

目次

◆祝 辞			
	東京大学理事・副学長	浅島 誠	1
● 基調講演			
◆これまでの50年 これからの50年 —心理教育相談室50年の歴史を振り返って—			
	東京大学大学院教育学研究科教授・心理教育相談室長	下山 晴彦	3
● シンポジウム：これからの臨床活動に向けて—社会とのかかわり			15
◆社会的役割を意識した心理臨床実践へ向けて			
	武蔵大学人文学部教授	武田 信子	16
◆ミクロとマクロの視点を—心理教育相談室出身者に求められること			
	日本女子大学人間社会学部教授・学園カウンセリングセンター所長	鶴養 美昭	18
◆対人援助職のメンタルヘルスとコミュニティ・ケア			
	東京女子大学文理学部教授	高島 克子	20
■心理教育相談室のご案内			22
■後 記			24



祝 辞



東京大学理事・副学長

浅島 誠

この度は、東京大学教育学研究科附属の心理教育相談室の創立50周年に当たるということで、心からお慶び申し上げます。東京大学におきまして、このように心理教育相談室が開所50周年を迎えられるのは、本当に意義深いことと思います。

心理教育相談室はこれまで、困難を抱える学生を学問や社会に結びつけたり、悩みをもつ周辺コミュニティの人たちの相談を受けたりするほかにも、様々な問題提起を行い、問題へのアプローチを提案してきました。とりわけ最近では、学生のひきこもりなど心や行動の問題、人間関係の問題等におきまして、心理教育相談室は東京大学にとっても中核的な役割を担っていると言えます。

1つだけ例を申し上げますと、わたし自身は本学で留学生と国際交流の担当をしているのですが、どのように学生たちの福利厚生を改善していくかということについて大きな課題を抱えております。その仕事においても、心理教育相談室に関わっておられる亀口教授、下山教授、武藤教授ほか、多くの先生方に本当にお世話になり、いろいろな形で相談にのっていただいています。そうした意味でも、心理教育相談室は、東京大学全体にとっても、欠かすことのできない施設なのです。最近、単なる精神的・性格的な弱さということにとどまらず、ともすればもっと悲惨な、自殺などの問題も青少年の間で起こってきております。そうした問題に対処して、命の大切さをパンフレットにし、原案の作成から完成まで協力して下さったのも、心理教育相談室に関係なさっている先生方でした。

そういう意味で言いますと、心理教育相談室の50周年という歴史の積み重ねが現在ほど必要とされている時代はありません。東京大学としては、長い間お世話になってきた心理教育相談室の関係者の方々に対して心から厚く御礼を申し上げるとともに、現在そこで学んでいらっしゃる大学院生の方々、そしてスタッフの方々に、今後とも是非いろいろな意味で東京大学に力を貸して頂きたいというふうに思っているわけであります。

最後になりましたが、この教育学研究科附属心理教育相談室の創立50周年にあたり、ますますこの相談室が発展することを祈りすると同時に、そして東京大学と周辺コミュニティへの貢献という点でご協力下さいますようお願い申し上げます、わたくしの挨拶といたします。本当におめでとうございます。

基 調 講 演



基調講演を行う下山晴彦室長

これまでの50年 これからの50年

—心理教育相談室50年の歴史を振り返って—

東京大学大学院教育学研究科教授・心理教育相談室長 下山晴彦

はじめに

心理教育相談室長の下山です。心理教育相談室の50周年記念行事ということで、最初に「これまでの50年 これからの50年」と題して、心理教育相談室の歴史と、今後の展望について、お話をさせていただきます。今日、この会にご参加の方の中には、創設時に関わられた先輩方もおられます。若い方もおられます。皆様とご一緒に歴史を振り返りつつ、そして今後に向けて私たちはどのような活動をしていったらよいのかということを考えていきたいと思っております。どうぞ、宜しく願いいたします。

心理教育相談室の、この50年は、山あり谷ありの歴史といえます。この紆余曲折の中にこそ私たちが、これから進むべき道も示されていたみることもできます。そのようなことも考えながら、50年の歴史を振り返ってみたいと思っております。

まず、心理教育相談室50年の概略を以下に示します。この概略に従って話を進めていきたいと思っております。

心理教育相談室50年の概略

第1期（1957～1962年）創成

村瀬孝雄（助手）を中心に自発的に集まってきた仲間たちで教育心理学コースの協力を得て創立
連帯意識・希望・意欲
ロジャーズの影響

第2期（1963～1967年）課題への直面

創設期OBと現役との関係調整、そして仲間意識からの脱却を目指しての苦闘

相談室の閉鎖性への問題意識、相談活動の専門性への問い

1965年 教育相談室紀要第1集発行

1967年 佐治守夫着任（教育心理学科）

第3期（1968～1977年）混乱へ

1968年 紀要第2集発行、以後中断
全学ストライキ突入

1969年 機動隊導入と入試の中止

1969-73年 臨床心理学会の混乱と分裂

→ 学会の混乱の中心に相談室関係者、混乱の渦の中へ

第4期（1978～1984年）再出発

1980年 教育相談室紀要の再開（第3集～）

1981年 京都大学との合同研究会再開

1982年 心理教育相談室として文部省認可、教育学部の正式な付属組織となる

1984年 佐治守夫の退官

第5期（1985～1993年）新たな体制の模索

1985年 近藤邦夫着任（教育心理学科）

1987年 村瀬孝雄着任（教育心理学科）

1991年 村瀬孝雄退官

1993年頃 心理教育相談室一時閉室状態

第6期（1994～2002年）多元的体制へ

1994年 下山晴彦が着任（教育心理学科）

学校臨床学講座の新設に伴って近藤邦夫先生が学校教育学科へ移動

白山正人（身体教育学科）が参加。

→教育心理学科、学校教育学科、身体教育学科の協同運営に

相談室が弥生キャンパス研究棟へ

1997年 田中千穂子着任（教育心理学コース）

学校臨床センター開設

1998年 亀口憲治着任（学校臨床センター）

教育心理学コース、学校教育開発学コース、身体教育学コース、学校臨床センターの協同運営に

2002年 近藤邦夫退官

第7期（2003～2007年）新たな一元化体制へ

2004年 臨床心理学コース発足

亀口憲治（臨床心理システム論分野）

下山晴彦（臨床カリキュラム論分野）

田中千穂子（発達臨床心理学分野）

- 2005年 中釜洋子着任（臨床システム論）
能智正博着任（臨床カリキュラム論）
- 2005年 心理教育相談室運営小委員会発足（武藤芳
照委員長）→規則等の整備
第1回心理教育相談室公開講座
- 2006年 心理教育相談室年報第1号発行（旧紀要は
臨床心理学コース紀要へ）
- 2007年 創立50周年記念式典

第1期 創成

まず、「創成」と名づけた第1期は、1957年創立の時に始まります。今から50年前、つまり昭和32年になります。創立時期から1962年ぐらいまでを一括りにできるのではないかと思います。当時の教育心理学の助手であった村瀬孝雄先生を中心に自発的に集まった学生が、教育心理学の協力を得て、相談室を創立したのが始まりです。当時、教育学部建物の2階の1室を借りて、相談室を開設したと聞いております。当時の記録を読み返してみますと、連帯意識・希望・意欲といった表現が散見され、希望に燃えていた時期であったと思います。これは、当時、世界の臨床心理学の1つの大きな流れを作っていたアメリカのカール・ロジャーズ氏の影響を強く受けていた時期でもあったと思います。

スライド1は、向かって右側のおられるのが、相談室創立の中心だった村瀬先生です。そして左が、野村東助先生です。この写真は、野村東助先生のアルバムからお借りしてきたものです。足取り軽く、皆で仲良く山登りの場面ですね。軽やかな足取りという印象は、当時の相談室の雰囲気をよく表しているのではないかと思います。



創立の中心となった村瀬先生(右) 左は野村先生

スライド1

スライド2は、当時の相談室の中心メンバーのハイキングの際の集合写真です。一段高いところにおられるのが、越智浩二郎先生です。佐治先生もおられます。立っておられるのは佐治先生の奥さまです。当時の先生方の懐かしい写真であります。



