑張ってるよという気持ちなのか、それとも自然にやりたくなるから行動してる?>	おばさんのことが好きという話から出発している。私がおばさんのことが好きだから、こんなに悩んでいるんだなと思った。またセラピスト役から好きでやっているのか頑張ってるのかを聞かれて、私は無理をしていることに気づいた。もっと可愛がられたいと思っているので我慢していたのであって、本当の自分とはかけ離れている。おばさんからほめられたい、可愛がってもらいたいという気持ちがあり、それほどおばさんのことが好きなのだということを再認識した。それをわかってセラピスト役は質問してくれてた。	質問
	[c]「はい。我慢するとついつい爪を研ぎたくなくて、家の中の柱で研いだらすごく怒られて。おばさん怒ると怖いんです」<うんうん(頷き)。怒る時はいつも手が出る?>「そうです。一発叩かれるので、ちょっと痛いと思うんですけど、悪いことしたんだなって」<うんうん(頷く)。そこどころちょっとわかって欲しい所じゃないですかね?一生懸命我慢しているから、もう爪とぎをするしかない>	もやもやするから爪を研ぐという感情が前面に出ていた。しかしセラピスト役からいつもそうなの?>と言われることによって、自分の中で事実確認をすることになり、ちょっと冷静になっている。気持ちが前面に出ていたのがセラピスト役にいつもそうなの?と聞かれることによって、一歩冷静になり、いつものわたしはそうじゃないと振り返ったその内的な活動を言語化してくれたと思う。	言外の気持ちを読み取る

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「期待する過程」を取り上げる(表26)。ここではクライアント役はセラピスト役が状況を把握し伝えた行動をしたことによって被共感体験に至っている。その過程についての語りを見ていくと、クライアント役は自身の状況を話し終えた後に今までの自らの語りを振り返り、もうすべて語りつくした、もう話すことは何もないと感じている。そしてここまで話を聞いていたセラピスト役に対し、「これで私がこう思っているということは理解してもらえたよね」と述べている。これはセラピスト役にクライアント役の気持ちがわかるはずだという、期待が込められているということが考えられるだろう。そして期待通りクライアント役の思いとセラピスト役の発言が一致した過程があったことが、被共感体験に至ったと思われる。

表26 分類「期待する過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		クライアント役の語り	
期待する過程	[e]「飲み物はすごくちっちゃくって、お爺ちゃんの盆栽のおいてあるぐらいなんですけど」<なんかちょっと気を遣って走りまわることできないですか?>「前盆栽にぶつかって怒られて」<やー。いたい>「まあそれ以来。鳥とか来たらたまにおしゃべりとかするんですけど」<へえ(頷き)>「あとは玄関先。でその時はもうリールつながれているのであんまり離れなくて、たぶん通りすがりの人が触ろうとしてきて、その時の気分によっては触らせてあげるんですけど」<ふーん。そっかあ(頷き)。確かに行動範囲はじぶんで広げたくても広げられないかんじですもんね>「うん」	セラピスト役が家族についての話や家の状況、私の一日や、一人で出れないことも聞いた。これでもう自分の中の走ることができない要因・状況はあらかじめ話したつもりになったので、これで私がこう思っているのかは理解してもらえるよねという気になっていた。実際にセラピスト役が「行動範囲はじぶんで広げたくても広げられない感じですよんね」と返して、その返しがちゃんと自分の状況をわかってくれるのと一致してたので、理解してくれたって思った。	状況を把握し、伝える

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「被共感体験が増す過程」を取り上げる(表27)。ここではクライアント役に質問してもらえたことによって、被共感体験に至った会話である。クライアント役は総括的にわかっているとすでに感じており、さらに<その替えてほしいなっていうのを伝えてみたりは?>とセラピスト役が質問したことには、「猫の気持ちがよくわかった上で私と話しているのだな」と感じている。そのような思いを持ちつつ話が展開されていった結果、クライアント役は自身の振り返りも行い、自分だけが悪いのではなく、他の要素もあるのではないかという新たな考えが浮かんできている。ここではクライアント役はセラピスト役にわかってもらっている感覚をあらかじめ持っていた上で、セラピスト役から質問された結果、猫同士で会話しているほどにセラピスト役への親近感が増し、その思いが強くなった過程で、被共感体験に至ったと思われる。またクライアント役は猫同士で話しているよ

うな感覚を得ているため、だからこそ話が様々に展開し、クライアント役は自己洞察をするに至ったのではなからうか。

表 2 7 分類「被共感体験が増す過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		クライアント役の語り	
被共感体験が増す過程	[c] 「おばさんすごくきれい好きで、わかっているんですけど、爪を研ぎたい衝動も本能なので、どうしたらいいかなって思って、そういう悪循環などあります」<爪を研ぐのとか、手入れしてもらってはいないんですか？> 「なんか爪とぎもあるにはあるんですけど、なんかこう足りないというか、おばさん何年も取り替えてくれないんですよ。気づいてくれないんですよ。その研ぎ具合が悪いことに」<そっかあ> 「取り替えてくれればちょっと違うかもしれないと思うんですけど」<その替えてほしいなっていうのを伝えてみたりは？> 「ああ、そうですね。私もどう伝えたらいいかわからなかったから、アピールしなかったんですけど、うーんちよっと頑張ってみます」	総括的にわかっていて感じていると、その後替えてもらうというアクションはしてみたらどうかという会話になり、このセラピスト役は気持ちがよくわかるわってというような気持ちで、その感覚がわかって、私と話しているのだなど。冷静になんで私は柱で研ぐようになったのかしらっていう経緯をずっと話しているが、すごく自分の中にこうフラストレーションと、たまっているのを少しずつ自覚している。自分だけが悪いのかとずっと思っていたけど、いろんな要素があるかもと思って話している。	質問

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-(7) クライアント役が被共感体験に至らなかった過程

次はクライアント役が被共感体験に至らなかった会話の分類で「落差を感じた過程」取り上げる(表 2 8)。まず[e]のクライアント役はセラピスト役のつぶやきによって、また[a]のクライアント役はセラピスト役の考えの押し付けによって被共感体験に至らなかった。[e]のクライアント役はセラピスト役が「素直に話を聞いてくれてリアクションしてくれている。それを受けてわかってもらえているのではないだろうか」と感じ、その影響で色々なことを話した」と述べられていることから、セラピスト役に色々話したくなったのであろう。そして話しているうちに、自分は体を動かしたいんだ、という気づきを得ている。また[a]のクライアント役もセラピスト役からの質問によって、自分の中に色々な思いがあることに気づきを得ている。しかしセラピスト役の「お散歩ねー」というつぶやきや、「私は・・・だと思っんですけど」などセラピスト役が、クライアント役ではなく自身の視点からクライアント役へ発言や行動をしたことに対して、わかったのか疑問に思ったり、関連がないのではないかと感じている。つまり最初は聞いてもらっていると思いき、セラピスト役を信用して色々なことを話し気づきを得たクライアント役が、セラピスト役の自身の視点から考えているような発言を受けたことで、わかっているのかと不審に思い、被共感体験に至らなかった過程がここにはあると思われる。

表 28 分類「落差を感じた過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		クライアント役の語り	
落差を感じた過程	[e] <うん。うーん。うちにも犬がいて、飼っているんですけども、もしかしたらそういう思いしているのかもしれないなってすごくこう。〇〇の姿が我が家の犬の姿みたいだったので。どうしたらいいですかね？> 「うーん。こっちはリール加えてアピールしているのでその時ちょっとでいからお散歩してくれるとうれしいんですけど」 <うん。……。お散歩ねー>	今まではセラピスト役はたぶん素直に話をきいて思ったままリアクションをしていたと思う。それを受けた私としてはわかってもらえるのかなと思った。たぶん少しいろんなことを話をして、ここでいままでとは違ってちょっと短めというか、なんかあんまり感情が入ってないように返事をされたのでたぶんその落差も少しあってここであれって感じたと思う。話していくうちに自分が外に出て身体を動かしたいんだっていう自分の気持ちが出てきて、それをまとめて「お散歩です」と言った。しかしそのような反応だったので、わかったのか疑問に思った状態で次の話に移っていった。	つぶやき
	[a] <他の犬と話したことはないんですが、見ると元気な方は本当によく吠えたり噛みついたりして> 「ああ、そうですね」 <〇〇さんの話を聞いてるとそういうことはそんなにしないのかなって> 「そうですね。やっかとして誰も相手してくれるとはおもわないから」 <そっかあ。先が見えてしまう所があって> 「男の子はどうしても忙しく出てって家に入って、お父さんもとりあえず散歩連れくかって感じで、連れてってえさとか水とかやったりして忙しそうだし」 <うーん。そうかあ。とても大人な考え方をされるなって思ったのですか、〇〇さんは今おいくつ？> 「うーん」	<他の犬は吠えたり元気ですけど、〇〇さん吠えないんですね> という会話を受けて、かまってもらえないから、じっとしているんだろうっていう、そうせざるをえないっていう思いが出た。その後にく〇〇さんはそういう気持ちあるのに我慢してて大人ですね> という話を受けて、そうせざるをえないから、なってるんだけどという思い。そこをまだセラピスト役にはわかってもらえてない部分なんだろうなって。	考えの押し付け

