

## Person-Centered Therapyにおけるリフレクション の新たな考え方

著者	小野 真由子, 並木 崇浩, 山根 倫也, 中田 行重
雑誌名	関西大学心理臨床センター紀要
巻	10
ページ	65-73
発行年	2019-03
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10112/16625">http://hdl.handle.net/10112/16625</a>

## Person-Centered Therapy におけるリフレクションの新たな考え方

関西大学大学院心理学研究科 小野真由子  
関西大学大学院心理学研究科 並木 崇浩  
関西大学大学院心理学研究科 山根 倫也  
関西大学臨床心理専門職大学院 中田 行重

### 要約

本論文ではリフレクションについての内的統合モデル (The assimilation model) という新たなモデルから検討された Goldsmith et al. (2008) の論文を紹介し、Person-Centered Therapy (以下、PCT) にもたらした新たな知見に関して若干の考察を述べる。内的統合モデルとは、自己は多様な内なる声を持つと想定し、それぞれの声は経験の布置や在り方を象徴していると捉えている。Goldsmith et al. (2008) は、Therapist (以下、Th) のリフレクションによって Th と Client (以下、Cl) の間に、そして Cl の内的な声の間に理解の架け橋が構築され、Cl の問題のある内的な声が統合されるプロセスにつながったと主張している。Goldsmith et al. (2008) の主張から、PCT のリフレクションのメカニズムに関して新たな知見を提供している点や、リフレクションの受容的側面の重要性を考察した。また、Cl の体験が明らかにされ PCT の理論が発展していく課題として、Th が技法的な関わりになってしまうことを挙げた。

キーワード：リフレクション、内的統合モデル、声、内的多様性

### I. はじめに

傾聴によりクライアント (以下、Cl) と対話を進めていく Person-Centered Therapy (以下、PCT) において、リフレクションについては様々な議論がなされている。河崎 (2015) はリフレクションの意義という点から、Rogers や Rogers 以降の PCT のセラピスト (以下、Th) のリフレクションには5つの側面があると述べている。“1) 態度や気持ちを指し示すものとしての傾聴、2) Th の理解としての傾聴、3) 推進としての傾聴、4) 鏡としての傾聴、そして5) 出会いとしての傾聴”である。Rogers (1980) は、リフレクションが単に言葉を繰り返す傾聴の技法であると誤解されたことをきっかけに、どのようにリフレクションをするのかという技

法的な側面ではなく、Cl の態度や気持ちに関して Th の理解が正しいか確かめる結果として起こるリフレクションの共感的態度を強調するようになった。また、Rogers (1986) は Th の理解が正確に Cl に映し出されることで、Cl がそれについて内省することができるという Th の応答が鏡のような役割を果たすことにも注目していた。つまり、Rogers はリフレクションを Cl の気持ちや態度を指し示すもの、Th の理解を伝え返すもの、鏡のような役割を果たすものであると捉えていた。Gendlin (1981) は、Th が Cl のフェルトセンスに着目することで体験過程が推進されると考え、Cl の体験過程を推進するものとしてリフレクションを捉えていた。また、Cl と Th の心理的接触が生じる側面についても重要視されており、PCT の Th にとってリ

フレクションはCIと出会うものとして捉えられている。特に Prouty (1994/2001) は治療的人格変化の必要十分条件 (Rogers, 1957) (以下、必要十分条件) の第一条件である「心理的接触」を重要視し、技法としてのリフレクションを發展させプリセラピー (Pre-therapy) を考案した。プリセラピーでは、CI との心理的接触を發展させるために、“CI の置かれている状況 (ひと・場所・もの・こと) を反射する状況反射、CI の表情に表れている感情を反射する表情反射、CI の表現することばを文字通りそのまま繰り返す逐語反射、CI の姿勢と同じ姿勢をしたり CI の姿勢を言語化して言う身体反射、心理的接触を作るのに成功した反射を繰り返す行う反復反射” の5つのリフレクションの技法がある。このように、態度としてのリフレクションの側面や、必要十分条件を満たすための「通路 (channel)」という意味でのリフレクションの技法的側面について研究が行われてきた中で、近年、内的統合モデル (The assimilation model) という新たな観点からリフレクションが検討され始めている (Goldsmith, Mosher, Stiles et al., 2008)。

