

非指示的心理療法の時代に観られるCarl Rogersの Reflectionという応答

その他のタイトル	A Study of Carl Rogers' Reflection Responses in Non-Directive Psychotherapy
著者	河? 俊博, 池見 陽
雑誌名	Psychologist : 関西大学臨床心理専門職大学院紀要
巻	4
ページ	21-30
発行年	2014-03-12
URL	http://hdl.handle.net/10112/00018739

非指示的心理療法の時代に観られる Carl Rogers の Reflection という応答

A Study of Carl Rogers' Reflection Responses in Non-Directive Psychotherapy

河 崎 俊 博

関西大学大学院心理学研究科

池 見 陽

関西大学臨床心理専門職大学院

Toshihiro KAWASAKI

Graduate School of Psychology, Kansai University

Akira IKEMI

Graduate School of Professional Clinical Psychology, Kansai University

◆要約◆

本稿の目的は Carl Rogers がリフレクションと呼んでいた応答について考察することである。まず Rogers 自身が解説するリフレクションについて概観した。Rogers 自身が「リフレクション」という語を用いて心理療法の応答を解説していたのは、1942年の著書 *Counseling and Psychotherapy* のみであった。Carl Rogers の心理療法の研究者たちが“Reflective Psychotherapy”の時期と名付けた1950年から1970年の間にはリフレクションについては明示的に記されていない。そして晩年には、「気持ちのリフレクション」は「理解を試す」や「知覚をチェックする」応答と呼ぶことを提案していた。本稿は1942年の著書 *Counseling and Psychotherapy* に焦点をあて、reflection という語が用いられている文章を探し、それらは逐語記録の解説に用いられていることを見出した。そこで、本稿ではその著作に示された逐語記録とそれらの解説を検討した。その結果、次のことが考察された。まず、当時の Rogers は精神分析的な枠組みで応答について考えていた。次に、attitudes (態度) と feelings (気持ち) が言い換え可能な用語として用いられていた。またリフレクションの対象となったのは、クライアントの考え方・見方・感じ方であり、リフレクションは主にクライアントの態度、すなわち自身や自身の症状についての考え方を映し出すものであった。さらに、Rogers は「旧い方法」ではなく「新しい方法」として非指示的アプローチを提示し、リフレクションを含む非指示的な応答とは、命令や禁止、勧告、元気づけ、励まし、カタルシス、助言、知性化された解釈ではない応答を意味していた。

キーワード：気持ちのリフレクション、態度のリフレクション、カール・ロジャーズ、非指示的心理療法、パーソン・センタード・セラピー

Abstract

The purpose of this study is to investigate the psychotherapy response that Carl Rogers referred to as “reflection”. For this purpose, the authors review Rogers’ commentaries on reflection. In this review it was found that Rogers used the term “reflection” to describe a particular therapeutic response only in his book *Counseling and Psychotherapy* published in 1942. During what is referred to as Rogers’ “Reflective Psychotherapy” period, no reference is made to the reflection response. In later years, Rogers recalls about reflection and explains it as “testing understandings” or “checking perceptions”. This paper then studies Rogers’ 1942 book where the term “reflection” appears in the explanations of the counselor’s responses in excerpts of therapy sessions. From the usage of the term, this study found: firstly, that Rogers was using a psychoanalytic model to understand the therapy excerpts; secondly, that Rogers used the term “reflection of attitudes” and “reflection of feelings” interchangeably; thirdly, that what was reflected were the attitudes, viewpoints and feelings of the client; and fourthly that Rogers believed that “reflection of attitudes/feelings” constituted a newer approach to therapy contrasted with the older approach characterized by ordering, forbidding, exhortation, reassurance, encouragement, catharsis, advice and intellectual interpretation.

Keywords: Reflection of feelings, reflection of attitudes, Carl Rogers, Non-Directive Psychotherapy, Person-Centered Approach.