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次は分類「視点を変えられる過程」を取り上げる(表 29)。このクライアント役はセラピスト役の「考えの押し付け」によって被共感体験には至らなかったと述べている。ここで半構造化面接の語りについて見ていくとクライアント役は「お互いを思いやっているという言葉聞いて、自身からは見たものとは視点が違うフィードバック」であるように感じ、この場においての自身の気持ちの扱われ方について不満感を抱いていると思われる。そしてさらに<痛手・・・>の会話からまたさらにセラピスト役から招き寄せられている感じがし、クライアント役が当初持っていた欲求は満たされない状態となっている。つまりここではクライアント役は自身の視点ではなく、セラピスト役側の視点から見ようとするセ

ラピスト役に対し不満感を抱きながら、話を続けていった。しかしさらにセラピスト役の視点から見るように促される発言をされたことで満たされなさを感、クライアント役がその満たされなさについて話すことを徐々に諦めてしまっている過程が、被共感体験を減衰させたと思われる。

表 2 9 分類「視点を換えられる過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		クライアント役の語り	
視点を換えられる過程	[b] <家族ってこういうことをきっかけに感じることもありますよね。大変な怪我だったと思ってたんですけど、お話いただいたことはどちらかと言うと迷惑かけてしまったとか、また戻れるだろうかとか、そういう不安の話でした。逆にこの怪我を機に新たにわかったこととか得たものとか、新しく感じた、今までなかったもので得たものっていうのはありましたか？> 「うーん。そうですね。折々言われてきたことだと思いますが、やっぱりその人間の方にも色々いらっしやるんだなというので、警戒心が足りなかったなっていうのが一つと、言われてみると心配されるのがあるがたいことだと思います」 <うん。痛手を負ったけれども、新たに知ったこと、得られたこともあった。それも含めて怪我をしたという出来事だったのでしょうか？> 「ああ。うんうん」	今までの話を聞いたセラピスト役から<お互いを思いやっている>と発言されたが、クライアント役の側から見たものとはちがう視点からのフィードバックとなっていたので、やっぱり視点が違うという所の再確認をした場面であった。ここにきてセラピスト役の見方はクライアント役にとってわかってもらえたことになるのかどうかという所は判断をつけかねていた。私と同じような視点で扱ってほしいという気持ちがあったが、結局その欲求は満たされない状態。視点が違うことによる満たされなさはここで満たそうとすることでもないのかなと言う風に思ってきている所。	考えの押し付け

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「わかってもらえていないと思う反面、期待した過程」を取り上げる(表 3 0)。このクライアント役は、この模擬カウンセリングの設定自体に疑問を感じ、おそらくあまりわかってもらえないのだろうなと思っている。また一生懸命聞いてくれているカウンセラー役に対し、困らせていると申し訳ない思いも抱いている。しかし、もしかしたらわかってきているのではないかと期待している部分もあり、確認したが、セラピスト役の一生懸命クライアント役を説得している姿を見て、わかっていないと感じている。ここでは最初から、この面接の場自体に疑問を抱き、動物の気持ちはわかっていないだろうと思っている反面、わかっているかもしれないと期待し、セラピスト役に確認を取りたくなった思いがクライアント役にはあった。そして確認したところ、結局わかっていなかったと感じたクライアント役は無理にセラピスト役は自身に合わせているのだと考えた過程が、被共感体験に至らなかったと思われる。

表30 分類「わかってもらえてないと思う反面、期待した過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		クライアント役の語り	
わかってもらえてないと思う反面、期待した過程	[d]「きれいだねとかそういうことを言ってくれるならまだ毎日外に出ていい顔しようかなっていう気にはなるけど」<言ってもらって?>「うん。そう・・・・・・。つまらない」<せっかく何かしても反応もしてもらえないし、自分の思ったよりも動けないし、というのは確かにつまらないなって感じます>「わかんないですよ?私の首見て長いかわかんないですよ?」<うーん。正直今あいこさんとお会いしてると、わかんないんですけど、私が飼育員で、キリンを今までいっぱい見てきたのであれば、この子はほかのキリンより長いと気づくかもしれないですけど>	最初からおそらく気持ちはわかんないだろうと思いつながりながらここに来ている。クライアント役としてもセラピスト役は人間で自分は種類が違う生き物だと思って話している。そこまでの所で一生懸命聞いてくれているけど、理解できるのには限界があると思うから困らせているという思いもある。でも見た目で首が長いことが伝わっていたら、無理に話しを合わせているわけではないかと思い、「私の首を見てわかんないですよ?」とセラピスト役に確認した。いくら話しても生物的な違いで、困っていることを確認したくなった。	考えの押し付け

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-(8)セラピスト役が意図的に共感を伝達するに至った会話の過程

次にセラピスト役側の共感の過程について分析を行う。セラピスト役が意図的に共感をしたところについて分類を行った結果、「訴えが集約していき気づいた過程」「支援する思いの過程」「話す義務感が生じる過程」「停滞感・閉塞感を感じた過程」「慎重に思いを伝えた過程」「感覚で理解に至った過程」に分類された。はじめに分類「訴えが集約していき気づいた過程」を取り上げる(表31)。セラピスト役[d]と[e]は言外の気持ちを読み取ることによって、意図的に共感を試みたと述べている。ここでの過程について見ていくと、クライアント役の話聞いていて、セラピスト役は「ここで一つにつながった感じ」、「一つにまとまった感じ」、「ほんとに言いたかったのはそれなのか」と、クライアント役の訴えていることがまとまり、クライアント役が訴えたいことに気づき、その上でクライアント役の気持ちを推測し、返している。つまりこの分類においてセラピスト役は、相手の話を聞いていくうちに、今までの話が整理され、クライアント役の訴えたい気持ちに気づき、その上でクライアント役の気持ちを想像し、クライアント役に返している過程だと思われる。



表 3 1 分類「訴えが集約していき気づいた過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		セラピスト役の語り	
訴えが集約していき気づいた過程	<p>[d] 「研ぐ感触がなくて、どうしようかなと思うんですけど、むしゃくしゃすると柱にいっちゃうとか」 &lt;うん&gt; 「その場面を見られてしまったので、逃げられなかったとか」 &lt;そうかあ&gt; 「厳しいですよ」 &lt;でも〇〇さんとしては、おばさんのことも好きだし&gt; 「はい。大好きです。ほめられたいです」 &lt;うんうん。自分の得意なことも出して喜んでもらいたいけどうまく伝わってない&gt; 「そうなんです。喜ばれることになっていなく悲しいなと思って。何をしたら喜んでもらえるかなって思うんですけど」</p>	<p>クライアント役の話聞いていて、すごく素直な気持ちでおばさんに喜んでもらおうとしてると想像された。クライアント役は怒られてしまっって悲しいと思い、罪悪感を感じているような印象であったけど、話を聞いていると、喜ばせるためにやっているということを言いたかった。最初から聞いていて話とここで一つつながったものが出たような気がした。なんでそんなにせつなくなったのかの元になっている所が出たような気がした。しかしそんな完結にまとめてしまっっていいのかと感じながら、恐る恐る言った。</p>	<p>言外の気持ちを読み取る</p>
	<p>[e] 「別に長く私たちを見ている人はそんなにいないと思うし、結局明らかに性別違うのにそこの区別もつけずに見ている」 &lt;ああ。どちらが女性か男性かを区別できてない&gt; 「柵に写真があって書いてあるみたいなんですけど、それ見てどっちだろうね? って言っって。わかる人もいるけど、わからない人はよくわからないと言っって、首かしげて行っちゃう」 &lt;せめてわかるまで&gt; 「そう」 &lt;見てほしいですよ&gt; 「そしたら誰でもいいわけじゃないですか、そこにいるのは。わざわざ連れてこられて、誰でもいい役をやってるのかなって」 &lt;動物園に来た意味が欲しいんですよ&gt;</p>	<p>自分をもっと見てほしいということをお訴えている時はそれが相談している理由なんだと思っって聞いていたので、特に疑問などは抱いていなかった。だからこそ自分の存在意義が不安になっていることを聞いて、それがホントに言いたかったんだなって思っって納得した。ここで動物園にいる理由がわからなくなっってきたっていうのは初めて出てきた本音の部分なのだろうって思っって返した。</p>	<p>言外の気持ちを読み取る</p>

<p>[e]「私はここに連れてこられて子どもを産んでということだ      と思うんですけど、それにしても自分の楽しいことってあん      まりない。動くのもほとんどせまくて、くるって回ったら」      &lt;そうですね&gt;「うん。終わりだし、たぶん人間から見ると      全然わかんないと思うんですけど、仲間の中ではちょっと      首長い方で、サファリパークにいた頃は結構友達からもうら      やましがられたりしてたんですけど、今の場所にいると、誰      にもわかんない」&lt;そうですね。比べる相手が一匹だけだと      &gt;「そうそう。全然私の魅力をわかって見に来てくれている      わけじゃないし、そんなに大きな動きもできないからつまん      ないらしくて、ちょっと見るとみんな他の所に行っちゃって」      &lt;うんうん&gt;「猿は数も多いし、動きも多いから人は長い時      間いたりするんですけど、私たちの所にはちょっと来てすぐ      いなくなる」&lt;もう少し色々見ていってほしいですね&gt;</p>	<p>「猿の所はもうちょっと長く見ていくのに」な      どの発言や自分の特徴について話している時      に、気付いてほしいんだなっていうのをこの場      面で思った。時間をかけて聞いて言って組み合      わせていった結果、自分のことを見てほしいの      だなという所でつながって、もっと自分の所を      見てほしいだろうと。話を聞きながら自分の      なかで想像しながら聞いていて、もし私がクラ      イエント役だったらこう思うだろうなと感じ      た。</p>	<p>言外の気      持ちを読      みとる</p>
---	---	--

