

スーパービジョンにおける自己覚知 ～パラレルプロセスの視点から～

小野萌花 栗田美鈴 小林萌香 三浦杏奈

1. はじめに

私たちは、社会福祉援助技術現場実習Ⅰ（以下、実習とする。）での体験をグループで話し合ったところ、スーパービジョンが共通課題にあがり、興味を持った。そして、スーパービジョンについて学びを深めていたところ、植田氏(2005)の『対人援助のスーパービジョンーよりよい援助関係を築くために』という文献を見つけた。そこには『スーパーバイザーとスーパーバイジーである援助者のスーパービジョン関係は、援助者と利用者との援助関係に大きな影響を及ぼし、援助関係のモデルになる。』と述べられていた。この文献からスーパーバイザーとスーパーバイジーの“スーパービジョンの関係”と“利用者との支援関係”には“パラレルプロセス”という現象が発生していると知った。

パラレルプロセスという現象が生じることが、いかに“スーパービジョン関係と利用者との支援関係”において自己覚知の在り方が重要であるかがわかる。そのため、スーパーバイザーとスーパーバイジーの“スーパービジョンの関係”と“利用者との支援関係”におけるパラレルプロセスの視点から、自己覚知について学びを深めていきたいと考える。

2. 研究方法

- ①実習での体験をグループ内で話し合う。
- ②話し合いの中で共通の課題や関心のあることについて話し合い、テーマを決める。
- ③テーマに関係する資料や文献を探し、情報収集を行う。
- ④実習担当教員と面談を行う。
- ⑤実習での体験と文献を照らし合わせる。
- ⑥総合的な考察をまとめる。
- ⑦今後の課題を明確にする。

3. 先行研究

(1) スーパービジョンの定義

ソーシャルワークにおけるスーパービジョンとは、組織の方針にそって質量ともに最良のサービスを利用者に提供することを目指して、スーパーバイザー（以下、バイザーとする）の職務遂行の監督・調整・支援・評価する権限をもったスーパーバイザー（以下、バイザー）が、バイザーと肯定的にかかわりながら管理的・教育的・支持的機能をはたすことである。（Kadushin. A）

（参考文献：社会福祉士養成講座編集委員会『新・社会福祉養成講座 8 相談援助と理論と方法Ⅱ』 P. 201 中央法規 2015 年）

(2) スーパービジョンの構成要素

・スーパーバイザー

スーパービジョンをスーパーバイザーに対して行う人。契約をむすんでいる間はスーパーバイザーに対して責任を負うことになる。

・スーパーバイザー

スーパービジョンを受け、専門職と養成されるソーシャルワーカーのこと。次の段階を目指す場合や対人援助の場面で困難に遭遇したときにスーパービジョンを受けることとなる。

（参考文献：社会福祉士養成講座編集委員会『新・社会福祉養成講座 8 相談援助と理論と方法Ⅱ』中央法規 2015 年）

(3) 自己覚知

援助をする人が、援助を受ける人に対して偏見や先入観、思い込みなどを持って、援助をしないように、自分自身の考え方を理解しておくこと。

（参考文献：社会福祉士養成講座編集委員会『相談援助の理論と方法Ⅱ』中央法規 2015 年）

① 自己洞察

自己の行動パターンを意識化し、その原因や意味を理解すること。

（参考文献：星野命、河合隼雄 『心理学 4 人格』 有斐閣 1981 年）

② 自己開示

ありのままに自分自身のことを相手に話すこと。

(社会福祉援助技術総論の講義ノートを参照)

③ 自己理解

自己理解とは、自分の性格、価値観、考え方、態度・行動などを深く知り、それを自分自身が納得して受け止めている状態のこと。

(社会福祉援助技術総論の講義ノートを参照)

④ 自己受容

自己受容とは、自分の良い面も悪い面も含め、すべての面を否定することなくありのままを受け入れること。

(社会福祉援助技術総論の講義ノートを参照)

(4) パラレルプロセスという現象

対人援助における実習生と利用者の関係、スーパービジョンにおけるスーパーバイザーとスーパーバイジーの関係、この二つの関係において同様の感情や言動が出現することであり、一方で生じた感情や言動は他方でも生じる。二つの関係にはつながりがあるというものである。

(参考文献：植田寿之『対人援助のスーパービジョン—よりよい援助関係を築くために』中央法規出版 2005年)

〔図1〕



4. 先行研究の考察

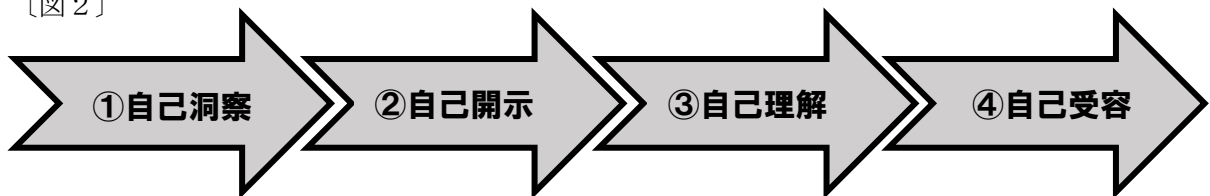
- ・『3. 先行研究』の(4) パラレルプロセスという現象には、植田氏(2005)によると『パラレルプロセスには“好ましいパラレルプロセス”と“好ましくないパラレルプロセス”が存在する。』と述べている。

