

# カウンセリングのお作法 第33回

CON

Counseling Office Nakajima

カウンセリングオフィス中島 なかじま みずとり 中島(水鳥)弘美

## ～家族面接初回の時間管理と話のバランス～



前は、家族面接初回の「相互交渉段階」「目標設定段階」について話しました。

今回は、初回面接での全体の時間管理について話します。

家族面接の一回の時間はおよそ90分です。個人面接は40分～60分ぐらいが主流です。個人面接より比較的長い時間の面接を行う理由は、来所されたご家族全員のお話をきかせていただくことが中心となるためです。面接申し込みの時点で、おおよその相談内容は把握しているものの、その情報は限られています。電話をかけてこられた方以外のご家族とは初めてのかかわりとなるため、「あなたはどうですか」と、おひとりずつお話をきかせていただきます。

### 初回面接での時間配分を大まかに説明する

問題確認段階で、「いまから1時間ぐらいお話をおききし、そのあと今後についてのまとめをします」と、だいたいの見通しをお話します。

「どなたからでも、どんなことでもけっこうです、お話しいただけますか」

と、ご家族の様子を見渡しながら、できるだけ自由に話してもらうように声をかけます。すると、ご家族の誰かが自らすすんで話される場合もありますが、とまどっておられることもあります。そのときは、一番話したそうにしている人や、家族が話してほしいと願っているような人に、

「電話で、少しかがいましたが、お父さんからおきかせいただけますか」

などと、投げかけます。

初対面でのコミュニケーション、呼吸あわせが徐々にすすみ、このような流れに入るまでの時間経過を確認します。書類記入の時間や社交的段階のあいさつなど、ご家族の人数にもよりますが、ここまでで5～10分かかります。

ときに、道に迷ったためや、交通機関の遅延の場合もあり、定刻に面接が開始するとは限りません。次の来談者の予約時間も固定されているため、予定通りの時間に終了することをこころがけて、面接が進行します。

## 時計

時計の有無は、相談機関にもよりますが、当オフィスの面接室には、クライアントさんから見えるところに、掛け時計は設置していません。それは、なによりも面接に集中してもらうためです。

時計を置いていると針の動きを目で追ってしまい、落ちついて話せない人もいます。できるだけリラックスして話していただき、時間管理はカウンセラーが手元の腕時計をそっとみて、進行します。

なかには、面接時間を超過して迷惑をかけたくない、相談に来られる方が自ら携帯電話に時間をセットして、終了時間が近づくとアラームがなるように準備をして来所される几帳面なご家族もおられます。

## 話題のバランス

面接申し込みのときに、一回の面接は90分であることを伝えます。面接当日に改めて、時間の予定を説明するのは、約束をしている面接時間に無事終了できるように、協力してもらうためでもあります。面接は家族との協働作業です。

初回面接で何を話すのか、とくに事前の準備をお願いしているわけではないのですが、ある事柄の詳細ばかりが語られたり、一人の人が長く話してしまったりすることがあります。そのようなときは、あいまいな点を残さないように事実確認をし、まだ話をされていない家族の別の人にお話をおききします。

ただ、話したいことがもっとあったのに、と不完全な気持ちが残るかもしれません。話したいと思っている人がある程度、話せて、家族全員からも話をうかがい、その内容をカウンセラーが理解する必要があります。誰かだけが長く話すと、話す量の多い人とカウ

セラーの関係は築けるのですが、そのほかの人との信頼関係を築くことがむずかしくなる可能性があります。きき過ぎず、きかな過ぎにならないように、信頼関係づくりを重視しながら全体のバランスを考えて、時間を管理します。

「自由に話してください」けれど「時間を守ることには協力をお願いします」

ということが伝わるように心がけます。

ときに、納得できない状態でいやいや連れてこられた人がいる場合には、今日は来てもらったことがとってもよかったのですよという趣旨を伝え、無理に話すように促すことはありません。その代わりに、その方の話題をして、その場で家での様子などをみなさんから教えていただき、家族それぞれが理解できるようなバランスに配慮します。

### 来所していない家族との間接的な関係づくり

また、来所できなかった家族がいる場合は、

「もしもし〇〇さんが来られていたとしたら、ここで、どのようにお話されると思いますか？」

と、家族全体に問いかけます。

あるいは、〇〇さんの代弁をしてくれる適任者を推測して問いかけます。関係性の質問と呼ばれているものです。

それらの質問を通して、来談していない人の存在を家族に意識してもらいます。来所される人が限られる場合でも、家族面接では家族全員の話を受けとめてすすめるスタイルであることを理解してもらいます。

もしも、出席していない家族に対する話題がネガティブなものであれば、さらに、

「もしも、いまの意見をご本人が聞いておられたとしたら、ここでどのようにお話(反応)されると思いますか」

と、たずねます。

来所されている人との関係づくりとともに、来所されていない人との関係を間接的に築くことができるようにします。家族に対してすべて受け入れること、そして、家族それぞれの弱みや強みを明らかにし、家族内の関係性の把握を決められた時間内にできるようにつとめます。