第 11 回学術会議　懇親会にて

# NFBT News Letter Vol.7

Mar.10.2020

特集　第 11 回 NFBT 学術会議　IN 仙台

# 第 11 回学術会議

～心配するな、なんとかなる～

2019 年 11 月 23 日（土）、24 日（日）、仙台国際センターおよび、東北大学川内南キャンパスにて、日本ブリーフセラピー協会第 11 回学術会議が開催されました。参加された皆様の感想とともに振り返ります。

## 第 8 回 B-1 グランプリ

ブリーフセラピー協会学術会議といえば、ブリーフセラピーNo 1 選手権（通称 B 1 グランプリ）です。B 1 グランプリは、カウンセリングの技術を競い合う最もクレージーなコンセプトながら、なぜか恒例のコンテンツとなり、盛り上がりをみせております。もはや、B1 と聞けば、やきそばを凌ぐ勢いです。

全国の支部が会員のトレーニングを行い、選手を選出して戦いに臨みます。今年は、岐阜・神戸・埼玉・千葉・福島・盛岡・横浜の各支部が予選に臨み、1 位盛岡支部、2 位横浜支部、3 位埼玉支部、4 位千葉支部でした。盛岡支部が事情により欠場となったまため、順位を繰り上げ、横浜、埼玉、千葉が本選に出場しました。本選では、激戦の結果、

**千葉支部が優勝**を勝ち取りました。

### 「B-1 グランプリを振り返って」

**岩本千華子（千葉支部）**

◆ケースについて：

大会前日にケースの概要を読んだ時点で、いろいろな可能性が考えられたが、おおまかな方向性としては「夫婦の連携を強める」で行こう、と決めていた。本番では、①夫がどのようなフレームを持っているかに注意しながら慎重にやりとりを進めること、②クライエントが受け入れやすく、かつ効果的なリフレーミング（コンプリメントでもある）をできるだけすること、その 2 点に集中した。自分自身が、「切れ味するどい介入をひらめこうとして失敗する」という癖を持っている自覚があるので、それは封印することとし、とにかくクライエント夫婦の良いところを引き出そう、と心に決めていた。

大会記念講演：長谷川啓三先生
ブリーフの考え方を社会システムに使う－その歴史と現在－

B-1 面接の様子

面接を終えて、講評では、妻役の方から「自分の気持ちをわかってもらえた感じがした」と、夫役の方から「"第三者だからこそよく見ている"と言われたのが印象的だった」との感想をいただけたので、いろいろな課題は残りつつも、自分なりに意図していた点に関しては達成できたのでは、と考えている。

◆B－１に向けたトレーニング：
本番に向けて、支部長指導のもと、「最初の５分間でウェルフォームドゴールまで到達することを目指す」練習を繰り返し行った。その様子を収めた動画を見ながら、あいづちの入れ方、表情、言葉のチョイスに至るまで、支部長およびクライエント役からのフィードバックを受けた。そのおかげで、自分たちのくせに気づくことができ、修正に努めた。この練習を通じて、「セラピーの運びを体で覚える」ことの効果を実感した。発話のテンポ、表情、言葉選びなど、いわゆるコンテクストが変わることで、面接が変わる。それが体感できたことで、これまで自分がいかにコンテンツにのみ囚われていたかを思い知った。他者からフィードバックを受ける機会は、とても効果的なスキルアップ方法であると感じた。

◆日々の臨床に立ち返って：
B-1 は、20 分間という特殊な構造ではあるが、そこでの経験は、普段の臨床業務においても生かされると感じている。時間をマネジメントする感覚や、質問のしかたなど、日々の実戦でも活用できる収穫がたくさんあった。勝敗結果よりも、B- 1 に向けた練習プロセスにこそ、意味があると感じた大会であった。
最後に、練習にお力添えいただいた浜野さん・齊藤さんをはじめとする千葉支部メンバーの皆様、そして支部長の森川先生に、心より感謝申し上げます。そして何より、力強いパートナーとして支えてくださった山井直子さんに御礼申し上げます。これからも、千葉支部のチーム力を生かして、互いに研鑽を積んでいきましょう！

## B1 のクライエント役を行って

**東北大学大学院　博士課程後期**

**奥山 滋樹**

今年度の B1 グランプリのロールプレイ事例で夫役を担当した、奥山です。ちょうど、仙台大会に参加された皆様の脳裏から徐々に私の記憶が遠のいてきた頃に、このニュースレターがお手許に届かれていると思います。会場でも述べたことであり、手前味噌ではありますが、実際の私は皆さまの前にお見せしたようなキャラクターの男ではありません。あくまでも事例作成を担当した坂本君という男の指示によるもので、本来の私はもっと悪質です。

さて、クラインエント役をしての感想を述べよということで原稿執筆の命を受けておりますが、私が感じた部分としては、改めてではあるのですが、同じ事例を扱うとしてもセラピストとクラインエント役の相互作用、相互拘束によって展開が全く異なってくるという事実でした。なので、セラピストの技能というものを考えるときに、"面接をどのように構成していくのか"ということは見過ごせない要素であるという、当たり前の部分に行き当たりました。こういう部分は書物の言葉には記述しにくい部分でもあり、それゆえに意識的な取り組みが追いつきにくい点であろうと思います。今回はそういった部分を目前で観察する機会に恵まれたので（実際は当日の大会運営と事例の設定やらでロールプレイ中もそこまでゆとりはなかったわけですが）、自身の臨床にも活かせることが出来たらと思います。

