

カウンセリングのお作法 第二十二回

CONカウンセリングオフィス中島 中島(水鳥)弘美



★初回面接前の家族のどきどき

支援を必要としている家族と、支援する人が初めて顔を合わせる初回面接は、特に重要であるといわれています。

これから関係を築いていく最初の面接において、どのようなことがカウンセラーに求められるのか、そのなかでも面接に来られるまでの家族のできごとへの理解について、話します。

疲れている家族

何か困りごとや課題をもって相談に来られる家族は、初回面接に至るまでにさまざまなできごとが起こっています。

スムーズにいかない何かが発生して、最初は経過を見守り、なんとか改善できないものかと対処したにもかかわらず、困った状況は継続し、停滞して、もどかしさや疲れがたまっています。

このようななかで、新たに、相談機関の人物と一から関係を築いていくこととなります。

何か改善の兆しが見られるのではないかと、いつ期待と、本当にわかってもらえるのだろうかなどの複雑な気持ちを合わせ持っています。

初回面接は、家族にとって、まさに大きな負担であると考えられます。

相談機関の増加

近年、さまざまなカウンセリングが地域にみられるようになりました。個人面接だけでなく、家族面接も増えています。かつては、家族療法を求めて、北海道や九州から大阪まで相談に来られることもありました。通うだけで体力や時間を使っていたところに比べると、通いやすくなりました。

何か所も相談に行く

一方、新たな傾向は、初回面接に来られる方がすでに心理療法やカウンセリングなどの支援を受けていることが多くなったことです。相談機関に行くたびに、困りごとの状況の説明を繰り返す、そのことで辟易している場合も少なくありません。

初回面接前の家族



疲れている

「すすめられたクリニック、病院、
カウンセリングに行ってみたけれど、よくなるない」

相談歴

何か所も相談に行く



開業医

病院検査

カウンセリング

★初回面接前の家族のどきどき

多くの相談機関とさまざまな支援

相談機関を転々としている家族もいて、より適した専門相談機関にたどりつくまで、道のりが長くなっている印象があります。

見立てや診断が確定しない

不安定な症状や状況があり、ストレスによるものか、体のどこかに異変がおきているのか、落ち着いているときもあれば、急変することもあり、まずは、かかりつけの医師のところに行つて、そこから医療機関などを紹介されて、くわしい検査を受けたにもかかわらず、異常はなく、経過観察をしているなどで、さらに新しい症状がみられるなど、見立

てや、診断が定まらなかつたりすることも多く、先の見えない状況に不安が膨らんでいきます。症状や状況の変化とともに、これまでのような医療機関や相談支援機関にかかわったのかを把握しつつ、家族の不安な思いを受け止める必要があります。

さまざまな支援

また、現在は支援の種類や領域が増え、こまやかな体制が整えられています。

例えば、うつ状態で職場を休んでいる人の場合は、医師の診察を定期的を受け、同じ病院内で認知行動療法も受けます。職場復帰をめざす場合は、社内の産業医との面談が必要

で、同時に職場復帰を専門とする施設に通うなど、多くの支援サービスがあり、さまざまな役割の支援者とかかわります。相談歴と支援関係者の把握が必要になります。

関係者の把握

つまり、クライアントさんとその家族や親せき、友人、さらに、専門領域の支援者など大勢の人がクライアントさんにかかわっていることがわかります。

「ご本人さんのいまの状況について知っている人は、他にはどなたがおられますか？」と、たずねて、かかわりのある人がだれで、どのような立場なのかを正確につかみます。

前のところは効果がなかった 混乱 あきらめ



あらたな相談機関 期待とともに複雑な思い



CON 子さん 心理カウンセラー

「これまでのことについて、

私が知っておいたほうが良いことが

このほかにもありましたら、おきかせください」

★初回面接前の家族のできごと

望みを捨てずにあらたに相談

効果がなかった

相談歴が長い家族のなかには、前の相談機
関で思ったほど効果がなかったと感じている
場合があります。

初回面接では話されなくても、しばらくあ
とから、実はほかの相談機関に行っていたと
知らされることもたびたびです。これまでの
できごとについて、なかなか話せない家族へ
の理解が必要となります。

また、ご家族には、

「これまでのことについて、私が知っておい
たほうが良いことがこのほかにもありました
ら、おきかせください」

と伝え、無理強いはいしなくても、話して
いただけるよう言葉を添えます。

繰り返しさないこと

過去の相談歴や支援関係者とのようなこ
とがあつたのかという情報を通して、家族に
とつて、繰り返ししてはいけないこと、カウ
ンセラーが家族に対して、何をどう気を付ける
必要があるかが、みえてきます。そのこと
は、今後に多いに役立ちます。効果のなかっ
た対応は繰り返しさないことです。

望みを捨てずに来所する家族

これまでを整理していくと、これから、ど
うなることが望みなのかを改めて、問うこと
になります。

なんとか今の状況を改善したいとおもつて
来所している家族の姿を受け止めながら、

「今回、ここに来られて、これからどんな
ふうになっていったらいいなとおもいま
すか？」

と、方向性を確かめる問いかけをします。な
んどもたずねられた問いでも、より意味を持
った問いかけになっていることが望まれま
す。

初回家族面接の九十分で、確認するべき事
項が多いですね。その内容も複雑です。

クライアントとその家族との関係づくりが
すぐに築かれるとは思いませんが、初回面接
に来られるまでの家族の思いを描きながら、
良いスタートができることを願っています。

今後の方向性を確認



CON 子さん 心理カウンセラー

これからどうなりたいですか？

初回面接 90 分

クライアントご本人家族の思いを

受けとめる

関係者の把握、相談歴、

これからの方向性確認