

## 1. はじめに

私は平安病院において2年間の臨床心理研修をさせていただいた。今回は研修終了にあたり、臨床心理研修制度の内容を確認し、それぞれの段階で学んだこと、今後の課題についてまとめたいと思う。

## 2. 臨床心理研修とは

まず、平安病院の臨床心理研修とは、臨床心理学領域の大学院を卒業した者や精神科臨床に興味のある有資格者に対して心理検査や心理面接などの心理業務を通して精神科臨床を学ぶ機会を提供するものである。この取り組みは、臨床心理の大学院では医師や看護師のように一定期間実際の業務にあたる研修期間を設けることが難しいこと、一般的に心理士は一人職場で働くことが多く、実務をこなしながら直面する疑問を相談したり、自分のやり方を確かめる機会が少ない現状を踏まえたものである。この研修制度を設けているのは県内でも平安病院のみである。

研修制度の目的は、これから臨床心理業務に携わりたいと考えている者、自分の臨床観を深めたいと考えている者に対して、2年間の研修期間で精神科医療やそこでの心理士の役割について学んでもらうこと、臨床現場で心理士として必要とされる技術の構築と臨床家としての基本的な姿勢を学ぶことである。

研修内容は以下のようにまとめることができる

- ① 精神科医療、精神疾患について学ぶ  
オーダー調べ、全体ミーティングへの出席、法人施設見学、予診
- ② 精神科における心理士の役割を学ぶ  
心理検査、心理面接、グループ活動
- ③ 臨床家としての自分を知る  
研修発表会・報告書作成、SV

## 3. 学んだこと

### ①精神科医療について

今回の研修は私にとって初めての精神科病院勤務であった。精神科での心理士の業務については大学院時代の実習で大まかに知ってはいたが、精神科で行われている医療全体の知識はなかった。そこで、研修制度の初期にある法人内の施設研修は大いに役立ち、私はそこから精神科医療は治療と自立の場であると学んだ。

研修制度の初期に企画されている法人施設見学は院内の各病棟を始め、作業療法、精神保健福祉士、訪問看護、デイケア、生活訓練施設経塚苑、就労プラザわくわくな

どを見学する。当院は精神科救急病棟から治療病棟、リハビリ病棟があり、精神科救急病棟は症状が悪化した患者さんが一番初めに入院する場所になっている。精神病と診断された患者さんは、その症状を緩和するために投薬治療が始まる。抗精神病薬の中でも、症状が大きく、入院が必要と判断された患者さんに対しては初期の抗精神病薬を投薬することも多く、副作用が見られることもあるため救急病棟に入院初期の患者さんには手厚い看護と見守りが必要になってくるという。24 時間体制で患者さんの症状や行動、食事、睡眠、日中の活動などの状態を把握し、患者さんの一日毎の変化を看していく。そのような情報が医師に届くことで患者さんの状態にあった投薬治療になる。つまり、精神科医療のうち治療では、患者さんを日常生活の刺激から離れた安心できる場所で、回復できる場を提供するのが精神科の機能の一つである。

また、投薬治療が進み、ある程度症状が落ち着いてきたら、今度は患者さんを自立させるための働きが必要となってくる。精神科での入院は症状が悪化した時に一時的に利用するのであって、あくまでも患者さんの日常は地域社会の中で過ごしていくことが現在は求められている。そのため病棟内には洗濯機が設置されており、自分の衣類を自分で洗うことや薬の管理も段階的に患者さん自身に任されるようになり、自立を促していく。その中で、患者さんが一人暮らしを望んだり、仕事に就きたいと希望した場合に対応できるように、各病棟には精神保健福祉士がいて相談にのることもある。

それ以外にも精神科病院には多くの専門家おり、患者さんの治療と自立を目指せるようになっている。

これら多くの専門家がいる中で朝の全体ミーティングに始まり、部署ごとのミーティング、ケースカンファレンスなど多くの情報共有の場が設けられている。このような場を用いて密に情報共有がなされていることで、患者さんへの支援が途切れないうにされていることが印象的であった。

## ②精神科における心理士の役割

精神科において心理士が患者さんに関われるのは、入院の初期ではなく、ある程度症状が落ち着いたところと外来である。心理士の業務としては、診断の補助や福祉的支援を受ける申請などのために行う心理検査、患者さんの症状理解やコントロール、社会適応を目的とした心理面接、患者さん同士が自分の症状を客観的に理解するためのグループ活動がある。

その中でも、心理面接はマニュアルのない患者さんとの関わりである。私自身、大学院では未成年のケースを担当することが多く、継続的に成人の方に心理面接で関わることは初めてであった。先ほど述べたように、心理面接にはマニュアルがないぶん、心理士と患者さんとの間で自由なやり取りができる反面、心理士の関わりが患者さんに直接的に影響を与える。今回の研修で私は幾つかのケースを担当させていただいた。

