システムズアプローチの トレーニングに関する研究

赤　津　玲　子

1．問題と目的

システムズアプローチとは、人間関係間に生じている現象を「原因—結果」という直線的因果律ではなく、「現象間の連鎖」という円環的思考でとらえる認識論に基づいた対人援助の技術である。クライエントや家族の人間関係におけるコミュニケーションを重視し、その変化を目的とすることで問題を解決する。

従来の psychotherapy では、個人の精神内界に問題があるとみなされてきた。このように、「問題は何か」という考え方にもとづく「原因—結果」という「直線的因果律」の考え方は、近代の科学という物差し（本論では、認識の仕方を指す）によって真実であるかのようにみなされてきた。

しかし、人間は社会的な存在であり関係の中で他者の影響を受けたり、他者に影響を与えたりしながら生活している。そのため、個人の精神内界だけを対象として問題を解決しようとする試みは、psychotherapy の長期化や、問題解決の責任を個人の力量にゆだねることとなる。

本論では、従来のような個人の精神内界を問題とする psychotherapy とは異なり、コミュニケーションの変化を目的とするシステムズアプローチを psychotherapy として位置づけた。そして、クライエントとトレーナーらを対象とした現状についての調査を行い、面接場面を俯瞰する視点を獲得すること、コミュニケーションを、言語コミュニケーションだけではなく非言語コミュニケーションも含めたコミュニケーションシステムとして理解する必要があることを見出した。さらに、それらを身につけるためのトレーニング方法を提示する。

2．各章の概要

【第一部】

第 1 章は、海外における psychotherapy の歴史を中世から概観し、psychotherapy は精神

医学という学問領域の確立を背景として展開、フロイトの精神分析がその始まりであると述べた。その後、精神医学領域では、患者の家族に対するpsychotherapyとして家族療法が発展した。一方、教育領域で展開したカウンセリングは臨床心理学領域に大きな影響を与えた。精神分析では教育分析、ロジャーズの逐語記録を基本としたトレーニングが行われていた。

第2章では、日本の精神医学の成立、医療領域における家族療法の展開と、臨床心理学の成立を背景として発展したカウンセリングについて述べ、両者の立場の違いとトレーニングについて言及した。

第3章では、システムズアプローチを、「人間関係間に生じている現象を『原因―結果』という直線的因果律ではなく、『現象間の連鎖』という円環的思考でとらえる認識論に基づいた対人援助の技術である」と定義した。クライエントや家族の人間関係におけるコミュニケーションを重視し、その変化を目的とすることで問題を解決する。

【第二部】

第4章では、主訴が改善したと思われるクライエントへのインタビュー調査を実施し、システムズアプローチの効果のように見える点を検討した。その結果、システムズアプローチのプロセスでは、主訴だけを念頭においた会話をするのではなく、その時々のクライエントや家族の状況に合った要望を把握し、その要望に沿った対応をすることが必要であると考えた。そのためには、変化に対するアセスメントと、クライエントら及びセラピストの「枠組み」の変化に対するアセスメントが不可欠であり、それが会話の中で自然にできる能力が求められていると考えた。

第5章では、家族療法およびシステムズアプローチのトレーナーへのインタビュー調査を行った。その結果、トレーニングにおける重視点を「トレーニーの自己理解」、「クライエントの気持ち」、「仮説」、「初歩的な技術に関すること」、「技法」、「面接全体の組み立て」、「その他」の7つに分類した。中でも、「技法」はセラピスト個々の独自のものがあるのではないかと考えられ、それらは言語化されるものだけではなく、言語化できないものである可能性を指摘した。

【第三部】

第6章では、大学院でのロールプレイ演習の観察とインタビュー調査から、システムズアプローチの視点を獲得できる可能性を指摘した。そして、トレーニー自身への気づきが大きく、初歩的な技術が身につく可能性が明らかになった。

第7章では、事例の録画映像を分析し、非言語コミュニケーションを会話分析の形式に含めることで、従来の逐語記録では表記できなかった、面接の詳細を記述できることを提案した。それらを用いてトレーナーの面接を分析することによって、セラピストとしてアセスメントす

べきことや、自らの与えている影響に気づくことの可能性を示唆した。

第8章では、会話分析の形式に視線行動を付記して記述することで、セラピストが使う3つの視線行動の機能を示し、セラピストが意図的な働きかけとして視線行動を使うことについて考察した。本形式でトレーナーの面接を分析することにが、システムズアプローチのトレーニングにおける「技法」のようなものを見出すことができる可能性について論じた。

