

カウンセリングを考える⑨ 理論と直観

「理論」は「直観」を補うものです。

カウンセラーはクライアントの訴えを聴き、その根っこ（クライアントのパーソナリティなど）を見立てるとき、さまざまな理論に照らし合わせて分析し、援助の方法について検討します。ただ、理論と言っても相手は生身の人間。そう簡単に理論だけで片付く話ではありません。

そこで理論と同じように大事に扱うのが「直観」です。カウンセリングの場面で、「このクライアントのこの言葉が妙にひっかかる」というような感じを受けたり、クライアントが家族関係とは全く違う話題を話しているときに「このクライアントは果たして家族関係が良好だろうか」と疑問に思ったりというのがその例です。もちろん、この「直観」は、理論の習得や経験に裏打ちされたものだとも言えるのですが、頭で考え出されたものではなく、体（心）から自然に起こった感覚である、というところが異なります。

カウンセリングは人間の心を扱う作業であるという視点に立ち、頭であれこれ考える「理論」に偏らないカウンセラーの姿勢が大切だと私は思います。



カウンセラー 小林晶子