



# 心理臨床における多重関係を考える

地方のありふれた心理士の日常から

本林 友梨

## 2つの「私」が混在した日～職場にて～

先日、職場で地域の方に向けたイベントが開催された。各部署からブースを出展したり、地域の飲食店の方も出店していただき、盛況であった。私も所属部署のブースを担当させていただいた。私の部署のブースは子どもたちがよく来てくれた。一人ずつの体験となるものであったため、一人ひとりにかかる時間も長く、たくさんの子供たちが並んでくれた場面もあった。私の役目はその体験の説明と、子どもたちを盛り上げる声掛けを行うことであった。声を張り続け、気づけば喉がカラカラになるほどだった。酸欠のような感覚もあったし、自分で何を言っているか分からない状態にもなったりした。そんな中で、列の中から「○○（我が子の名前）のママちゃん？」「○○のママや、○○のママや！！」と小さくもない、大きくもない、ただしっかりと私の耳に届く声が聞こえてきた。『あ、子の保育園のお友達やな』と瞬時に理解した。イベントに来てくれた嬉しさと、「○○のママの私」・「ここで働く私」（すぐ隣には職場の人がい

る）が混在し、戸惑う気持ちが生じた。どうすること（特別なこと）もできないし、どうする（特別なことをする）必要もないのに、なぜか『どうやってやろう？』などということ考えた。結局、知っている子を前にすると必要以上にテンションを上げることは自然とならず、普段の「○○のママの私」で盛り上げ、何事もなく終了した。

やはり私は「～の私」が複数生じてしまうと、居心地が悪くなるようである。この場面では子の保育園送迎時の「○○のママの私」と、テンションを上げ切り職務を全うしようとする「働く私」が混在した。

## 家族が連れてくる関係とともに生きる

心理臨床における多重関係を自身の心理臨床のテーマに掲げて1年が経過した。この1年も、日常生活の中で幾度とクライアント（以下CI）と出遭ってきた。また、それ以上に家族（夫や子）の関係から知ようになった人とも多く出遭った。知人の内訳を考えると、CIや私の知人のような私と直接的な関係の人よりも、家族の関係から知

るようになった人の方が当然ながら多い。そのためそのような経緯で知り合った人と生活の中で出遭う機会も多くなる。家族は私をいろんな人と出遭わせてくれ、世界を広げてくれる。ただ同時に、心理臨床家として生きていくうえでの私が困難と捉える多重関係も連れてくる。なんと悩ましいことなのか。家族を持つことは私の人生において歓迎されるべきものであると感じているが、心理臨床家としてはそう思えないことが、悲しい。このような気持ちを抱きながら、この先も心理臨床家として生きていくことは、苦しい。では、悲しまなくてよいように、苦しまなくてよいようにするには、どうしたらよいのだろうか？

日常生活の中で知人と出遭うたびに、心理臨床における多重関係について考えてきた。そして改めて思った。『心理の臨床家の自分とその他(プライベート)の自分を綺麗に分けることなんて、“ここ(小さな町かつそこで生活を営んでいる者という環境)”では不可能なのではないか』と。心理臨床においても心理士以外の自己の要素を含む場合があることを認めておく必要があるし、プライベートにおいても心理臨床家の要素を含む場合があることを認めておく必要であるのではないか。そうやって日々臨床を重ねながら生活も営んでいく中で、心理士として成長し、一人の人間としても豊かになっていくのではないか。というか、そうせざるを得ないのではないか…。

私は多重関係に注目し、①心理臨床における多重関係の実態②多重関係を体験する心理士の実存的な視点③多重関係による心理臨床への影響、について考えたいとしてきた。しかし、前述したように、私の心理臨

床における多重関係についての心情は大きく変化している。当初は自身の心理臨床と多重関係をなんとかして切り離し続けようとしていた感覚があるが、現在は無理して切り離すよりはありのままの環境を認め、その体験を踏まえて成長していかななくてはならないという感覚が生じている。このような変化の中で、そもそも“ここ”で心理臨床をしていくということはどういうことなのだろうかということを知りたい気持ちになっている。家族を持つという私の人生の喜びが、私の心理臨床家として弱点とでしか捉えられずに悲しみ、苦しまなくてよいように、まず「生活する小さな町で心理臨床を行うこととはどういうことなのか」ということをリサーチクエスションとして改めて掲げ、探求していきたいと考える。