本論文では、Goldsmith et al. (2008) の論文を紹介し、内的統合モデルという観点からPCTのリフレクションにもたらした新たな知見と意義について若干の考察を述べる。

## II. Speaking with the Client's Voices: How a person-centered therapist used reflections to facilitate assimilation (2008) の要約

PCT (Rogers, 1951) と内的統合モデルにおいて、成功した心理療法とは、否認もしくは歪んだ問題を含む経験を自己の中に統合することであると理解されている。本稿では、Th のリフレクションが、問題のある声が統合され資源となるプロセスを促進したかを検討する。

### 内的統合モデルにおける声と理解の架け橋

内的統合モデル (Stiles, 2002) では、自己とは内なる声の共同体であり、それぞれの声は経験の布置や在り方を象徴していると捉えている。声の中には、それらが象徴する経験と支配的な共同体が不一致なものがある。心理療法における改善とは、それらの声の間に理解の架け橋を構築することで、問題のある声を共同体に統合するプロセスと考えられている。理解の架け橋とは、作り手と受け手にとって同じ意味を持つ、言語的もしくは非言語的な表現のサインである。成功したセラピーでは、理解の架け橋は、はじめに Th と CI の間に構築され、その次に CI の内なる声の間に構築される (Leiman & Stiles, 2001)。セラピーの中で話すことによって、CI の経験が象徴化されるとサインは新しい意味を獲得する。CI の葛藤した声は、共通の言葉を見つけ、それを用いて問題のある経験を相互に同意できる方法で象徴化し、声の間の円滑な相互アクセスを可能にする。

### PCTにおける理解の架け橋を構築すること

内的統合において、共感的な治療関係は問題のある声に理解の架け橋を構築することを可能にする。Stiles & Glick (2002) は“正確なリフレクションはCIとThの間の理解の架け橋となり、CIの内部の声の中で理解の架け橋になる”と示唆している。ThがあるCIの声をリフレクションするとき、元の声または異なる声のいずれかが応答することがある。どちらの声が応答しても、その交差は理解の架け橋の構築を促進することができる。このように、理解の架け橋は自分自身の感情を受容し、疎外感を解消し、自分自身の経験を信頼することを学ぶことに寄与するという意味で治療的である。

### Billの2つの批判的な声の統合

Billのセラピー (Mosher et al., 2008) を分析する中で、私たちは3つの声を特定し、それらの統合について説明した。1つ目のBillの中

で支配的な声は、Bill の自己の記述を用いて「Bill を落ち込ませる、ふさぎ込んでいる男」(TGWLBD「the guy who let Bill down」)と名付けられ臆病で抑うつ的な位置を取っていた。2つ目の声は、Bill にとって内向きに批判を向ける傾向があり、「疑い深い批評家」と名付けた。それは Bill の両親、特に彼の父親を模倣するような、批判的で疑わしい立場を取った。そして3つ目の声は、批判を外向きに、特に社会的、政治的な問題を指摘する傾向があり、私たちはディフェンダーと名付けた。ディフェンダーは、TGWLBD が Bill の家族に対する怒りを表現するのを避けているようだった。セラピーにより、Bill の声たちは互いに新たな理解をもたらした。疑い深い批評家は建設的な自己評価のための資源となり、ディフェンダーは健康的な主張の資源となった。

### 参加者と手順

Bill は 29 歳の白人男性で、失業中のアーティストだった。彼はうつ病を訴え、家族や結婚についての問題を報告した。彼はヨーク大学のうつ病プロジェクト (Greenberg & Watson, 1998) の一環として、16 回の PCT を受けた。全てのセッションの逐語記録から、Bill の Th への肯定的な語りと私たちの解釈を支持するリフレクションの明確化を検討した。

### 結果

これから紹介するセッションは、全 16 セッションの中で、内的統合のプロセスを示していた経過のみを取り上げている。経過の中で、どの声の話しているのかという判断はフォントによって表現している。私たちが TGWLBD と判断した発言はイタリック体で、疑い深い批評家と判断した発言は下線を引いている。通常のフォントは、(吃音も含めた) 声のつなぎ役と思われる素材、または私たちがどの声にも割り当てられなかった素材である。