ここで、私たちは“好ましいパラレルプロセス”を**プラスのパラレルプロセス**とし、“好ましくないパラレルプロセス”を**マイナスのパラレルプロセス**とする。

- ・『3. 先行研究』の(3)自己覚知をもとに、自己覚知の進行度を作成し、以下の図に沿って、研究を進めていく。

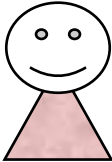

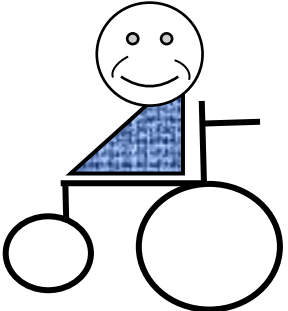
〈自己覚知の進行度〉

〔図2〕



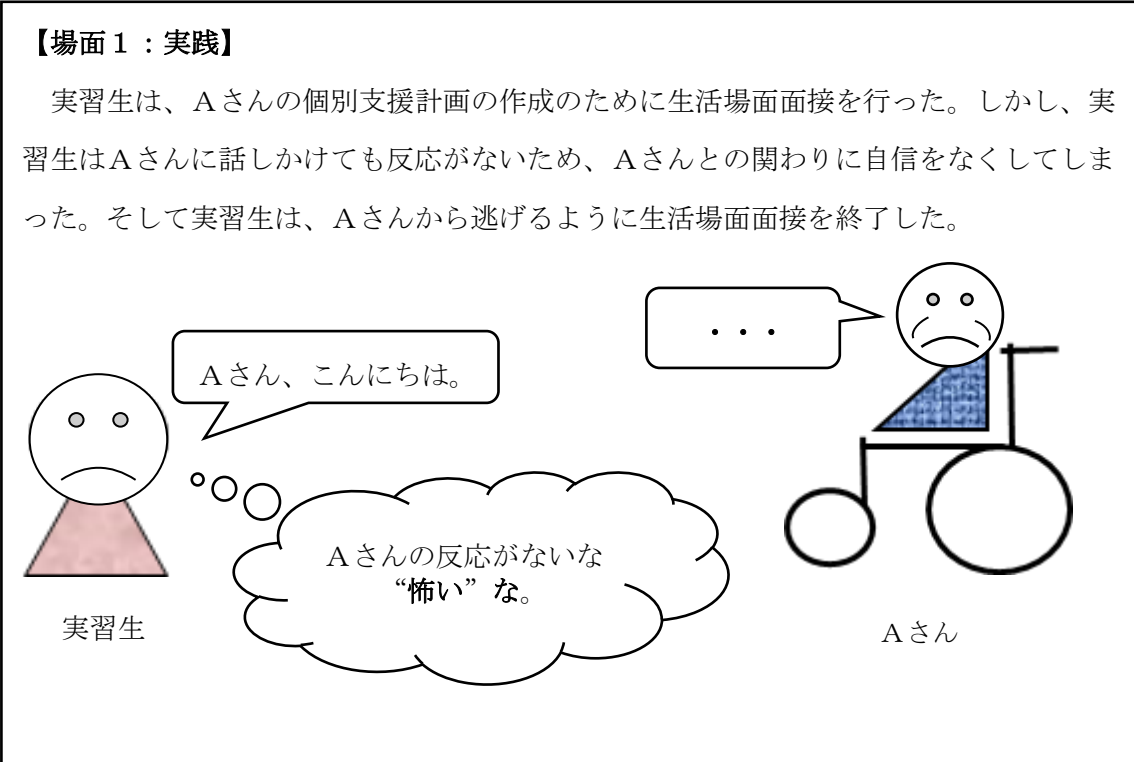
- ①**自己洞察**・・・自己を振り返る。
洞察したことから、自分の感情に気づく。
- ②**自己開示**・・・自分の感情や言動についてありのままに伝える。
自分の弱さや至らない点をありのままに開示する。
- ③**自己理解**・・・客観的に自分の感情や言動の傾向について理解する。
- ④**自己受容**・・・自己理解した自分の感情や考え方の傾向、価値観についてありのままに受け入れる。

5. 仮事例

<p>実習生</p> <ul style="list-style-type: none">・バイザー・他の人からの評価が気になってしまい、積極的に行動することができない傾向がある 	<p>実習担当職員</p> <ul style="list-style-type: none">・バイザー・毎年、実習生を受け入れている施設の、ソーシャルワーカー 
<p>利用者Aさん (以下、Aさんとする。)</p> <ul style="list-style-type: none">・女性 92歳、要介護4・特別養護老人ホームに入所中・アルツハイマー型認知症・身体機能の低下により、車椅子を使用している 	