当時の相談室の中心メンバー 一段高いところに越智先生

スライド2

スライド3は、当時の人員構成を示したものです。古い記録を調べてみると、相談室に関係している人は、次のカテゴリの中に分かります。この時期は、教官としては、室長は、教育心理学の沢田先生ですね。顧問が、同じく教育心理学の依田、三木、肥田野の各先生です。当時助手であった井上先生と波多野先生も入っておられます。スーパーバイザーであったのが、佐治、村瀬、山本和郎の各先生です。村瀬先生は、この時には既に教育心理学の助手を辞して、国府台病院の精神科に心理士として出られていたとのこと。スタッフは、当時学生であった野村、越智、渡部、筒井、春日の各先輩方です。そしてメンバーは、学内の学生に加えて、不特定多数の、外部からの参加者が居たということです。臨床心理学に関心をもついろいろな人たちが、仲間として参加

当時の人員構成

3) 人員構成の問題

相談室に関係する人は次の5つのカテゴリに分けられる。

- 室長（沢田教授）
 - 顧問（依田・三木・肥田野各教授、井上・波多野助手）
 - スーパーバイザー（佐治・村瀬・山本）
 - スタッフ（野村・越智・渡部・筒井・春日）
 - メンバー（学内学生・不特定多数）
 - 研究協力者（学外研究者・不特定多数）
- } 運営に責任を持つ
- } ケースを持つ
- } ケースは持たない

スライド3

していたということでしょう。このように、当初から組織としてはかなりしっかりと考えられた構成になっていました。さすが東大であると思います。

当時の心理教育相談室は、教育心理学科の先生方の全面的なバックアップを受けて成り立っていました。スライド4は、心理教育相談室を支えておられた教育心理学科の先生方のお写真です。左から2人目に、肥田野先生のお顔も見ることができます。教育心理学の依田先生や沢田先生も居られます。



当時の教育心理学コースの先生方 左から二人目に肥田野先生

スライド4

次のスライド5に写っているのが、来日中のカール・ロジャーズ氏ですね。ちょっと見たところ、米軍の退役軍人がくつろいでいるような印象を受けます。当時アメリカのカウンセリング心理学をリードしていたロジャーズが日本に来て、日本でカウンセリングを学ぶ人々の教育をしたということは驚きです。

来日中のC. Rogers



スライド5

スライド6は、当時の教育学部の部屋で関係者と懇談するロジャーズ氏で、左が都留先生、そのお隣が野村先生です。このようにしてロジャーズ氏から直接に教えを受けることで、当時相談室の礎は築かれたということ



当時の教育学部で関係者と懇談中のRogers

スライド6

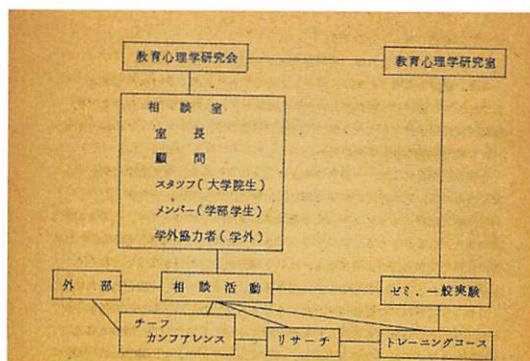
す。発足当時から、世界のカウンセリングの最前線の動向に触れていた東大の心理教育相談室の国際性がうかがえる場面です。

第2期 課題への直面

ここで第1期が終り、第2期になります。第2期は、1963年ぐらいから1967年までの期間としました。この時期のテーマは、「課題への直面」です。先ほどのように創設期のメンバーの皆さんが少しずつ卒業し、次の世代のメンバーが入ってきています。そこで、創設期のメンバーでOB・OGになった先輩方と、現役の学生との関係調整の必要性が出てきた時期です。単なる仲良しクラブの仲間意識から、専門家集団への脱却を目指しての苦闘が始まった時期とみることもできます。当時の論文をいろいろと調べてみますと、「相談室の閉鎖性への問題意識」とか、「相談活動の専門性への問い」という題名の記事が書かれておりました。これは、非常に重要なテーマであったかと思います。現在においても私たちが取り組んでいかなければならないテーマが、既にこの時期に提案されていたわけ

です。このような課題への直面を通して、1965年には相談室紀要の第1集が、正式な相談室紀要として発行されています。さらに1967年には佐治守夫先生が、国立精神衛生研究所（当時）から、教育心理学科の助教授として着任をされています。その点でこの時期は、いよいよ本格的に問題意識に取り組んで新たに相談室を発展させようという意気込みに燃えていた時代といえるでしょう。

スライド7・8に示されているのは、この時期の体制ですね。このように非常にしっかりとスケジュールが組まれていました。月曜日には1日トレーニングとなっています。木曜日、1日カンファレンスがあった



スライド7



スライド9

2) 隔日別に見た相談室活動

月 曜	相談活動	9:30 - 5:30
	トレーニングコース	10:30 - 12:30
	スタッフミーティング	6:00 - 7:30
	ケースカンファレンス	7:30 - 9:00
木 曜	相談活動	10:00 - 6:00
	トレーニングコース	3:00 - 5:00
	テープカンファレンス	6:30 - 9:00
土 曜	相談活動	1:00 - 3:30

3) トレーニングコース プログラム

- ① 面接場面を理解と検討 - テープ解説、話し合い
- ② 理論的な検討 - 読書会
- ③ 自己把握 - role play
- ④ # - Super-vision
- ⑤ Super-visionつきの実演面接
- ⑥ テープカンファレンス
- ⑦ ケースカンファレンス

創設時の体制-相談室報2号

スライド8

そうですね。トレーニングのプログラムもしっかり組み立てられています。正直言って、今よりもしっかりしているのではないかと思えるくらいです。おそらく当時は、日本で最も緻密にトレーニングプログラムを組み立てていたと思います。今からみても素晴らしいプログラムですね。当時、日本のカウンセリングや臨床心理学をリードしていたのは、この相談室であつたらうと十分に推測できます。この時期の特徴としては、テープカンファレンスを行っていたことです。今の若い人たちは、テープカンファレンスはやらないですね。このテープカンファレンスというのは、面接のテープを聞きなおして、それでコミュニケーション技術を上げるというのを丁寧にやっていくということです。ロールプレイだけでやるのではなく、実際の臨床面接でも、これを繰り返したわけですね。

スライド9は、テープカンファレンスの一場面ですね。ここに映っているようにオープンリールのテープを使って記録していたんですね。録音されている面接記録を皆で聴き直して、コミュニケーションのチェックををしてい

る様子です。このときは、機械が壊れて、テープの巻き戻しに失敗して、テープがこんがらがっている場面のようです。

この時期には、正式な紀要ではないのですが、東京大学教育相談室の室報という冊子が出されています。現在の心理教育相談室年報に相当する報告書であつたと思います。スライド10は、その表紙です。そこには、渡部淳先生の論文の一節として、相談室の問題点が4点列記されていました。私のほうで、一部の文字を補ってまとめると以下ようになります。

東京大学教育相談室 報2号

目 次

1. 相談室の課題	1
2. 相談活動の概況	6
3. 相談室の歩み(その1)	11
4. 相談室の歩み(その2)	18
5. 相談室と共に	22

スライド10

- ① 臨床心理学の発展への寄与という相談室の使命感が知らず知らずのうちに薄れ、個人的な体験の場として自らを限定しまつていた狭さ。
- ② 教育学部内に、こうした実験、実践の場があるという意味、単に個々人が臨床経験を積む場としての意義づけではなく、教育心理学、教育学ともなるべき人間観をうる場という意識や広がりを持った使命感の希薄さ、ひいては臨床の講座設置にまで発展し

たいというvisionの欠如。

- ③ そこからくる研究室からの遊離、閉鎖的、同好会的groupへと自らを引き下げてしまった貧しさ。
- ④ 社会的な奉仕と、それに対する教育学部の相談室の責任という公的な責任感の薄さ。

現状を厳しく批判しつつ、相談室の今後に向けての強いパッションと高い志が伝わってくる内容です。ここに盛られている問題意識は、とても重要であると思います。50年の相談室の歴史を通じてテーマとなってきた課題であり、そして現在の心理教育相談室にも通じる課題であろうと思います。この点については、最後のところで、もう一度触れたいと思います。