**仙台市泉区保健福祉センター**

**家庭相談員**

**庄司　恵美子**

同じく妻役を担当した、庄司です。クライエント役のお話を頂いた時に設定年齢とだいぶ隔たりがあって、私で務まるのかと恐縮してしまいました。テーマは多世代同居による葛藤で、当日の解説にもあったように実母との葛藤はストレスが高いと感じました。

同居を契機に専業主婦にならざるを得なかったのに、収入がないことで実母にも夫にも肩身の狭い思いをしながら家事と介護と育児をワンオペで頑張って来た彼女の気持ちには頷ける部分がありました。一人娘なのだから実母と同居するべきという価値観を手放せたら、もう少し楽になれたのではない

優勝：岩本・山井ペア（千葉支部）

CL 役を怪演！の奥山先生・庄司先生

解説：生田倫子先生・浜野翼先生

かとも感じながらクライエント役を演じました。

さて実際の面接では、セラピスト役の質問に答えるうちに、自分が本来相談したい内容と違う方向に展開してしまっても自分から違うとは言い出せないと感じました。そうなると提案されたことを受け入れつつも、やってどうなるものだろうと疑心暗鬼の気持ちにつながります。

そのような中で、渋々ながらもカウンセリングに同席した夫の機嫌を損ねず、自分の気持ちを分かってくれたセラピストの提案には、快くやってみようという気持ちになれました。クライエント役をやってみて、相談して良かったなぁと少し元気を取り戻せることが大事なのかなとも感じました。この機会を私の職域でもぜひ活かしたいと思います。

## B1 解説

**千葉支部**

**浜野　翼**

B-１グランプリ。日本ブリーフセラピー協会学術大会の名物と言っても過言ではないのかもしれない。心理療法家を志す者、常日頃から己の研鑽に励むことは言うまでもないが、その腕前に順位をつけるとなると話は別である。心理療法を学ぶための学会は数多くあるが、このような催しは類を見ない。そして全国に散らばる当協会の各支部はこの B-１グランプリに毎年、大真面目に取り組み、しのぎを削っているのである。

私は２０１６年、２０１７年、２０１８年と３度、千葉支部の代表として、この B-１グランプリに出場させていただいた。そして今回は総評、解説の役目を仰せつかった。例年 B-１グランプリの総評、解説は長谷川先生、若島先生がされていると記憶している。この巨匠の先生方がやられてきた役目を任されること自体、私は大変に恐れ多く、ましてや今回は協会理事長の生田先生と共に総評、解説を行うことになったのである。私には大役も大役であり分不相応であることは百も承知、話をいただいたときからどう振る舞い、コメントすればよいのか皆目検討もつかない状況であった。本番は生田先生の数多くの手助けを受けながら臨まさせていただき、幸い進行に支障を来すことなく役目を終えられた。

それでは、本年度 B-１グランプリの中身に入っていこうと思う。本大会に参加されなかった方にも内容が伝わるよう配慮に努めたい。まずは B-１グランプリのルールを説明する。B-１グランプリは１つの仮想ケースとそのクライアント役を設け、ロールプレイ形式で各支部から選ばれた代表セラピスト２名とクライアントが初対面の挨拶から初回面接終了までを制限時間内に終える。この面接の一部始終は学会参加者に向けてモニタリングされており、各支部のロールプレイ終了後に学会参加者がどの支部の面接が優れていたかを投票し、優勝支部を決める、というものである。

今回、お題となるケースであるがクライアントは２名、３０代の男女の夫婦である。夫婦には４歳になる娘がおり、相談の主訴としては、この娘の育児についてどうしたらいいのかわからない、というものである。とは言うものの妻の話を聞く限り、娘そのものへの対応というより、むしろこの妻が妻自身の母親と夫との間で板挟みになっていることが主な相談内容となっている。したがって相談に対しての動機付けは妻が高く、夫の動機付けは高くはない。加えて、後述するがこの夫が一癖も二癖もあるクライアントであり、この夫をどう扱うかによって、面接の進行が左右されるケースである。そして面白いことに、それぞれの代表が各々にクライアントへ違った対応を魅せ、それが結果的に勝敗を左右することとなった。

私としては、「クライアントとの合意形成、そこからのゴール設定」、「ラポール形成やそれに繋がる言葉の選択」、「介入が問題の解決を描いたときに説得力のあるものか」、「合同面接の形をどう活かすか」などに着目しながら各代表者の面接を見ていた。

B-１グランプリは例年５組が代表として選出されていたが、今年度は埼玉支部、千葉支部、横浜支部の３支部が選出され、優勝を争った。３支部とも関東圏の支部であり、地域的な偏りを感じさせるが、この３支部を選出する過程では全国予選が実施されている。その予選を勝ち抜いたのがこの３支部であり、たしかな実力を持った代表者たちだと言っていいだろう。