はじめに

パーソンセンタード・アプローチを創始した Carl Rogers (1902-1987) はアメリカ合衆国を代表する心理療法のパイオニアであり、心理療法の理論や実践において数々の新しい展開を見出したことは紹介するまでもない。そして彼の心理療法を特徴づけ、それが注目されるに至った一つの側面は reflection を巡ってであると言えるだろう。この reflection という語には様々な意味が存在する。心理療法の文脈において reflection には反射や反映、伝え返し、オウム返し、内省、反省などという訳語が当てられるが、それぞれの訳語から受けるニュアンスは異なっている。そもそも Rogers が reflect や reflection と呼んでいた心理療法の応答はどのようなものであったのだろうか。本稿では、Carl Rogers の著作から、彼が reflect や reflecting、reflection と呼んでいた応答について考察する。なお、本

稿では従来の「感情の反射」や「伝え返し」などの訳語は使用せず、「リフレクト」や「リフレクション」と表現する。それは訳語によって伝えられるニュアンスを払拭し、Rogers 自身がその語で何を示そうとしたのかを明らかにしたいからである。

Reflection の概観

“Reflection” には反省や内省、省察、振り返って観るといった意識の在り様としての意味もあり、哲学においては重要な専門用語となっているが、ひとまず本稿ではカウンセリングにおける応答の種類に限定し、時代を追って Rogers がその語によって何を意味していたのかを検討していく。

そもそも Rogers はどのようにしてリフレクションが有益であることを知ったのだろうか。1980年の著書 *A Way of Being* に次のようなこ

とが書かれている。Rogers はセラピストとして駆け出しの頃に、ただ聴くということが役に立つことを発見した。そのあと、特に気持ちを聴いてリフレクトすることが有効だということをランク派の精神分析トレーニングを受けたソーシャルワーカーから教わった。しかし、後になって「リフレクション」という言葉を聞くだけで嫌悪感を抱くようになった (Rogers, 1980, pp.137-138)。彼が嫌悪感を抱くようになった理由については本稿で紹介する。ここでは、リフレクションが有益であることを知った Rogers が、どの時期から、どのような応答をリフレクションと表現するようになったのかを紐解いていく。

心理療法に関する Rogers の初著は 1939 年に出版された *Clinical Treatment of Problem Child* である。この初著は、ニューヨーク州ロチェスターにある児童虐待防止委員会の児童研究部門 (the Child Study Department of the Society for the Prevention of Cruelty to Children) に心理職として務めたロチェスター時代に書かれ、児童相談分野の全容を紹介することを試みたものであり、リフレクションについては何も書かれてはいない。2 番目の著書 *Counseling and Psychotherapy: Newer Concepts in Practice* は、オハイオ州立大学時代の 1942 年に出版され、それまでの「旧い方法」とは異なる「新しい方法」として非指示的アプローチが提示された。「旧い方法」とは、1) 命令 (ordering)・禁止 (forbidding)、勧告 (exhortation)、元気づけ (reassurance) や励まし (encouragement)、2) カタルシス (catharsis)、3) 助言 (advice)、4) 知性化された解釈 (intellectualized interpretation) である (Rogers, 1942, pp.20-27)。またクライアント (“client”) という用語が初めて用いられ、セラピーの完全な逐語記録が初めて記載された大胆な著作でもある。この逐語記録の解説部分でリフレクションと呼ばれる応答について触れている。

Rogers はオハイオ州立大学には数年しか在職

せず、カウンセリング・センター設立の誘いを受けてシカゴ大学に移った。その数年後、1951 年に *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory* が出版され、非指示的療法からクライエント中心療法へと名称が変更された。この著作では Rogers (1942) とは異なり、セラピストの応答の解説にリフレクションは含まれておらず、代わりにクライエントの報告や発言を用いてリフレクションの効果について考察している。

From the client's point of view, the advantage of the reflection of attitudes appears to be, as mentioned earlier from a client statement, that “It was the role of the counselor to bring me to myself, to help me by being with me in everything I said, to realize what I was saying.” (Rogers, 1951, p.70)