スライド11ですが、これは、当時、相談室で発行していた『PLAYROOM』という冊子です。同人誌のようなものでしょうか。スライド12は、その『PLAYROOM』VIIIの目次です。その中で山本和郎先生が「相談室の閉鎖性とプロ意識」という題の文章を書かれています。当時の先輩方にとって、相談室の閉鎖性をどのように乗り越え、どのようにしてプロ意識を確立していくのが重要



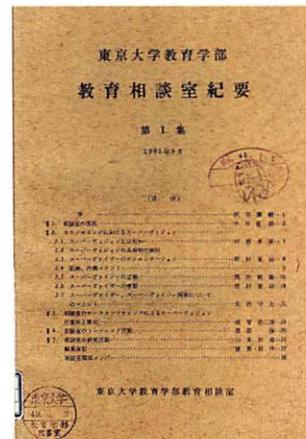
1966年PLAY ROOM VII
スライド 11

目 次	
相談室の閉鎖性とプロ意識	山本 和郎 1
分裂病者への心理療法的模範の歴史 (個人的なメモ)	佐治 守夫 8
リゲスについて	筒井 雄雄 14
〇さんのこと	光岡 征夫 20
一メモ	越智浩二郎 22
カム・バックの気持	近藤 邦夫 26
くるとがき 編集後記	30

スライド 12

なテーマであったといえるでしょう。そういった課題に皆さんが真剣に直面していたのだと思います。

そのような意識の下に相談室が運営された結果として1965年に教育相談室紀要第1集が発行されています。スライド13は、その記念すべき教育相談室紀要第1集の表紙です。学問的業績もしっかり積み上げており、その結果が紀要となって現れたといえます。



スライド 13

第3期 混乱へ

この後に、いよいよこの課題を乗り越えて、更なる発展がくるのかと思われたのですが、一転して混乱の時期を迎えます。それが、第3期にあたります。時期としては、1968年から1977年ぐらまでです。この時期には、いろいろな問題が起きてきました。1968年には、紀要第1集発行から3年ぶりに紀要第2集が発行されているのですが、残念ながらそれ以後紀要発行は中断になってしまいました。これは、どういう理由かと言いますと、1968年に東大が全学ストライキに突入をしたということがありました。1969年には機動隊を導入して入試が中止になりました。このような時代です。

そのような状況において心理教育相談室だけではなく、東大全体が混乱に巻き込まれていったわけです。この時期、このようにして心理教育相談室も大きな混乱に入っていくことになります。それは、大学内の混乱に止まらず、1969年から1973年にかけて日本臨床心理学会の混乱と分裂を経験していくことにつながります。臨床心理学会の混乱の中心に相談室の関係者がおられました。したがって、臨床心理学会の混乱は、同時に東大の教育相談室の関係者間の意見対立を含む混乱でもあったわけです。これは、混乱と同時に発展に向けての苦闘ということであったのかもしれませんが。

スライド14は、1969年の安田講堂の攻防戦の場面です。こういう状況の中で全学ストライキが続き、相談室の活動もストップしてしまいました。当時相談員として勤めておられた越智浩二郎先生から、その時期安田講堂の中にあつた学生相談所は避難せざるを得なかったとお聞きしたことがありました。



スライド 14

ただし、そのような騒然とした雰囲気の中で、相談活動が全く消滅したというわけではありませんでした。当時、教育学部建物の2階にあつた部屋で相談活動が細々と続けられていました。スライド15は、当時のプレイルームにおけるプレイセラピーの様子ですね。何か懐かしい雰囲気があります。当時のメンバーは、このようにところで細々と対応したということです。



細々と続けられていた相談活動—当時のプレイルーム

スライド 15

第4期 再出発

次は、第4期となります。第4期の始まりを一応1978年としました。しかし、これは、具体的に何年からということは実際には申し上げられません。1978年ぐらいか

ら再出発に向けて動きが出てきてということです。

スライド16は、この頃の研究会の一場面です。佐治先生が中央におられて、飯長喜一郎先生もおられます。このような形で先輩たちが再集合し、新しい動きが出てきた時期です。その結果として1980年には、教育相談室紀要の発行が再開されています。スライド17は、復活した紀要第3集の表紙です。第2集が発行された後に中断となっていた紀要が、12年ぶりに第3集として発行されたわけです。そして、1981年には、相談室創立当時行なわれていた京都大学との合同事例検討会も再開をされています。



歓談する佐治先生（中央） 飯長先生（右端）

スライド 16



スライド 17

スライド18は、京都大学と合同研究会のスナップ写真です。真中におられる渡辺孝憲先輩が、その第3集の編集責任者だったと記憶しております。ビール瓶がたくさんありますが、これは、研究会後の懇親会の時の写真です。1982年には、心理教育相談室と名称変更して、当時の文部省から認可を受けています。これは、当時学部長であった佐治先生と、助手をされていた飯長先生のご尽力によるものとお聞きしております。これによって、心



京都大学との合同研究会でのスナップ
スライド 18

理教育相談室が教育学部の正式な附属機関として認知されたということになります。

この時期は、佐治守夫教授が1984年に退官をされ、一区切りついたということになります。スライド19は、佐治先生の最終講義の後の記念撮影です。大勢の先生方や先輩方が集まりました。あの頃は、まだ温暖化が言われる前で、3月というのに東京には雪が残っていました。



佐治先生の最終講義
スライド 19

第5期 新たな体制への模索

次の時期となる第5期は、新たな体制の模索が始まった1985年から1993年までとしました。佐治先生のご退官後に一年間の空白期間があった後に1985年に近藤邦夫先生が、当時の教育心理学科の助教授として着任され、心理教育相談室の担当となりました。スライド20は、近藤先生の授業風景です。左側が近藤先生です。さらに、1987年には村瀬孝雄先生が、教育心理学科の教授として着任されています。村瀬先生は、既に述べたように相談室創立時の助手であり、相談室の立役者ともいえる方です。



近藤先生(左)
スライド 20

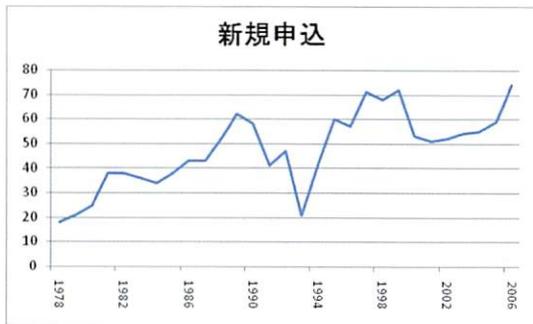
村瀬先生が着任後に、日本心理臨床学会を東京大学が主催で行っています。

スライド21は、近藤先生と村瀬先生の2人体制の時代の心理教育相談室メンバーの合宿時のスナップ写真です。村瀬先生は、1991年に定年で退官されています。村瀬先生が辞められた後、近藤先生が体調を崩されたということもあり、心理教育相談室の活動は、一時的に閉室状態となりました。この時期は、第3期のように社会状況の影響を受けての混乱というのではなく、内部のバランスの崩れによって混乱が生じた時期といえるでしょう。



近藤先生と村瀬先生を囲んで
スライド 21

その結果、1993年には、来談者が一時期かなり低下をしています。スライド22は、心理教育相談室の来談者数の推移を示すグラフです。この時期の混乱が、数字にもはっきり出ています。1978年ぐらいから来談者数が上昇してきたのですが、この時期にガクンと下がっています。心理教育相談室が経験した紆余曲折の一側面がここに示されています。



