

初任セラピストの自己開示に関する質的研究

—自己開示に伴う主観的体験およびプロセスに視点を当てて—

迫田 久瑠美

I 問題と目的

高島（2016）は臨床心理士に臨床場面でのセラピスト（以下 Th. と表記）側の自己開示に関する主観的体験についてインタビューを行い、Th. の自己開示が賦活されるプロセスと、脆弱性が賦活されるプロセスを考察した。その結果、Th. の自己開示は自身の気持ちに強く揺さぶられる体験であり、そこに伴う援助欲求や使用に対する不安や葛藤などが見出された。また、自己開示を行うか否かは、これまでの Th. 自身の自己開示体験をもとに考えているということも見出された。

また、草岡・渡邊（2019）は初任 Th. の自己開示へのためらいと職業的自己の発達過程に与える影響について質的研究を行った。この研究では、臨床心理士資格取得後 10 年未満の初任 Th. に臨床場面における自己開示へのためらいに関するインタビューを行った。しかし、この研究のインタビュー協力者の経験年数は 1 年 3 カ月から 9 年 9 カ月と幅広いため、経験年数による影響が研究結果におよぼしている可能性がある。

そこで、本研究では初任 Th. の自己開示に伴う主観的体験およびプロセスに視点を当てた研究を行った。本研究により、初任 Th. 独特の不安の緩和と教育訓練およびスーパーヴィジョンに携わる Th. への一助となるのではないかと考える。なお、本研究では Th. の自己開示を「臨床場面において個人的事柄を示す Th. の発言」(Hill & Knox, 2002) と定義する。

II 方法

本研究では臨床現場での勤務経験が 5 年未満である初任 Th. 12 名にインタビュー調査を実施し、分析の条件を満たした 9 名のデータを修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチにて分析した。なお、インタビューでは① Th. の自己開示に対する印象、②自己開示に関する臨床場面、③ Th. の主観的体験、④主観的体験後の動き、⑤自己開示に関する訓練・指導経験の有無、の 5 つにまつわる質問を行った。

III 結果

分析の結果、初任 Th. の自己開示に伴う主観的体験にまつわる 21 のカテゴリーと 44 の概念が生成された。そして、生成されたカテゴリーと概念を用いて初任 Th. の自己開示に伴う主観的体験のプロセスのストーリーラインを生成した（図 1）。その結果、初任 Th. は臨床場面と非臨床場面は違う、という考えから Th. は自己開示を行わない方がいいと思う傾向がみられた。初任 Th. は相手の状況などに基づいて自己開示を行うか否かを考えるが、その際、自己開示を行うか否かに対して迷いが生じる場合とそうでない場合がある。そして、初任 Th. は自己開示を行ったか否かに関わらず、心理面接が良好に進んだ体験や上手く進まなかった体験を通して、Th. の自己開示について考えるにいたる。

IV 考察

本研究から、初任 Th. の自己開示に伴う主観的体験について以下の 3 つの考察が得られた。

①初任 Th. は大学院修了直後および臨床現場に携わり始めた頃は、臨床場面と非臨床場面（日常）は違うという考えから、自己開示は行わない方がいいと思う傾向がみられる。しかし、臨床経験の積み重ねにより、臨床場面と非臨床場面は違うという考えは変わらないまま、Th. の自己開示の必要性について考えるようになる。そして、このような経験や考えを積み重ねることで Th. らしい自己開示について学び、考え、実際に臨床場面で自己開示を行ったり行わなかったりしていく。

②初任 Th. は相手から年齢を尋ねられた際に「若い Th. が自分の担当になることについて、頼りないと思っていないだろうか」と不安を覚えることもある。また、初任 Th. 自身にとって触れられたくない部分が自己開示によって触れられた経験をすることで、時にはそれが自己開示を行うかどうかへ関わる可能性も考えられる。