第9章では、システムズアプローチによる集団スーパービジョン（SGSS）の実践報告から、定式化された書式がバイジーにとって事例を振り返る指標となること、他職種への理解が促進されることを示した。そして、システムズアプローチのトレーニング形式の1つとして有効であることを指摘した。

3．総合考察

【第四部】

第10章では、本論文について総合考察を行った。

1）psychotherapyの概観とシステムズアプローチ

精神分析の方法は、分析analysisという用語からもわかるように、心を科学的に分析しようとした。精神分析がpsychotherapyの始まりであると位置づけられるのは、科学という物差しに可能な限り合致した「原因—結果」という直線的因果律で説明できるようにしたことによると考えられる。psychotherapyは、問題は「人の心の中にある」という前提で考えられているため、「問題が何か、何を目的とするか」という学派間の争いに発展した。それは、精神医学領域と臨床心理学領域の違いにおいても存在し、臨床心理学における学派間の治療理論の違いとしても明らかである。

家族療法のコミュニケーション学派は、精神分析学派に対するアンチテーゼとして創始されたと考えられる。それは、セラピストの「操作control」に関する用語の多用に現れている。これらは、システム理論の中でも、動的なシステムとしての相互作用を重視したものであった。

日本の臨床心理学の発展には、個人の成長モデルを前提としているロジャーズの来談者中心療法が大きく影響を与えている。一般的に日本の家族は親密性が高く、個よりも家族のような集団を重視すると言われている。そのため、逸脱を隠すという団結の仕方は、逆に自分自身が逸脱しているかもしれないという不安を、もっとも身近な家族には話せないという状態を作ると考える。問題は自分自身の心にあるというカウンセリングの治療理論が広く受け入れられたのは、そのような日本独自の社会背景に起因すると考える。

一方で、システムズアプローチは円環的思考にもとづくため、従来の科学による「原因—結果」という直線的因果律にもとづかない。そのため、セラピスト自身を含めた面接のコミュニ

ケーションシステム全体を俯瞰する視点が不可欠であり、コミュニケーションを表面的な言語的意味だけではなく、その状況に合った形で語用論的に理解するように試みることが重要である（吉川、1993）。東（1997）は、「言葉」に伴う感情の質を、表情や態度から読み取ることの重要性を指摘した。石川（1984）は、家族療法と精神分析の「非言語の扱い方の違い」を指摘し、精神分析が堅持していた治療構造は、フロイト自身の非言語的反応を隠すことが必要だったのではないかと指摘した。その前提であれば、psychotherapyの概観におけるコミュニケーション学派までの展開は、非言語コミュニケーションを扱うようになった経緯として理解することができる。

日本語は主語が明確ではなく述語が最後に位置するため、本人が意図しなくても話しながら組み立て、聞き手も予測に関する修正をしながら聞くことが日常的である。コミュニケーションにおいては、この予測と修正のために、非言語コミュニケーションが使われていると考える。そのため、日本では特に、言わずもがなのメタメッセージが言語コミュニケーションと同時にやりとりされている。

このような特徴は、日本語だけに限定して考えられるものではない。ベイトソン Bateson, G（1956）は、人と人との相互作用を言語と非言語に分けるのではなく、コミュニケーションシステムとしてとらえる視点が必要であると主張した。この考え方は、システムズアプローチにおけるジョイニングに不可欠とされている。セラピストの観察能力を駆使し、クライエントらに自らのコミュニケーションを合わせることで、面接の早い段階で家族間のコミュニケーション形式を把握したり、関係のアセスメントを行ったり多くの情報を得ることができる。システムズアプローチの実践には、コミュニケーションを言語だけではなく、非言語コミュニケーションも含めたコミュニケーションシステムとして観察し、セラピストが自らのコミュニケーションシステムを積極的に使うことが重要であると言える。

従来のpsychotherapyが特定の治療理論に拘束されていたことに対して、システムズアプローチでは、セラピストの自由度が非常に高く、この自由度の高さはもろ刃の剣であると考える。従来の科学にあった「原因—結果」という直線的因果律にもとづく理解は、個人の精神内界を特定の治療理論に基づいて理解しやすくするため、セラピストのアセスメントを拘束すると同時に、保護するものとなっていた。しかし、システムズアプローチでは円環的思考に基づき、クライエントらが話す枠組みや自分自身の枠組みや、どのシステムまで扱ったらよいのかということなどが、セラピストに一任されている。そのため、個人を対象としたpsychotherapy以上に、組織などの人間関係で生じている問題に対してその関係改善を目的として働きかけることが可能である。困っているように見えるクライエントの周りには、そのクライエントらを囲む様々な援助組織における社会的規制がある。児島（2009）はそれを「制度」と表現し、

