

カウンセリングを考える④ 「ラポール」の重要性

カウンセリングで言う「ラポール（ラポート）」とは、クライアントとカウンセラーの信頼関係を指します。どんなカウンセリングにも「初回」があり、クライアントはどんなカウンセラーが自分の話を聞いてくれるのか期待と不安を抱いて訪れます。

カウンセリング場面で重要なことは、クライアント自身が安心して自己開示できることではないでしょうか。そのために必要とされるのは、クライアントにとって安心できる場を提供すること、より具体的に言うと、カウンセラーの構え（姿勢とか佇まいとも表現できます）ではないかと思います。もちろんそれは外見ではなく、内面からあふれ出る『雰囲気』のことです。カウンセリングという特別な関係でなくとも、人間関係は信頼関係によって成り立ち、さまざまな場面で潤滑油として働く役割を担っています。

「この人はどんな人かな？」「私の話をしっかり聞いて受け止めてくれるかな？」。クライアントのこの悩みが解消された後に、本来のカウンセリングは始まるのだと私は思います。



カウンセラー 小林晶子