【場面1：実践】

実習生は、Aさんの個別支援計画の作成のために生活場面面接を行った。しかし、実習生はAさんに話しかけても反応がないため、Aさんとの関わりに自信をなくしてしまった。そして実習生は、Aさんから逃げるように生活場面面接を終了した。

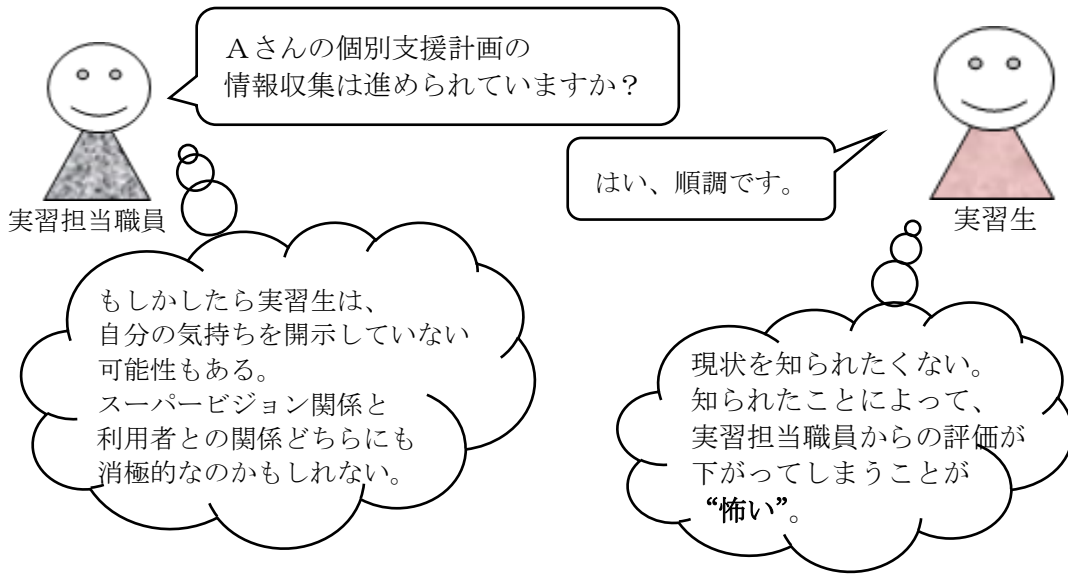


実習生

Aさん

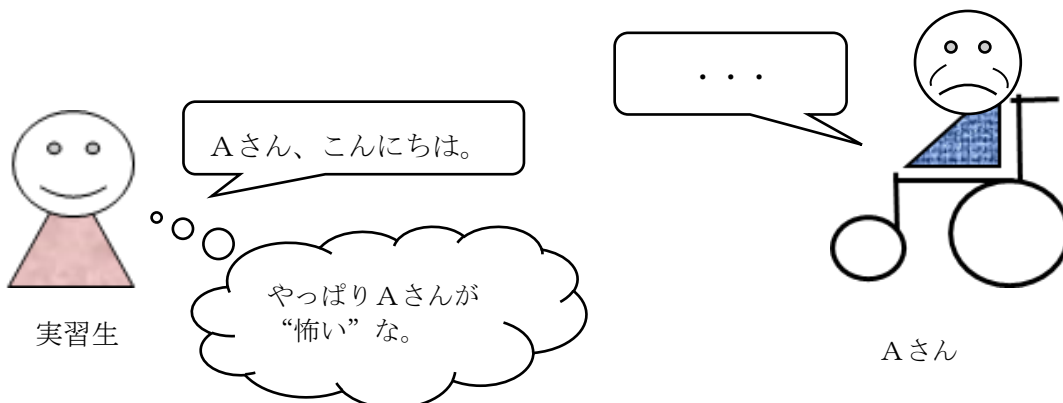
【場面2：スーパービジョン】

実習生は、Aさんとの関わりに自信が持てず個別支援計画の作成のための情報収集を進められずにいた。その様子を見ていた実習担当職員は、実習生に声をかけた。その際に、実習生はAさんとの関わりを実習担当職員に知られたくなかったため伝えなかった。



【場面3：再実践】

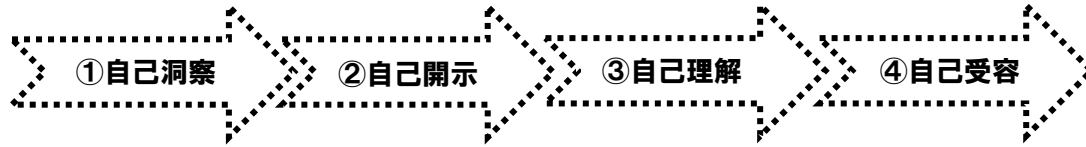
実習生はAさんとの関わり方を自分なりに振り返り、不安があったがもう一度Aさんと生活場面面接を行った。しかし、前回と同様にAさんに対する“怖い”という感情は消えずに、Aさんとの関わりに変化はなかった。