#### 生活する小さな町で心理臨床を行うということ——先行研究からの視点

生活する小さな町(「地方」「田舎」「農村部」「小規模コミュニティ」などの言葉で言い換え可能と考える)で心理臨床を行うこととは、一体どういうことなのだろうか。心理臨床家にどのような感覚をもたせるものなのだろうか。それは心理臨床そのものや心理臨床家の自己にどのような影響を与え、どう意味付けされているのだろうか。

このテーマに関連する、わが国における先行研究を探してみた。しかし、なかなか見つからない。我が国の心理臨床における多重関係の実態に迫った先行研究がみられなかった(対人援助学マガジン 59号 第1回目連載より)ことと同様に、このテーマにおける研究も我が国ではあまりなされていないようである。海外では心理臨床家の実践

の場が農村部であることに注目し、それに伴う課題に焦点を当てた研究はいくつかみられる。例えば Fruhauff (2006) は、農村と都市という環境が心理臨床家の自己開示の頻度にどのような影響を与えるか調査した。農村は結束の強い場であるため、そこで活動する心理臨床家の自己開示の機会は都市の心理臨床家のそれと比較し多いことを仮説としたが、結果として自己開示を行う機会の増減は環境に起因するとはいえないと考えられた。しかし、他の注目すべき示唆として、農村の心理臨床家は都市の心理臨床家よりも、意図しない自己開示をより多く経験していることが示された。また、農村の心理臨床家は都市の心理臨床家よりも、意図しない自己開示が臨床に良い影響を与えていると感じる場合が少ないことも示唆された。さらに、農村部や小規模コミュニティで生活、臨床を行う心理臨床家が抱く倫理的葛藤についての調査を行った Shank & Skovholt(1997)の研究がある。倫理的葛藤として社会的関係やビジネス関係における多重関係などが挙げられたが、心理臨床家自身の家族への影響も認められることにも言及した。農村地域では、生活の中で心理臨床家が CI やその家族と出遭う機会が多いため、心理臨床家の家族が、心理臨床の守秘義務の延長線上に置かれる状況がある。そのような場合に自身の家族に十分な状況の説明もできなかつたり、家族の友人宅に遊びに行くような生活者として当然行うような行動にも慎重にならざるをえなかつたりするという現実を示した。

これらの先行研究から、生活する小さな町での心理臨床を述べるには、心理臨床技術に関する視点や自身の家族に関する視点

など、様々な水準の視点がキーワードとなるであろうことが推察できる。私自身、上記の研究で示されたことはかなり実感として持つことができるものである。では、実際のところ我が国ではどうなのか？私以外の生活する小さい町で臨床を行う心理臨床家はどのような経験をし、どのように感じているのであろうか？

### 生活する小さな町の心理臨床探求への姿勢 ——倫理的配慮と誠実さ

本研究を展開していくうえで重要なことの一つに、倫理的配慮がある。例えば、小さい町(には限らないかもしれないが)で臨床を行う心理臨床家にお話を聞く必要があるが、内容には心理臨床における基本的な倫理ではカバーできない部分に触れるものが多くあるであろう。そんな中であるからこそ、まずお話くださることとなる心理臨床家の方に不利益がないようにすることが絶対である。そのためにはかなりの準備が必要であろう。本研究に関連するような倫理を確認することはもちろん、この研究が持つ倫理的課題に対する困難や迷いに悩みつつもしっかりと向き合い、誠実に取り組む姿勢が不可欠であると感じるのである。

---

Fruhauff, K. P. (2006). *Exploring the impact of rural and urban settings on therapist self-disclosure* [Unpublished doctoral dissertation]. George Fox University.

Shank, J. A. & Skovholt, T. M. (1997). Dual-Relationship Dilemmas of Rural and Small-Community Psychologists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 28(1), 44-49.