つまり、態度のリフレクションは自分が何を話しているのかを気づかせ、自分自身に立ち戻ることに関与するとのクライエントの視点が紹介されている。

次の著書 *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy* が出版される 1961 年には、すでに Rogers はウイスコンシン大学へと移っていた。*On Becoming a Person* (Rogers, 1961) は、1951 年から 1961 年の間に書かれた原稿を収録した著作であり、その中で心理療法の過程概念 (a process conception) が紹介されたことで注目される。また、オーク夫人のケースなど、これまでと同様に逐語記録も記載されているが、セラピストの応答の解説にリフレクションという語はみられない。その代わりに、D. V. Bergman の研究を紹介するなかでリフレクションについて触れている (Rogers, 1961, pp.254-255)。また、この著作で興味深いのは、哲学者ジャン＝ポール・サルトル (Sartre, J-P.) の reflexive awareness を援用し、意識の在り様に言及しているところが見受けられることであ

る (Rogers, 1961, p.147)。他にも unreflective や non-reflective といった表現を用いて、意識の在り様に触れている。しかし、本稿ではこれらの哲学的な用語として用いられる reflect については検討を行わず、カウンセリングの応答に絞って検討を続ける。

その後、*On Encounter Groups* (Rogers, 1970) や *On Personal Power: Inner Strength and Its Revolutionary Impact* (Rogers, 1977) を執筆し、絶えず自身の研究を推進させ続けた Rogers は、70 歳代後半にこれまでの体験を振り返り、当初関心があったリフレクションについて、その胸中を語っている。

But this tendency to focus on the therapist's responses had appalling consequences. ... (omission) The whole approach came, in a few years, to be known as a technique. "Nondirective therapy," it was said, "is the technique of reflecting the client's feelings." (omission) I was so shocked by these complete distortions of our approach that for a number of years I said almost nothing about empathic listening, and when I did it was to stress an empathic attitude, with little comment as to how this might be implemented in the relationship. I preferred to discuss the qualities of positive regard and therapist congruence, which, together with empathy, I hypothesized as promoting the therapeutic process. They, too, were often misunderstood, but at least they were not caricatured. (Rogers, 1980, pp.138-139)

引用にあるように、Rogers は「非指示的療法とはクライアントの気持ちをリフレクトする技法である」と歪曲して理解され、馬鹿にされた (caricatured) ことにショックを受け、その後数年間は共感的傾聴に関してほとんど述べなかつ

た。そしてそれについて語るときには、共感的態度を強調し、どのように実行するかについては少ししか述べなかった。Gendlin (1996, p.297) によれば、Rogers は 1961 年には態度のみを強調するようになった。そして晩年に書かれた論文 (Rogers, 1986) では、自身の応答の多くは「気持ちのリフレクション」であったと認めつつも、セラピストとしての自分は、「気持ちのリフレクション」をしようと努めてはおらず、クライアントについての自分の理解が正しいかどうかを確かめようとしているのだとした。故にこのような応答を「理解を試す」(Testing Understanding)、または「知覚をチェックする」(Checking Perceptions) (いずれも筆者ら訳) と呼ぶことを提案していた。

ここまで Rogers 自身がどのように心理療法の応答としてのリフレクションについて考えていたか、その変遷を解説してきた。また、Rogers がリフレクションという語を用いる際、reflection of attitudes (態度のリフレクション) と reflection of feelings (気持ちのリフレクション) という表現があったことも紹介しておきたい。これらについては後に考察する。

Hart (1970) によれば、Client Centered Therapy の発展には 3 つの時期がある。第 I 期は 1940 年から 1950 年の Nondirective Psychotherapy、第 II 期は 1950 年から 1957 年の Reflective Psychotherapy、第 III 期は 1957 年から 1970 年の Experiential Psychotherapy である。Hart (1970) の発展段階から、第 II 期がリフレクションを探る重要な時期になると推測されるが、Rogers 自身が「リフレクション」という語を用いてカウンセリングの応答を解説していたのは、1942 年の著作 (Rogers, 1942) の逐語記録解説のみであった。1942 年は非指示的心理療法 (Nondirective Psychotherapy) の時期であり、この先本稿では、この時期に Rogers が明示的にリフレクションを解説している著作 *Counseling and Psychotherapy* (Rogers, 1942) に示されている逐語記録を検討する。