【場面1・2・3の自己覚知における考察】

〈自己覚知の進行度〉

〔図3〕

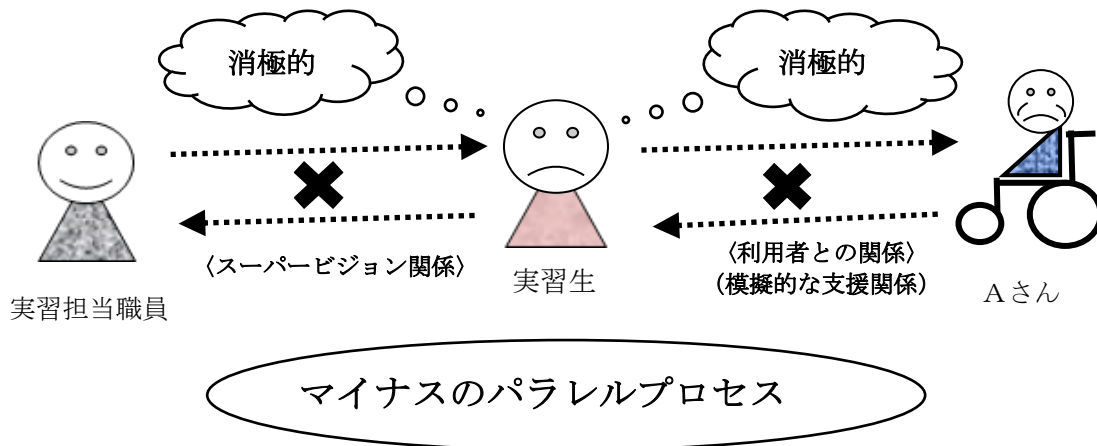


実習生は、Aさんに“怖い”という感情を抱いた。この感情は、“Aさんから嫌われてしまうことが怖い”という潜在化された思いから生まれたものである。

実習生は、自己覚知の進行度の①**自己洞察**ができていなかったことから、実習担当職員へ②**自己開示**もできず、スーパービジョンにおいて助言を得る機会を失ってしまった。そのため、自己覚知するすべての機会を失い、実習生の“Aさんから嫌われてしまうことが怖い”という潜在化された気持ちに気づくことができない。ここでの自己覚知の進行度は、4つのすべてが進まない状態となる。

《場面1・2・3の平行プロセスの視点からの考察》

〔図4〕

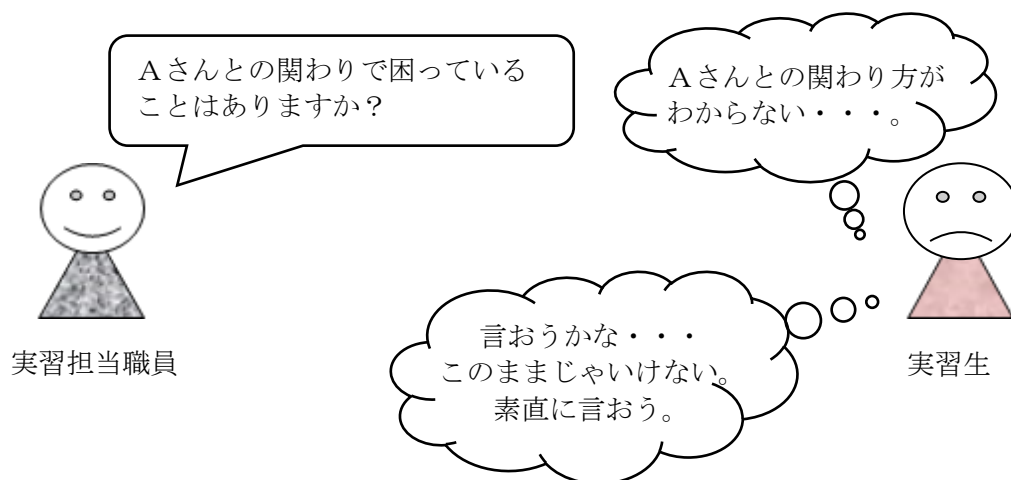


実習生は自分の声かけに対し、Aさんからの反応がなかったことにより“怖い”という感情が生じた。さらに、実習生はAさんとの関係を実習担当職員に伝えることで自分の評価が下がってしまうのではないかと思い“怖い”という感情が生じた。

Aさんとの関係性にも、実習担当職員とのスーパービジョン関係にも、自分の評価が下がってしまうということから、相互に“怖い”という感情が生じたため、どちらの関係にも消極的となった。これがマイナスの平行プロセスが発生した場面になる。ここで、実習生はマイナスの平行プロセスが発生していることに気づく必要がある。よって、平行プロセスの視点から見ても、自己覚知の必要性がうかがえる。

