

相談センターだより 10周年記念号

【挨拶】

鹿児島純心女子大学大学院の附属機関である心理臨床相談センターは、鹿児島市の唐湊キャンパスで心理臨床相談室として発足し、薩摩川内市の天辰キャンパスに移転してからは心理臨床相談センターとして地域に根差し、通算10周年を迎えました。この相談センターだよりも、15号を数えます。移転前の相談室だよりから数えると23号目ということになります。今回、10周年記念号として、紙面も通常の倍に拡大しております。この10年でいただいた、地域の方々や関係各位のお力添えに深く感謝申し上げます。これからも心理臨床相談センターは、相談活動、公開講座、相談センターだよりの発行など、様々な活動を続けてまいります。今後ともよろしくお願い申し上げます。

心理臨床相談センター長 久留一郎

心理臨床相談センター開設10周年を迎えて

「臨床経験の意味」～“わかる”ということ～

心理臨床相談センター主任 餅原尚子

2014年11月21日、本学の20周年記念式典が開催されました。おかげさまで、大学院も10周年を迎えました。記念講演に、初代NHKニュースキャスターの磯村尚徳さんがおみえになり、『現代人は、情報過多の状況の中、知識ばかり豊富であるが、ものごとの本質を本当に“わかる”人は少ない』とおっしゃっていました。

例えば、事件・事故・災害後に被るトラウマに、PTSD（心的外傷後ストレス障害）という概念があります。その知識はあっても、その「人」のことが“わかる”のは、どの専門書にも掲載されていませんので、とても難しいことです。目の前にいる、その「人」との“出会い”を通して、初めて、知識・理論が実感として“わかり”、PTSDに苦悩する「人」の心が“わかる”ようになるのです。何よりも相手と体験時間を共有すること、生きた人間との“かかわり”“出会い”を大切にすることが、その人を“わかる”第一歩だと思います。

百聞は一見にしかずといいますが、この情報過多の時代、ある程度の知識は必要でも、実際の体験、経験に勝るものはないように思います。磯村さんも、『生の人間の息遣いを感じ、歴史や文化、伝統などに根差して世界を見ていかないと、世界を知ったことにはなっても“世界がわかる”ことにはならない』とおっしゃっていました。本当に“わかる”ということは、何年も何年もかかるように思います。

知識で得られたこと、計量だけが客観的だと信じる時、それは、客観主義に陥っているといわれます。「客観的」というのは、主観的経験を大切にしながら、それをどこまでも客観化していくプロセスなのです。

当大学院心理臨床相談センターも10年目を迎えました。ここでは、臨床心理士になるために、大学院研修生（大学院生）は、1年次に学んだ「知識」を、2年次に臨床の場を通して“わかる”体験をしています。100人近い修了生が、ここでの体験・経験を生かし、臨床の場で活躍しています。それもすべて、相談に来られたクライアントの方々との“出会い”による賜です。「よくなりたい」「変わりたい」と思って、来談される方々が、本当に変わっていかれるお姿は、私どもにも勇気をくださいます。「人間は変わる」こということを「実感」として“わかる”瞬間です。それは人間の生きる力を感じます。そのプロセスに寄り添い、私たちも成長していくのです。

クライアントがいらっしゃる際には、あらかじめきれいに清掃して、空気を沈め、灯りをつけ、ほどよい温度の部屋にし、お迎えしています。「来てよかった、、、」と思えること、それが、どんなことなのか、“わかる”体験をいただいていることに感謝し、これからも研鑽を積んでいきたいと思っております。

心理臨床相談センター10年のあゆみ

平成16年4月、本学に大学院人間科学研究科心理臨床学専攻として、公益財団法人日本臨床心理士資格認定協会「臨床心理士」養成指定大学院（第1種）として設置されました。それにともない、臨床心理士養成の実習機関として、大学院心理臨床相談室がスタートしました。