面接を披露した順に触れていこうと思う。まず１番手は埼玉支部である。セラピストチームは男女２名。落ち着いた雰囲気の両名であり非常に安心感を持てる印象である。女性セラピストがおそらくはメインセラピストとして面接をリードしていた。非常に手際よくゴール設定やその後の進行を担っていたと思う。男性セラピストも場を崩すことなく、淀みない面接をサポートしていた。一方で、埼玉支部は先程触れた、くせ者である夫の対応に苦慮することになる。面接の中盤、夫が妻と妻の母との間に入り妻をサポートする、というテーマが面接の主題となった。ここから夫がセラピストチームの話や提案に極端に抵抗を示すようになる。結局、この流れを面接後半まで持ち込むことになり、初回面接としては悪くない出来だったとは思うが、おそらくセラピスト側としては不然感が残った面接となったであろう。私としては、本丸から入ったことが裏目となった、という印象である。母への対応に困っていると言いつつも、妻が夫の協力を求めていることを察知し、それをセラピスト側が見抜いたのは流石という他ない。一方、それは夫婦にとって非常に繊細なテーマである可能性や、すでに夫なりに可能な範囲でサポートしてきた背景を想定すると、初回面接で直接的に扱うことは困難だったのかもしれない。そして仮に扱うのであれば、十分にラポール形成がなされた後に触れることが望ましかったであろう。結果的に前半までの流れるような展開を維持することが難しくなってしまった。私からセラピストチームに提案するとしたら、あくまで妻の母対応を面接の主題に置きつつ、夫の意見を求めたり、その意見をもとに夫が助力できることはないか確認する程度でも初回面接としては十分だったかもしれない。また合同面接、かつセラピスト側が男女のチームであることを活用する方法として、夫の協力を求めるのであれば、その場面は男性セラピストがもっと前に出てもよかったのかもしれない。これは性差を積極的に面接場面に持ち込み、それを有効な形で利用しようとする意図がある。

続いて２番手は千葉支部である。セラピストチームは女性２名。真剣に話を聴こうとする姿勢と、冷静沈着で知的な側面をあわせ持っている印象のチームである。と言っても私自身が千葉支部に所属しており、両名とは支部の勉強会でよく顔を合わせるので、よく知った仲でもある。当日の面接を思い返すと、このチームも埼玉支部と同様、手際よく面接が進行されていた。また唯一、３支部の中で片方の性で構成されるセラピストチームであったが、それを彼女たち自身がよく心得ていた印象がある。具体的

には夫への肩入れを終始意識していた点である。面接開始時から休日返上で来談した夫を丁寧に労ったこと。妻に一番困っていることは何か、と問うことで必然的に主題を妻の母への対応に絞る方向に促したこと。途中、夫が被害的に受け取り、抵抗を示す流れになった際に機転の効いたミラクル・クエスチョンによって、再び面接の主導権を握り、全体を通して夫に「妻への理解や協力が足りない夫」とラベリングせず、悪者を生まない面接を成立させたこと。これら全て夫は来談自体が本意ではなく、面接への動機付けや問題意識が低い可能性を見据えての一貫した対応だったように見えた。介入課題に観察課題を採用し、より抵抗を生みにくく、負担の小さい課題であったことも筋の通った面接であることを印象づけた。私からセラピストチームに提案するとしたら、面接終盤で用いたブレークが純粋なブレークなのか、リフレクティングチームを意図したものなのか見ていて判別がつかないまま進行していったので、その点に工夫の余地があったかもしれない。その辺りどちらかわかるようメリハリがあるとクライアント含め、見ている側にとってより明確に意図が汲み取りやすいものになったと思われる。

最後に３番手は横浜支部である。埼玉支部と同様にセラピストチームは男女２名。どちらも学生と聞いており、その通りフレッシュさを感じさせる両名である。埼玉支部、千葉支部と比較すると、当然ながら面接の進行や言葉選びに粗削りな部分は見られるが、随所にブリーフセラピーの勘所をおさえた面接を披露していた印象である。最序盤、入室直後に B-１グランプリ当日が勤労感謝の日であったことを絡め、仕事の休日に来談した夫へ「まさに勤労感謝ですね」とユーモラスな労いの言葉を送ったところには、ブリーフセラピーの持つユーモアの精神を感じた。また「具体的にどんなことで妻は母の対応に困難さを感じるか」という問いを用いることで問題の記述と悪循環を見定めることを試み、「その困難さを比較的感じなかったときはあるか」という問いを用いることで例外の探索を試みていた。このようなシンプルな問いや、その後のやりとりが結果として面接の意図を明確なものにしていたと思われる。これらはテキストに載っているような問いの形かもしれないが、それによって紡がれる明快なやりとりは、見ている者を改めて基礎の大切さに気づかせるものであったと思う。惜しい点としては、面接の結びの部分である。介入課題を提案しては抵抗に遭い、再び提案しては抵抗に遭うという流れを繰り返してしまった。やはりこのあたりは学生であるが故の経験不足が不利に働いた部分であろう。私からセラピストチームに提案するとしたら、介入への橋渡し、すなわちブリッジに説得力を持たせたり、介入を伝える際のメタメッセージを工夫したりすることでクライアントにもう少し介入課題を受け入れてもらいやすくなるかもしれない。具体的には、実際に提案していた夫婦で外出することを介入として売り込むのであれば、「いかに夫の存在が妻の精神的支えになっているか」について、前段で丁寧に扱うのである。そしてそのためには面接の中でこれまでに夫が妻の支えとなってきた側面に焦点を当てることが肝要である。ほかにも「現時点ですでに最善を尽くしているであろう夫に申し訳ないながらもセラピスト側が提案していること」について前置けば、夫の自負の気持ちをくじくことなく介入を伝えることができ、介入課題を受け取ってもらう上で効果的に働くことが予想される。

いかがだったであろうか。３支部それぞれに色があり、特に抵抗を示すクライアントへの対応が各々違ったために、非常に見ごたえがあり、退屈することのないものとなった。勝敗結果としては、ゴール設定の早さや、情報収集の的確さ、そして何より夫への機転の利いた対応が光った千葉支部が優勝に輝いた。同一支部３連覇は B-１グランプリ始まって以来、史上初の出来事である。私も１人の千葉支部の支部員として誇らしく感じ、３連覇に一部貢献できたことも嬉しかった。