【場面4：スーパービジョン】

①【場面3】の様子を見ていた実習担当職員は、実習生がマイナスの平行プロセスの可能性があると考えた。そして、一日の振り返りの時間に、実習担当職員はAさんとの関わりについて実習生に質問した。実習生は、これまで生活場面面接をAさんで行ってきて、個別支援計画が進められない状態が続いたため、実習担当職員に素直に伝えるか葛藤する。さらに実習担当職員は実習生が自己覚知できるよう促す関わりを行う。



②葛藤の末、実習生は自己開示をする。実習担当職員は、実習生が話すことを傾聴し受容する。

積極的にAさんに関わりません。

実習担当職員

そうだったんですね。
あなたはAさんと関わった際に
どう感じたのですか？

実習生

Aさんが“怖い”と感じてしまいます。

私は、Aさんを“怖い”
と感じることが多いな

③実習生は実習担当職員からの助言で、自身のAさんへ抱いていた“怖い”という感情に気づきを得る。

利用者に対して“怖い”と感じるのは、
悪いことだと思っているのですか？

実習担当職員

はい、思います。

実習生

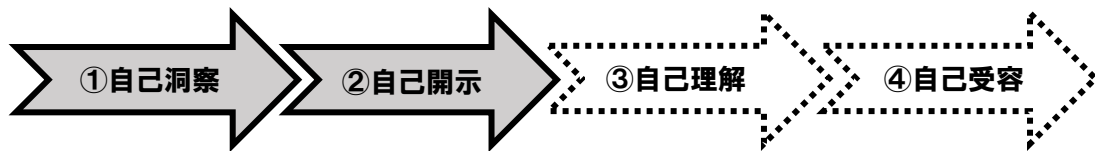
“怖い”という感情に気づきましたね。
自身の感情を自覚して利用者に関わることで
Aさんとの関わり方も変わっていくのでは
ないでしょうか？

そうだ。私は支援者として
利用者に対して、“怖い”という
感情を抱くことはいけないことだ
と
思っていた。

【場面4の自己覚知における考察】

〈自己覚知の進行度〉

〔図5〕

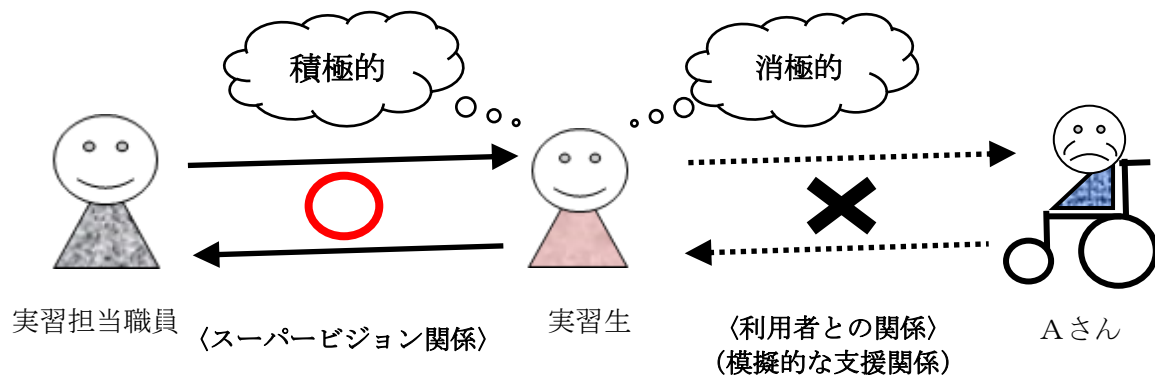


実習担当職員は、**マイナスのパラレルプロセス**が発生している可能性があると考え、実習生とスーパービジョンの機会を設けた。その際、実習生は葛藤があったが、**②自己開示**をした。さらに、実習担当職員は実習生の自己覚知につながるような声かけを行った。すると、実習生は**①自己洞察**し、Aさんに対して“怖い”という感情を持っていたことに気づき、実習担当職員に**②自己開示**をした。

そのため、ここでは**①自己洞察**と**②自己開示**が進んだことになる。

《場面4のパラレルプロセスの視点からの考察》

〔図6〕



【場面4】では、スーパービジョンの中で実習生は**①自己洞察**と**②自己開示**をしたため、実習担当職員から適切な助言を受けたことにより、スーパービジョンを有効的に活用することができた。

このことがきっかけとなり、実習生は**実習担当職員とのスーパービジョン関係**に**積極的**な姿勢が生まれた。しかし、実習生は気づきを踏まえた実践がないため、Aさんに対して**消極的**という姿勢に変化はない。

