

カウンセリングのお作法 第41回

CON

Counseling Office Nakajima

カウンセリングオフィス中島 中島(水鳥)弘美

～クライアントとカウンセラーとの信頼関係～



前回は、家族カウンセリングを行う相談機関と学校の関係性について話しました。その前の回は、医療機関などの関係機関との連携について取り上げました。

今回は、細部に注目をして、カウンセラーと相談に来られるクライアントの関係について話します。

この人になら話してもいいと感じてもらえるか

カウンセリングのスタート時、もっとも重要なことは、クライアントとカウンセラーの間の信頼関係です。カウンセラーがクライアントさんから信頼を得るためには、クライアントさんが伝えたいと思っていることを理解し、受けとめることですが、たやすいことではありません。

クライアントさんにこのカウンセラーなら安心、大丈夫、信頼できると感じて、さまざまな思いを語っていただける存在になることが求められます。そうなるために、カウンセラーはさまざまな訓練を重ねますが、より信頼関係を築きやすい状況があるとすれば何か要因があるのではないか、という点から考えてみます。

年上のお兄さんお姉さんのような存在

現在、学校にはスクールカウンセラーが配属され、心理的支援が必要な児童生徒や保護者と面談をし、教員と連携をとりながら支援をしています。そのスクールカウンセラーが、比較的若く、年齢的に児童生徒さん達に近い場合は、話しやすい年上のお兄さんお姉さんのような立場になれる可能性が高いです。ただ、保護者との面談の場合は、若いカウンセラー＝経験が少ない、と最初は、受け止められることもあります。子どもが話しやすいと親しみを感じている様子を見て徐々に安心していく過程で、より保護者との信頼関係が築かれていきます。

男の先生が苦手？男の先生がいい！

児童生徒さんとカウンセラーの関係を考える場合、例えば、男の先生が苦手とか、男の先生の方がいいとか、事前に何か情報が入っている場合があります。それまでに得られている子どもさんに関する情報で、例えば、ある中学生女子は、男の先生がクラス担任で、日ごろから苦手意識を持っているなど思春期の子どもたちの敏感な部分が明確になっていれば、できる限り、男性カウンセラーではないことを前提に、可能な範囲でこの生徒さんと話しやすい対象を検討します。

父親との関係が家ではとても良好なので、男性のカウンセラーの方が適していると考えられる場合などももちろんあり、面接が始まるまでの情報は、初回面接スタート時の関係づくりの準備につながります。

スクールカウンセラーの年齢、男性女性を想定して考えてみましたが、これらは、子どもの問題で相談に来られた、家族面接の場合にも同じことが言えます。まずは、子どもが面接場でカウンセラーの問いかけなどに対応ができるのか、話せるのかどうかがポイントのひとつとなります。

どんな人なの？何をきかれるの？

これまで面接に来られたクライアントさんやご家族のなかには、どんなカウンセラーなのか、何をきかれるのか、事前にいろいろと不安を持っている場合があります。そのような場合は、まず、親御さんだけが最初に来所され、どんな担当者なのかを確かめて、いただきます。そのあと、親からカウンセラーの様子をきいた子どもさんが、次の回は参加したということもありました。中には、子どもにどんな人なのか説明をするために顔写真を求められたこともありました。視覚的な情報がほしいということでした。

カウンセリングに向かうまでの不安要素を少しでも解消することで、来所しようとする気持ちが増えるのであれば、できるだけその希望に応じるようにします。

一対一の個人面接は同性？同世代？それとも年齢差？

次は、個人面接、一対一の大人のカウンセリングの場合です。

クライアントとカウンセラーは同性が良いのか、年齢が近い方が良いのか、それとも、年齢が比較的離れている方がいいのか、一概にまとめることは難しいのですが、次のような場合を考えてみましょう。

例えば、若い女性のカウンセラーと若い女性のクライアントさんのカウンセリングの場合、年齢が近く、友達のような親しみを感じることがあるかもしれません。しかし、クライアントさんの中には、

「私は困難な状況なのに、カウンセラーは仕事をてきぱきとこなしている、うらやましい」

などと、比較をして、立場の違いが明確になることがマイナスに作用することもあります。

若いクライアントさんの場合は、少し年上のカウンセラーが見守るような立場になることが、クライアントさんにとって話しやすいということも考えられます。

もちろん、同性で同世代ということがとても良い方に作用することもあります。

例えば、年配のカウンセラーの場合、クライアントさんも同世代であれば、若いカウンセラーよりも話しやすいと感じてもらえる可能性が多いと想像できます。

カウンセラーとクライアントとの出会い

このようにいくつかの組み合わせをあげてみましたが、実際は、このような調整ができる状況ばかりではないようです。

しかし、どのカウンセラーが担当するのが適しているか、コーディネート上手な紹介者や、その組織のなかの受付担当者の判断で、フィットする関係が考えられているように感じます。

カウンセラーとクライアントとの出会いは、さまざまな要因が重なり合って成り立っています。