### セッション 1

セッション 1 では、Bill にある 2 つの声 (TGWLBD と疑い深い批評家) は、セラピーに対して矛盾した主張を持っていた。Th は矛盾が生じている 2 つの声に対して、その矛盾を指摘するのではなく、それぞれの声にリフレクションをしていた。このリフレクションにより、Bill は 2 つの声の主張を表現する言葉を探し、そしてそれぞれの主張を理解していた。

### セッション 3

セッション 3 で疑い深い批評家が主張する内容は、Bill が父親から受けた批判の反復であるようにみえた。これまでのセッションで Bill が「疑い」という言葉を使っており、Th もセッション 3 で初めて「疑い」という言葉を使用した。この共有された言葉を通して Th と Bill との間に生まれた理解の架け橋を象徴していた。

241. Bill : …父は正しかった。私は美術学校に行くべきではなかった。エンジニアになるべきだったんだ

242. Th : ええ

243. Bill : … それで、その…

244. Th : それは…あなたのお父さんのどこかに疑いの声があるんですね

245. Bill : ええそうです、父が、つまりその、父が疑いの声だったんです (笑)

Th のリフレクションは Bill の内的な懷疑と父親の批判とを結びつけた。Bill はこの繋がりを認め、その声に名前を付け、そして体験が表すものを特定していった。Bill はそのような繋がりを既に心の中に持っていたかもしれないが、Th のリフレクションによってその結びつきはセラピーの中で明らかにされた。

そして Bill の 245 以降では、自己懷疑と父親の批判との繋がりから、TGWLBD が自身の正当性を証明したいという願望を持っていることがみえはじめ、Th は TGWLBD にリフレクシ

ョンをしていた。

260. Bill : 多分その結果として…  
 261. Th : なにか証明のような、「そうだ、これは正しい決定だったんだ」というような  
 262. Bill : ええ、そうです  
 263. Th : 不思議と最後には、これが正しい方法だったんだとわかるんですね  
 264. Bill : ええ、まさにそう、その、過去を補償するために、ですね  
 265. Th : ええ、ええ  
 266. Bill : そしてまあ、理屈的には、状況が良くなり、私は幸せになるでしょうね  
 267. Th : ある想いがあって、その、あなたのしたことが正しかったとわかっただけで、気分が良くなるような  
 268. Bill : そうです、そうです  
 269. Th : もしあなたが最終的にはその疑い、「お前はなんてことをしたんだ」と疑う声を押しつぶすことができれば…  
 270. Bill : そう、うん、そうです、私はそう思って、えっと、私はその疑いの気持ちが消えていけばと思っています  
 271. Th : ええ  
 272. Bill : でも仕事とか許可とかチャンスを得ることが必ずそうなるとは思えないんです  
 273. Th : つまりなんとなくその声があなただの頭の中から聞こえるような感じなんですね  
 274. Bill : そうです、まさにそう

ここでのThのリフレクションは、TGWLBDを明確化する手助けであったと思われる。しかし、Thの269の応答は、疑い深い批評家を抑え込みたいというTGWLBDの願望を強引にリフレクションしようと試みている。おそらくBillは「押しつぶす」というThの言葉に納得しなかったので、すぐに「蒸発させる」と言い換え

ている。また、Billは自身の疑いの気持ちを、外的に課せられているというよりも内的なものとして述べている。この点において、Billは「その声はあなたの頭の中からしている」というThの明確化を強く認めている。その後Billは、自分と父親との関係について語り、そして悲しみと怒りの感情と闘っていた。Billは父親(TGWLBDとして)、そして彼自身の行動(疑い深い批評家として)と代わる代わるに動揺していた。それぞれに対するThのリフレクションは一方から応答を引き出しているようにみえる。ThはTGWLBDとして、Billが父親と距離をとっていることへの後悔をリフレクションしている。TGWLBDはこれが残念であると認めているし、TGWLBDはより明確化された自己主張に対して応答している。つまり、ここでのリフレクションは個人内での対話を促進し、対話の中でCIの内なる声が、内的統合へ働くような重要な意見を言語的に表現しているといえる。