心理教育相談室内の混乱による来談者の一時低下

スライド 22

第6期 多元的体制へ

次の第6期は、1994年から1996年の間です。この時期は、組織的な面で新たな変化が生まれました。1994年に私、下山が教育心理学コースに助教授で着任しました。その1994年には学校臨床学講座が新設になり、その講座が学校教育学コース（当時）に配置され、近藤先生が学校教育学コースに異動しました。そして同じ頃、身体教育学コース（当時）の助教授であり、精神科医でもあった白山正人先生が心理教育相談室に正式に参加されることになりました。それまで教育心理学コースと密接な関係の下に心理教育相談室が運営されていたのですが、この時期には、教育心理学コースだけでなく、学校教育学コース、身体教育学コースが加わっての共同運営になりました。教育心理学コースの代表が下山、学校教育学コースの代表が近藤、身体教育学コースの代表が白山というようになり、3者の合同運営となり、それに伴って3コースから大学院生や研究生が参加するようになりました。

さらに、1994年にはさらに心理相談室が、赤門前の教育学研究科の建物から弥生キャンパスにある総合研究棟に移動しました。教育学研究科からは距離は歩いて7、8分のところにあります。スペースは広くなり、施設も新しくなりました。古い相談室をご存知の方からすると、雲泥の差と言いますか、非常にきれいになったとお感じだと思います。しかし、教育学研究科からの移動は、たいへん不便となりました。いずれにしろ、1994年は、人事、運営体制、場所の各面において心理教育相談室の歴史のなかでも特筆すべき大きな変化があった年です。

引き続き1997年から2002年にも大きな変化がありました。1997年には田中千穂子先生が専任講師で教育心理学コースに着任をしました。また、同じ1997年には新たに

学校臨床センターが開設され、1998年には亀口憲治先生が学校臨床センターの専任教授として着任し、心理教育相談室に関わることになりました。

スライド23は、当時の教員が全員集合している写真です。当時は、ジョージア大学のヘイズ教授と交流があり、ヘイズ教授を囲んでの研究会の後に心理教育相談室のメンバーを含めて撮影した写真です。ここで、教育心理学コース、学校教育学コース、身体教育学コース、学校臨床センターの4組織の共同運営という形となり、非常に多面的で複雑な体制になってきたわけです。また、白山、田中、亀口の各教官は、本学の心理教育相談室の出身ではなく、そのような意味でも心理教育相談室に新しい流れが生じたということにもなります。そして、2002年には、近藤邦夫先生が退官となりました。



当時の教員が全員集合 Hays教授を囲む会で

スライド 23

第7期 新たな一元化体制に

次に第7期となります。第6期では、多元的な体制となりましたが、それと同時に運営も難しくなりました。この時期の少し前から、世の中の趨勢は、専門職大学院の設立に代表されるように高度専門職の養成に動き出していました。そして、教育学研究科にあっても高度専門職の養成を目指す大学院コースの設立を目指すことになりました。そのような動きの中で、教授会において臨床心理士資格を目指す大学院生養成のための臨床心理学コース新設を概算要求とすることが決定しました。それが認められ、2004年に臨床心理学コースが発足しました。

これにより、第6期で多面化した心理教育相談室も、臨床心理学コースと直接的な関係をもつという形で“新たな一元化体制”となりました。臨床心理学コースは、2004年にまず亀口、下山、田中の3人体制で発足し、2005年には中釜洋子先生それから能智正博先生が助教授とし

て着任をし、現在の5人体制となりました。

この時期は、単に臨床心理学コースが発足し、スタッフ体制が確立しただけではありませんでした。さらに運営体制の整備が進みました。2005年には心理教育相談室運営小委員会が発足しました。身体教育学コースの武藤芳照教授がその心理教育相談室運営小委員会の委員長に就き、規則等の整備を行いました。制度や規則は、ここで非常に適切に整備されました。

また、2005年には、心理教育相談室の活動を社会に開けたものにするという方針を決定し、それを実行しました。具体的には第1回心理教育相談室公開講座を開催しました。第2期で言及しましたように、心理教育相談室の活動を内々に閉じこもるのではなく、地域や社会に開けた活動にしていくことを、明確な方針としたわけです。その方針を実行する最初の施策として、公開講座を実施したということです。今回は、第3回目ということで、この50周年記念行事が始まる前に公開講座を実施しております。今回の公開講座のテーマは、「引きこもり」ということでした。

また、2006年には、心理教育相談室の活動を広く世の中に伝えていくということで、心理教育相談室年報第1号を発行しました。これまでの心理教育相談室紀要は、臨床心理学コース紀要に衣替えをして継続しています。そして、2007年の10月13日に創立50周年記念式典を行なうことになったわけです。

これからの50年に向けて

駆け足で心理教育相談室の50年の振り返ってきました。私としては、ここでお話を終わりにしたいところです。しかし、それができません。というのは、私の今日のお題は、「これまでの50年、これからの50年」となっているからです。そのため、「これからの50年」について語らなければなりません。これは、今後、心理教育相談室をどのように運営していくのかという、ビジョンを示すということになると思います。私にとっては、非常に難しい課題であると同時に、考えなければならないテーマであると思っています。そこで、とりあえず、次のように考えてみました。

私は、今後の心理教育相談室が発展するためには、3つ大きなテーマがあると思っています（スライド24）。ひとつは、「専門性を高める教育と訓練」です。臨床心理学コースの教育研究分野のひとつとして「臨床心理カリキュラム論分野」があります。この「専門性を高める教育と訓練」は、この教育研究分野の課題であるといえま

これからの50年に向けて

1) 専門性を高める教育と訓練（臨床心理カリキュラム論）

- ◆有効なアセスメントと介入の技法（例：認知行動療法）
- ◆研究法（質的方法と量的方法）

2) 地域や社会に開けた活動の展開（臨床心理システム論）

- ◆家族、学校(SG)、大学(学生相談)、産業、地域コミュニティへ

3) ライフサイクルを通しての心理援助（発達臨床心理学）

- ◆乳幼児期（母子関係・発達障害）、思春期（子どもためのCBT）
- ◆青年期（学生相談）、中年期（家族療法）、老年期（地域援助）

スライド 24

す。例えば、「アセスメントと介入」の知識と技法をしつかりと教育訓練することは、心理教育相談の専門性を高めていくことにつながります。私は、近年、認知行動療法という新たな方法を取り入れて、アセスメントと介入の専門性を高めるように努力しています。さらに、実践活動についての研究も、専門性と高めるための重要な課題となっています。これは、研究法教育の充実とも関連しています。実践的研究法ともいえる“質的方法”は、能智准教授が専門としているところであり、今後の発展が大いに期待される分野です。

第2のテーマは、心理教育相談室が閉鎖的にならずに「地域と社会に開けた活動の展開」ということです。臨床心理の活動をシステムとして社会に位置付けていくことを重視したいと思います。これは亀口教授や中釜准教授が専門とする家族療法とも関わってきます。また、学校システムに関わるスクールカウンセリングも、このテーマに関わってきます。それから先ほど浅島先生からお話がありました大学の学生相談も、このテーマと密接に関わっています。長い歴史をもつ東京大学学生相談所の伝統は、心理教育相談室の出身者が作り上げてきたものです。私自身も、大学院を中退して学生相談所の相談員として就職し、8年半勤めました。このような学生相談所をさらに充実させていくのに貢献することも、心理教育相談室の受容な課題であると思っています。さらに、地域コミュニティだけでなく、産業領域におけるメンタルヘルス活動にも貢献する人材を育てることも心理教育相談室の重要な課題となっていると思われます。

心理教育相談室の第3のテーマは、「ライフサイクルを通しての心理援助」となります。このテーマは、発達臨床心理学分野に関連する課題です。現在、世の中の注目を集めている乳幼児期の親子関係や発達障害の問題なども、この分野と関わってきます。これらの問題に関して

は、田中教授が専門として心理援助技法を発展させています。今年度の心理教育相談室の公開講座のテーマは、「引きこもり」でしたが、引きこもりの若者の中に発達障害を抱える者が多くおります。これと関連して、児童期から思春期にかけての子どもの問題行動への介入法の開発も重要テーマとなっております。先ほど、私は認知行動療法を導入した教育訓練をしているとお話しましたが、実際に私が中心になって、心理教育相談室に「子どもと若者のための認知行動療法」相談窓口を開設しつつあります。成人期、中年期になると夫婦関係や家族関係が重要テーマになります。これは、亀口教授や中釜准教授が専門とするところです。今後は、中釜准教授を中心に心理教育相談室において家族療法の実践をさらに充実していく予定です。障害者や高齢者にとっては、地域で生きることがとても重要な課題になっており、能智准教授は、このような観点からコミュニティ心理学に関心を持っています。