著作 *Counseling and Psychotherapy* にみる Rogers の Reflection

著作 *Counseling and Psychotherapy* (Rogers, 1942) に観られる逐語記録を理解するために、先に解説に目を通しておくことにする。以下は第6章の解説からの引用である。

Thus, items 21 and 23 accurately reflect the feelings the boy has been expressing – his disappointment in his father, his lack of pride in him, his feeling that his father intentionally causes him distress and pain.... Item 25 is also a reflection of the feeling expressed in words and even more as shown in the inflection. (Rogers, 1942, p.158)

ここで Rogers は項目21と23が“accurately reflect the feelings”としており、項目25も声の調子で気持ちをリフレクトしているとしている。これらについて検討してみよう (Rogers, 1942, pp.155-156 下線部筆者ら)。

20. S: Oh, I think I know how I feel. (Pause.)
I expect after I don't have to live with him, I'll start liking him. You know there's that kind, the less you are around them the better you – (Pause.) I wish he would join a club or something. Gosh, it seems funny not to have him associate with anyone. Oh, once in a while somebody will call him up and want him to do something with them, and, “Naw, I've got a headache,” or something like that. And they don't call him any more. He doesn't bowl or anything like that. I wouldn't like to bowl myself, so I don't suppose I could expect him to do that, but he could at least –oh, I don't know-he doesn't even go to church, and yet he insists on my going.

21. C: You not only feel badly toward him for his attitude toward you, but you're not able to make yourself very proud of him, are you, in relation to other people?
22. S: No. He always embarrasses me when I bring in my friends.
23. C: You feel that perhaps sometimes he does that on purpose?
24. S: Oh, yeah, I know he does. A lot of times he embarrasses me in front of company by calling attention to some little mistake I make or something.
25. C: And you rather resent that.

この抜粋は卒業間近の優秀な高校生 Sam のケースからである。このケースは、カウンセラーのかかわり方がクライアントを損なう (harmful) 例として挙げられており、その理由は「カウンセラーがまだ表現されていない気持ちを性急に認識しようと動いてしまったことにある。このことが、Sam を怖がらせ、抵抗を増強させた」(Rogers, 1942, p.153 筆者ら訳) と考察されている。

Sam は明示的には気持ちを表現していないが、S.20 では下線部で示したような暗在的な気持ちがある。最初は「一緒に住んでいないのなら、もしかしたら父のことを好きになれるかもしれない」である。これは父親を「好きになりたい」気持ちと、一緒に住んでいる限り「好きでない」という両価的な気持ちを含意していると理解できる。次の下線部は「(父が) クラブか何かに入会することを望んでいる」。つまり、父親がもっと外に出て社交的に振る舞うことを望む気持ちである。そして3番目の下線部は「教会にもいかにくせに、僕には行け行けと言うんだ」と父親の言動不一致を責める気持ちが含意されていると理解できる。しかし、Carl Rogers であろうと推測されるカウンセラーの応答はこれらの暗在的な気持ちにはまったく触れていない。

C.21 では「(父親の) 態度がそんなふうだから、君はよくは感じていない (feel badly) し、それだけじゃなくて、父親のことをあまり誇りには思えない、他の人との関係で、そうだろう？」。

S.24 では「(父が) 小さな間違いとかを指摘して友達の前で僕に恥をかかす」ことを述べているのに対して、C.25 では「そして、君はそれに、まあ憤慨 (resent) しているんだね」と応答している。