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次は分類「支援する思いの過程」を取り上げる(表3 1)。セラピスト役[c]は「自己開示」で、セラピスト役[e]は「質問」によってクライアント役に意図的な共感をしようと試みている。セラピスト役はクライアント役の話を読み想像していく中で、クライアント役の様子が整理されて理解することができた。そして、共感しようと思いつつ発言しているが、それと共にクライアント役を支援したい、このようなことに気付いてほしいという思いもありつつ共感を試みている。つまりここでセラピスト役の意図的な共感の過程はクライアント役の話を読み聞いていく中で状況が色々とわかり。クライアント役の気持ちがわかったと同時に、クライアント役を何とかしてあげたい、意図的にまだ自身で理解していない感情に気づいてほしいという思いも同時に生じた結果の発言であると思われる。

表32 分類「支援する思いの過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		セラピスト役の語り	
支援する思いの過程	[c]「それに心配するのにエネルギー使って、まあ元々私のがんびりのんびりしてる分、夜中も物音にはっと目を覚ましたりしてるみたいなんでそういう所が申し訳ないと思いますね」<うーん。そうかあ。〇〇さんのお話を聞いていて私を感じたことなんですけど、すごくこうお互いをお思いやっで。こう・・・>「ははは」<〇〇さんが心配掛けてしまっでて早く治さなきゃと思っているのと同じように、旦那さんやお子さんが〇〇さんのことをとても気遣って思いやっでいて、すごくご家族の愛情が伝わってくるなとおもって聞いていたんですけども>	実際に旦那や子どもに言われた言葉、あとは怪我をした場面や普段の場面を聞いていく中で、旦那がなぜきつク言うのかの背景などが、ワードとしてあがってきたので私の中で理解が進み、今であれば言えるかなと。家族って思い合うものだと思うかので、共感しようと思いつつ、その思い合いの中で行き違っていることに気づいてほしいと思った。行動面で言うならば、クライアント役が最初よりもそうだという仕草がふえた気がしたから。それがゴーサインになってこの場面で発言した	自己開示
	[e]「あと10年、15年生きると思うんですけど、それを考えるとこのつまらない感じであと10年、15年で・・・」<そうですね。それまでに楽しめることをみつけれたら・・・。今の動物園の中でなにかできそうなことって？>	存在の意味、動物園にいる理由がわからない、私じゃなくてもいいんじゃないかというのが、この人のホントに不安な所というか一番言いたかったところなんだろうなって思った。この時点でクライアント役の訴えが一通り出たと思う。最初話を聞いている時はうまくつながっていないく、バラバラの理由のようなきがしていた。しかし、ここまで聞いて、ようやく全部の理由がわかったというか点と線につながった気分だったので。確かにこの先同じ状況であれば大変だろうということがわかって、何とかしてあげたいと思ひ。	質問

[] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「話すことへの義務感が生じる過程」を取り上げる(表33)。ここではセラピスト役は言外の気持ちを読み取り伝えたり、自己開示をして、セラピスト役に意図的に共感の伝達を試みている。この過程についての語りを見ると、クライアント役はセラピスト役の話を聞いているうちに、クライアント役の話を理解し「そうだよな」と思い、納得している。しかし、色々な状況があいまってクライアント役から何か言ってほしいのではないのかというメッセージを感じて、何か返さなきゃ、沈黙に耐えられない、と感じながら共感しようとして試みていると考えられる。ここでは、セラピスト役がクライアント役の話を聞いていく中でクライアント役の訴えたいことについて気づいた。しかしクライアント

役から暗黙のメッセージを感じ、なにか返した方がいいのではないか、沈黙に耐えられず、今まで訴えていることに触れた過程が、この会話での意図的に共感を伝達する過程であろう。しかし、セラピスト役はすべて同一人物のため、ここで述べられていることはこのセラピスト役の特徴を表しているのかも知れない。

表 3 3 分類「話すことへの義務感が生じる過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		セラピスト役の語り	
話すことへの義務感が生じる過程	[e]「なんでいるんだらうっておもって。帰りたいけど帰れないし」<サファリパークとは全然環境が違ってしまって>「そうですねですよ。あつちはホントに広いし友達もいるし話したい時に話せたり散歩に行くのも・・・。もうこれから先長いのかと思って嫌になっちゃうんですよ」<そうですね。同じ状況が続くと思うとね>「そう。だって私の首が他の子より長いだなんて絶対わかってないし」<そこが自分の中では魅力だと思ってきたのに>「そうそうそう」<目も向けてくれないんですもんね>	「私が他の子より首が長いことなんて」と少し違う話題が出たので、すこし戸惑った。その後に語られたことは、自分の首が他の子より長いですが、誰も見てくれないという内容で、話した後黙ってしまった。クライアント役は気持ちをはき出し、自分から話すような素振りもなく、私自身沈黙を長引かせるのも嫌だったのでしゃべらなきゃ、何か返した方がいいのか、何か言ってほしいのではないかと思い、わかっているということは伝えた。	言外の気持ちを読み取る
	[e]<友達に褒められた時は、そんなことないよって言ってきてんですけど、こういう場所に来て、あの子首長くてきれいだねみたいなのはちょっと期待してはいるんですけど、そんなことって全然ないですよ。キリンは首が長いものだっていうので見るから、長いのか短いのかは人間わかんないみたいですね」<でもその中で私は私っていうところを見てほしいんですよ>	他の人よりは首が長いことを一貫してこのクライアント役は言っていて、「友達からほめられたりしてたけど、人間そんなことないよね」という発言を受けて、そうですねとは言えない。しかし自分の個性を見てほしいのだという所は伝えようと思って発言をしたと思う。しかしこの時は、何か返さなきゃという思いの方が強く、必死すぎて深く考えてはいなく結果的にそういう話をしたと思う。	言外の気持ちを読み取る
	[e]「きれいだねとかそういうことを言ってくれるなら毎日外に出て、いい顔しようかなってなるけど」<言ってもらって>「うん。そう・・・・・・。つまんない」<それは確かになんかうーん、せつかく何かしても反応もらえないし、自分の思ったよりも動けないしというのは確かにつまらないなって感じてしまいます>	今までの話を聞いていて、自慢の首が長いことを誰にも気づいてもらえなく、リアクションももらえないことは確かに、楽しくないと思っていた。思いきり感情が出てきてびっくりもして、つまらないと、吐き捨てるように思い切り言われたので、これ拾わないわけにもいかないなと思ひ、それで何か返さなきゃという気持ちになった。つまんないって私がもし自分で言った時にそのまま放置されるのもクライアント役としては別のことを話づらくならないかと思ひここで発言をした。	自己開示

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「停滞感・閉塞感を感じた過程」を取り上げる(表34)。ここではセラピスト役は「質問」をし、意図的に共感の伝達を試みている。その過程についての語りを見ていくと、セラピスト役はクライアント役の状況を理解するため様々な質問をして、結果的に寂しいという気持ちは理解したと両方の語りで語られていることから、クライアント役と同じようにその気持ちを味わったのだと考える。しかし、寂しいと思っていることはわかったが何かつかめない感じや、フードバックしていることに対することで何になるのかとわからなくなっていることもあった。つまりクライアント役が訴えていることは理解したが、どこかつかめなく、わからなくなった過程を経て、クライアント役の話はこの所に焦点が当てられているのではないかと感じ、意図的に共感を伝達したと考えられる。