最後にここまで何度かクライアントの「抵抗」という言葉を使っているが、この抵抗についての私の見方を記しておこうと思う。この抵抗、いわゆる「治療抵抗」という概念は精神分析から生まれた概念であり、クライアントが無意識を意識化することを妨げようとする言動を意味している。これはさしあたり専門家側が良しとする「無意識の意識化」に対して、クライアント側のとる防衛反応のことを指しているのである。つまり専門家側の持つ「型」に上手くはまらないクライアントに向けて使われる概念であり、抵抗とは非常に専門家側の視点に寄った概念だと言える(広く知れわたっている概念で使用しやすいため、私も使ってしまっているが)。一方、ブリーフセラピーはクライアントファーストの心理療法である。なのでもしかしたら、ブリーフセラピーにおいて「抵抗」という概念は必要ないのかもしれない、と私は考えている。これまで私たちが「抵抗」と名付けてきた事象は、単純にクライアントの感覚や、理解している事実や、持っているナラティブと合致していない、クライアントにとって「しっくりこない」だけなのではないのだろうか。我々ブリーフセラピストに求められることは、それを指して「クライアントが抵抗を示している」と語ることではなく、「ではどうすれば目の前にいるクライアントの力になれるだろうか」と考え抜くことなのではないかと思う。今回の B-１グランプリ、４年ぶりに出場しない立場で見させてもらったが改めて刺激的で、見ることでも学びになる、エンターテイメント性たっぷりの催しなのだと思い知らされた。実際には拙い私の解説であったであろうが、この場を借りて当日語れなかったことについて補う機会を与えられたことに感謝したい。

## コンサルテーション面接およびそのライブ・スーパーヴィジョン

今大会初の大会企画として、ライブコンサルテーション面接が行われました。実際のケースについてのコンサルテーション面接を前半 30 分間ライブで行い、その後、セラピスト（コンサルタント）は壇上で公開ライブ・スーパービジョンを受け、さらに後半 20 分のコンサルテーション面接を行うという、ユニークな構造で行われました。セラピスト（コンサルタント）役として登壇した４名の感想とともに振り返ります。

### チーム１：メインセラピストとして

**宇治おうばく病院**

**伊東優**

本大会では、コンサルテーション面接をデモンストレーションでやり、それをチームに SV してもらうという構造での、公開面接を体験しました。貴重な機会をいただき、セラピスト役に選んでいただいた若島先生には感謝しています。また、心強くサポートしていただいた SV チームの先生方、また勇気を出して事例を提供していただいたコンサルティの斎藤先生にも感謝しています。その場の面接のみのシングルセッションであり、また公開面接という双方が緊張する場で、全てを語りつくせたわけではないでしょうが、ほんの少しでも示唆の得られる、またそうでなくてもなにか良い機会であったなと記憶に残るような一時であったならうれしいです。

とはいえ、14 時からのプログラムで、昼食が喉を通らず、お弁当にほとんど手を付けられなかったくらいにはナーバスになっていたので、自分自身としては無事終わって大変ほっとしています。相方の田辺先生も、いつもこちらを立てて、リズムを合わせてくれるセンスがずば抜けているので、普段のカウンセリングはサブセラピ ストなんていませんが、サブがいてくれることの安心感を強く感じて面接することができました。終わった後も、懇親会でも、いろいろな先生からのコメントに勇気づけられるとともに、新たな視点もいただき、とても有意義な経験となりました。

今回のセッションで気を付けたことは、あくまでも今回はコンサルであって SV ではないということです。どちらも専門家-専門家の構造ではあるものの、SV は指導関係であるのに対して、コンサルは応援が役割だと個人的には思っています。SV は、スーパーバイザーもケースに対する責任を負いますが、コンサルはそうではありません。両親へのコンサル面接(いわゆる普通の家族療法構造)であっても、変化を起こせるように介入はしますが、SV のように指導者役割を必ずとるわけではないだろうと思います。

今回のコンサルティは、心理士で同職種だったので、ついつい同じ心理士目線で、コンサルティの持っているケースについて、こちらも見立てたくな ってしまいますし、自分だったらこうするのになあなどと思ってしまいやすいものですが、それはコンサルテーションという文脈では越権行為だと(勝手に)思ってます。コンサルティがもっているケースの中身(IP の病理とか)に焦点をあてないのは強く意識していました。目指すのは、とにかく目の前のコンサルティが元気になること。コンサルティに成り代わって、僕がケースを解決するわけではないからです。

臨床家なら誰しも自分の実践に不安になることがありますが、そんなとき今、目の前のコンサルティ自身が、自分の取り組みに安心と自信と勇気を持てて、難しいケースでも投げ出そうと思わず、新たな気持ちで仕事ができるようになること、要するにコンサルティがエンパワメントされることが重要であるから、その目的に叶わないようなこちらのアイデアを提供するのは最小限にと思いました。もちろん、コンサルティの困り感(問題に対する認識の仕方)を確認してのことではあります。コンサルティ自身が途方に暮れていて新しいアイデアを欲していたら、あるいは SV のような関係を望んでいたとしたら、新しい視点も提供するでしょう。親面接でも、こういうニーズがあるときは介入課題出します。けれども、コンサルティ自身に自分なりの見立てとかが一応ある中で、これでいいのかな?みたいにちょっと自信が持てず悩んでいるような場合は、CI の 考えを整理するのを少し手伝って勇気づけるのが僕らの仕事。今回のケースは後者のケースたでしたので、もし SV たであれば言っていたかもしれないようなアイデアもあえて封印しました。こちらが主導権を握ってあえてしたことといえば、CL 自身が自分で自分をセルフコンプリメントできるような文脈構築だと思っています。