活動の実績と今後の目標

このように心理教育相談室は、次の50年のテーマとして、「専門性を高める教育と訓練」、「地域や社会に開かれた活動の展開」、「ライフサイクルを通しての心理援助」を発展させることを重視しております。実際のところ、3年前に臨床心理学コースが発足し、心理教育相談室のスタッフが充実したこともあり、上記のテーマに関する活動を既に実践しつつあります。そこで、このような実践活動の蓄積に基づき、活動の具体的な目標を次のように掲げております（スライド25）。

第1は、「地域への貢献」です。これは、ローカルな目標です。そのために心理教育相談室が属する地域の機関と密接なネットワークを構成することを重視したいと思

います。具体的には、東京大学内の学生相談機関との連携をさらに発展させます。これは、いろんな形で心理教育相談室に要請されておりますし、また臨床心理学を専門とする者の責任でもありと考えています。次に文京区や台東区等の地域の相談機関や学校と協働をしていくということです。昨年は文京区教育委員会と連携して公開講座を開催しました。今後も、このような形で連携を取っていきたいと考えています。

第2の目標は、「世界と協力」です。これは、グローバルな目標です。これも東京大学の臨床心理領域の特色として発展させつつある活動です。既に心理教育相談室のスタッフは、世界の臨床心理学やカウンセリングに関連する大学や機関と広いネットワークを築きつつあります。昨年までは心理教育相談室のメンバー全員が参加した科学研究費基盤Aで「臨床心理学教育の世界教育ネットワークの構築」というテーマで研究をしました。また、私自身も、この数年、オックスフォード大学や北京大学の臨床心理学関係者と密接なネットワークを形成しております。そのような経験に基づき、昨年の春には東京大学シンポジウム経費をいただき「臨床心理学の発展に関する国際討議」というシンポジウムを昨年の春に行いました。そこには、英国、中国、ドイツ、オーストラリア、スウェーデンの臨床心理関係者を招いて活発な議論をしました。

第3の目標は、心理相談の専門性と高め、日本の臨床心理学をリードする業績を示していくということです。現在の心理教育相談室のスタッフは、それぞれの専門領域をリードする立場にあります。心理教育相談室での教育訓練や臨床実践を通してさらに専門性を高め、日本の心理教育相談、さらには臨床心理学の発展に貢献できる業績を挙げていくことを目標したいと思います。実際、心理教育相談室のスタッフは、臨床心理学のテキストをはじめとして、多くの業績を挙げています。さらに、心理教育相談室で教育訓練と受けた学生が、若手の研究者や実践家となり、日本の心理教育相談活動や臨床心理学の専門性を高めるのに貢献できるものと信じております。

おわりに

50年を振り返りつつ、次の50年に向けて発展していく方向性をお話しました。この50年の式典が、心理教育相談室のさらなる発展に向けての弾みになればと願っています。以上簡単ではありますが、私のお話を終わらせていただきます。

活動の実績と今後の目標

1) 地域への貢献(local)

- * 東京大学内の学生相談機関との連携
- * 文京区や台東区等の学校との協働

2) 世界と協力(global)

- * 亀口他（科研基盤A）臨床心理学教育の世界協働ネットワーク構築
- * 下山他（東大シンポ経費）臨床心理学の発展に関する国際討議
- * ジョージア大学、オックスフォード大学、北京大学との交流

3) 日本の臨床心理学をリードする

- * 講座臨床心理学全6巻（下山他 東京大学出版会）
- * テキスト臨床心理学全5巻（下山他 誠信書房）

スライド 25

シンポジウム

これからの臨床活動に向けて—社会とのかかわり



シンポジウム御登壇の先生方

社会的役割を意識した心理臨床実践へ向けて

武蔵大学人文学部教授 武田 信子



心理臨床の視野狭窄への懷疑

相談室に初めて関わったときから22年、その間に拙くも考えてきたことをお話しして、与えられた役割を果たしたいと思います。

相談室にいるとき、そして残念ながら今もですが、私はとても無知でした。

不登校の高校生が来ました。自分に合わない学校をやめたいと言いました。話をうかがって私は、この方は退学の方がいいのではないかと思いました。でも、当時は不登校が家庭や心の問題であるとされていた頃でした。先輩諸氏が「学校に通うということが青年期には大切なことだ。学校に行けない彼女に寄り添い、なぜそうなのかを考え、学校に行けるように支えなさい」とアドバイスを下さいました。3回ほどで彼女はカウンセリングに来なくなりました。私はカウンセラーとしての自分に迷いを持ちました。

DVを受けている親子が(学外の)相談室に来ました。お母さんとの面接を担当しました。親子は毎週来てくださいましたが、殴られている親子に一週間後にまたお会いしましょう、という悠長なことを言っていていいのか、そう思って、幾人かの方に相談しました。でも、カウンセリングについてのアドバイスをいくらいただいても、それ以外の具体的方法でその親子の進行形の苦しみに対応する術は私には得られませんでした。

心理教育相談室に所属する一方で、精神科病棟で子どもたちと生活しながら、あるいはお医者さんたちの雑談を連日耳にしながら、子どもたちを取り巻く環境の変化

に、自分は何を学んでいけばいいのか、そう思い、がむしゃらに様々なものにぶつかっていました。「治療行為の不要な病棟を目指したい」という精神科医の小倉清先生の言葉をいつも胸の中で繰り返していました。

ですから、学生相談を始めて一年目の終わりに、退学を目前にした学生に対して、どうしてこのシステム自体をこの学生が退学する前に知り、工夫できなかったのかと自分の力のなさに歯がみしました。それから学内情報の収集と学生相談のPRに力を入れ、学生の居場所作りをしました。そんなことをしながらも、学生相談に来る学生たちも、もっと早い時期にケアや予防があれば問題は変わっていたのにとこの思いを持ち続け、個人で足りない力を社会的に補う方法に関心が向いていきました。

社会的視点の必要性

そうしてその後、私は、子どもの権利を世界で最も早くうたったカナダに行き、ソーシャルワークと多様な生き方に触れました。また、先進国の中で一番、子どもたちが自分たちは幸せだと感じているオランダで様々な教育や生活環境に触れました。私は日本の生活環境について、あるいは心理臨床活動の意味について考えることになりました。日本で起きている問題が起きていない地域があるとしたら、これはもう個人の心理の問題としてのみ捉えるのではなく、その対応はしつつも、社会との結びつきを考える発想がもっと出てこなければならないのではないかと、ますますそういう考え方を強く意識するようになったのです。

社会的要因への関心の薄さ

今、私は子育て支援の分野で、多くの現場の方たちの話をうかがう機会があります。そこで、「もし臨床心理士を雇用する予算があったら、それを保育士に回したい。優秀な保育士だったら、何人もの親子に今日これからを過ごせる具体的な子育ての方法を伝え、あるいは親が当事者同士で育ち合うような場を作って、専門家がいらぬコミュニティを作っていけるのに。行政が心理の人を入れることに決めたから、救われる親子が救われないのよ。」この手の話をよく聞きます。

たとえば「乱暴な4才の男の子がいます。原因として考えられることは？」。このワークを実施すると、支援の現場で親子に対応している素人だけれどしっかりと学んでいるお母さんたちは、生活環境、地域の資源、食べ物の影響、メディアの脳に与える影響などを挙げた上で、家族関係や発達障害、心理的な問題の可能性をあげてこられます。でも、同じワークを心理の専門家にすると違うのです。まず、母親を初めとする家族の心理的な問題がないか、育て方に課題がないか探します。そして子どもの障害を疑って…それ以上出てきません。

日常の摂取量の人口着色料や安息香酸ナトリウムが多動性を悪化させるというエビデンスが一般の子どもたちにもみられているという30年前からの指摘について、あるいは、テレビの長時間視聴が子どもたちに与える影響について、心理臨床家は関心を持って情報収集に努めているでしょうか。心理以外の要因が子育てに大きく影響するのだということを、どの位意識して課題を取り扱っているでしょうか？