表34 分類「停滞感・閉塞感を感じた過程」の会話の一例

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		セラピスト役の語り	
停滞感・閉塞感を感じた過程	<p>[b] &lt;前と比べると遊んでくれる時間が?&gt; 「そうですね」 &lt;男の子は?&gt; 「四年生です」 &lt;どんなことをして、前は遊んでいましたか?&gt; 「前はずっと一緒に二人で公園で走って遊んだりとか」 &lt;うんうん&gt; 「男の子がどこ行くにしても連れていってもらって遊んでいたけど。今は全然」 &lt;〇〇さんはそのことについてどういう気持ちでいらっしゃるのでしょうか?&gt; 「うーん。やっぱり寂しいですね。前は一緒に遊んでくれたのに、今は声掛けるくらいで一緒に遊んでくれなくて」 &lt;うん。そっかあ。寂しい以外の気持ちはありますか?&gt; 「うーん。やっぱり寂しいですね」</p>	<p>寂しいと思っていることについてはわかったというか、そういう風に話しているのは理解したが、結局それをフィードバックすることで何につながるのだろうかというのを考えるとよくわからなくなった。初めにもどると、この時のクライアント役の話したいことと、私の聞きたいことはたぶん合致していなかった。寂しいのだということが伝わってきたが、その閉塞感が少し割増で感じられた。</p>	質問
	<p>[b] &lt;例えば声をかけてくれる時はどういう気持ちですか?&gt; 「声をかけてくれるんだ、と思うけど、すぐ学校行っちゃうので忙しいのかなって」 &lt;うん。その寂しい気持ちがなくなるっていいなって&gt; 「うーん。遊んでくれたらうれしいけど、でも男の子も忙しいんだろうなという、なくなればいいけどどうすることもできないし」 &lt;〇〇さんが、男の子から声を掛けてもらえるのは行きと帰り?&gt; 「そうですね。男の子が帰ってきた時と、朝行く時。」 &lt;そっか(頷き)。以前は帰って来たら公園と一緒に?&gt; 「うん。そうですね」 &lt;遊びに行ったりして。そっかあ。そうすると寂しいなっていう気持ち?&gt; 「うーん。そうですね」</p>	<p>話を聞いていて寂しいというのはとても感じるが、つかめない感じを感じて、クライアント役がどういう気持ちなのかわからなかった。頻繁に質問を投げかけているが、周囲がどうあるかの話が多かった。その為どうにかしたいという気持ちよりは、周囲の人物においていかれているような感じのほうが強いらるだろうなというのは、私のほうでは解釈しているが、クライアント役は語っていないし、かといってクライアント役の気持ちを引き出している気もない。しかし、上に浮き彫りにされた訴えたいことはここなのではないかと理解し、今までの話を聞いていて私がこのように感じたということ振り返っている発言。これまで、あまりにも共有できていない感じがしたため、視覚化する材料を用いてやり取りをしてみようと思ったから。</p>	質問

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「慎重に思いを伝えた過程」を取り上げる(表35)。ここではセラピスト役は「言外の気持ちを読みとり」の行動をして意図的に共感の伝達を試みている。過程についての語りを見ていくと、クライアント役の話を聞いていく中で、家族について語られていることに気づき仮説を立てたが、クライアント役の状況の把握をすることに努め、あえて我慢

クライアント役の話聞くことに努めている。しかし、聞いている中で、自分の体よりも家族に迷惑をかけているという話になり、家族についてについて気にかかっているのではないかと思い、ここで発言している。つまりここではクライアント役の話聞いていて、あることに気づいた、セラピスト役はもっと話を聞こうと思い、自重した。しかし話を聞く中でその部分についての仮説が、より説得力のあるものになったと感じ、一通りクライアント役の話聞いたのちに、共感の伝達を試みている過程があると思われる。

表35 分類「慎重に思いを伝えた過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		セラピスト役の語り	
慎重に思いを伝えた過程	[c]「動かすたびに微妙な痛さで」<うん>「どうも気になってしまって、そうするとだんだん右に傾いてしまうんですね」<ああ。水に浮かんでいるのも大変ですか？>「ああ(頷き)。浮かんでいる時は我慢できないほどでもないのですが」<うーん(頷き)>「やはり足で搔くと、痛いのであんまり動きたくないのですが」<うーん(頷き)>「子ども達も遊びたいさかりなので、相手しないで痛い痛い言っているのも」<うーん(頷き)>「ただでさえ冬はこういう雪景色ですから、遊ぶものも少なく寂しい思いをさせるのも、と思います」<うーん(頷き)。自分の痛みよりもご家族のことを心配されてらっしゃるんですね>	最初から家族に対しての思いが二回語られている。だから家族に対しての思いに触れたかったが最初は状態を把握しようと思った。しかし、いつ触れようという思いは消えず、クライアント役が自分の体を怪我をしていると話している時に、羽根を痛めて痛いというよりも、それによって家族に迷惑をかけて苦しんでるところに重きがかかっているのではないかという仮説がたつた。家族への気持ちを捨るか迷っていたが、体の方も大事にしてほしいという思いもあった。結果的に体の方を聞く質問をしていたが聞いていくうちに体ではなく家族の方に重きがあるのではないかと思い、ここで発言をした。	言外の気持ちを読み取る

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「感覚で理解に至った過程」を取り上げる(表36)。ここではセラピスト役はクライアント役の気持ちを理解し、意図的に共感をしようと思ったが、自重してクライアント役の話しを聞き続けている。その後、セラピスト役はクライアント役の様子を想像しようとして話を聞くなかで、次第に背景を理解しクライアント役がため息をついた時に、自分もふっと力がなくなつた感覚を感じている。クライアント役から感じるものが攻撃的なものから、エネルギーの低いものになり、その雰囲気を感じ取った。そしてその部分について言いたくなつたが、ここで自分の考えを区切ってしまつたらいけないと思い、またここだけ取り上げても相手は消化不良になるのではないかと思つたことが、この会話においての過程だと思われる。なお前述の分類「慎重に思いを伝えた」と同じように見えるが、この「感覚で理解に至った過程」は、最終的に思いを伝えなかった点が異なるため、違う分



類とした。

表36 分類「感覚で理解に至った過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピスト役行動
		セラピスト役の語り	
感覚で理解に至った過程	[d]「はい。だからどうしたらおばさんが喜んでくれるのかなって思って。必死に行っただけなのになと思うんです」<えー！頑張って捕ってるのに>「そうなんです。最近捕っちゃいけないのかなって思っているんですけど、やっぱり猫なので動いているものを見ると思わず手が出るというか、ああとってしまったなと思うんですけど、おばさんは喜んでくれないんです」<それはその最初の頃からですか？>「最初の頃はあまり外に出してもらえなかったんです」<そっかそっか(頷き)>「やっぱり家に来たばかりだったのでどこかに行っただけでいいということで、家の中からずっと見ていて。体が大きくなってから家の中にねずみがいることがわかって、それを捕って、渡すようになったのが7歳ぐらいの時だと思うんですけど、くわえてもっていったらすごぎよっとされて、叩かれました」<うー(後ろにのけぞる)>「なんてもの持ってきたんだって。気に入らなかったのかなと思って、来る日も来る日も持ってみてんですけど、やっぱりダメなみたいで、ほめられないんです。どうしたらほめられるかなとおもっているんです」<そっか(頷き)。いちばん得意なところだね>「そうなんです」	生活している様子を想像しようとおもって聞いていると、その様子が背景として見えるような感じになっていた。クライアント役の声のトーンが変わり状況説明をしている時に、ため息をついた。その時に自分ではどう状況を変えていくのかはわからなくて変えられない所だからどうしたらいいのかと、力がぬけるような切なさである気がしたので、自分もこうそういう時って切ないなって思い力が抜けた。相手から感じるものが攻撃的な感じではなくてうまくいかなくエネルギーが低くなった様な感じが影響されたと思う。相手の話そうとしていたことが続いている途中のところで、わかった部分があったとしても、まだ何か出てくるものがあったとしたら、ここで自分の考えを入れて区切ってしまいたらいけないなって思った。C1の言いたいことの先にこうあるんだとしたら、そこだけとりあげてそうですねとなると相手は消化不良なのかなって。	話しを聞く

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-(9)セラピスト役が共感に至らなかった会話の過程

次はセラピスト役が共感することができなかった過程を取り上げる。会話を分類した結果「面接展開にとらわれた過程」「クライアント役視点から考えることができなかった過程」に分けられた。まず分類「面接展開にとらわれた過程」を取り上げる(表37)。ここではセラピスト役は共感することができなかったと感じている。過程についての語りを見ていくと、[b]のセラピスト役は初めの自己紹介の部分でお互いに測っているように感じたり、[f]のセラピスト役は時計を見て焦ったり、自分とクライアント役の飼い主の気持ちの方がよくわかったりと、クライアント役の話聞いていて、どこかクライアント役へ視点を向けるのではなく、この先どのように進めていこうかと思ったり、面接への滞りを感じたりしている。つまりここでの共感に至らなかった過程には、クライアント役