結局、Th のほうに浮かんできたケースに対する問題意識だって、想像に過ぎないわけですから、さもそれが真実のストーリーかのように、こちらのストーリーを押し付けるかのようにコンサルティにうんちくを垂れて、新しい問題をつくるようなことはしないほうがいいだろう、と思います。

ライブコンサル 1 の様子

援助行為というのは、それが職業としての援助行為であれ、親役割としての援助行為であれ、そもそもどこか援助者自身のボランタリー精神(善意とか愛とか言ってもいいけど)に支えられています。援助者(親でも専門家でも)のなかには、援助の仕方がうまい人もい れば、正直ちょっとうーんって人もいるけど、暴力を除けばどんな人であっても、援助者の自信を失わせボランタリー精神を削ぐようなことは絶対にしてはいけないと思います。コンサル面接が成立するのは、コンサルティが今後も IP(問題)と関わり続けてくれるという前提あってのことであるので、コンサルタント側が考えた提案(自分だったらこうするなあという提案)がどんなに本質をついていて優れていたとしても、コンサルティが「ああ私には無理だあ・・・」「自分には力量がない」とか思って、結果的に援助をあきらめてしまうようなことになったら、それが一番非援助的でしょう。そんなことをしていたら、援助者のなり手がいなくなってしまいます。コンサルティが自信を失くしてそのケースをあきら

めたとき、僕が代わりにそのケースを引き継げるならまだしも、そうではありません。コンサルティを混乱させたり落ち込ませたり緊張、萎縮させたりすることは、結局のところ IP（問題）への不利益となってしまいます。

正しい（と思うこと）ことと、役立つことは異なる、ということは意識したいところです。実際、斎藤先生は真摯にケースに向き合っていました。難しいケースに対して投げ出さず、もてる知識とスキルを駆使して、自らもより良い援助となるように試行錯誤していました。今回の機会が、その試行錯誤を続けるためのひとつの材料になればとてもうれしく思います。

## チーム 1：サブセラピストとして

**長岡ヘルスケアセンター**

**田辺瑠美**

私はチーム 1 のサブセラピスト（以下、S-Th）としてコンサルテーション面接を担当させていただきました。日頃から同じ京都支部でお世話になっている伊東優先生がメインセラピスト（以下、M-Th）に決まっていて、「誰か女性セラピストを」ということで、伊東先生からお声がかかったものです。伊東先生のサブができるなんて、と大変光栄な想いでお引き受けしたのですが、本番当日が近づいてくるにつれて胃の痛い毎日でした。面接を緻密に組み立て、戦略的で効果的な介入をしていく伊東先生の面接を、フロアのみなさんにもぜひ堪能してもらいたい。そう考えれば考えるほど、自分がサブとして隣にいるイメージが沸かないのです。結局、同じく S-Th として B-1 出場した宇都宮大会以来、「S-Th って何だろう」という疑問になかなか決着がついていなかったということがはっきりしてくるのでした。

そんな時、自宅で宝物の様な論文を見つけました。池田・奥野(2018)『家族療法の面接場面におけるサブセラピストの機能に関する一考察』は、S-Th の役割について書かれた数少ない文献です。ここには、「S-Th はオルタナティブな視座を提供できる」「S-Th は言語的なかかわりが少ない分、非言語で面接に影響を与えることができる」旨が書かれていました。これを読んで大変勇気づけられ、特に後者の方、“非言語で面接に影響を与える”ということくらいは私でもできるだろう、と思い直し、本番に臨みました。

当日の面接室では思いの外、緊張しませんでした。未熟ではあるけれども、私なりに今持ちうる力の全てでお役に立ちたいと思うお相手は、クライエント（コンサルティ）さんであり、その方のお役に立つために M-Th のお役に立つ必要があります。そのお二人が目の前にいたので、それ以外のことは考えずに済みました。

## チーム 2：メインセラピストとして

**愛知学院大学心理臨床センター**

**掛井一徳**

NFBT の学術会議にコンサルテーション面接のコンサルタント役で出させていただいた。緊張しすぎたのか、昨夜は前夜祭で酔いつぶれて寝てしまい。夜中に目が覚めてその後眠れずに結局朝までうとうとしてた。会場に行ってもまだ緊張している。

コンビを組む戸田先生とは、お互い面接を見たことがないので、連携が大丈夫かなとお互い思いつつ、まあサシ飲みを何回かしてるから大丈夫でしょうなどと言いながら、昼食時に一応普段のコンサル的面接の手順を伝えようとするが、戸田さんに伝えるのにも緊張してしまっていた。やばい、こんなに緊張するのはいつ以来なのか。。。

コンサル面接 1 組目は京都支部の伊東さんと田辺さん。二人ともさすがのエレガント。寄り添いつつ整理しつつエンパワメントしつつで。前半 30 分とブレイクしての SV チームとのリフレクティング 30 分、後半のコンサル 20 分という構造だったけど、最初の 20 分で終わってもいいじゃんという感じで、サポートチームの先生方も、これすでになんもいうことないじゃんて感じ。

後で伊東さんに聞いたのだけど、SV とは違うので、事例ではなく、コンサルティーの困りごと中心に扱っていたとのこと。なるほど。

いつものごとく呼吸法で開始 30 分前にはだいぶ落ち着いていたのだけど、別室に入って、カメラとマイクの前でコンサルティの話を聞いているうちに、何かが違うと思いつつ、コンサルティーの現状で、何が可能で何ができなさそうなのか、限界設定を探りながら聞いていく。なんか調子が出ないと思いつつ、戸田さんもなんかそんな感じ。