アドボカイトとして活動する心理臨床家に！

一つの問題があったら、その問題の周囲に多くの同様の問題が生じている可能性があります。個人の心理的な問題は、社会の問題と切り離して考えることはできません。だとしたら、相談室という密室で、社会の最先端で起こっている様々な課題に気がつくことができる心理臨床家は、クライアントさんたちの代わりに、今社会で何が起きているのかを考え、アドボカイト（代弁者）になることはできないのでしょうか。問題が生じない社会環境を創っていくための提言を出していくことはできないのでしょうか。

日常の中で自然になされる予防と対応のイメージ

視線が合わない4歳児がある保育園に入園したところ、園長の集中的なケアと保育園の日常生活で一週間て視線が合うようになりました。一週間と言えばカウンセリングで次の面接を待つ日数です。でも、生活の中だったら、小さな子どもたちは劇的な変化を見せるのです。

一方で「変化を治療者の前で起こしちゃいけない」と、北海道ベテランの家の川村先生が先日おっしゃっていました。「治療の最終日に、患者さんに『先生のおかげでよくなりました』と言われたら、僕は患者さんを追いかけて呼び止めなくてはならない。『おいおい、治ってないよ。あなたは僕のおかげではなく、自分と周りのみんなの力

でよくなるなくちゃ』

相談室という日常から切り離された空間で、一对一の関係でクライアントに接するモデルに慣れすぎると、その中で全てが完結するような錯覚を持ってしまいます。そうではなく、日常の中で、予防と対応が自然になされ、周囲にバランスよく支えられ・支えながら日々を過ごしていくこと、このイメージを私は持ちたいと思います。

エコロジカルな視点を持つ心理臨床実践へ

自分の心理臨床活動は、エコロジカルな視点の中で言ったときにどこに力点が行っているのか、自分のできる部分はどこで、できていないけれど意識している部分はどこなのか、今一度確認の必要があるのではないかと私は思います。

個人臨床を行う心理臨床家は、個人の課題解決に取り組む力に長けています。たとえば、子育て支援の中では、今、疲弊してきている支援者たちや保育士さんたちに対して、とりあえず個別の事例にカウンセリング的な対応をしていく必要性や、心理的な親子の見方、発達や障害に関する情報提供が必要な状況が生じています。心理臨床家が、自分のカウンセリングに社会的視点をプラスすれば、今自分が持っている力をもっと活かすことができると思います。メゾやマクロの活動をすればいいというものではなく、ミクロのところにながらにして、その力を発揮することができることが大切だと思います。できない部分は他分野の人たちと連携していけばいいのです。

数年前、岩手の遠野で、数百年の民衆の教えをわらべ唄や昔語りとして伝えている方にお会いしました。100年後の社会に生きている私たちの孫、ひ孫、やしゃご世代に、今の自分の学びを残し、名のない市民としての自分の命を受け継いでもらう、個としてではなく社会の一コマとして自分をどう生きていくことができるのか、今の私は、自分の社会の中での役割として、心理臨床で学んできたことを子どもたちの環境作りに活かしていきたいと思っています。

ミクロとマクロの視点を一心理教育相談室出身者に求められること

日本女子大学人間社会学部教授 鶴 養 美 昭
学園カウンセリングセンター所長



心理臨床機能への社会的要請

鶴養です。よろしくお願いいたします。私は、1975年に心理教育相談室（以下、相談室）に入りました。今は、日本女子大学で臨床心理学の教員と同時に学園カウンセリングセンターの所長をしています。付属の幼稚園から大学院までのメンタルヘルス、大学で言えば学生相談室、中学高校では相談室を統合した仕事です。教育機関では心理相談がすごく要請されるようになりました。日本女子大学は、心理臨床機能が、随分前から始まり、それが大学から、中学、高校、小学校、幼稚園へと広がり、今や、学園全体のカウンセリングセンターとしての心理臨床機能を司る部署が、コミュニティの中にできてきました。心理臨床を生業にする人間に「所長を下さい」となります。

この動きは大学内だけの話ではありません。国レベルでは1995（平成7）年度から、公立中学にスクールカウンセラーが入りました。私もその動きに巻き込まれ、計画段階から関わりました。武田先生がミクロの視点を持ちながら、マクロな社会全体に関わるのが要請されるとおっしゃった通りです。1対1の治療場面だけにとどまるのではなく、集団とか家族からの要請が寄せられるようになり、ついには組織やコミュニティ、国家のレベルでの要請まで出てくるようになりました。結論的に言えば、50年後の心理臨床活動は、コミュニティ対象のものまで求められるようになる、と思います。

私は、教育相談機関の中に13年間閉じこもってしま

た。当初はプレイセラピーというミクロなことしかやらないつもりでした。しかし、そこにもマクロが押し寄せてきました。3年目には親面接をさせられる。5年目には、（区議会の）諮問委員会の委員を仰せつかり、10年目には、教育長の議会答弁の資料を出す、なんて感じで年中意見を求められるようになりました。私が日本女子大学に赴任する前の段階でも、既に社会的な要請はかなり顕著になってきていたと思います。高度経済成長と同時に豊かな社会ができてきて、社会全体の大きな流れの中で心理臨床機能に対するニーズがどんどん押し寄せてきました。

心理教育相談室との関わりで

そういう社会の流れを、東大の相談室との関わりについて考えると、これはややこしいなと思います。相談室の出身者には社会的な要請が次々と寄せられます。下山先生も室長さんですね。学内だけではなく、大学の外に出ると、銀杏のマークがついているだけで、いろいろと要求されます。専門性だけではなく、実践力も要求される。これは心理臨床家として当たり前ですが、次の段階では必ず組織作りを命じられます。また、社会の中には「東大神話」がしっかりあって、そういう要請に応えることができる存在であると周りは勝手に思い込んでいます。しかし、本人は、少なくとも私は、それに答える力はないとっていたりするわけです。ギャップが出てきます。飯長先生の言葉では、「うだうだして、そんなこと言われたってできるかよ」、と思うわけで、すごく困るし、

悩みます。

私の場合も、「心理臨床家なんてそんなことできない」とか思っても、公立学校のスクールカウンセラーの立ち上げの時に、「東京にいて、東大を出て、しかも国会に近い所に住んでるから」という訳の分からない理由で、私ども夫婦は、「スクールカウンセリングのシステム作りに関する提言」とか、「公立学校のスクールカウンセラーのガイドライン作り」などを命じられました。戸惑って先達に相談したくなります。佐治先生にも聞いてみました。「君がいいようにやれば」みたいなこと言うんですね。何て無責任な教授かと思いました。そうかと思うと、何かの行事の打ち上げで飲んでいい気持ちになった頃に彼がすっと忍者のように寄って来て、「鶴養は男のくせに優しすぎる」なんて、鋭いことを言う。これ一体何だったんでしょう…。相談室の中で、何かの学問体系や知識を教官に教えてもらった気はしません。それは学生同士の読書会で身につけました。佐治さんの「育つ奴は育つし、育たん奴は育たん」という言葉を印象深く思い起こしたりします。何を教わったかと思うと、人と接するときの深く真剣な関係を結ぶことが身についたと思います。

自分自身の臨床家としての自己形成の流れの中ですごく悩んで「本当に自分はできるのか」と思いながら、仲間と議論したり、グループをしたりしながら、徒手空拳のまま関係の中に投げ込まれ、そこでしっかり自力で何とか切り開いてくる、ということで随分鍛えられました。自分から主体的に取り組む、生の自分として立ち向かうことを、この大学に、相談室に籍を置いて、要求されたと思います。研究力にしろ、実践力にしろ、自分が持っている力しかあてにならないわけで、それはわずかなものですね。いろんな方々の支え、ヒントをもとに、自分で実際にやってみる。そういうことが、この相談室の中で許されたと思います。そこで、幻想とか理屈とかを離れ、自分の心理臨床家とか大学人とかの立場も離れて、少し大きな視野を持って見直してみると、今必要とされることが見えてくると思います。