あえていえば個人と組織の双方に「肩入れ」する方法が重要であると指摘した。どのシステムまでをアセスメントする必要があるのか、それがシステムズアプローチの自由度の高さの1つである。関係者のアセスメントの視点を、限界としてではなく、変化の可能性を広げるものであると理解することが重要であると考える。

2）psychotherapyのトレーニングとシステムズアプローチのトレーニング

フロイトは、治療者自身が教育分析を受け、自分自身を客観的に分析することを提唱した。そして、治療構造を厳格に規定することによって、自由連想法によって患者の話しの内容を分析した。来談者中心療法は、カウンセラー自身が自分自身を理解し自己一致していることを前提としていた。ロジャーズは、面接を録音し、逐語記録を提示することで面接を客観的に研究してトレーニングに活用することを提案した。それは、ロジャーズのカウンセリング理論が、実際にどのように実践されているのかを示すものであり、面接場面を分析して学ぶという新しい方法を提示したものであった。

日本のpsychotherapyのトレーニングは、臨床心理学における専門性の確立と共に、その必要性が提唱されていた。精神分析は面接場面を記録して振り返ることに対して、主観性と客観性の違いが生じることを懸念していた。来談者中心療法では録音した面接を逐語記録に起こすことで、面接の応答性が改善されると述べられていた。さらに、大学院におけるトレーニングが始まると、psychotherapyよりも、ごく一般的な対人関係形成のための基礎的なトレーニングが必要であると指摘された。実践面では、トレーナー面接への陪席の提案がなされた。

家族療法のコミュニケーション学派は、psychotherapyを音声や映像などの記録することを積極的に行うことによって、セラピストと家族のコミュニケーションシステムを分析しようと試みた。それによって、面接場面においてセラピストが与える影響が明確に示された。面接のデモンストレーションビデオが公開されたり、研究所での臨床実践と研究、さらにトレーニングを行うようになっていた。

システムズアプローチという用語が実践報告や学会などのワークショップで使われ始めたのは近年であり、その成果を示す研究は、非常に少ない。第3章では、システムズアプローチのトレーニングと個人を対象としたpsychotherapyとの違いとして、ワンウェイミラーの活用、トレーナー面接への陪席、多職種による集団スーパービジョン、などを指摘した。システムズアプローチでは、全体を俯瞰する視点が必要である。その視点を獲得するために、ロールプレイが有効なようであった。

3）インタビュー調査によるトレーニング要因の検討

クライエントらのインタビューで要因としてあげた「ジョイニングと相互作用」、「対等な関係と日常的な会話」は、トレーナーインタビューにおける重視すべき点としてあげられた「トレーニーの自己理解」、「クライエントの気持ちの理解」、「初歩的な技術」に対応していると考えた。これらのセラピストとの関わりにおいてクライエントらが強調していることは、面接の場に対する違和感のなさである。それは、システムズアプローチのジョイニングにもとづいていると考えられる。さらに、「対等な関係と日常的な会話」も同様に、ジョイニングが関係している。

これらは、多くのトレーナーがロールプレイを用いて習得することを試みていた。トレーナー自身がロールプレイでセラピストを演じることで、クライエントから見られることを意識し、自分自身の反応の仕方への気づきを得ることができるようであった。さらに、クライエントを演じることで、クライエントの気持ちの一部を感じることができるようであった。そのために、実際の面接の録画や逐語記録を用いるトレーニングが行われ、トレーニーの反応を細かく指摘し、クライエントからどのように見えるかということが重視されていた。また、「その他」として、トレーナー面接への陪席やワンウェイミラーによる実際の面接の観察が行われていた。それらは、面接場面で起こっていることを可能な限り俯瞰できるような視点を獲得するためのトレーニングとして位置づけることができると考える。

クライエントらのインタビュー調査からは、いわゆる「介入」と呼ばれるようなコミュニケーションがあったとは考えにくい。むしろ、面接におけるクライエントらの状況に合わせた要望に対して、セラピストが応じてくれていたことが効果として考えられる。クライエントらの状況に合った要望は、話の内容ではなく、語用論的に聞くという理解の仕方の必要性につながっている。

そのため、このようなプロセスをトレーニングにおいて習得するためには、言語コミュニケーションだけの逐語記録ではなく、非言語コミュニケーションも併記された記述が必要であると考えた。意図をもった関わりに対応するトレーナーインタビューの要因は、おそらく「技法」であると考えられる。しかし、「技法」においては、多くのトレーナーが「トレーニー自身の志向性」を前提としているようであった。それは同時に、トレーナー独自の試みが言語化されないだけであるとも考えられる。トレーナー自身が面接において用いている何らかのコミュニケーションが明らかにされていない可能性を考えた。