ライブコンサル 2 の様子

ブレイク時にサポートチームの豪華な先生方が、見事に僕らの迷いをブレイクしてくれて、（もうメチャメチャ面白かったしまた話を聞きたいくらい）ようやく腹が決まり、後半戦はいつもの調子が出てきて、好きなの持ってけ！みたいな感じで、主介入案を一つ、オプションで 2 つの介入方法を（今は使えずともいつか役にたつかも）とお伝えすることができた。いつもコンサルやったり SV やってるのはある程度、人柄や物の考え方をお互い知ってる相手ばかりだったので、全然知らん人をコンサルするのはまた違うことに気づいたので、コンサルティは初対面なんだけど、もういつも会っている仲間のつもりでやってみたら、少しいつもの躍動感が出た感じがした。（ということはいつもコンサルとか SV するときは僕が相手に甘えてるということかもです；）

SV チームの的確かつ大胆かつ面白サポートはもちろん僕が行き過ぎると戸田さんがうまくコンサルティー中心に戻してくれて、ここのチームとしても上手くいけたような気がする。介入が良かったかどうかは置いといて、コンサルティも少し元気になった風に見えたが気のせいかもしれない。

とにかく役目を終えてホッとし、席に帰るとみんな笑って声をかけてくれた。基本的には「前半と後半のギャップにウケた」「前半お行儀よく、と思ったら後半は（笑）」「も～ほんとうにあんたの面接はワカメというか昆布というか（海藻？笑）」ということであった。（笑）みたいな表現が多かったのがのが気になりつつ、1 チーム目がお手本みたいなチーム構成であったとしたら、2 チーム目は多分、SV も含めて百鬼夜行というか怪獣大行進みたいな、何が出るかわからない構成だったはずなので、その役割はきっと「お手本」に対しての「変化」のはずなので「これでいいんだよ！」と慰めつつ。（後で若島先生にメンバー構成について聞いてみたところ「面白そうだったんで」ということでした。）

伊東さんと田辺さんはイギリス貴族のフェンシングのような感じだったから、僕らは紳士のスポーツラグビーで行こうね、と戸田さんと話していたので、後半は少しラグビーの話もできたし、SV と後半は本当にラグビーみたいにどんどんボールに絡んでいって審判が止めるみたいな面接になっていたかも。（戸田さんもジャッカル、ジャッカル！とか言ってたし）SV チームもかなり個性豊かな先生がいて、それぞれが違う目線でケースとコンサルティーとコンサルタントを見てくれていたのだなと実感。多くの見守ってくれた方々や SV チーム、戸田さんに感謝です。

そしてやはりコンサルティの先生も、きっときっと、僕ら以上に緊張して、そして出たいとか出たくないとかそもそもありえない状況であの場に座って、懸命に話してくれていたのではないかと思います。後半から後輩だと思って話をしようと思ったら、本当に後輩にするみたいに話してしまって申し訳なかったですが、暑苦しくも何か一つでも役に立てたのだったらありがたい限りです。

懇親会で、東先生から「こら～！」と指摘をいただけたのも本当に嬉しい体験でした。1 時間の面接を展開するにも様々な意図があって一人一人のできることと思惑が違って、それがチームになると（8 人？）その思惑や考え方、方法が交錯してライブになる。でもあの最高に濃いチームあってのライブ感ですよね。普段見えないものが少しだけ可視化される。

もちろん自分が選ぶものがベストではないけど、そのプロセスについて見てる人がまたあれこれ思うこと、考えること自体がライブコンサルの面白いところだと実感しました。

## チーム 2：サブセラピストとして

**はらメディカルクリニック**

**戸田さやか**

「コンサルテーション面接＆ライブスーパービジョン」について書かせて頂くにあたり、あのときコンサルティを務められた先生へ改めてお礼を伝えたいと思った。このニュースレターが、ご本人の目に触れる機会がありますように。

私が恩師である若島先生からこの企画のコンサルタント役を仰せつかったのは、平成も終わろうという頃だった。これまたとんでもない企画が NFBT の学術会議に誕生したものだと思った。しかもコンサルタントやスーパーヴァイザーにはそうそうたる顔ぶれが名を連ねている。この中に加われる光栄さとプレッシャーを強く感じつつも、一体どんな相互作用が生まれるのだろうとわくわくした。人に面接を見られるのだから何とか上手くやらねばという気負いも、少なからずあったと思う。当日までの数か月、それなりに気持ちの準備が必要だった。

学会当日、大入りの会場で、まだ見ぬコンサルティの先生を想ってぐっと気持ちが引き締まった。コンサルティの先生は、この大勢の前でご自分の大切なケースの話をしてくださるのだ。しかも企画の性質上、困っているケースを持ってきてくださったはずだ。面識のないコンサルタントやスーパーヴァイザーたちに何を言われるかわからない中、困っているケースのコンサルテーションを受けるのはとても勇気が要る。その勇気に報いる時間にしたい。そう思ったのはみんな同じだったようで、本番直前、相方の掛井先生や、スーパーヴァイザーの佐藤先生、森川先生と「コンサルティのためにがんばろう」と合言葉のように繰り返した。コンサルテーションもスーパービジョンも、臨床家の力や権威を示すための場ではない。目の前のコンサルティ(クライエント)のために力を注ぐ場だ。そう意識しながら本番に臨んだ。

面接をしながら、コンサルティの先生は実に真摯にケースと向き合っていると感じた。ケースについて多くのことを観察・理解されていたし、これから取り組めそうなことのアイディアをたくさんお持ちだった。コンサルタントが何を質問しても答えられたということは、学会当日まで、ケースについて様々なことを振り返ってきたからではないだろうか。この人を応援したいと心から思えたし、スーパーヴァイザーの先生方から多彩なコメントを頂戴し混乱しかけたときも「この人が次にケースと向き合ったときの役に立てるように」と集中できた。すると自然に、コンサルティのもつ力に目を向けるための質問が浮かんだ。