心理臨床の視点から社会にかかわること

私自身も非常勤の教育相談員として投げ込まれたところで、「じゃあ今何が必要なんだろうか」と考えながら、仕事をしていました。そうすると、武田さんが言われたこととほぼ同じですが、今自分が持っているもの、心理臨床の知識は身に付けてきたけれども、それだけでは不十分なのが出てくる。急激に変化する社会の中で子どもの育成環境はどんどん悪くなっていく。それに対し

て、今、一人で何ができるのか、仲間と一緒に何ができるのか考えざるをえない。そんな時に役立ったのは、プレイセラピーで身につけた力です。1対1で子どもに直面する、その時に、これはもう本当に裸にされますね。子どもというのはものすごく、この人ができる人かできない人か、自分と付き合ってくれるのか、付き合ってくれないのか、その辺りのところをすごくしっかり見分けます。きちっと相手に向かい合う姿勢、態度というのが、そんなの100%できるわけではないので、どこかで逃げたくなる、弱腰の部分があるわけですが、そこをしっかりと鍛えられてきた。そう思い返すと、肩から力が抜けて「できることしかできん」、と思います。そう居座ると、かえって素直に色々な力を借りることができる。

今、私がいろんなところで直面していることを考えると、子どもの内的世界の理解が必須で、今、困難を抱えている本人の生活の理解、家族や周りの人たちへの理解と支援、コミュニティの資源の理解と活用、この子が生き生きと参加できる社会への変革など、考えるべきことはたくさん出てくる。ミクロもメゾもマクロも含めて、この子どもにとって最善のことを求めて、いろいろと考えを巡らすこともできる。本当はプレイセラピーをやりたいんですけども、文部科学省の方と会った時には、「都道府県の教育研究所に、非常勤で何人の、常勤で複数の臨床心理士を置き、その一人は教育相談課長にして…」、というような話をしたりする。社会との関わりのことも、自分に降りかかってくるぞと覚悟しながら、他方で、生の人間にきちっと向き合う態勢と視点を持ちつつ、それぞれの場で働いて頂けるとありがたい。院生諸君には、自分と生のままで向き合いながら、実際に生きている人間や社会の要請に応えることを目指して欲しいと思います。

対人援助職のメンタルヘルスとコミュニティ・ケア

東京女子大学文理学部教授 高 畠 克 子



このたび、東京大学心理教育相談室創立50周年に当たり、私の選んだテーマは『対人援助職のメンタルヘルスとコミュニティ・ケア』です。これを選んだ理由は、私自身がこれまで2回バーンアウトしていること、これからの若い人たちに私の踏んだ轍を繰り返してほしくないこと、そしてバーンアウトを防止するにはコミュニティ心理学的アプローチが必要であること、などをお伝えしたいためです。

なぜ、対人援助職はメンタルヘルスが損なわれるのでしょうか

現代社会は、グローバル・レベルの急激な変化や多様性によって、人々の心に多大な心的葛藤やストレスを生じさせていますが、これらに対処するための対人援助サービスが現実のニーズに応えられていないのが現状です。なぜならば、心理職をはじめとして看護師・介護士・社会福祉士、さらには精神科医や教師などに至るまで、対人援助職という専門家の教育・研修・臨床実践には長い時間を要するため、すぐに現場のニーズに応えられる人材を養成することが難しいからです。したがって、対人援助職は常に、質・量とも現実のニーズに対応しきれないのが現状で、そのため数少ない優秀な人材や意欲に燃えたプロフェッショナルは、過重労働に耐え神経やエネルギーをすり減らし、メンタルヘルスが損なわれます。これがいわゆるバーンアウトなのです。

どのようなプロセスで対人援助職のメンタルヘルスは損なわれていくのでしょうか

対人援助サービスに携わる専門家が、なぜメンタルヘルスが損なわれるのか、そのプロセスについて、次の3つの場合を考えてみたいと思います。

第1は「燃え尽き症候群 (burn-out syndrome)」です。私は16年間、都立総合病院神経科および都立精神保健福祉センターで心理士として働いて、病院内にデイケア、近隣地域にソーシャルクラブや共同作業所などを開設して、夢中で仕事をして気がついたらバーンアウトしていたのです。マスラックが「エネルギー、力、あるいは資源を使い果たした結果、衰え、疲れ果て、消耗してしまったことを意味する」と定義しているように、私の場合も、ある日突然といてよいほど急激に、疲れきってすべてに興味・関心を失い、抑うつ的になって始まりました。これは、バーンアウトの第一期の「情緒的消耗感」といわれるプロセスで、次の第二期が厄介な「脱人格化」のプロセスです。すなわち、すべてに対して興味・関心や情熱を失い、今まで一所懸命に支えてきた人々のことがどうでもよくなり、どうにでもなれという捨て鉢な気持ちに襲われるのです。そして第三期が「個人的達成感の低下」というプロセスで、いろいろ仕事に手を出す割には従前のような成果が得られず、自分自身の有能感や達成感が損なわれ、自己否定的な考えや行動が出現してくるのです。

第2は、「二次受傷 (secondary trauma)」です。燃え尽き症候群に罹患した私は、回復のために精神医療の

世界から一時的に足を洗い、しばらくアメリカで大学院生をしていたのですが、そのときにフェミニスト・セラピー（女性の女性による女性のためのセラピー）に出会いました。そこで次の10年間は、東京フェミニスト・セラピー・センターを中心に、主に暴力被害の女性や子どもたちの相談を受け、DV被害者たちのための緊急避難所としてシェルターを立ち上げ、シェルター・コミュニティを拠点に、支援ネットワークを密に広げる活動を行ってきました。このプロセスの中で、DV被害者の体験した悲惨な出来事を見聞きするに及んで、あたかも自分も同じような体験をしたかのように感じ、外傷性ストレス反応に近い状態になりました。これをフィグリーは二次受傷と言い、①世の中に対する安全感、②他者に対する信頼感、③自分自身に対する有能感や自尊心、④人生全般に対する希望、などの喪失と定義しました。そのとき私は、この二次受傷を仲間の中で癒しながら、大学の教員になることで、今まで自分が蓄積した知識や臨床体験を次世代の若い人々に伝達しようと決心しました。

第3は、「感情疲労 (compassion fatigue)」です。ホクシールド(1983)は、多大な情緒的資源のやり取りを行う労働を「肉体労働」に対比させて「感情労働」と命名しました。対人援助職はまさに感情を道具に人を援助するという意味で感情労働者です。そして、このような対人援助サービスに携わる人々は、フィグリーの言う感情疲労に陥りやすく、バーンアウトしやすいのです。

対人援助職のメンタルヘルスを維持するためのコミュニティ・ケア

コミュニティ心理学では、DV被害者の援助のプロセスで、メンタルヘルスを損なった個人（対人援助職）への介入と同時に、個人を取り巻く社会環境への介入も併せてコミュニティ・ケアと言います。そこには3つの特徴があります。

1つめの特徴は、危機状態にある対人援助職個人への介入です。そこではスーパーヴィジョンやコンサルテーションによる介入が行われます。北山(1993)によれば、スーパーヴィジョンとは、援助者と被援助者（DV被害者）との間にスーパーヴァイザーが「割ってはい」「介入する」「見守る」ことであると言います。したがって、スーパーヴィジョンは、治療関係に一定の距離をつくり、援助者をDV被害者の抱え込み体制から解放し、バーンアウトを防ぐのです。また、他の専門家とのコラボレーション（協働）も重要です。援助者は、関係機関や他の専門家と協働することによって、多くの人々と責任や役割を分担しかつ共有して、バーンアウトを防止するので

す。さらに、仲間との同僚性 (companionship) の回復も有効と考えられます。DV被害者を援助する人々が横に繋がることで、援助者同士の同僚性が芽生え、それによって援助者が被援助者を抱え込んだり、両者が周囲から孤立したりすることを防ぎ、バーンアウトを防止することになります。最後に、ストレスへの対処方法を学習するためには、①まずストレス状態を自覚し、②仕事からの距離をつくり（職場という空間、職場での人間関係、勤務時間から間を置く：3間）、③健康の回復を行ない（規則的な睡眠と食事を確保し、Relaxation・Refresh・Recreationの3R）、④価値観を問い直す、などが当面の対処方法になるでしょう。