このように、どちらの応答もそこに含意されている気持ちを正確にリフレクト 一つまり映し出している— とは言えない。気持ちへの焦点という意味では C.21 は大雑把なりフレクションであるし、クライアントの発言にはない気持ちの表現「よくは感じていない」を加えている。この応答は reflection of feeling というよりは、クライアントが父親に対してもっている態度をリフレクトした reflection of attitudes と観ることもできる。また、C.25 の応答は父親によって恥をかかされたことに憤慨しているという解釈をクライアントに押しつけたように読める。もしも、後年の Rogers が表現したような「理解を試す」や「知覚をチェックする」のならば、C.25 は次のようになっていたかもしれない。「私には君がそのことについて憤慨しているように聴こえているのだけど、どう？ 君自身はどう感じているの？」。当然、Rogers のリフレクションは第Ⅱ期で変容していく可能性もあるが、ここでは Sam が何を感じているかが未だ不確実のまま、それを「憤慨」と理解してしまっている。興味深いことに Rogers は次のようなことを解説している。

The point of view has been stressed that the counselor must be alert indeed to be responsive to the client's *feelings*. It should also be emphasized that only those *feelings* should be verbally recognized which have been expressed. Often the client has *attitudes* which are implied in

what he says, or which the counselor through shrewd observation judges him to have. Recognition of such *attitudes* which have not yet appeared in the client's conversation may, if the *attitudes* are not too deeply repressed, hasten the progress of therapy. If, however, they are repressed *attitudes*, their recognition by the counselor may seem to be very much of a threat to the client, may create resentment and resistance, and in some instances may break off the counseling contacts. (Rogers, 1942, p.152 イタリック筆者ら)

ここで Rogers は、カウンセラーはクライアントの気持ちに機敏に応答する必要があり、クライアントが表現した気持ちのみを認識することが重要だと強調している。また、クライアントの発言に含意された (implied) 態度をたとえカウンセラーの鋭い観察で捉えたとしても、それが無意識に深く抑圧されていない場合にはセラピーの進行に役立つものの、深く抑圧されている場合は抵抗を生じさせ、カウンセリングの中断を招きかねないと警告している。Sam の事例では上記のように、クライアントが表現していない気持ちを「憤慨」とカウンセラーが一方的に認識したことによって抵抗が増強したと Rogers は考察したのであろう。

Rogers によるこの解説では当時の彼が如何に精神力動的な理論を用いていたかが如実に記されている。含意されたもの (implied)、すなわち暗在 (implicit) は「抑圧」されたもの (repressed) と同一に捉えられている。そしてそれが防衛されているからこそ、性急な解釈は抵抗を増強するという精神分析理論をそのまま応用している。このような Rogers の理論的な枠組みは第Ⅱ期以降に変容していくのだが、当時の Rogers が精神分析の枠組みで発想していたことは明らかである。

さらに、上記の引用にイタリックを加えて示したが、当時の Rogers は attitudes (態度) と feelings (気持ち) を入れ替え可能な用語として使用していたように読める。Rogers は次のように記している。「クライアントが表現した気持ちのみを認識することが重要だ…また、クライアントの発言に含意された (implied) 態度をたとえカウンセラーが捉えたとしても…」この要約文の後半の「クライアントの発言に含意された態度」は「…含意された気持ち」と読み替えることができる。このことから、当時の Rogers にとって、reflection of attitudes と reflection of feelings は同一の行為であったと推測することが可能であろう。気持ちの性質に Rogers が目を向けるのは第Ⅱ期以降になるものと思われる。そしてそれは Eugene Gendlin の影響であると容易に推測することもできよう。

加えて、Rogers は「旧い方法」とは異なる「新しい方法」として非指示的アプローチを提示している。それは、非指示的な応答は“命令や禁止、勧告、元気づけ、励まし、カタルシス、助言、知性化された解釈”(Rogers, 1942, pp.20-27)、ではない応答を意味している。同じ著作の第7章の記述を追ってみよう。

In the first place, insight has been aided by some responses which endeavor, not always with entire success, to recognize and reflect feelings which Paul has expressed. (See items numbered 1, 3, 7, 19, 33, 35.) (Rogers, 1942, p.203)

ここではクライアントである Paul が表現した「気持ちを認識してリフレクトする」いくつかの例が項目番号として示されている。この記録は自発的な洞察があまり見られなかった Paul のケースからである。Paul のケースはこの著書 (Rogers, 1942) のなかで幾度か提示されており、本稿では第2回面接の一部分を引用する (Rogers, 1942, pp.201-203)。

1. C: You feel that you'd be a lot happier if

you were just like the other fellows and not emotional.