当時は、鹿児島県鹿児島市の鹿児島キャンパスに設置され、臨床心理士をはじめ、客員相談員、研修相談員、大学院研修生（大学院生）で相談活動を開始いたしました。

広報のためのパンフレット、ホームページ、公開講座、そして、相談効果も相まって、二年目には、二倍以上の相談件数に達しました（図参照）。以降、年間延べ800件を超える方々が相談にいらしています。

平成20年度に鹿児島キャンパスから、大学本部のある薩摩川内市へ移転するため、平成19年度は、鹿児島市内を中心としたクライアントへ相談の終結、他機関への紹介をしたため、相談件数が若干減少しております。しかし、平成20年度に「心理臨床相談センター」と名称を改め、4つの相談室、4つのプレイルームをはじめ、査定室、スーパーヴィジョン室、ケースカンファレンス室など22室を完備し、その後、鹿児島県北西部を中心に心理臨床の中心的機関として少しずつ地域社会に根付いて参りました。

当センターの相談員の専門性から、不登校等の相談の他に、その独自性として、「トラウマ（PTSD）」や「発達障害」の相談が、他機関に比べ、多いのが特徴です。10周年を記念して、当センターが、今後ますます創造的に発展し、地域の方々の精神的健康に貢献し、質の高い、あたたかい真心を大切にした臨床心理士養成に精進してまいりたいと思っています。今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。