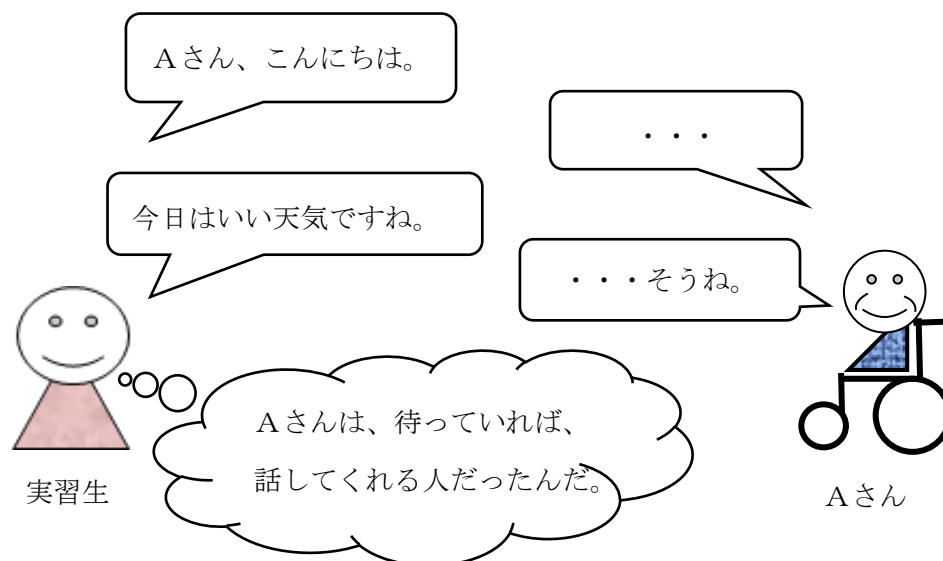
【場面5：実習の記録による振り返り】

実習生は、実習担当職員とのスーパービジョンを実習の記録におこした。実習担当職員の助言を基に、自己の体験を客観的に捉えることで、気づきが生まれた。

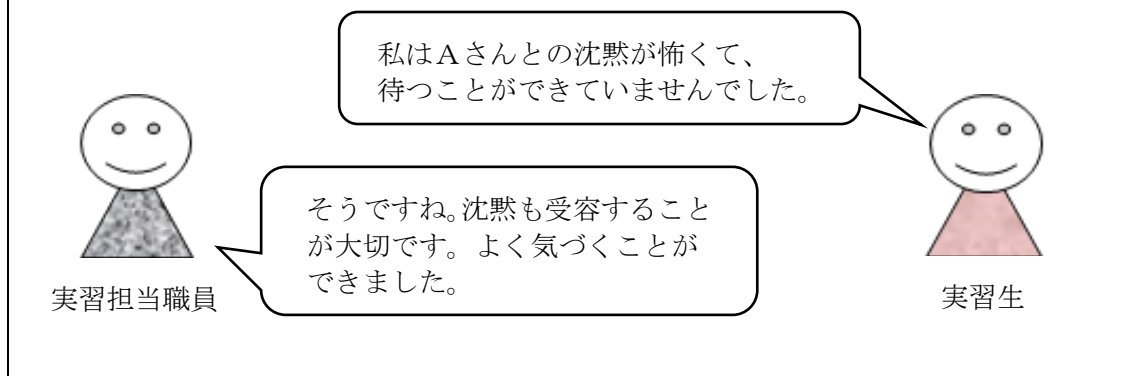


【場面6：再実践】

①実習生は、スーパービジョンや実習の記録での気づきから、再びAさんと生活場面面接を行った。その際に、実習生は、スーパービジョンにおいて実習担当職員に“怖い”という素直な気持ちを理解してもらった体験から、自分もAさんを理解しようと努めた。



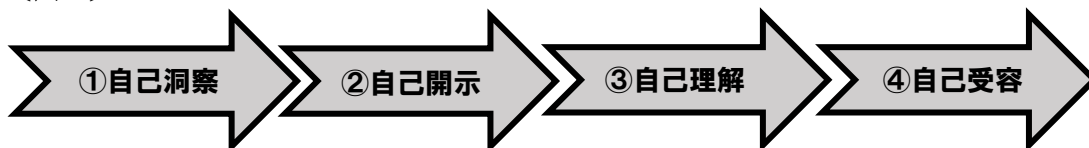
②実習生は生活場面面接でのAさんとの関わりを実習担当職員に報告した。こうして、スーパービジョンを活用しながらAさんに関わることによって、個別支援計画作成のためのアセスメントが進められるようになった。