の語り耳を傾げるというよりは、これからどのように面接を進めていくのか方に気がとらわれていると思われる。

表 3 7 分類「面接展開にとらわれた過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		セラピスト役の語り	
面接展開にとらわれた過程	<p>[b] &lt;まずお名前を伺ってもよろしいですか？&gt; 「はい。名前は〇〇といいます」 &lt;〇〇さんはどういった生き物でしょうか？&gt; 「あ、ええと犬です。家族三人の家で飼われてる」 &lt;うんうん。犬の〇〇さん&gt; 「はい」 &lt;今日お話をさせていただき〇〇と言います。よろしくお願ひします&gt; 「よろしくお願ひします」 &lt;先ほど、ご家族三人とおっしゃっていましたが、誰さん？&gt; 「小学校四年生になる男の子とお父さんとお母さん」 &lt;今日はどういった悩みがあつてお話をされに？&gt; 「はい。実は男の子が小さい時から僕は家で飼われていて、子犬として家にやってきて今日までずっと住んでいるんですけど、最近男の子が僕とあんまり遊んでくれなくなって、朝家を出る時や帰ってくる時は声を掛けるんだけどでも学校に出ていったら結構遅くまで帰ってこないし」 &lt;ふーん(頷き)&gt; 「朝も野球、部活やってそれで早く出ていくし」 &lt;ふーん&gt; (頷き) 「前みたいに僕と一緒に遊んでくれなくなったんで」 &lt;ふーん。それが悩み？(頷き)&gt; 「そうですね。」</p>	<p>始めの自己紹介の辺りで、どのように進んでいくのか、どのように始まるのかを相互のやり取りの中で測っているような印象を受けた。あとはクライアント役のどのような風にするか、いきたくないかわからない感じ、この後どうするって感じの空気になったと思う。だから状況を聞いてつらい気持ちや、寂しいという気持ちがクライアント役にあるのはわかったが、そこはまた一部分として、他にじゃあどうすすめていこうかなっていうのを気にする部分が多かった。</p>	質問
	<p>[f] 「家族はインドアで、あんまり外に出ないんですよね」 &lt;そっかあ。インドア？&gt; 「ずっとテレビ見てたり」 &lt;一緒にテレビを見ている時は？&gt; 「かまって欲しくて向かって行って、ワシャワシャってなって。ここで終わるので後は動けなくなる」 &lt;あははは&gt; 「抱っこしてくれるのは嬉しいけど抱っこじゃないんだよって」 &lt;うん。うーん。家で犬を飼っているんですけど、もしかしたらそういう思いしているのかもしれないなって。〇〇さんの姿が我が家の犬の姿みたいだったので。どうしたらいいですかね？&gt;</p>	<p>この発言をする前に、時計を見て焦ってしまった。また自分と重ねてしまっていることがよくないと思って、クライアント役の話をもっと聞いていきたいって思うけれどもうまく質問できていない感じがた。自分と重ねてしまっていると思ったし、クライアント役からもあまり話が出てくるわけでもないと思って、その沈黙にどこか耐えかねた部分もあって、滞りを感じてしまいその発言をした。このあたりから、気持ちに寄り添うというよりも、解決思考の形でいきいていったほうがいいのかという考えに変わっていた部分。</p>	うちあけ

[ ] 内はクライアント役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「クライアント役の視点から考えることができなかつた過程」を取り上げる(表38)。ここではセラピスト役は「自己について目をむける」ことをした結果、共感に至らなかつたと思われる。ここの過程について見ていくと、ここではクライアント役の話をしているセラピスト役が、自分の状況と重ね合わせ、自分のことだけを振り返っているように感じ取られている。そしてクライアント役以外の登場人物、例えば周りの家族などの理解に至つたため、クライアント役には共感することができなくなつているのであると思われる。このように、クライアント役の話をしていて、セラピスト役がクライアント役を取り囲む周囲の状況が手に取るようにわかりすぎた場合、クライアント役の言葉に、自分が言われているような感覚に陥り過敏に反応してしまつたり、逆に何も言えなくなつてしまうという過程があると考えられる。

表38 分類「クライアント役の視点から考えることができなかつた過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		セラピスト役の話り	
クライアント役の視点から考えることができなかつた過程	[f]<今日はどういったことでこちらに>「あの……。犬なんですけど散歩に誰も連れて行ってくれなくて」<ふーん>「ストレスがたまっちゃって。家は5人家族なんですね、おじいちゃん、お父さん、お母さん、お姉ちゃん、弟と家族なんですけど、みんな忙しくて誰も相手してくれない」<うーん(頷き)>「でも家族は相手してつてかまってくるんですよ」<えー。向こうは?>「うん。向こうは。疲れて帰ってきて、『疲れたよ』つて言つて触つてくるんですよ。気が済んだらあっち行くんですけど。私が散歩連れて行ってつてリールを持って言つても、疲れたからつて言つて、結局何もしてくれない」	話を聞いていて、クライアント役のことではなくクライアント役の状況の方が手に取るようにわかつた。その影響を受けてこの発言をしたのではないか。これじゃない。これつて違うなつて思つていながらも、やはり自分はクライアント役の視点ではなく、家族の視点に立っているといえると思う。	自己について目を向ける
	[f]「最初飼ひ始めた時はお姉ちゃんが一緒に寝てくれたので、一緒に寝たいかな」<ああ(頷き)。そういうことができると、ちょっとは気持が晴れるかなつて感じなんですか?>「うん。お姉ちゃんも大変なのはわかつているんですけど、たまにはそういう時あつてもいいんじゃないのつて」<うーん(頷き)。お姉ちゃんだつて、〇〇さんと遊ぶの楽しいでしょうしね。息抜きつていうのもあるだろうし>	犬を飼っているので、クライアント役の訴えている家族の様子の方が自分と重なつて、クライアント役の状況というよりは、その家族の状況の方が具体的に見えていった。自分のこととして聞いているので、クライアント役が言つたことを家で怒っている犬が言っているように感じ、そういうようなことも感じているかもなど反省モードになつている。	自己について目を向ける

[] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「感じていることがわからない過程」を取り上げる(表39)。ここではセラピスト役は「自己開示」の行動をしている。過程についての語りを見ていくと、セラピスト役は今までのクライアント役の反応に対して、クライアント役はあまりセラピスト役にわかってもらえてないのではないかと感じている。だから、気持ちがよくわかるなど直接言うことができなくなり、最終的に自分の感想としてわかっていることを伝えた。しかし、クライアント役の反応は同じようであったため、わかったということは伝わらなかったと思い、むしろ困るセラピスト役を見て同じように私も困っているんですということに気づいた場面だと述べている。つまりここでは、クライアント役のことを理解しようとし、いろいろ今まで発言してきたが、クライアント役の反応を見て、わかっていないと思っているんだなということに気づいた。そこで伝えようとしたが慎重に伝え方を選んだがそれでもクライアント役の反応が今までと変わりがないと感じ、クライアント役が感じていることをわからない過程だと思われる

表39 分類「感じていることがわからない過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	セラピストの行動
		セラピスト役の語り	
感じていることがわからない過程	[b] <お休みの日とかはどうなんでしょう？>「休みの日も結構、そうですね。午前中とか家出て、帰りも遅くなる時もあるし早い時もあるけどでもやっぱり忙しそうでかまってもらえなくて」<〇〇さんは行き帰りする男の子を眺めながら寂しいと思っていて、見える距離にいるのに遊んでもらえないのは寂しいと思うのですが、その気持ちはどうやって付き合いながら過ごしてきたのでしょうか？>「やっぱり寂しいなって思って」<うんうん(頷き)>「でも男の子も大きくなって」<うんうん(頷き)>「周りの友達と遊んだり、自分でやらなきゃいけないこと出てきて忙しいから仕方がないと思ってるけど、でも寂しいなって」<うーん(頷き)。そっかあ。小さい時から一緒に成長してきたとおっしゃってたので、兄弟までとはいかないまでも家族に近いのかなって思ってた>	今までの面接の流れで、クライアント役としては、「うーん」、や当たらずしも遠からずという反応をしていたのでセラピスト役から捉えたクライアント役の内面はあまり伝わっていない感じを持っていると思った。だからあなたの気持ちがよくわかるなど、直接的に言うのは厚かましすぎると思った。距離感を考えて、自分の感想として伝えた。しかしクライアント役としては今までと同じ反応だったので、セラピスト役として手段がない。むしろセラピスト役が困る姿を見て、あなたが困っているように、私も困っているんですということを感じさせたかったのではと思った。	自己開示

[ ] 内はセラピスト役の別。「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

### 3-(10) クライアント役の共感に至った過程とセラピスト役が被共感体験に至った過程が一致した、もしくは一致しなかった会話の過程

セラピスト役の共感とクライアント役の被共感体験が一致した会話、もしくは一致しなかった会話の過程の分類には「聞いている姿勢が被共感体験に至った過程」「曖昧な気持ちが明確化された過程」「お互いの思いがずれていたが被共感体験に至った過程」があった。まずはじめに分類「聞いている姿勢が被共感体験に至った過程」を取り上げる(表3.9)。この会話はクライアント役は被共感体験をし、セラピスト役は共感しようとしたがあえてここではそのことについて触れなかった場面である。クライアント役の語りを見ていると、「最初は戸惑いがあった」と述べているように、面接開始時はここで話づらさを感じていたことが見て取れる。一方、セラピスト役は「生活している様子を想像しようと思って聞いていた」と述べていることから、頷きや相づちなど非言語も交えながらクライアント役の話の聞こえを努めていたようである。その結果、クライアント役の中に話を聞いてもらっているという感覚ができ、安心して状況などを話すことができた。セラピスト役は次第に状況がわかり、クライアント役の力が抜ける瞬間に自分も力が抜けたようになり、クライアント役がどのような気持ちでいるのかを理解したがそれを伝えなかったと述べている。しかしクライアント役はその後の会話で「得意な所でね」とセラピスト役が発言した場面で、セラピスト役の気持ちとクライアント役の気持ちが一致したと考えている。つまりセラピスト役が共感したかったがためらった部分ではあったが、クライアント役は被共感体験に至っていたのである。ここではセラピスト役は一貫して聞いていたことが、クライアント役にとっては安心感、や楽な気持ちを得ることができ、話すことができた。そしてセラピスト役もクライアント役の話を生懸命聞いていたため、クライアント役の話していることがわかったのではないだろうか。だからこそ「得意な所でね」といった部分は、クライアント役にとっては、言いたかったところはそこだと感じ、セラピスト役は聞いていた結果、感じたことをそのまま発言したが、それが被共感体験に至ったと考えられる。