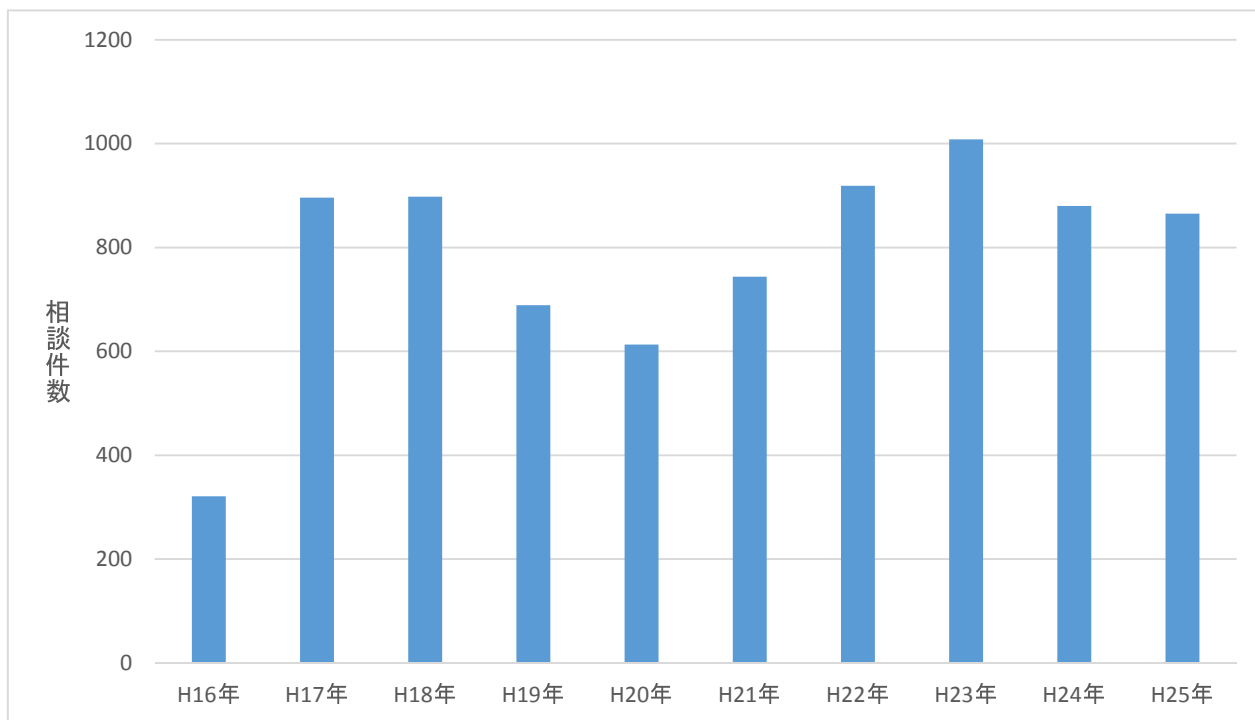


図 年間相談件数の推移

「物語る」という分かりかた

娘がまだ5歳くらいの頃、キャンプをしました。満天の星が美しい夜空に、北斗七星がくっきりと望めました。その星々の連なりを指差しながら、私は、娘に北斗七星の説明をします。けれども、それまで星を一連のつながりとして、「星座」として見たことのない娘は、最初は何のこともやらさっぱり分からない様子でした。それでも、母親の言葉に辛抱強く耳を傾けた後、じっと目を凝らしていた夜空に、突然何かを「発見」した娘は、目を輝かせて「あ！あれ、dipperだ！」。一度気づくと、あとはもう簡単です。「あの dipper（ひしゃく）でこうやってお水くんで...」と身振りをまじえて夢中になって話し始めます。そうすると、あとは、そう難しくはありません。W型のカシオペア、南の空のS字型のさそり座と、その夜は「星座」の夜となりました。

河合隼雄の京都大学での最終講義の主題が” constellation”であることを思うたびに思い出すが、あの夜の娘との「星座」をめぐる経験です。Constellationとは「星座」のことです。満点の星々は、別に特別の理由があってその場所にある訳ではなく、たまたまそこに存在している。でも、その偶然の配置の星たちをつなげて、いにしえの人々はある形になぞらえ、「意味」を見いだしていきました。北斗七星は、ひしゃくを形作るためにそこに配置されている訳ではありません。でも、人々はその星々の連なりにひしゃくという形を見だし、さらには、「大熊」とその近くにある「小熊」も「発見」し、物語を紡ぎだしていったのです。「星座」に限らず、私たちの身のまわりに生起する様々な出来事を様々に位置づけ、意味を見いだしていくこと。河合はそれを、同じ constellation という言葉を「布置」と置き換えて表現しました。

ひとには、いろいろな「分かりかた」があるのだと思います。自身のまわりのことがらを生きている中で、自身の「物語」を紡ぎだしていくのも、「分かりかた」の一つです。「わかる」ことは「納得」することでもあります。そのひとりの「物語」、しかも、「物語る」という行為のなかで紡ぎ出される「物語り」。初めからそこ（自分の外）にある「物語」ではなく、みずから紡ぎだしていく「物語り」だからこそ、そのひとりの「物語り」であると言えます。

大昔、羊飼いたちが星座を「見いだして」いったとき、同時にできてきた「おはなし」、特に必然性がある訳でもないのに偶然に（「共時的に」）そこにある星々の「布置」のなかに見つけたことを、時間軸のなかで（「通時的に」）語っていったことが「物語り」「神話」として展開されていきました。同じように、わたしたちもまたみずからのまわりの様々なことがらの「布置」からわたしたち自身の「物語り」を紡ぎだしていきます。クライアントひとりひとりが、かけがえのない自分だけの物語りを紡ぎだしていくことのお手伝いをすることができると思います。

相談員 藤田千鶴子

一口メモ

私たちは状況を操作したが、自分の力でものごとを進めようとしたがる。活動することが強さだと考え、無抵抗は弱さだと考える。人生における多くのことは実は自然にうまくいっているのだという事実気づくまでは、なりゆきにまかせることには抵抗をおぼえる。
エリザベス・キューブラー・ロス

問題に悩み、それを解決しようとする大切な試みも、不自然に無理をすると、かえって問題が深まり悪循環に陥ってしまうことがあります。自然ななりゆきにゆだねることも、時に変化への大きな一歩になるようです。

相談員 石井宏祐