## セッション5

セッション5においてBillは、疑い深い批評家からの非難とTGWLBDの抑うつ的応答との循環パターンに気が付いた。リフレクションに集中した作業によってTGWLBDは、体験を象徴化する方法を模索していた。ここでのリフレクションは正確な繰り返しではなく、むしろ新たな言葉と表現を通してさらなる正確さを求めるために、疑い深い批評家の意見を伝えていたように思える。Billは自己懷疑についての苦しみさらなる自己懷疑をもたらすという循環パターンに苦闘していた。私たちはこれを、そのパターンの回避というよりもむしろ、自己批判の理解へのステップとして理解した。

367. Bill : フラストレーションをととも感じているというわけではないし、怒りをもものすごく感じているわけでもないんです。なにか「味気なさ (blah)」



- のようなものを感じているんです
368. Th : その味気なさとは、より説明的なものですね
369. Bill : ええ
370. Th : なにか、「言いたいことはなに？私はどこにも行かないよ」というような
371. Bill : ああ、そうです
372. Th : そしてあなたは心地よさを感じているんでしょうか。わかりませんがなにか感覚がない身体のような
373. Bill : 「退屈 (ennui)」とでもいいでしょうか (笑)
374. Th : ああ
375. Bill : わかりません。ああそう、こう平凡な、なにか…
376. Th : ええ
377. Bill : …でも大体は…
378. Th : ええ
379. Bill : …そう、平凡でつまらなくて…
380. Th : そしてつまらない
381. Bill : それに不満、そう、その状況への不満。それで僕自身への不満、そう、この状況に陥ったことへの不満…
382. Th : ええ、それであなたは自分全体を責めているんですね
383. Bill : はい
384. Th : あなたはここにいる一人です
385. Bill : ええ
386. Th : 「味気なさ」に加えて、あなたは馬鹿げたやつだと
387. Bill : そうです。時間の無駄だ
390. Th : ああ、それであなたはここにいるために叱っているような
391. Bill : そう、そうです
392. Th : つまりあなたはもう価値がないと、あなたにはもうなにもしないと
393. Bill : そうです。それで、ああ、どうだろう。僕はある気持ちに行き着くことに…僕はなにもしないでいららしていますね

セッション5の終盤では、理解の架け橋につながる重要な瞬間が見られた。具体的には、自己永続的なサイクルという概念が理解の橋渡しとなり、疑い深い批評家（不適切な気分）と TGWLBD（不適切な気分<sup>1</sup>に落ち込んだ気分）の性質と役割が明確化されたセッションとなっていた。

511. Bill : なんとというか、「お前はもう十分長いことうつの中にいて、もうできることはなにもない、とわかっているよな」と自分に話しかけるような人生の時期に来つつあるように思うんです。うーん、なんと言えばいいかな、サイクルというか、気分の波…不適切な気分<sup>1</sup>というか…
512. Th : うんうん
513. Bill : そして、その抑うつ気分は、ああ…
514. Th : うんうん
515. Bill : 自己を永続化させるんだ

## セッション6

セッション6では、セッション5の明確化に続いて Bill が TGWLBD と疑い深い批評家の対照的な立場を表現するようになった。そこで Th は、TGWLBD と疑い深い批評家の内的な対話をみるため、Th が一方の声の位置をリフレクションし、他方が応答した。最終的に、疑い深い批評家としての Bill は、TGWLBD のことを批判したため、Th は疑い深い批評家の立場をリフレクションし、Bill は TGWLBD として答えた。この内的な対話は、TGWLBD が疑い深い評論家との関係を明確にするのに役立った。理論的に、明確化を行うことは声同士の相互理解につながる前提条件となり我々の解釈を支持した。セッション6の終盤には、期待と理想という言葉が両方の声によって理解されたことで、さらに理解の架け橋が出現していた。

441. Bill : ああ、そうだね、私はやりたいこと

をしてるんじゃない、私は「さあ、これをやって、この時点までにやり遂げなさい」と言った、私はそれをしなかったので、私は自分を失望させた

442. Th: うんうん

443. Bill: そして、あなたは知っている

444. Th: だからあなたは本当に混乱した

445. Bill: ええ、そうです、そして、私は…ある意味で自分自身に対して罪の意識を感じます

446. Th: うんうん

447. Bill: 私はすべきだ…

448. Th: あなたが自分自身に怒っているように

449. Bill: まあ、実際に私は他人です。私のもう一人は怒っている(笑)

## セッション7

セッション7では、TGWLBDはBillの父親がまだBillに不平を言うという不満に対して、ThがTGWLBDの声をリフレクションしていくと、TGWLBDはBillの父親への怒りと、父親からの敬意を表明した。Billの反応をみると、ThがTGWLBDの声をリフレクションすることによって、TGWLBDが外から再度自分の主張を聞く体験となり、これまでと異なる意味を経験していたと考えられる。ここで理解の架け橋となったのは、Billの父親の態度とBill自身の間の関係を明らかにするBillの力であった。