表 3 9 分類「聞いている姿勢が被共感体験に至った過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
聞いている姿勢が被共感体験に至った過程	<p>[c]「はい。だからどうしたらおばさんが喜んでくれるのかなって思って。必死に行っただけなのになと思うんです」&lt;えー！頑張っって捕ってるのに&gt;「そうなんです。最近捕っちゃいけないのかなって思っているんですけど、やっぱり猫なので動いているものを見ると思わず手が出るというか、ああとってしまったなと思うんですけど、おばさんは喜んでくれないんです」&lt;それはその最初の頃からですか？&gt;「最初の頃はあまり外に出してもらえなかったんです」&lt;そっかそっか(頷き)&gt;「やっぱり家に来たばかりだったのでどこかに行っはいけないということで、家の中からずっと見ていて。体が大きくなってから家の中にねずみがいることがわかって、それを捕って、渡すようになったのが7歳ぐらいの時だと思うんですけど、くわえてもっていったらすごくぎよっとされて、叩かれました」&lt;うー(後ろにのけぞる)&gt;「なんてもの持ってきたんだって。気に入らなかったのかなと思って、来る日も来る日も持って試みてはいるんですけど、やっぱりだめなみたいで、ほめられないんです。どうしたらほめられるかなと思っているんです」&lt;そっか(頷き)。いちばん得意なところでね&gt;「そうなんです」</p>	<p>[c]最初は凄く話づらく、話すにあたり、どこから言おうかなって感じだった。しかし割とセラピスト役が最初から落ち着いた構えで聞いてくれていたので、話やすいとおもって、話していった。私としては自分の話す流れみたいなものを一緒に刻んでくれている感覚があったので、楽な気持ちでした。思っていたことが伝わるのかと思った。頷きとかもあってちゃんと聞いてもらえているぞという信号をたくさん受け取っていたから、だから「得意なことで褒められたいんだね」と言われて、私が言いたいことはそれであると思った。セラピスト役の言葉と自分の気持ちがうまくぴたっとはまった瞬間であった。</p>	<p>[d]生活している様子を想像しようと思って聞くと、その様子が背景として見えるような感じになっていった。クライアント役の声のトーンが変わり状況説明をしている時に、ため息をついた。その時に自分ではどう状況を変えていくのかはわからなくて変えられない所だからどうしたらいいのかと、力がぬけるような切なさである気がしたので、自分もこうそういう時って切ないなっと思いが抜けた。相手から感じるものが攻撃的な感じではなくてうまいかなくエネルギーが低くなった様な感じが影響されたと思う。相手の話そうとしていたことが続いている途中のところ、わかった部分があっても、まだ何か出てくるものがあったとしたり、ここで自分の考えを入れて区切ってしまったらいけないなって思った。C1の言いたいことの先にこうあるんだとしたら、そこだけとりあげてそうですよねとなると相手は消化不良なのかになって。</p>

「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「曖昧な気持ちが明確化された過程」を取り上げる(表40)。この会話場面は、クライアント役は被共感体験に至り、セラピスト役は共感することができなかった場面である。セラピスト役の語りを見ると、話を聞いていたクライアント役の状況よりも、家族の状況の方がよくわかったと述べている。つまりここでセラピスト役は自分の気持ちに目

が向いていると考えられる。しかしクライアント役は、笑顔で聞いてもらっていることに  
 対してわかってきていると感じ、安心しながら話すことができていた。セラピスト役は  
 ここではその状況が目に見えてわかるので、思わず笑顔になって聞いていたことが、安心  
 感などにつながっていたと思われる。その安心感で、クライアント役は曖昧な気持ちで言  
 った部分が明確になり、気持ちを理解してくれたと感じ、被共感体験に至ったのだと思う。

表 4 0 分類「曖昧な気持ちが明確化された過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
曖昧な気持ちが明確化された過程	<p>[e]「うーん。勉強の間の休憩の時にちょっとっていうかんじなので、もっと遊ぶぞって時間を取ってくれたら嬉しいかなって」&lt;合間のじかんだけじゃなくしてしっかり〇〇さんと遊ぶ時間？&gt;「うん」&lt;なにして遊びたい？&gt;「ボール遊びとかヒラヒラしているものを追いかけてとか、お姉ちゃんの身体によじ登ってみたり」&lt;へえー(笑)。あと他にしたいこととかありますか？ボールで遊んで、ヒラヒラ追いかけて、よじ登って&gt;「あとそうだな・・・。飼い始めの時はお姉ちゃんよく一緒に寝てくれたので、一緒に寝たいかな」&lt;ああ(頷く)。そういうことができるのちょっとは気持ち晴れるかなって感じなんですか？&gt;「うん。お姉ちゃんも大変なのはわかっているんですけど、たまにはそういう時あってもいいんじゃないのって」&lt;うー(頷き)ん。お姉ちゃんだって、〇〇さんと遊ぶの楽しいでしょうしね。息抜きのいうのもあるだろうし&gt;「(うなずく)」</p>	<p>[e]笑いながら聞いてくれていたようで、わかってきているような気がした。わかって聞いてくれていたような感じをずっと感じていたので、自分でも曖昧な気持ちだけの部分も、このセラピスト役は大丈夫だなと思って思わず言った。うまく伝えられない部分も、セラピスト役は整理して明確にしてくれたので、わかってもらえたと思った。</p>	<p>[f]犬を飼っているので、クライアント役の訴えている家族の様子の方が自分と重なって、クライアント役の状況というよりは、その家族の状況の方が具体的に見えていった。自分のこととして聞いているので、クライアント役が言ったことを家で怒っている犬が言っているように感じ、そういうようなことも感じているかもなど反省モードになっている。</p>

「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ

次に分類「お互いの思いがずれていたが被共感体験に至った過程」を取り上げる(表 4 1)。これはクライアント役が被共感体験に至り、セラピスト役にとっては伝えたものの、そのようには受け止められなかったと感じられる部分である。この場面ではクライアント役は最初淡々と物事を聞いていくなと感じていたが、セラピスト役は何かつかめない感じを受けていて一生懸命クライアント役の理解をしようと思っていた。その後、クライエ役は寂しいっていう気持ちと聞かれた所で、「わかってくれたな、今まで淡々と話を聞いていたが、そんなことなかったんだな」と述べていることから、セラピスト役はそのようなことを意識して質問したのだなと気づいたと同時に被共感体験に至った。つまりここではク

クライアント役はセラピスト役の質問などに答えている間は、わかってくれているとは思っていなかったが、ここで気持ちに対してふれられたことで、その落差が被共感体験に至ったのではないかと考える。つまりここからセラピスト役がわからない感じを受けていても、セラピスト役にとっては被共感体験に至る過程があるのではなからうか。

表 4 1 分類「お互いの思いがずれていたが被共感体験に至った過程」の会話

分類名	模擬カウンセリングでの会話	半構造化面接	
		クライアント役の語り	セラピスト役の語り
お互いの思いがずれていたが被共感体験に至った過程	<p>[a] &lt;例えば声をかけてくれる時はどういう気持ちですか？&gt; 「声をかけてくれるんだ、と思うけど、すぐ学校行っちゃうので忙しいのかなって」 &lt;うん。その寂しい気持ちがなくなるといいなって&gt; 「うーん。遊んでくれたらうれしいけど、でも男の子も忙しいんだろうなという、なくなればいいけどどうすることもできないし」 &lt;〇〇さんが、男の子から声を掛けてもらえるのは行きと帰り？&gt; 「そうですね。男の子が帰ってきた時と、朝行く時。」 &lt;そっか。以前は帰って来たら公園と一緒に？&gt; 「うん。そうですね」 &lt;遊びに行ったりして。そっかあ(頷き)。そうすると寂しいなっていう気持ち？&gt; 「うーん。そうですね」</p>	<p>[a] 今まで質問が多かったので、質問に答えている間はまだ自分の気持ちを理解するには至らないのだな、淡々と必要なことを聞くセラピスト役だと感じていた。しかし犬が小さい頃、男の子と二人でよく一緒に遊んでたりとか、男の子からよく声をかけてもらっていたが、今はそうじゃないから寂しいというように、小さい頃と今を比べてセラピスト役は発言した。今まさに寂しい気持ちっていうのはその部分だから、「寂しいんですね」と言ってもらえて気持ちをわかってもらえたと感じた。それと同時に自分の気持ちわかってくれるための質問だったんだなと思い、温かい印象を受けた。</p>	<p>[b] 話を聞いていて寂しいというのはとても感じるが、つかめない感じを感じて、クライアント役がどういう気持ちなのかがわからなかった。頻繁に質問を投げかけているが、周囲がどうあるかの話が多かった。その為どうにかしたいという気持ちよりは、周囲の人物においていかれているような感じのほうが強いのだろうなというのは、私のほうでは解釈しているが、クライアント役は語っていないし、かといってクライアント役の気持ちを引き出している気もしない。しかし、上に浮き彫りにされた訴えたいことはここなのではないかと理解し、今までの話を聞いていて私がこのように感じたということを振り返っている発言。</p>