2. S: That's right. Of course, I'd like to be – not, not experience these fears. (Pause.) I'd like to be calm and be clear-thinking in all situations.
3. C: Instead of those things you find yourself to be somewhat emotional
6. S: Uh, well, some scientist. That is what I consider an ideal person, preferably a physical scientist, in chemistry or physics or an engineer, one who-one who serves society by constructing, or by making things more convenient. I like everything modern.
7. C: Someone who deals only in things, and not in emotions... .
14. S: Well, it was mingled with a certain genuine interest. There was some, that's true. But it was largely due to that, exactly what I said, to a considerable extent.
15. C: You don't suppose that part of your trouble is that now you're wondering whether you want to be your real self. Could that be part of it?
16. S: Uh, what's that?
17. C: Well, I just wondered. You're trying so hard to be some other fellow, aren't you?
18. S: Yeah, because I'm not satisfied with myself.
19. C: You feel that the self that you are isn't worth being... .
32. S: Well, I haven't decided to be myself.
33. C: No, I realize that. As I say, that's the thing you are still very much up in the air about. As a matter of fact, you don't want to be yourself.
34. S: That's right. (Pause.)
35. C: Still, you're not quite sure that you want

to be an engineer, either.

「こんな恐怖なんかを感じるんじゃないくて、どんな状況でも冷静でスッキリと考えられるようになりたい」という S.2 に対して C.3 は「でもそんなことじゃなくて、けっこう情緒的な自分を見つけてしまうんだよね」と応答している。この応答は Paul が体験している「恐怖」には触れていない。むしろ、「恐怖などの情緒に振り回されず冷静でいたいといくら自分で思っても恐怖などの情緒を感じてしまう Paul がいるんだ」というような Paul の実態を映し出そうとしている。しかし、Paul は情緒に触れず科学者か何かになりたいと発言する。C.7 は「情緒じゃなくてモノだけを取り扱う人にね」と応答している。これらの応答はクライアントが体験している「気持ち」そのものではなく、クライアントの自身に対する考え方、すなわち「態度」を映し出そうとしているのである。前に論じたように、当時の Rogers は態度と気持ちを明確に区別していなかったと推察されよう。なぜならば、例えば S.6 においては明確な気持ちの表現はみられない。従って C.7 の応答が「気持ちを認識してリフレクトする」例にはなり得ないにもかかわらず、Rogers は C.7 をその例として示している（上記の引用参照）のである。この謎は C.7 にみられるクライアントの自身に対する考え方、すなわち態度を Rogers は気持ちと理解していたとしなければ解決し得ない。

上記の逐語記録にある応答をすべて解説していくには字数の制約が厳しい。しかし、筆者らにとって特に興味深いのは C.16 である。「え！なんだそれ？」という Paul の発言である。このような発言がなされるのは、筆者らの読み方では Paul 自身の認識とカウンセラーのそれが大きく離れているからにほかならない。本当は情緒的なのにそれを避けようとしている、つまり「本当の自分になりたくないのが君のトラブルの一因だと思わない？ それが一部だと思わない？」(C.15) というカウンセラーの応答に対する驚き

である。つまり、一方の Paul は「世の中をもっと便利にするものを造りたいんだ。僕は新しいものが好きなんだ」(S.16) と発言しているが、カウンセラーはそれを拾っていない。むしろ、カウンセラーはそれが本当の自己からの逃避だと決めつけて応答し (C.15) カウンセラーはこの解釈に拘っている (C.17, C.19, C.33) ように読める。Rogers が自己一致・無条件の肯定的な眼差し・共感的理解¹⁾といった中核条件を見出すのは、この時期よりもほぼ十数年先であり、この時期の Rogers の心理療法では、カウンセラーは何なりかの解釈をするものだと考えられていた様子がうかがえる。