セラピーの終結に向かうにつれて、TGWLBDと疑い深い批評家は相互理解のポイントに達し、お互いに役立つ方法を見つけていた。セッション16では、Billはこれらの声の間の内的な対話から、強固で相容れないポジションから柔軟なポジションへと移行し、Bill自身も敗北したり落ち込んだりすることなく自己主張することができるようになった。我々は疑い深い批評家が最終的に自己基準に関するバランスの取れた視点と自己評価の健全な手段を提供する資源になると仮説を立てた。

## 考察

PCTの理論、内的統合モデルの両方において、リフレクションの目標はCIの体験の表象化といえる。苦しみや葛藤状態、不可解な感情と闘っているとき、CIは自身の体験を言い表す言葉を求める。成功したセラピーでは理解の架け橋を構築しているのである。理解の架け橋とは、体験を他者と、さらには内的な声同士で共有する言葉(サイン)のことである。本事例では、Thのリフレクションによってそれぞれの声が、(a)正確さを確認するために自身の体験とThの言葉を比較すること、(b)他の声の体験を聞くことができた。

## リフレクションと応答の種類

Billはリフレクションを、自身が口にした言葉を留めておくため、そして自己理解を深めるとっかかりとして利用していたと考えられる。セラピーの初期(セッション1)では、様々な声による矛盾した発言があったが、Billは矛盾に気づくことなく、そのリフレクションを受け入れていたようにみえた。しかし、その声が統合へと進むとCIは、Thのリフレクションをより正確な自身の理解、自己永続化する破壊的循環を表現するために利用していた(セッション5)。循環という用語は、共有されたサイン、理解の架け橋であり、それはBillの体験の大きな部分を表すものだった。リフレクションは、CIの意図的なコミュニケーションよりも深くも浅くもなり得る。しかし、信頼関係において、その誤りは許容され、さらには利用されることもある。セッション3の中で、Thの深すぎるリフレクションがBillの内的な自己批判と外的な父の批判とを結びつけている。この結びつきはBillの発言に既に含まれていたと思われる一方で、この結びつきを顕在化することは、おそらくBillが意図していた以上のものだったのかもしれない。しかし、Billはそのリフレクション、Thとの理解の架け橋を受け入れ、さらにその言葉を自身の中の理解の架け橋として利用した

のである。また、同じ声がいつもその声に対するリフレクションに回答している一方で、時にリフレクションが他の声からの回答を引き出している。セッション6で述べているように、Thは疑い深い批評家に話していたのに対し、BillはTGWLBDに話していた。このやり取りは、声たちが十分に受け入れられる表現に達していないにも関わらず、声同士の理解の架け橋の構築をしていたことを示しているのである。

### リフレクションと声同士の内的なパワーバランス

Hermans (2004) は、内的多様性を伴う変化の理論においてパワーバランスの問題が生じることを示唆した。抑うつ状態の人は、内的なダイナミクスが支配的なコミュニティである限り、逆説的に見えるかもしれない。TGWLBDはBillの通常的人格であるという意味では支配的であるが、TGWLBDは社会的に支配的なのではなく、内的なTGWLBDですら疑い深い批評家に従い、熱弁を振るわれていた。リフレクションは同様に、オブザーバーの位置を構築することによって、パワーバランスを変化させる可能性がある (Leiman & Stiles, 2001)。BillはThの視点を通して自分自身を見ることによって、両方の声の観点から理解できる内的プロセスの説明を組み立てるように見えた。自己観察のプロセスと成果はセッション5に示されており、そこでBillはTGWLBDと疑い深い批評家の両方に関わる一連のサイクルという概念を構築していた。