「」はクライアント役、<>はセラピスト役の会話、( )は非言語メッセージ



本研究の目的は、クライアント役の被共感体験が、セラピスト役のどのような対応によって導かれるものなのか、そしてそうしたセラピスト役の対応は共感に基づくことなのか、あるいはセラピスト役は共感の意図的な伝達をしていたのか、さらにセラピスト役とクライアント役の会話のやり取りは、セラピスト役の共感やクライアント役の被共感体験にどのように影響するのかを検討するものであった。加えて、クライアント役の被共感体験や、セラピスト役の意図的な共感の伝達をするまでには、どのような感情の動きを経るのかについて明らかにすることも検討することであった。

その結果、クライアント役が被共感体験に至る会話からは、クライアント役が言語化できない気持ちをセラピスト役が適切に言語化したり、状況を聞いた上で改めてクライアント役の主となる気持ちについて触れたり、質問をされクライアント役が気づきを得てその気づきと一致したり、状況を把握したことを伝えていた。田中(2006)は、クライアントの視点・見方・理解の枠組みに基づいて意味付けされがなされた応答によって共感が高められると述べているように、本研究において、クライアント役が被共感体験に至ったことも視点、見方、理解に基づいたことが関連していると思われる。ただ、状況を把握していることを伝えることは、他の被共感体験に至ったものと比べると、唯一クライアント役の気持ちに触れられていないものである。ただ、この分類は、同一のクライアント役によって語られたことから、クライアント役の個別性が関連していると思われるが、今後さらに検討の必要があるであろう。

クライアント役が被共感体験に至らなかった会話からは、セラピスト役の考えを押し付けられ、理解していないような非言語・言語行動をしていたことが、要因となっていた。これはセラピスト役が自身の視点でクライアント役の話を理解しようとしたためであると思われる。三浦(1994)は、共感自分自身の体験をより深めることであり、同じ体験をするというよりも、クライアントから投げかけられた言葉をどれだけ深く体験し、その体験を通して相手を理解するかが重要となると述べているが、ここではセラピスト役が、クライアントを理解するという観点が欠け、セラピスト役自身の観点から行動をしたことで、被共感体験に至らなかったであろう。

セラピスト役が意図的に共感を伝達しようとした会話では、クライアント役の背後の気持ちを読みとって、クライアント役に返したり、自身の気づきをクライアント役に伝えたしていた。「理解のギャップを埋める質問」に関しては、共感をするためにセラピスト役が、セラピスト役が共感することができなかった会話の分類には「自己について目を向ける」と「うちあけ」があった。いずれもセラピスト役がクライアント役の話を聞いていく中で、クライアント役の周りにはいる家族の視点で考えていたため、クライアント役の気持ちを理解するのは至らなかったと思われる。

セラピスト役の語りと、クライアント役の語り共通していた会話は、いずれのセラピスト役も意図的に共感したと思っておらず、クライアント役は被共感体験を得ていた。ここではセラピスト役が懸命に話を聞く姿勢が影響をしていたと思われる。セラピスト役は

相づちを行いながら聞いたり、クライアント役の気持ちがわからず、わかろうとして質問したりしていた。その結果、セラピスト役が自覚していなくても、クライアント役は聞いてもらえている感覚を得ながら、話を続けていく中で自身を振り返りがなされ、被共感体験に至ったのではなかろうか。

クライアント役が被共感体験に至るまでの過程では、クライアント役は面接当初は戸惑いがあったがセラピスト役の非言語的な行動により「安心感を得た過程」、面接当初は冷たい印象を持っていたが、セラピストからの発話によって、「意図に気づいた過程」、セラピストの発言によって、落ち付きを取り戻し、自己洞察をし、気づきに至った「感情が切り替わる過程」、当初からわかってもらえたと感じたが、会話を続けていくなかでさらにわかってもらえたと感じるようになった「被共感体験が増す過程」があった。以上から、被共感体験に至るまでには様々な過程があることがわかる。一方、クライアント役が被共感体験に至らなかった過程には、わかってきていると思って話していたが、セラピスト役視点からの発言を受けて「落差を感じた過程」、会話の内容をセラピスト役に誘導され「視点を変えられる過程」、わかってきていないと思いつつも、わかってきているのではという期待もあり、クライアント役自身がセラピスト役に確認した「わかってもらえていないと思う反面、期待した過程」があった。ここで被共感体験に至ったか、至らなかったかについて過程の違いは最終的にクライアント役の視点に立って面接を進めているかどうかではないだろうか。

セラピスト役が意図的に共感を伝達しようと試みた過程には、クライアント役の話を聞き、今までの「訴えが集約された過程」、クライアント役の思いを理解し、クライアント役の利益になることを考えた過程、クライアント役の反応を受け、何か返さなければと「話すことへの義務感を感じた過程」、クライアント役の気持ちがわからず、「停滞感・閉塞感を感じた過程」、「慎重に思いを伝えた過程」、クライアント役の力が抜けた際に、セラピスト役も力が抜け、「感覚で理解に至った過程」があった。以上のことから、セラピスト役は面接場面で色々な過程を経て、共感を伝達していることがわかる。「訴えが集約された過程」や、「慎重に思いを伝えた過程」では、クライアント役の気持ちを想像し、気づきを得る体験をしている一方で、「話すことへの義務感を感じた過程」では、クライアント役からの反応から、セラピスト役は焦り、間を埋める手段として共感を伝達しているとも考えられる。セラピスト役が共感するに至らなかった過程には、どのように進めていくかを考え「面接展開に捉われた過程」、クライアント役の周囲の人物などの方と自分を重ね合わせたため、「クライアント役のことを考えることができなくなった過程」、クライアント役からの反応から、「感じていることがわからない過程」があった。「面接過程に捉われた過程」や、「クライアント役のことを考えることができなくなった過程」については、セラピスト役の語りから、肝心のクライアント役への意識を集中できなかったことが起こっているようである。

クライアント役の過程の語りと、セラピスト役の過程の語りが一致した会話には、「聞いて

ている姿勢が伝わった過程」、「曖昧な気持ちが明確化した過程」、「お互いの考えにずれが生じた過程」があった。「聞いている姿勢が伝わった過程」、「曖昧な気持ちが明確化した過程」においては、クライアント役が、セラピスト役の非言語について言及していることが共通していた。ここからも話すだけでなく非言語を用いながら、面接を展開していくことが、クライアント役が聞いてもらっているという安心感につながっていることが考えられる。このように非言語は、過程においても被共感体験につながる重要な役割を果たしていることがわかる。

## 第4章 総合考察

本研究の目的は、クライアント役の被共感体験が、セラピスト役のどのような対応によって導かれるものなのか、そしてそうしたセラピスト役の対応は共感に基づくことなのか、あるいはセラピスト役は共感の意図的な伝達をしていたのか、さらにセラピスト役とクライアント役の会話のやり取りは、セラピスト役の共感やクライアント役の被共感体験にどのように影響するのかを検討するものであった。加えて、クライアント役の被共感体験や、セラピスト役の意図的な共感の伝達をするまでには、どのような感情の動きを経るのかについて明らかにすることも検討することであった。

第二章では、クライアント役が被共感体験に至った場面と、セラピスト役の共感の意図的な伝達した場面を擦り合わせ、クライアント役が被共感体験に至るには、どのような行動的特徴があるのかを明らかにするために、臨床心理士3名をクライアント役とし、模擬カウンセリングを実施した。その後、模擬カウンセリングのビデオを見ながら半構造化面接を実施し、被共感場面に至った場面、至らなかった場面を詳細に振り返ってもらった。半構造化面接で得られた語りを分類した結果、クライアント役が被共感体験とセラピスト役の被共感体験が一致したのは「言外の気持ちを読みとる」、「セラピスト役の非言語行動」という行動的な特徴があり、言語のみならず、非言語行動も被共感体験には重要な役割を果たしていることが示唆された。クライアント役のみが被共感体験に至るには「気負わない傾きや相づち」、「確認の質問」というセラピスト役の行動的な特徴が見いだされた。ここからクライアント役の被共感体験に至るには、事実を理解するために話を聞く客観的理解をした上で、背後にある気持ちを読みとるといったことが重要であるということもわかった。

クライアント役が被共感体験に至らなかったセラピストの行動は「考えの押し付け」、「少しずれた応答」、「自己開示」、「気持ちのカット」であった。ここからセラピスト役の無理に言語化による考えの押し付けは、クライアント役の感情や気持ちの流れを遮り、被共感体験に至らないことがわかった。セラピスト役がクライアント役の今ある感情に至った経緯に沿った発言や、非言語メッセージのシンクロがセラピスト役としてなされた際に、クライアント役は被共感体験に至っていた。また、セラピスト役の先走った応答が、クライアント役の今あるところから大きくずれた時、それがセラピストの考えや感情の押しつけになり、被共感体験にはつながらないことが示された。また共感の前提として、クライアント役に関心をよせ、知ろうとすることが大切であることを再確認した。さらに、セラピスト役の応答が、クライアント役の今あるところからの少しのずれがある場合には、クライアント役の状態や能力にも影響されるだろうが、クライアント役の洞察や発見を導く可能性があることも示すことができた。