【場面5・6の自己覚知における考察】

〈自己覚知の進行度〉

〔図7〕

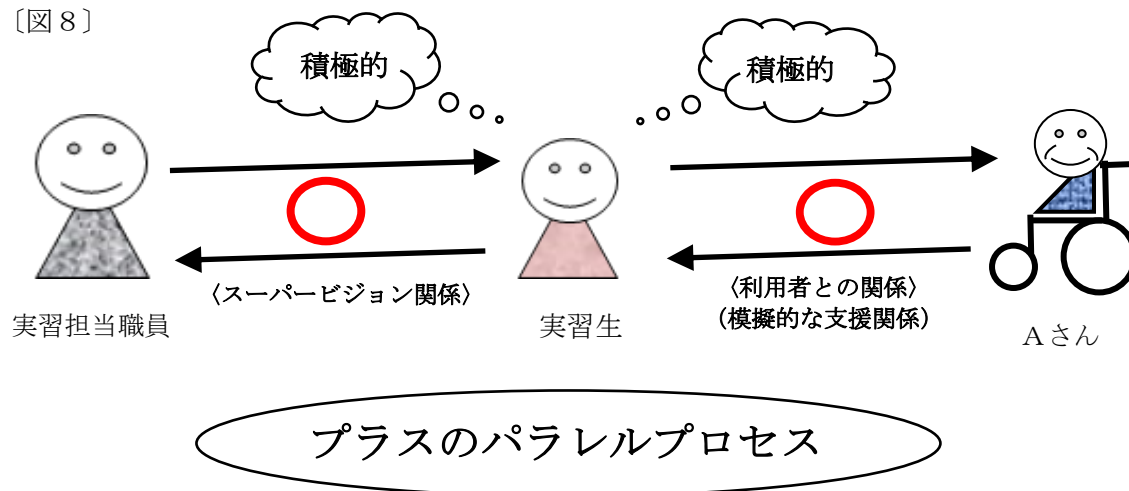


【場面5】では、実習の記録作成の前に、改めて自己の感情や行動、実習担当職員の助言を基に客観的に振り返ることによって③自己理解した。そして【場面6】の実習の記録の作成を通して、偽りなくあるがままの自分の実習について書くことによって④自己受容が進められた。

そのため、【場面5・6】では①自己洞察と②自己開示に加え、③自己理解と④自己受容が進んだこととなる。

《場面5・6の平行プロセスの視点からの考察》

[図8]



実習生は、自分の力だけでは再実践を重ねても、個別支援計画の作成に至ることはできなかったため、スーパービジョンの機会を活用した。そして、実習担当職員にAさんが“怖い”という感情を理解し、受容してもらうことによって、実習生もAさんを理解しようと再実践をした。そのため、【場面1・2・3】でのAさんとの関わりが変化し、個別支援計画書の作成につながっていった。

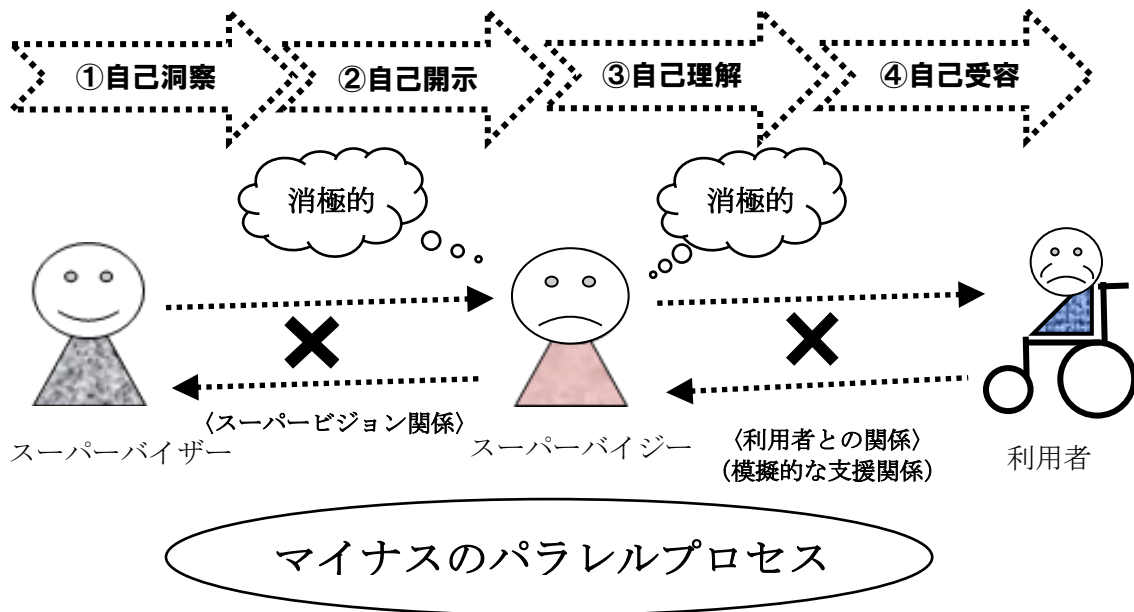
よって、Aさんとの関係性と実習担当職員とのスーパービジョン関係には、“怖い”という消極的な姿勢から、“知りたい”という積極的な姿勢へと変わった。