### リフレクションは探索を安全にする

深く理解されることは、人々を安全に感じる (Rogers, 1951) ことの中心的部分であり、逆に言えば安全を感じることは、声がお互いに触れるために不可欠である。Billは広範囲に探索し、Thがリフレクションするにつれて彼の避けられた声が浮かび上がった。例えばセッション3では、リフレクションした立場はBillにとって驚くべきものであったが、Thは引き続き

リフレクションし続け、Billの内部での葛藤をより深く探索した。

## Ⅲ. 若干の考察

### 1. 内的統合モデルがPCTにもたらす新たな知見

これまでにCIの中でどのような体験が起きているのか説明したPCTの理論は、価値の条件が経験に近づいていくというRogers (1951) の自己概念の理論、フェルトセンスに着目し体験過程の推進を考えたGendlin (1964) の体験過程理論、問題場面の再体験が起こることで再体験のシエマが変わるRice & Greenberg (1992) のEFTの理論の3つであった。最近では、Mearns & Thorne (2000) など、自己の中に内的多様性を想定する理論がPCTの中から提唱され始めている。今回紹介した内的統合モデルは、Mearns & Thorne (2000) の自己理論を取り入れCIの体験に多元的な視点から言及した新たなモデルであり、PCTの中における4つ目の理論となるだろう。

リフレクション研究の文脈においても、リフレクションによってCIとThの間に、そしてCIの内的な声の間に理解の架け橋が生まれ、統合に向かうことが明らかになった。特にセッション6のように、CIが表現している声とは異なるもう一方の声をThがリフレクションすることで、ThはCIの中にあるそれぞれの声のポジションを守りながらもCIの中にオブザーバーの位置を構築していた。このように、Thがリフレクションをする際に、CIの内的多様性を想定し、CIが表現する声とは別のポジションの声をThが投げかけることにより、CIの内的な声のパワーバランスを守りながらも理解の架け橋になるキーワードを探すプロセスに至るのである。これらのプロセスを明らかにしたことは、リフレクションのメカニズムに関する新たな知見を提供しているといえるだろう。



## 2. リフレクションの受容的な側面の重要性

Rogers (1980) はリフレクションの批判を受けてから、Th の理解を伝えることでCl の知覚を確かめるというリフレクションの共感的態度の側面を重要視していた。その結果、Rogers のセラピーでは気持ちのリフレクションが応答の76%を占めていたと言われている (Bozarth, 1990)。リフレクション研究においては、中核条件の共感的理解という態度に焦点が移っているが (Rogers, 1980 ; Bozarth, 1997)、Goldsmith et al. (2008) の逐語を読むと、Rogers の必要十分条件において、“Th の共感的理解無条件の積極的関心がCl に最低限伝わることで達成されていること”と述べているように、Th の受容的な側面も重要であることを再認識させられる。

Th が無条件の肯定的関心 (Unconditional positive regard, 以下、UPR) を体験していることがCl の内的統合を促進に必要なだと考えると、それはいかに作用しているといえるだろうか。一つは経過セッション1や6のように、Cl 中の矛盾を価値付けせずにリフレクションしている点である。Th がTGWLBD と疑い深い批評家のどちらか一方に肩入れせずリフレクションしたことで、Cl は二つの声を表現し、そしてお互いの声に耳を傾け、対話することができたといえる。このようにCl 中でTh は自分のことを認めてくれるという体験があった上で、Th がCl の声をリフレクションすることで、Cl の声が尊重されたひとつの主張として外在化され、Cl が内省する素材としてそれを受け止め、利用することができたといえることができるだろう。もう一つ重要な点は、セラピーの中でUPR を体験しているのはTh だけではないということである。Goldsmith et al. (2008) が考察の中で述べているように、Cl もまたTh の発言 (リフレクション) を受け入れている。Cl にとって脅威と感じ得るようなTh の深すぎるリフレクションを、Cl はTh の理解と捉え、さらにCl とTh を繋ぐ言葉として利用している。Cl