振り返ってみると、患者さんのことを良くしたい、患者さんのために何かをしてあげたいという気持ちが大きく、患者さんの症状や病気の部分を探してしまい、それをどうにか改善したいと思って関わっていることが多かった。医師であれば、薬を用いて患者さんの症状を軽減することができるが、心理士はそうではない。しかし私は患者さんの症状がコントロールできていない部分や病的な部分を指摘する対立的な対場から関わっているとなかなか関係が深まらず、逆に患者さんに症状を否認したり、させてしまっていた。そのことに気付き、患者さんの病的な部分を指摘することをやめ、共感的に接し、病気を抱えながらも患者さんなりに頑張っていることを話し合うことで少しずつ患者さんの応答に変化が見られてきた。患者さんの病気が改善したわけではないが、初めよりも患者さん自身で症状に語るが増え、患者さんなりに症状と付き合っている様子があった。

そのことから、心理士の役割は患者さんに何かをしてあげたいという気持ちは持ちつつも、対立する立場ではなく、患者さんの隣で同じ目線で症状を眺めたり、一緒に確認していくことではないかと思った。それは心理士は患者さんと話すことしかできないが、話すことで患者さんの気持ちや考え、ここまでに至った背景の理解を深めていくことができ、それは話すことでしかできない関わりであると感じた。そのため、何かしたいという気持ちに流されず、患者さんや自分の態度を冷静に見つめる姿勢が必要であり、今後の私の課題の一つであると考えている。

### ③ 臨床家としての自分を知る

自分を客観的に見つめることは難しい。特に、研修生である私は日々の業務をこなすこと、目の前の検査や面接をすることに捉われてしまいがちで、一人で自分のことを振り返る余裕はない。そのため研修制度の中に定期的なSVやグループSV、医学会での発表、研修最終発表、報告書作成があり、自分を振り返る機会が設定されている。

特に医学会や研修最終発表会では自分でテーマを選ぶことができ、研修が始まってある程度の期間がたった段階での自分自身を振り返ることになる。特に発表や報告書作成では、考えを言葉にしていくことで自分の考えが整理されていく。これまでの発表で私は「患者さんへの基本的な関わり方」「見立てることについて」と、どれも臨床の現場では基本的なテーマを取り上げた。「患者さんへの基本的な関わり方」については先の項で述べたように、私自身の気持ちや考えを優先してしまい、患者さんとかみ合わない面接になっていた。初めはなんとなく上手くいかない感じはありながらも、自分の行動を客観的に見ることができずに不全感だけが残っていた。定期的なSVを受けることで、毎回自分が何を目的に関わったのか、患者さんはどのような反応をしているのかを振り返っており、その都度アドバイスを受け、患者さんとのやり取りに改善が見られていたが、私自身の中で全体的な流れまで把握するには至っていなかった。その後医学会で発表するにあたりケースをまとめていると、毎回同じようなやり

取りが繰り返されていること、そしてアドバイスに従って関わると患者さんの反応に変化が見られるようになってきたことに気付いた。その時になって、助言は何を意味していたのか、初めの関わりと助言を受けた関わりにはどんな違いがあったのかを追及することになり、基本的な受容や共感という関わり大切さを実感することができた。きっと発表会の機会がなければ、患者さんとのやり取りを俯瞰することができずにいたと思う。そして、普段のSVから発表の相談までを担当指導者と考えることができたことで、一貫した指導が受けられ、自分の関わり方のくせについても気づくことができたと思う。

今後は研修生を終え、担当指導者がいなことの強い不安を感じる。しかし、研修期間を通して振り返るポイントや私自身のくせに気付くことができたのでそれらを意識して行きたいと思う。

### 3. おわりに

今回、研修終了の報告書をまとめるにあたり、研修のために多くの人からご尽力いただいたことを感じた。始めにあげた、法人内施設見学では、各施設の方が勤務時間を割いて病棟の説明や振り返りの時間をつくっていただいた。そのおかげで、精神科医療の現状や役割について学ぶことができた。

心理検査や面接においては医師が具体的な指示や疑問を投げかけたり、指摘をしてくださったりと、研修生だからと大目にみるのではなく、一人の専門家として率直な意見をいただけたことをありがたく思う。これには妥協を許さず、患者さんに対して最善の医療を施そうとする想いが感じられた。

また、心理療法係のみなさまには丁寧で熱意のある指導していただき、心から感謝する。

今後、研修期間で学んだことを忘れずに、自身の課題と向き合い研鑽に励みたいと思う。