いずれにしても、この記録にある応答は命令や禁止、勧告、元気づけ、励まし、カタルシス、助言、知性化された解釈ではない応答であると言えよう（筆者らには C.15 などは「知性化された応答」のように読めないでもないが…）。その意味で Rogers は「新しい」種類の応答を試みており、「気持ちを認識してリフレクト」する応答もその一つであった。

著作 *Counseling and Psychotherapy* の特徴の一つは、完全な逐語記録として Herbert Bryan のケースが提示されていることである。その事例にみられる応答解説にも「リフレクト」という語が用いられていた。Herbert Bryan は、二十代後半の若者であり、様々な神経症の症状を訴えて来談した。彼は広範な心理学書を読み、心理学の専門用語を自由に、かつ正確に駆使した (Rogers, 1942, p.197)。彼の3回目の面接場面で次のような解説がある。

C229-S241. Throughout this section the counseling techniques are very satisfactory. In c229, c230, the counselor attempts no moralization, no evaluation, but simply reflects the attitudes expressed. (Rogers, 1942, p.327)

この解説には、カウンセラーは c229、c230 ではモラルめいたことや評価をせず、単純に表現

された態度をリフレクトしている、とある。応答をみてみよう (Rogers, 1942, pp.327-328)。

S228: Yes, I don't know whether to call it a sense of achievement. Some fellows I know have a definite conquest angle there. One of my friends in -has that to a very exaggerated degree; that is, he goes after girls more than his libido calls for- that is, he goes after them just for the sake of conquest. I don't believe I regard it as an egotistical achievement. I think I could perhaps better describe my reaction as an artistic kick - I like the process of using my amatory technique, and I get an artistic kick out of that sort of like a trumpet player would in a jam session, where he wasn't trying to set the world on fire-he was just playing his horn like he felt and enjoying the artistic technique of it.

C229: You feel that you're a skilled artisan or a skilled musician in that sphere-

S229: Yes.

C230:- but you mustn't become too deeply involved, either.

C229 と C230 の応答は、たしかにモラルめいたことや評価をしているようにはみえない。しかし、これらの応答は正確にクライエントの体験を理解しようとするものではなく、Rogers 自身が解説するように、「態度」すなわちクライエント自身の自分に対する考え方を映し出したものである。また、第4回面接の解説には“reflect and clarify the client's motivating viewpoint as they are expressed” (Rogers, 1942, p.352) という表現がある。それは「クライエントを動機づけている視点として表現されたものをリフレクトして明確化する」応答であるが、ここでも応答はクライエントの具体的な体験を理解するものではなく、クライエントの「視点」を映し

出すものである。当時の Rogers にとってはリフレクションの対象となったのは態度や視点や気持ち、つまりクライエントの考え方・見方・感じ方であった。具体的に感じられる体験過程に焦点をあてたりリフレクションは、この時期の Rogers の面接にはみられない。それを物語る逐語記録が第6回面接にある (Rogers, 1942, p.398)。

S467: Well, my heart feels happier, but my guts still have the same old cramped pain. Of course, there might be a contagion there - I mean, it might eventually work down to the neurosis, but so far it hasn't.

C468: Well, I think I can see quite clearly how you feel today, and I think that - I wish there were some easy, offhand solution that could be given to that.