きっと普段お会いするクライエントもそうなのだ。セラピストに大切な悩みを打ち明けるために自分を振り返り、何を言われるのかなと不安を持ちながらも、勇気を出して面接室の椅子に座る。セラピストはクライエントが努力して今ここにいることを知っているから、クライエントの力を引き出すための質問や応答ができる。「光あるところに光を当てる」というのは、こういうことなのかもしれない。目の前の人のためにできることを探していると、その人の持つ光に目を向けたくなる。臨床家として常にそうありたいが、理論や技法、臨床家のエゴイズムに覆われると意識から抜け落ちてしまう。

私は普段の臨床で、クライエントの光あるところに光を当てられているのか。思い返す機会を作ってくれたコンサルティの先生に、この場を借りてお礼を伝えたい。あなたの勇気に心から感謝します。

総評：水谷先生

## ～"縁"に恵まれて～

**東北大学教育学部４年　武田　昌大**

「今回の学会の感想をお願いできないか」とお話を頂きこのように文章を書くことになりました。「心配するな、なんとかなる」と思い込みながら今、文章を書いております。今振り返れば、学会に参加したこと、そしてこのような文章を書いていること自体が大変貴重な経験で、ちょっとした"縁"を感じずにはいられません。

私事で大変恐縮ですが、自分は学部４年生で大学院進学もしない、つまりふつう参加するはずのない人間であるはずなのです。しかし指導いただいている小林さん、二本松さん、そして若島先生の後押しもあり、ポスター発表、そして運営の補助も含め関わらせて頂きました。ふつうであれば触れることのないであろう空間をみなさまと共有できたことは何にも代えがたいものであったと確信しております。また、B-1 グランプリなどハイレベルなロールプレイをこの目で見られたことは大変貴重で、クライアントの振る舞いに応じた対応は拝見しながら学ぶべきことがたくさんあると感じておりました。他にも事例発表や研究発表など、様々な面を通して短期療法のほんの一部でも知ることができたのは大変うれしいことだと感じております。きっとこの学会に参加された皆様も何か得られるものがあったのではないでしょうか。個人的に自分よりも若い学部３年生が立派な発表をされていたことが忘れられません。

仙台大会が滞りなく円滑に進んだのも、参加された皆様のご協力があってのことです。この場を借りて御礼申し上げます。そして、自分のような学部生の研究指導をして頂きながら、自らの研究や自由な時間をなげうってまで、大会のため準備に奔走されていた博士課程、修士課程の先輩方がいたからこそ、素晴らしい大会になったことも学会員の皆様の心にとどめておいて頂けるとうれしく思います。

来年度の大会は神戸と伺いました。六甲山の夜景やポートランド、立ち並ぶパン屋さんや洋食店など…様々な魅力を持つ街神戸で、実りある充実した大会になることを願ってやみません。

## 第 11 回仙台大会を振り返って

**東北大学大学院教育学研究科博士課程前期１年　佐藤しおり**

今年は仙台開催ということで、学会初参加にしてスタッフとして運営のお手伝いを行い、緊張感もありながら充実した２日間でした。スタッフとしては、１日目に会場の音量・照明調節という陰の重大な役目を果たし切ったと思っています。心に大量の汗をかきながらも、参加者の方の温かいお声がけもあり、無事に終えることができました。ありがとうございました。

さて、スタッフとして全力投球した翌日、２日目に印象に残ったことを述べたいと思います。

まずは、ショートケースレポートについてです。対象もアプローチの仕方も全て異なる事例を聞くことができ、初心者の私にとっては、どの事例も発見の連続で勉強になることばかりでした。特に、ブリーフセラピーを応用した、対人関係を構造するための講座に関する事例では、家族内での普段の会話で生じるネガティブな言葉を１つだけポジティブに捉え直して伝えることで、連鎖的に家族内の会話もポジティブなものとなり、結果的に場の雰囲気も変化するという内容でした。さまざまな事例を聞き、短期療法にさらなる魅力と可能性を感じることのできた時間でした。

次に印象に残っていることは、ワークショップです。ワークショップの中では、今までの人生の中で消したい・取り除きたい経験をカレーライスの"スパイス"に例え、グループワークを行いました。人それぞれ人生の"スパイス"があるおかげで、どれだけおいしいカレーができていることか！人生がどんなに素晴らしいものになっているか！について考え、話が盛り上がりました。グループでは、長年煮込まれてコクの効いた老舗カレーができている！など、オリジナリティ溢れるカレーが出来上がっていました。ユーモアというと、私の中では声に出して笑い合うというイメージがありましたが(もちろん、先生方のお話にも何度も笑いが起こっていました)、心がほっとして和やかな気持ちや雰囲気になることも、ユーモアの１つだということに気づくことができました。

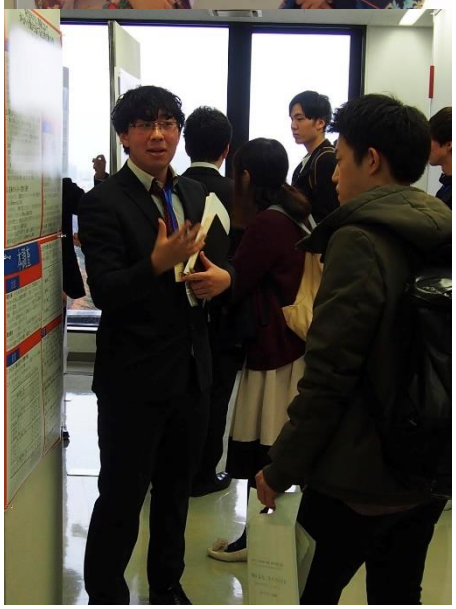
スタッフ・参加者として、とても有意義な時間を過ごすことができた２日間でした。ありがとうございました。