2つめの特徴は、個人を取り巻く社会環境への介入です。職務上の過重負担を軽減させる、などがこれにあたります。たとえば、適当な受け持ち数・勤務時間の短縮・職務の質的恒常化などを、職場環境責任者に検討してもらう必要があります。また、仕事における援助者自身の自立性を保障することで、なるべく自分の意思でスケジュール管理ができるようにすることが大切です。さらには、役割を明確化することです。具体的には、仕事の目標・責任体制の明確化・役割期待と葛藤の問題などについて、解決しなければならないと思います。

3つめの特徴は、予防的コミュニティ・ケアと呼ばれるものです。そこに含まれるのは、たとえば、コラボレーションおよびネットワークの構築です。対人援助職は、人に対する関心や感受性が強く、人を援助したい気持ちが勝っています。したがって、関わりの初期から、他の専門家・同僚・ボランティア・当事者などとコラボレーションして、ネットワークを構築することが、バーンアウトの防止に繋がります。また、スーパーヴィジョン・コンサルテーション・セルフヘルプなどの場で、守秘義務を逸脱しない範囲で、当事者を含めた自分自身の関わりについて、オープンな姿勢を持つことも、バーンアウトの予防にもなります。最後に、対人援助職は、当事者に向き合うと共に、当事者を取り巻く社会状況にも敏感になり、人々のwell-beingが実現する社会環境への変革を目指し、関係者とコラボレーションする必要があるでしょう。

心理教育相談室のご案内

● 1. 東京大学大学院教育学研究科心理教育相談室とは●

東京大学大学院教育学研究科心理教育相談室は、心理的な問題に対する援助に係わろうとする大学院生の実践的な研修の場として設置されました、教育学研究科附属の相談機関です。したがってその相談員は、東京大学大学院の院生を中心として、日本臨床心理士資格認定協会の臨床心理士資格を既に持つか、これから持つべく当大学院で研究・訓練をつんでいる者です。相談員は原則として、教育学研究科の教員の指導を受けながら、相談面接を引き受けています。

● 2. 相談内容●

次のような問題でお困りの方のご相談を受け付けています。乳幼児から成人まで、幅広い年齢層の方、ご本人からばかりでなく、ご家族や保護者からのご相談、学校の先生方からのご相談も受け付けています。

- ・ 漠然とした不安感や無気力、落ち込みなどの心理状態を改善したい
- ・ 自分自身のことをもっとよく理解したい
- ・ 人前で緊張する、過ぎてしまったことをくよくよ考える等、性格的なことを何とかしたい
- ・ 友人や職場の同僚との人間関係上の問題を相談したい
- ・ 家族関係について考えたい
- ・ 親として子どもにどう対応したらよいか困っている
- ・ 学校に行かない、行けない
- ・ 言葉が遅い、多動、集中困難であるなど、発達の心配がある
- ・ チック、夜尿など気になる行動が見られる
- ・ 反抗・暴力・盗みなどの問題行動がある



● 3. 相談の種類と料金 ●

相談援助活動として、次に挙げる7種類の相談区分があります。いずれかの相談区分を選択して提案するところから、実際の援助活動が始まります。

- (1) 受付面接 … 問題の概要を聴取して、面接の方針を検討する面接
- (2) カウンセリング … 問題をもっている人に対して行われる継続的な面接
- (3) プレイ・セラピー … 幼児や児童に対して行われるプレイ・セラピー（遊戯療法）を含む面接
- (4) 保護者面接 … 保護者に対して行われる継続的な面接
- (5) 家族面接 … 家族に対して行われるファミリー・セラピー（家族療法）などを含む面接
- (6) コンサルテーション … 教師等に対して行われるコンサルテーション
- (7) 検査面接 … 心理検査の実施を含む面接

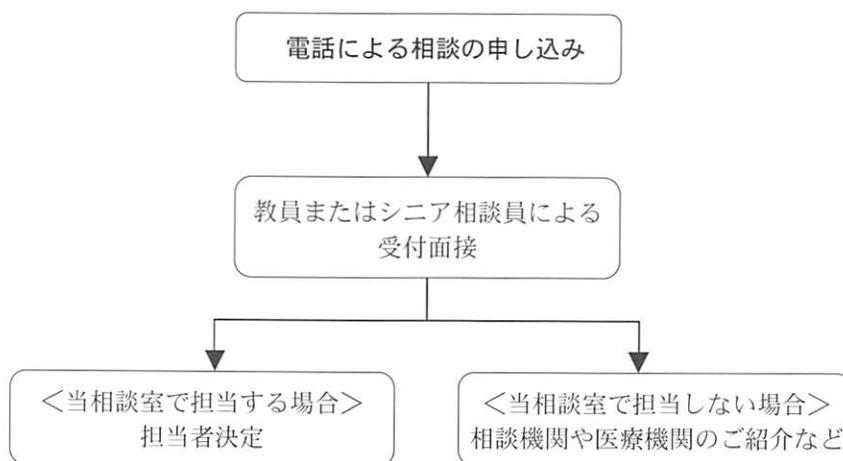
料金表 2007.04.

相談区分	(円)
受付面接	2000
カウンセリング	2000
プレイ・セラピー	2000
保護者面接	1000
家族面接	3000
コンサルテーション	3500
検査面接	2000

*医療機関でないため、健康保険などの適用はありません。

●相談の申し込みの流れ●

相談は予約制を取っています。まずは電話で申し込み、後日担当者との日時を調整します。詳細については、03-3818-0439もしくは<http://www.p.u-tokyo.ac.jp/soudan/index.html>を参照してください。



後 記

この小冊子は、東京大学大学院教育学研究科附属心理教育相談室（以下、心理教育相談室）の創立50周年を記念し、「東京大学大学院教育学研究科附属心理教育相談室年報」の別巻として編集されたものです。

1957年に創設された東京大学の心理教育相談室も、おかげをもちまして、2007年の秋に創立50周年を迎えました。そこで、現在の相談室の運営に携わっている運営小委員会のメンバーと相談室スタッフが中心となり、創立50周年を記念した記念式典を企画しました。

式典は、2007年10月13日土曜日、東京大学山上会館にて、心理教育相談室第3回公開講座に続く形で行われ、相談室のOB・OG、現在の相談室関係者を含め総計約100名が参加しました。式典の第I部では、金子元久 教育学研究科長のご挨拶、浅島誠 東京大学理事・副学長からのお祝辞の後、下山晴彦 相談室長より相談室50周年の歴史が語られました。第II部では、「心理教育相談室の思い出」ということで、肥田野直 東京大学名誉教授、越智浩二郎 東京大学元客員教授、飯長喜一郎 日本女子大教授より、ご講演をいただきました。第III部では、「これからの臨床活動に向けて—社会とのかかわり」というテーマでシンポジウムが行われ、武田信子 武蔵大学教授、鶴養美昭 日本女子大学教授、高島克子 東京女子大学教授にお話しをしていただき、野村東助 東京学芸大学名誉教授に指定発言をいただきました。

この小冊子は、式典の第I部、第III部を中心にして、記念式典の記録に手を加える形で編集されました。心理教育相談室のこれまでと現在、および今後を読者の皆様にご理解いただくと同時に、21世紀の心理教育相談活動のあり方についての提言として、ご参考にしていただければ幸いです。

最後になりましたが、本冊子は様々な方々の御協力と御援助のもとで形をなしました。この冊子の作成を発案していただきました浅島誠 東京大学理事・副学長には、資金面でもバックアップをいただきました。心より感謝したいと思います。また、年度末のお忙しい時期に原稿の修正加筆を引き受けてくださいました諸先生方、さらに50周年記念行事の運営に携わってくれた相談室スタッフの方々にも深くお礼申し上げます。

編集担当・東京大学大学院教育学研究科准教授 能智正博



東京大学大学院教育学研究科 心理教育相談室年報別巻

東京大学大学院教育学研究科附属 心理教育相談室の50年

2008年3月30日 発行

発行者 東京大学大学院教育学研究科

心理教育相談室

〒113-0033 東京都文京区本郷7-3-1

Tel (03) 3818-0439

東京大学大学院教育学研究科附属
心理教育相談室年報別巻