さらに、システムズアプローチにおいて、専門機関を紹介するためには専門機関をアセスメントする視点が必要である。個人を対象としたpsychotherapyとは異なるトレーニングとして、多職種による集団スーパービジョンがあげられていた。そのため、集団スーパービジョンのトレーニングの効果を検討することで、トレーニングの形式として提案できることを考えた。

以上のことから、面接場面を俯瞰する視点を獲得すること、言語コミュニケーションと同時に非言語コミュニケーションを理解することによって、クライエントの話を語用論的に聞くことができる可能性、集団スーパービジョンの効果の検討が必要であると考えた。

4）トレーニングの形式の提案

新しいシステムズアプローチのトレーニング方法として、ロールプレイにおける面接場面を俯瞰する視点の獲得、会話分析の形式を用いることによって面接場面における多様なコミュニケーションを習得できる可能性、集団スーパービジョンにおける多職種の視点が獲得できることを提案した。これらのトレーニング形式は、トレーナーらの取り組みによってすでに行われていたことを明らかにすると同時に、会話分析の形式という新たなトレーニングの形式を提示することとなった。

臨床心理学は対人援助の学問である。psychotherapy のトレーニングには、理論と実践の両方が必要とされているが、理論的なことを学ぶこと以上に、実践から学ぶという方法は試行錯誤状態にある。システムズアプローチが従来の psychotherapy とは異なった前提を持っていることから、独自のトレーニング形式を提案し、今後に役立てることが必要であると考える。

4．今後の課題

日本の臨床心理学では、個人を対象とした psychotherapy を中心としてトレーニングがなされており、それらを従来の psychotherapy として扱った。しかし、psychotherapy には、集団療法やエンカウンターグループのような集団療法や、認知行動療法のように症状に焦点を合わせたもの、ソーシャルスキルトレーニングなども含まれる。今後はそれらとの違いや類似点を見出すことから、システムズアプローチの新しいトレーニング方法を見出すことができると考えられる。

また、システムズアプローチと家族療法との違いが明確ではなく、用語の乱用による誤解があることを指摘した。そのため、今後の事例発表や研究などでは、その立場を明確に示すことが重要であり、さらに用語に関しては、より慎重さが必要である。システムズアプローチが、何らかの特殊な臨床心理学の理論を指すものではなく、psychotherapy として考えることもできるし、一見複雑な組織やその人間関係をアセスメントできる「ものの見方」であることを強調するためには、その慎重さをある種のこだわりとして提示せざるを得ないかもしれない。

システムズアプローチが他の対人援助職のために有益な視点を提供できるという前提であれば、現場での受け入れやすさを作りだすことも今後の課題である。家族療法との違いを明確にした上で、独自のトレーニングの形式を提案し、研究を重ねることが重要だと考える。

引用文献

赤津玲子・吉川悟（2009b）面接での視線を含む非言語コミュニケーションを会話分析に付記するという記述形式の試案、家族療法研究、26-3、pp. 256-264

赤津玲子（2011）臨床心理士養成のためのロールプレイ演習の効果について、龍谷大学教育学紀要、10、pp. 19-35

赤津玲子、吉川悟（2011）複数メンバーを対象とした面接場面におけるセラピストの視線行動について－セラピストの視線機能に関する研究、家族心理学研究、25-2、pp. 101-112

赤津玲子、吉川悟（2012）初学者のためのシステムズアプローチによる集団スーパーヴィジョン・システム（SGSS）の実践報告、家族療法研究、27-2、pp. 67-72

赤津玲子（2013）クライエントらへの予後インタビュー調査、龍谷大学大学院臨床心理相談室紀要、9

Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J. and Weakland, J. (1956) "Toward a Theory of Schizoprenia"、Behavioral Science、1、pp. 251-264、佐伯泰樹・佐藤良明・高橋和久訳(2000)：分裂病の理論化に向けて－ダブルバインド仮説の試み－、精神の生態学、pp. 295-329、新思索社

東豊（1997）セラピストの技法、日本評論社

石川元、大原健士郎（1984）家族療法と非言語、家族療法研究、1-1、pp. 28-37

児島達美（2009）心理〈相談〉に固有のアセスメントは存在するか？ 吉川悟編：システム論からみた援助組織の協働、金剛出版、pp. 243-250

吉川悟（1993）家族療法－システムズアプローチの〈ものの見方〉、ミネルヴァ書房