の受容する力も、セラピーにおいて着目すべき要素といえるのではないだろうか。

## 3. 技法的側面の課題

Goldsmith et al. (2008) の研究でのTh は、内的統合モデルを念頭にリフレクションをしようとしていたのではなく、Cl との面接において傾聴していた結果として応答がリフレクションとなり、Cl の声が統合されていった。そして内的統合モデルという観点からリフレクションを検討すると、Th はCl の様々な声にリフレクションをしていたことを明らかにした。Th の応答によりCl に起きている相互作用を明らかにした点は素晴らしい功績だが、我々がセラピーを行う際に、意図的にリフレクションを行うと技法的になってしまうというジレンマがある。PCT の理論上の発展という点では、新たなモデルが構築されることはPCT の意義や効果を社会的に説明していく為にも重要である。しかし我々が新しいモデルを実践に取り入れていく際には、新たな理論を鵜呑みにするのではなく、ある種の懐疑的な思考も持ち合わせながら、セラピーに取り入れ実践していく必要があるだろう。

## 文献

- Bozarth J. D. (1990). The evolution of Carl Rogers as a Th. *Person-Centered Review*, 5 (4), 387-393.
- Bozarth J. D. (1997). Empathy from the framework of Client-Centered Theory and the Rogerian Hypothesis. In Bohart A. C. & Greenberg L. S. (Eds.) *Empathy Reconsidered*, American Psychological Association, 81-102, Washington D. C.
- Gendlin, E. T. (1964). A theory of personality change. In P. Worchel & D. Byrne (Eds.), *Personality change*, 100-148, New York.
- Gendlin, E. T. (1981). *Focusing*. 2<sup>nd</sup> ed. New York: Bantam Books.

- Goldsmith, J. Z., Mosher, J. K., Stiles, W. B. & Greenberg, L. S. (2008). Speaking with the Client's Voices: How a person-centered Therapist used reflections to facilitate assimilation, *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, **7**, 155-172.
- Greenberg, L. S. & Watson, J. (1998). Experiential therapy of depression: Differential effects of client-centered relationship conditions and active experiential interventions, *Psychotherapy Research*, **8**, 210-224.
- Hermans, H. J. M. (2004). The dialogical self: Between exchange and power. In H. J. M. Hermans. & G. Dimaggio (Eds.) *The dialogical self in psychotherapy: An introduction*, 13-28, New York: Brunner-Routledge.
- 河崎 俊博 (2015). リフレクションという応答の意義から見た傾聴の諸側面, *心理臨床学研究*, **33** (5), 508-518.
- Leiman, M. & Stiles, W. B. (2001). Dialogical sequence analysis and the zone of proximal development as conceptual enhancements to the assimilation model: The case of Jan revisited, *Psychotherapy Research*, **11**, 311-330.
- Mearns, D. & Thorne, B. (2000). *Person-centered therapy today: New Frontiers in theory and practice*. London: Sage.
- Mosher, J. K., Goldsmith, J. Z., Stiles, W. B. & Greenberg, L. S. (2008). Assimilation of two critic voices in person-centered therapy for depression, *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, **7**, 1-19.
- Prouty, G. (1994). *Theoretical evolutions in person-centered/experiential therapy: Applications to schizophrenic and retarded psychoses*. Westport, Connecticut: Praeger Publishers. 岡村達也・日傘摩子 (訳) (2001) プリセラピー——パーソン中心／体験過程療法から分裂病と発達障害への挑戦——, 日本評論社.
- Rice, L. N. & Greenberg, L. S. (1992). Humanistic approaches to psychotherapy. In D. K. Freeheim (Ed.), *History of psychotherapy: A century of change*, 197-224, Washington, DC: American Psychological Association.
- Rogers, C. G. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory*, London: Constable.
- Rogers, C. G. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. In H. Kirshenbaum & V. Henderson (Eds.), *The Carl Rogers reader*, 219-235, New York: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. G. (1980). *A way of being*, Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. G. (1986). Reflection of feelings and transference. In H. Kirshenbaum & V. Henderson (Eds.), *The Carl Rogers reader*, 127-134, New York: Houghton Mifflin.
- Stiles, W. B. (2002). Assimilation of problematic experiences. In J. C. Norcross (Ed.), *Psychotherapy relationships that work: Their contributions and responsiveness to patients*, 357-365, New York: Oxford University Press.
- Stiles, W. B. & Glick, M. J. (2002). Client-centered therapy with multi-voiced clients: Empathy with whom? In J. C. Watson, R. Goldman. & M. S. Warner (Eds.), *Client-centered and experiential therapy in the 21st century: Advances in theory, research, and practice*, 406-414, Ross-on-Wye: PCCS Books.

