

カウンセリングを考える⑪ クライアントは『話し上手』でなければならないのか

カウンセリングはクライアント（相談者）が話し、語り、カウンセラーが聴くというスタイルが主流です。だとすると、「クライアントは話し上手でなければ駄目なのか」という疑問も自然に出てくると思いますが、これはまったくの誤解です。

カウンセリングの臨床場面では、「流暢に物語を語るように話をするクライアントほど要注意」（セラピーが長期に渡る可能性が高い）と捉えられています。なぜかというと、カウンセリングの場面で流暢に話すクライアントは、その話している内容が“出来事”や“事柄”といった表面上の話題に偏り、事前にリハーサルしていたりすることもあるということ、また、気持ちや感情などの心の深い部分が語られないことが多く、極度に核心部分に触れたくないという拒絶の心理がそこにあらわれているケースが多いということもあげられます。

クライアントの、言葉で表現できない気持ちや内面の変化を言葉にして共有する手助けをしたリ、クライアントの沈黙（自身の内面との対話をする作業）を大切にしながら、その作業を支えるのがカウンセラーの役割といえると思います。



カウンセラー 小林晶子