

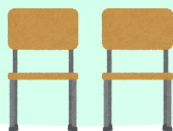
カウンセリングのお作法 第35回

CON

Counseling Office Nakajima

CON 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

～ 面接の空間 (2) ～



前回に続いて、面接がおこなわれる空間について話します。

椅子

面接室内にある椅子は、相談に来られる方とカウンセラーは、同じ形で同じ高さ大きさです。もしも、クライアントさん用の椅子が、カウンセラーと異なれば、初めて来所した人はどこに着席すれば良いのかの見分けがすぐにつき、わかりやすいのかもしれませんが。全く同じ椅子にすることは、ともに歩ませていただきますと、同志のような雰囲気を伝えたいと思っても込められています。

椅子は、特別に高級なものではありません、ダイニングテーブル用の椅子で、ソファのように柔らかいものではなく、長時間でも同じ姿勢で座り続けられるものを選びました。

ダイニングテーブルと椅子に座って面接が行われますので、クライアントさんがノート等を広げてメモをとることもできます。

ご家族で来所される場合は、椅子と椅子との間は必ず等間隔に並べます。椅子同士がひつつきすぎないように離れすぎないようにします。

初めて来所されたクライアントさんに対しては、

「どうぞ手前側の椅子におかけください」

などといって、おすすめし、その座り心地をどのように感じておられるのか、など様子を見させていただきます。また、

「トイレはこちらです、ご利用ください」

と、位置関係をお知らせして、少しずつ面接室の場に馴染んでいただくようにお声がけをします。

室内の温度

「いま、この部屋の気温は25度に設定しています、寒くないですか、熱くないですか？」

などと、必ずたずね、微調整が必要な場合は、すぐに行います。

最寄の駅から徒歩で面接室まで来られた場合、来室直後は外気との差により暑く感じます。また、それぞれの体調具合によって、ときに部屋を寒く感じたりされることから、現在の室温について、お知らせしています。すると、何回かお会いしているうちに、比較的薄着の傾向とか、おなかを下すことが多いなどその方の適温のようなものを知ることができます。

冬場は、乾燥していることが多いため、室内に加湿器を取り入れたこともありますが、繰り返されるわずかな機械音等による影響もあり、結局、取りやめました。

面接室の快適さを考える中で見えてきたことは、引き算することでした。つまり、最低限、必要なものをセッティングする、シンプルにということです。

ニオイ

面接でクライアントさんとお会いするときは、匂いに関しても備えます。

カウンセラーは、面接前の食事では、匂いの残るようなものは口にしないようにします。

また、食べ物のにおいだけでなく、シャンプーや化粧品などできるだけ無香料にして身支度を整えます。きっと医療関係者もこのような対応をしていると考えています。

クライアントさんの中には、

「自分のにおいが人を不快にさせるかもしれない」

と、面接中はつねに口臭予防ガムを噛んでお話される方もおられます。

気にする気にしないはとても個人差があると考えます。ニオイについて、できる限りのことは準備したとしても、どうしても無臭にはならないので、室内スプレーなどで除菌をします。面接が終了するとアルコール消毒でテーブルを拭くことで、少なくとも室内の強烈なおいはなくすることができます。

部屋の変化

「この部屋なんか、変わりましたか？」

間隔を空けて、来所されたクライアントさんからそのようにたずねられることがあります。こんな天井や壁だったかな？と周りを見渡ししながら、着席されます。

「ここの何かが変わったりすると落ち着かないんですね～」

面接室の変化チェックは、自分の話をするまえに、これまでの記憶を確かめる儀式のような印象です。

何かの小さな変化に気がつき、すぐにカウンセラーに質問をして確かめる人もいれば、気がついたとしても口にせず、じーっとそれを見つめるの人、あるいは、室内の変化よりもただ個人の内面について集中して、そのこととお話される方などそれぞれのスタイルがあります。

コロナ禍により、二酸化炭素排出測定器を室内に置きました。すると、

「これは何ですか？いろんなところで見るけれど何ですか？」

数値がクライアントさんに見えないように、目立たない場所に設置したにもかかわらず、質問攻めにあうこともありました。

説明を済ませてから、本題のカウンセリングに入ります。気になることをそのままにしておけないのだと、受けとめました。

空間については、クライアントさんが何かに気を取られることなく、安心して話ができるように、事前の室内の準備、そして説明することが必要であると考えます。