Rogers の解説によると、カウンセラーのこの応答は “highly successful in reflecting the attitudes expressed” (Rogers, 1942, p.398) とある。S467 は「心は前よりもパッピーだよ、だけど腹にはいつものギュッとした痛みがあるんだ。もちろん、それは感染のようなものかもしれない、つまりそれがそのうち神経症になっていくのかもしれないけど、今のところはそうっていないんだ」。これに対して C468 は「まあ、私は君が今日どう感じているのかははっきりわかんと思うよ、そしてこう考えるんだ、つまり、なにか簡単な、適当な解決がそれに対してあったらいいのにな、と」。おそらくクライエントの声の調子などから「腹のギュッとした痛み」に対して何らかの解決をクライエントが望んでいる、といったクライエント自身のそれに対する態度を映し出すことができた「とても成功したリフレクション」だったと Rogers は考えたのであろう。たしかに、態度のリフレクションとして正確なものであろうが、この応答は「腹のギュッとした痛み」といったクライエントが直接体験しているもの（体験過程）にはまったく

触れていない。もちろん、Rogers 自身の術語である「有機体的体験」(organismic experience)、「官感的内臓的体験」(sensory and visceral experience)、「腹のレベルの気持ち」(gut level feelings) や、Gendlin の「体験過程」(experiencing) の概念や「フェルトセンス」(felt sense)、Rogers がよく利用した「感じられた意味」(felt meaning) という Gendlin の用語は、ここで引用した面接記録から 10 年以上の時を経て見出されるのである。そこで、「腹のギュッとした痛み」や Herbert Bryan が他の面接でも表現しているフェルトセンスに対してカウンセラーが触れていないのは無理もないことだが、後に重要な概念として展開するものがこの時代には見過ごされていたことを思うと、リフレクションが時代を経て進化していったさまが改めて感じられよう。

結語にかえて

本稿で観てきたように、Carl Rogers が応答としてのリフレクションを具体的な逐語記録で示し、それを解説していた著作は 1942 年のものに限定されていた。その著作にみるリフレクションは主にクライエントの「態度」を映し出すものであった。気持ちがリフレクションの対象として注目されるのは、この時期以降の Rogers の心理療法においてであろう。しかし、残念なことに、その時期には Rogers は自らそれらの応答を示したり、解説したりはしていないのである。その時代の埋もれた Rogers の心理療法実践には何があるのか、今後の研究が期待されるところである。

気持ちへの注目という視点で興味深いのは、Rogers の著作 (1942) に登場するクライエントの発言には気持ちの表現が乏しいことである。当時は、あまり情緒的なことを話さない文化的な風習があったのかもしれない。2014 年時点でこれらの記録を読むと、クライエントはどことなく気障な言い回しで話しているように思えて

しまう。実際に体験されている具体的なフェルトセンスや気持ちは頻繁にメタフォリカルに表現され、どこか知的で気取った印象が漂う。この文化・風土故に、後の体験過程尺度の研究やフォーカシングの実践が必要になってきたのではないかと筆者らは感じた次第である。

注

1) 中田 (2013) の訳語を用いる。

文 献

- Gendlin, E. T. (1996): *Focusing-oriented psychotherapy: A manual of the experiential method*. New York, Guilford Press.
- Hart, J. T. (1970): The development of client-centered therapy. In Hart, J. T., & Tomlinson, T. M. (Eds.), *New directions in client-centered therapy*. Boston, Houghton Mifflin. pp.3-22.
- 中田行重 (2013): Rogers の中核条件に向けてのセラピストの内的努力: 共感的理解を中心に『心理臨床学研究』30(6): 865-876.
- Rogers, C. R. (1939): *The clinical treatment of the problem child*. Boston, Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1942): *Counseling and psychotherapy: Newer concepts in practice*. Boston, Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1951): *Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory*. London, Constable.
- Rogers, C. R. (1957): The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of consulting psychology*, 21(2): 95-103.
- Rogers, C. R. (1961): *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. London, Constable.
- Rogers, C. R. (1970): *On encounter groups*. New York, Harper & Row.
- Rogers, C. R. (1977): *On personal power: Inner strength and its revolutionary impact*. New York, Delta books.
- Rogers, C. R. (1980): *A way of being*. Mariner Books.
- Rogers, C. R. (1986): Reflection of feelings and transference. In Kirshenbaum, H., & Henderson, V. (Eds.) *The Carl Rogers Reader*. New York, Houghton Mifflin. pp.127-134.