

個人心理療法よ！まだ生きているか？

—“心理支援”の多様化と心理援助者の共通基盤の喪失について—

林 智 一

(香川大学医学部臨床心理学科)

目的と方法

かつて「心理援助者（当時は心理臨床家）≒カウンセラー」である時代があった。とりわけ個人心理療法におけるクライアントとカウンセラーの一对一の関係性を理解する視点は、心理検査や集団療法においても不可欠の共通基盤であった。

翻って現在はどうかであろうか。臨床心理士と公認心理師の役割の違いや分担が指摘され、臨床心理士が心理療法に特化しているという見方もある（日本臨床心理士資格認定協会, 2020; 渡辺, 2015）。だが、心理援助者を養成する学部・大学院（以下、養成校と略記）の多くは両資格に対応している。そのためカリキュラムが多忙化し、ロールプレイの回数を減じたり、試行カウンセリングや事例担当のスーパービジョンで逐語録を作成させず、時間も短縮してすませたりする教員と学生のなかば共謀があると聞く。かくして個人心理療法の訓練が質・量ともに低下しているのは、公認心理師に限らず臨床心理士も同様なのである。

本研究では心理援助者養成における個人心理療法の訓練の現状をめぐる問題点を整理することを目的とする。また、その背景の考察から、可能な限り改善策についても検討することとした。

結果と考察

1. 業務内容と心理支援の多様化

公認心理師法（厚労省, 2015）によれば、公認心理師はいわゆる5分野で活動しており、その職務は心理療法に限定されない。公認心理師が個人カウンセリングで独自に診療報酬を受け取ることはなく、医師に支払われる。「令和7年版公認心理師試験出題基準」（日本心理研修センター, 2024）でも、24の大項目中「15. 心理に関する支援」に含まれるに過ぎず、出題割合は約9%である。

心理療法に習熟することは、現状の養成校では時間的に不可能である。一方、臨床現場では、多様な心理療法の統合的利用が求められる。このギャップを踏まえて、養成校で教えるべきコアカリキュラムと、資格取得後の生涯学習との連続性、養成校との連携について、検討が必要である。

2. 共通言語、共通基盤の喪失

公認心理師においては多職種連携が強調されるが、実際には同職種連携にも困難がある。新しい資格のため役割や責任が曖昧で、かつ多様な臨床分野やオリエンテーションを有するからである。同職種での連携・協働、実習機関と養成校のユニフィケーションなどのため、心理援助者同士の共通言語や共通基盤の再検討が必要である。

昨今、意識の違いを痛感するのは「傾聴だけで問題が解決するわけではないから時間と手間のかかる傾聴の訓練は不要」との批判を耳にすることである。傾聴なくしてクライアントと信頼関係を構築し、心理療法の契約、実施が可能なのだろうか。これは心理臨床全般に言えることである。

3. クライアントファーストの精神の喪失

養成校の乱立、志望者の増加に伴い、学生の質も変化している。増井（2019）は、「心理実践に向かない人間性を持っている問題の学生」も増えており、共感性は教育不可能であるという。林（2022）は、養成校に脆弱な学生が多いことをとりあげ、「傷ついた癒し手」という概念から論じている。

一方、実習に関するある研修会では、不登校などを経験した学生が多いので、臨床と乖離していても「安全」なテーマでロールプレイを行うべき、という発言があった。医療系大学の「医療安全」に比して、養成校では学生の心理的安全ばかりが強調され、クライアントの安全は看過されている。

密室での事例担当では、学生がクライアントに害をなす危険がある（林, 2024）。医学教育におけるアンプロフェッショナルな学生への対応（木村・錦織, 2022）に学ぶ必要がある。学生の入学・教育への参加に際して、テクニカルスタンダード導入の必要性をあげる声もある（斉藤, 2020）。

4. 我々はどこから来て、どこに向かうのか

筆者は、個人心理療法の未来に希望を有する。いつの時代にも心理療法を求めるクライアント、そこに真摯に関心を有する学生が存在するからである。養成校では教育理念・哲学の対立や分断が顕在化し、混迷の深まることが予想される。クライアントの福祉に資するという心理援助者の本義に立ち返り、制度の総括と改革が求められる。