

クライアントの多面的理解と技法の折衷による包括的アプローチについての一考察

立命館大学応用人間科学研究科
対人援助学領域
人間形成・臨床教育クラスター

科学は自然や人間や社会を説明するにあたり、それぞれの方法を用いて理論を構築してきた。心理療法の理論や技法も、その創始者の人間観によって独自性が強調され発展してきた。だが、一人の人間をそれぞれの理論で説明しえたとしても、その人は同一の個人であることに違いはない。

様々な立場や理論が強調されることは、個別の理論を構築する上で、またその理論を発展させる上でも、必要かつ有益であることはいうまでもない。ところが、クライアントの立場に立って考えてみると、理論のためにクライアントとして存在しているわけではない。「ただ、よくなりたい」という一心で、苦しみながら治療者の前にいるのである。心理療法においては、すべての人やあらゆる症状に対応できる完璧な理論や技法というものは、未だ構築されているとはいえないのではないだろうか。

クライアントを前にして私が考えることは、この人は今、何を必要とし、何を求めてここにいるのか、私にできるアプローチとはどういうことなのか、ということである。この一年、子供やその母親に寄り添いながらも、この思いは変わることなく、その都度このことを考えながら、非日常の時間と空間をクライアントと共にしてきた。

クライアントは「認知」と「感情」と「行動」に行き詰まっている。その結果、生理的な症状も生じていると考えられる。そういった観点からもう一度、過去に終結した三つの事例を取り上げて、検討し直してみることにした。三事例はともに「来談者中心療法」と「外来森田療法」を折衷し、〔不安〕や〔抑うつ〕といった症状を短期（3ヶ月以内）に終結した事例である。

本稿ではこれをもとにして、さらに「認知行動療法」を加えた、仮説としての包括的アプローチを提示し検討する。三つの事例はすべて成人であったため、子供の場合と違って、発達の観点からは考慮していない。今後は生涯発達の観点からも、考慮する必要があると思われる。

今後の心理臨床においても、クライアントとして出会う人たちが苦悩から解放され、人間としての「自由」が得られるように、アプローチしていきたいと考えている。