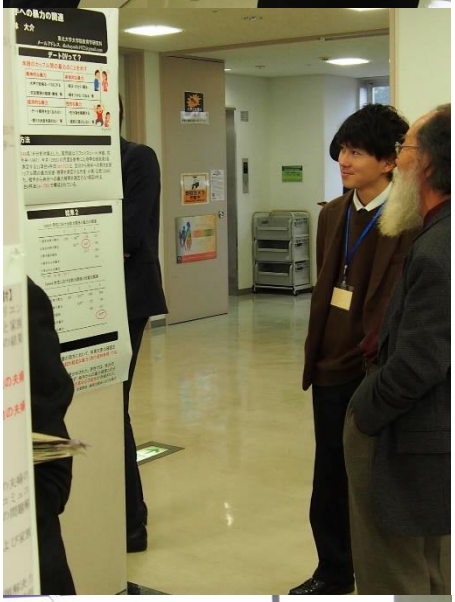
# 写真で振り返る学会参加記

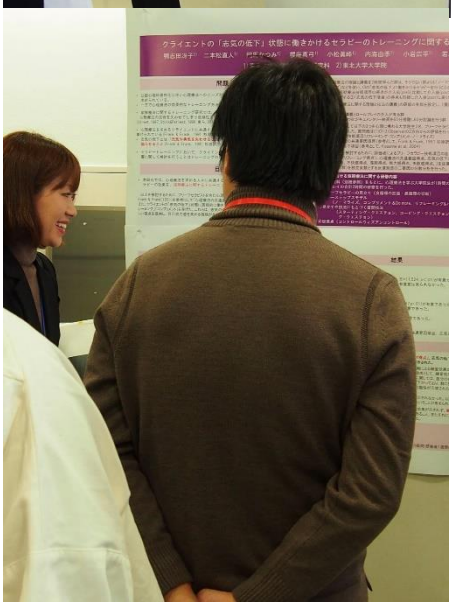
【対人関係】
発表者

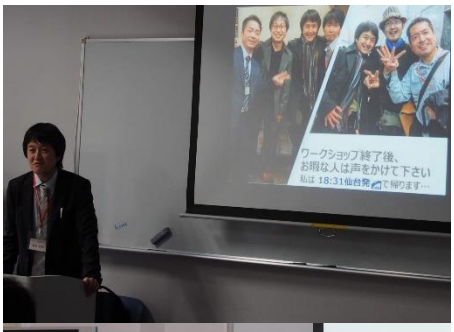
【学校について】
発表者

先行研究の課題と本研究の狙い





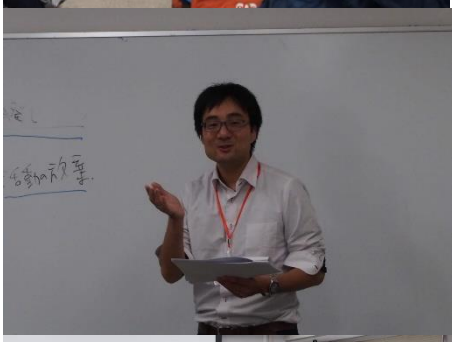



ワークショップ終了後、
お暇な人は声をかけて下さい

上兵は謀を伐つ
その次は交を伐つ
その次は兵を伐つ
その下は城を伐つ

遊戯的ユーモア

STEP3 自己高揚的ユーモア



# 編集後記

ニュースレターも 7 回目となりました。編集委員のなかでは、毎年輪番で主担当を回しており、本当は昨年度担当だったのですが、失念していたとか、気づいたのが年度末だったとか、非常に特殊で困難な事情を抱えておりました。そのため、昨年度は志田先生、岩本先生に助けていただき、今年満を持して担当となりました伊東です。

今回も、ご参加の先生方に依頼をさせていただきましたが、どの先生も快諾してくださりとても感謝しております。ただ、皆さまご多忙な中、本来しなくてもいいような仕事をお願いしてしまうことに心苦しさを感じてもいます。本来、感想文などというものは自主的、主体的なものです。依頼して（ときに強制と感じられる先生もいらっしゃるかもしれません）書いていただくことはできるだけ避けたいものです。なんとか勝手に記事が集まらないものか・・・ということを考えていると、皆さま SNS で活発に感想を披露していらっしゃるではありませんか。しかも熱く盛り上がっている。ニュースレターの役割を、皆様からの感想の共有、シェアだとを考えると、SNS 記事の「シェア」っていいのではないかと思いました。そうすると、自発的に書かれた感想であるうえに、ニュースレターを通じて、SNS に登録してない方も記事を読むことができます。

というわけで、SNS をしていらっしゃる先生方。今後、編集委員からシェア・転載依頼をさせていただくかもしれません。その際は、何卒ご協力をお願いいたします。もちろん、寄稿も歓迎いたします。

NFBT
News
Letter
Vol.7

発行
日本ブリーフセラピー協会

日本ブリーフセラピー協会　News letter 編集委員

- 花田里欧子（東京女子大学）
- 伊東優（栄仁会宇治おうばく病院・栄仁会カウンセリングセンター）
- 岩本脩平（ファミリーカウンセリングルーム松ヶ崎ふくらむ）
- 志田望（龍谷大学非常勤講師）

問い合わせ先：nfbtkyoto@gmail.com