これがプラスの平行プロセスが発生した場面になる。

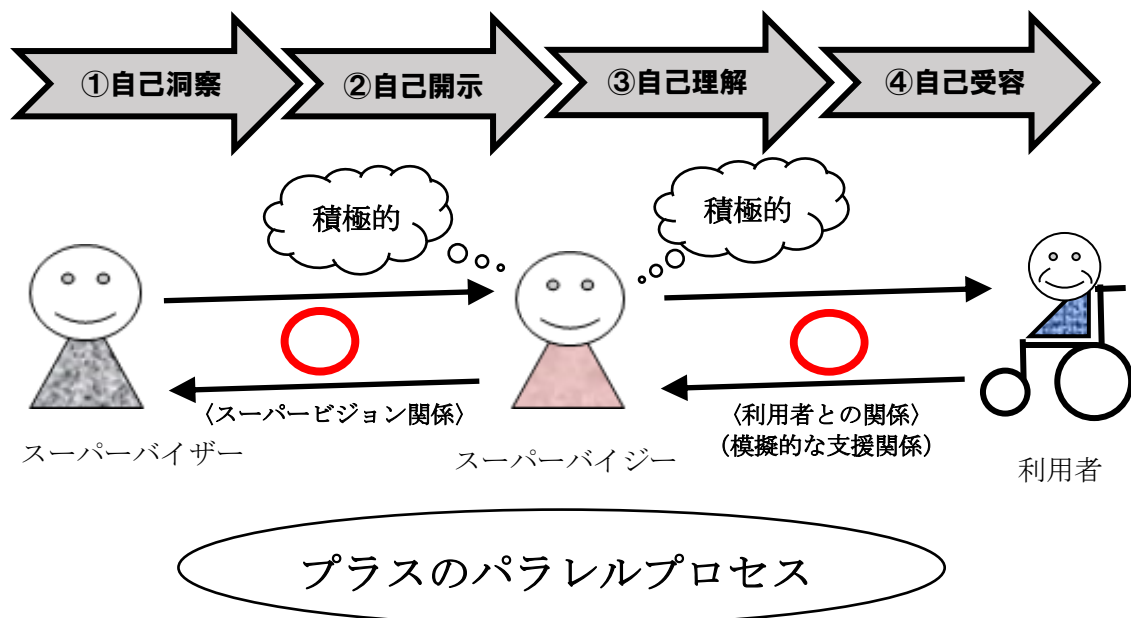
6. 総合的な考察

〈自己覚知の進行度〉

〔図 9〕



〔図 10〕



私たちは、バイザーとのスーパービジョン関係や利用者との模擬的な支援関係(以下、支援関係とする。)を築くためには、バイザーとしてソーシャルワークの試行の中に、自己覚知が必要不可欠だと理解した。そして、バイザーとのスーパービジョン関係は、利用者との支援関係のモデルとなるため、バイザーとしてバイザーとのよりよいスーパービジョン関係の構築は、利用者との支援関係の構築に欠かせないことも理解した。

スーパービジョン関係と支援関係には、**パラレルプロセス**という現象が発生する可能性がある。パラレルプロセスは、プラスにもマイナスにも発生するため、その現状に気づく必要がある。そのため、バイザーはソーシャルワークの過程の中で自己覚知を行うべきである。

以上のことから、私たちはバイザーとして、バイザーとスーパービジョン関係を構築し、スーパービジョンを通して、自己覚知をしていくことが、ソーシャルワークの専門性の向上へとつながると理解した。さらに、パラレルプロセスの研究を通して、よりよいスーパービジョン関係を築くことが、利用者とのよりよい支援関係を築くことにつながるのではないかと考えた。

この研究での学びを、将来福祉の現場で利用者に寄り添える支援ができるよう、よりよいスーパービジョン関係を構築するとともに、利用者との支援関係の構築に活かしていきたい。

7. おわりに

本日はお忙しい中、私たちの発表を最後まで聞いてくださり、ありがとうございました。

私たちのグループは、実習報告会へ向けて約半年間話し合ってきました。グループでの話し合いが始まってすぐの頃は、みんな真剣に実習の振り返りをしたり、文献を読んだりしていましたが、グループの集まりを重ねるごとに雑談が増えてしまいました。最初は、接点のない4人で話し合いも消極的でしたが、中盤からは、雑談を交えながらも熱く語り合うことが多くなったことで、グループでの集まりで議論することが自然とできるようになりました。また、時には真剣になりすぎて一台のパソコンを取り合いながら、レジュメやパワポの作成をしました。話し合いが止まらない時は、帰る時間を気にしないほど遅くまで議論をしていることもありました。そして、4人で話し合いを重ね、無事に今日を迎えることができました。

私たちがこの報告会を迎えることができたのは、お忙しいなか実習を受け入れてくださった施設の職員の皆さま、利用者やご家族の皆さま、熱心にご指導してくださった先生方、また、いつも優しくサポートしてくださった実習助手の方や先輩方、夜遅くまで一緒に頑張ってきた仲間たち、準備を手伝ってくれた後輩たち、支えてくれた家族のおかげです。心から感謝をいたします。本当にありがとうございました。

8. 参考文献

- ・ 社会福祉士養成講座編集委員会編『新・社会福祉士養成講座 6 相談援助の基盤と専門職』中央法規 2015 年
- ・ 社会福祉士養成講座編集委員会編『新・社会福祉養成講座 8 相談援助と理論と方法Ⅱ』中央法規 2015 年
- ・ 植田寿之 『対人援助のスーパービジョンーよりよい援助関係を築くために』中央法規 2005 年
- ・ アルフレッド・カデュエシシ ダニエル・ハークネス／萬歳美美子 萩野ひろみ 訳『スーパービジョン イン ソーシャルワーク』中央法規 2016 年