第3章では第2章同様に、クライアント役の被共感体験に至った場面と、セラピスト役の共感を意図的に伝達した場面を擦り合わせ、クライアント役が被共感体験に至るには、どのような行動的特徴があるのかに加えて、共感・被共感体験を会話の連続する過程の中

から探ることを目的として、H 大学大学院臨床心理学分野所属の大学院生 6 名を対象に、第 2 章と同様の手続きによって、模擬カウンセリングと半構造化面接を行った。

そこ結果クライアント役が被共感体験に至ったセラピストの行動は「言外の気持ちを読みとる」、「状況を聞いた上で気持ちに触れる」、「状況を把握し伝える」、「質問」で、クライアント役が被共感体験に至らなかったセラピストの行動は「考えの押し付け」、「つぶやき」であり、クライアント役の視点、見方、理解に基づいてセラピストが行動をするかにより、被共感体験を導くか、至らないかに関わると示唆された。

セラピスト役が意図的な共感を伝達する行動は「言外の気持ちを読みとる」、「自己開示」、「理解のギャップを埋める質問」、「状況を聞き、気持ちに触れる」、「話を聞く」であり、クライアント役の背後の気持ちを読みとって、クライアント役に発言したり、自身で気づいたことをクライアント役に伝えたりすることで、伝達を試みていることがわかった。しかし「理解のギャップを埋める質問」はセラピスト役が共感に至る前提として、クライアント役との理解のギャップを埋めるためにしていることであると思われる。「話を聞く」は、唯一、共感したが伝えなかった部分であり、セラピスト役はクライアントの気持ちを理解しても、あえて伝えない慎重な姿勢があることも示された。セラピスト役が共感に至らなかった場面ではセラピスト役の行動は「うちあげ」や、「自己について目を向ける」であり、その時のセラピスト役は、自己の視点のみで考えていることが明らかになった。

セラピスト役の語りと、クライアント役の語りが共通していたセラピストの行動としては、「非言語を用いながら聞きに徹する」、「状況を聞き、気持ちに触れる」であり、セラピスト役が自覚していなくても、クライアント役は聞いてもらえている感覚を得ながら、話を続けていく中で自身を振り返りがなされ、被共感体験に至ったと推測された。

クライアント役が被共感体験に至るまでの過程では、「安心感を得る過程」、「意図に気づく過程」、「感情が切り替わる過程」、「被共感体験が増す過程」をクライアント役は体験しており、クライアント役が被共感体験に至らなかった過程には「落差を感じた過程」、「視点を変えられる過程」があり、クライアント役が面接開始時にどのような感情を抱いていても、セラピスト役がクライアント役の視点に立った行動をするか否かにより、被共感体験に至るのか、そうでないかが決まることが示唆された。

セラピスト役が意図的に共感を伝達しようと試みた行動に至る過程には、「訴えが集約された過程」、「話すことへの義務感を感じた過程」、「停滞感・閉塞感を感じた過程」、「慎重に思いを伝えた過程」、「感覚で理解に至った過程」があった。またクライアント役の気持ちを想像し、気づきを得る体験をして共感の伝達をしていたが、焦りを感じている際には、間を埋める手段として、共感を伝達しているとも考えられた。

セラピスト役が共感するに至らなかった過程には、「面接展開に捉われた過程」、「クライアント役のことを考えることができなくなった過程」、「感じていることがわからない過程」があった。これらの過程では、肝心のクライアント役への意識を集中できなかったことが、いずれにも共通して起こっているようである。クライアント役の過程の語りと、セラピス

ト役の過程の語りが一致した会話には、「聞いている姿勢が伝わった過程」、「曖昧な気持ちが明確化した過程」、「お互いの考えにずれが生じた過程」があった。

第2章と対象者が臨床心理士、第3章は対象者が大学院生であったが、クライアント役の被共感体験を導いたとされるセラピスト役の行動で一致していたのが、「言外の気持ちを読みとる」であった。つまり、臨床経験に違いがあっても、背後にある気持ちを推測して伝えることは、被共感体験を導くものであると思われた。しかし非言語においては、第3章においての大学院生のクライアント役から直接的に被共感体験に至ったとは言及されなかったのに対し、第二章では「気負わない相づちや頷き」として臨床心理士の対象者からの語り得られ、臨床経験によって違いが見られた。この違いは、臨床心理士の対象者は言語・非言語行動を最大限に生かしながら心理面接に臨んでおり、大学院生は目の前のクライアント役の話聞くことで、精一杯になり自身の非言語にまで目を向けることができないことが可能性としてあげられる。

本研究において、セラピスト役がクライアント役に意図的に共感を伝達した場合のみ、クライアント役が被共感体験を得るのではないこと、またクライアント役が被共感体験に至った部分と、セラピスト役が意図的に共感を伝達した場合では、数多くの不一致がみられることがわかった。またセラピスト役が意図的に共感を伝達する過程と、クライアントが被共感体験に至るまでの過程について検討した結果、セラピストが共感を伝達する過程やクライアント役が被共感体験に至るまでの過程について、様々な感情の動きを経ていることがわかった。しかし、例えば、クライアント役の過程ごとに分類した会話では、同じような過程をたどったと分類されていても、セラピスト役の行動にはそれぞれ違いが見られたため、今後、行動と過程の関連を明らかにする必要がある。さらに、各分類において、理論の視点から検討していく必要もあるだろう。

今回の模擬カウンセリングにおいて、セラピスト役はすべて臨床経験が2年未満の大学院生であった。臨床経験を重ねていくことにより、セラピスト役の共感とクライアント役の被共感体験はどのように関連してくるのだろうか。今後、こうした発達の視点からの研究も望まれる。

今回はセラピスト役の意図的共感の伝達を試みた行動及び過程、クライアント役が被共感体験に至ったセラピスト役の行動及び過程について、ケースごとの分析まで至ることができなかったため、今後クライアント役及びセラピスト役の個別性の観点からも検討することも必要である。

## 文献

- 船岡三郎・中田洋子 1965 カウンセリング関係における共感的理解(empathic understanding)に関する研究 1-32.
- 阪 武彦 2000 ロジャーズの共感的理解と治療過程の展開について 鳴門教育大学研究紀要,15,35-43.
- 半澤 歩・渡部玲二郎 2008 日常的な相談場面における「共感されることの効果」 茨城大学教育学部紀要,57, 207-219.
- 橋本秀美 2003 カウンセラー評定の共感性とクライアントの自己評定の共感性との関連—臨床場面における共感性と共感性尺度の関係— 夙川学院短期大学研究紀要, 27, 1-8.
- 春木 豊 1975 共感と心理療法 春木豊・岩下豊彦(編)「共感の心理学」川島書店.
- マーク H.デイヴィス 菊池章夫(訳) 1999 共感の社会心理学：人間関係の基礎 川島書店.
- (Davis,M.H.1994 Empathy:A social psychological approach)
- 三浦和夫 1994 カウンセリング場面における共感と思いやり 児童心理, 48 119-123.
- 鳴沢 實 1975 共感と心理療法 春木豊・岩下豊彦(編)「共感の心理学」川島書店.65 - 120.
- 永島 聡 2000 ロジャーズにおける「共感」の概念について 大阪府立大学人間文化学研究集録,9,144-154.
- 角田 豊 1995 とらえ直しによる治療者の共感的理解とクライアントの共感性について 心理臨床学研究,13, 145-156.
- 角田 豊 1998 共感体験とカウンセリング —共感できない体験をどうとらえなおすか— 福村出版.
- 国文康孝 2001 日本教育カウンセラー協会(編)『ピアヘルパーハンドブック』(図書文化社).
- 小坂浩嗣・田中雄三 2001 「理解する」観点からの共感の再検討 鳴門教育大学研究紀要,16,75-83.
- 澤田瑞也 1992 共感の心理学 そのメカニズムと発達 世界思想社.
- 澤田瑞也 1998 カウンセリングと共感 世界思想社.
- 岡 秀樹 1992 ある境界例患者への支持的な精神療法—健康な自我の育成— 心理臨床学研究 9 85-89.
- 岡 昌之 1996 共感における体験過程と感触の意義 妄想的不安をもつ男子学生の事例 心理臨床学研究 13 353-364.
- Rogers,C.R. 1957 The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.

- 鈴木有美・木戸和代・出口智子・遠山孝司・出口拓彦・伊藤勝憲・大谷福子・谷口ゆき・野田勝子 2000 多次元共感性尺度の試み 名古屋大学紀要,37,149-153
- 田畑 治 1968 クライエントの治療的要因の因子分析 臨床心理学研究,7,26-33.
- 田畑 治 1996 分担課題 3: カウンセリング訓練法としてのイヌネコ法(教育学部心理教育相談室における心理臨床家の育成に関する研究), 平成7年度名古屋大学教育研究特別経費「研究報告」, 91-122.
- 田中信明 2006 共感的理解の伝達を意図するカウンセラーの応答の特徴について—クライアントへの影響も含めた検討—カウンセリング研究,39,113-123.
- 田中信明 2007 共感におけるコミュニケーション行動研究の概観 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要,54, 29-40.
- 氏原 寛 2000 カウンセリングの枠組み ミネルヴァ書房.