

「出会い」の哲学から再考する パーソン・センタード・アプローチの共感的理解 : Schmidの論文から学ぶ?

著者	小野 真由子, 斧原 藍, 並木 崇浩, 山根 倫也, 白? 愛里
雑誌名	関西大学心理臨床センター紀要
巻	12
ページ	81-91
発行年	2021-03-15
URL	http://doi.org/10.32286/00022936

特集：パーソン・センタード・セラピーの展開

「出会い」の哲学から再考する パーソン・センタード・アプローチの共感的理解

— Schmid の論文から学ぶⅡ —

関西大学大学院心理学研究科博士課程後期課程 小野真由子
関西大学心理臨床センター 斧原 藍
関西大学大学院心理学研究科博士課程後期課程 並木 崇浩
関西大学大学院心理学研究科博士課程後期課程 山根 倫也
関西大学心理臨床センター 白崎 愛里

要約

本稿ではパーソン・センタード・アプローチ（以下、PCA）における共感的理解について、「出会い（en-counter）」の哲学から考察された Schmid（2001a）の章を紹介し、PCA に新たにもたらした知見について若干の考察を述べる。Schmid は、哲学的・対話的観点から他者という存在を含めた共感的理解（empathic comprehension）について説明している。その中で、共感とはひとが生得的に持っている能力であるとし、パーソン・センタード・セラピーでは、理解しようとする試みが「目的のために」使用されることはなく、一人のひとである表現としてもたらされる社会的架け橋であると捉えている。そして、共感的であるということは、他者（the Other）の他者性に触れることで、予期しないことに直面し、不確実な目的地で旅を始めることを意味するとしている。したがって、共感的理解とは、謎めいた理解できないことを含む存在である他者に感銘を受け、他者に対して興味を持っているという能動的な表現であると主張する。Schmid（2001a）の主張から、Comprehension という言葉を用いて、新たな切り口から Th の共感的理解を発展させている点と日本での中核条件のトレーニングに関して若干の考察を述べた。

キーワード：共感的理解、出会い、他者性、パーソン・センタード・アプローチ

I. 問題と目的

Person-Centered Approach の共感的理解に関して、Rogers（1951）は次のように述べている。「カウンセラーの役目とは、できるだけクライアント（以下、CI）の内的照合枠（internal frame of reference）を身につけ（assume）、CI が見ているままの世界を認知し（perceive）、CI が自分がどのように見られているかという CI 自身の気持ちを理解し（perceive）、そうして

いる間は外的照合枠（external frame of reference）に基づく一切の認知を排除し、CI にこの共感的な理解（empathic understanding）を伝達する」。ここで述べられているように、共感的理解は CI に伝達されるセラピスト（以下、Th）の態度の一つであることから、これまで共感するプロセスにおける Th の内的な体験について考察されてきた（小林，2013）。しかし Th の態度論の前に、そもそもなぜ CI と Th という 2 者関係における共感的理解が CI を支えることに

なるのだろうか。そこで本稿では、共感的理解について「出会い」の観点から検討している“Rogers’ Therapeutic Conditions Evolution, Theory & Practice. Volume 2 Empathy (2001)”に掲載された、Schmid (2001a)を紹介し、新たにPCAにもたらした知見について若干の考察を述べる。

II. Comprehension: The art of not knowing-Dialogical and ethical perspectives on empathy as dialogue in personal and person-centred relationships- (2001a) の要約

事をよく聞かないで答える者は、愚かであって恥をこうむる。(箴言 18 章 13 : 旧約聖書)

この章では、共感的理解を、人間の基本的な能力と出会いの態度として、発達心理学の観点から捉え、より根本的で哲学的な視点から調査する。現象学的に、人類学的に、認識論的に、社会倫理的に見て、共感的であるということは、人が人に対して存在する (present) ことの意味の一部である (Schmid, 2002)。

心動かされ自分自身を表現する：同一化と解釈を超えた、生まれ持ったひとの素質としての共感

共感的な人は、相手の内側に起こっていることの意味をできるだけ正確に理解しようとする。例えば、その人は何を感じ、思い、恐れ、何に動機付けられ、何を表現しようとしているのだろうか。それを彼／彼女らに伝えようとする。こうすることで、相手は実際に自分とは違う別の人 (an Other) として見ているということが暗に意味されている。共感というのは、特に意図することなく、少しずつ自分を他者 (the Other) の立場に置く、すなわち他者が体験する内的世界に身を置くあるいは彼／彼女の内的照合枠に入るといふことであり、さらにそこからあたかも彼／彼女かのように感じるということである。この「あたかも」の質は重要である。

なぜなら、共感とは同一化とも、解釈とも区別されるからである。同一化とは、ある人ともう一方の人との境界を無視することを意味する。彼／彼女と同じように感じることによって、あまり役に立たないようなあり方で彼／彼女の感情に没頭したり入り込んだり (dissolve) する。一方で解釈は、他人が考え、感じ表現することを判断することである。彼／彼女について、外的な照合枠で見て評価し、彼／彼女を客観視する。その結果、人と人との関係から離れることになる。同一化は相手の他者性に注目しておらず、無視することさえある。解釈は彼／彼女の独自性を見ない。しかし、共感とは相手の奏でるメロディに共鳴することを意味する。つまり、自分で自分のメロディーを奏でることはせず、相手と共に精密に振動し、感じ取るということである。その中に完全に溶け込んでしまわずに、しかし相手の世界に触れられるのである。

共感的であるというのは、相手のことを、その人が自分自身のことを見るように見ようとするということである。これは、共感的な人は、相手が十分に気づいていない時に起こってくるものをも感じ取っているということの意味している。これは、例えば体験の外側で起こることを予測するというのではない。共感の重要な前提条件は積極的な傾聴 (active listening) である。それはすなわち、言われたことや示されたことだけでなく、何を意味しているのかに注意を向けようとし、相手が何を表現したいのか理解しようとするということである。これは注意や気配りなど集中力が必要である。重要なポイントは、達成点ではなくプロセスを理解しようということである。共感の目的は、相手が表現していることの意味を即時に予測することでも正確に名をつけることでもなく、共に動きを探索することであり、プロセスであり、現在進行形の共有作業である。さらにポイントは、何かを気づかせることではなく、その人が自分をより理解できるようにする誘いである、という点である。すでに述べたように、共感的になるというのは、

彼／彼女の体験の流れに生じるものは何であれ、相手と共に感じ、気づいていくプロセスである。繊細に、偏見なく相手の世界に入る人は、自分の体験を共有することができ、相手（companion）を信じやすくなり、信頼するようになる。正確な共感、相手がより繊細になるように、その人自身に「共感的」になるように支える。そして、彼／彼女自身の体験において恐れが減り慎重さが増すようになる、つまり自身の体験に入り込み、ある種自分との「対話」に入り込んでいけるようになる。

繋がりを持つのか、確かめるのか：共感 VS 認知社会的他者視点取得

共感とは基本的な人間の素質である。共感と認知社会的他者視点取得とは明確に区別される必要がある。どちらも社会的な理解の中心的な側面であり、与えられた状況の中で相手の感情や要求など目的を理解するために使い、結果として出てくるその人の動機付け、期待、感情も扱う。両方が同時に起こることもある。しかし、本質的な違いがある。共感、相手の内的な世界をその人の立場と視点に立って理解し、相手にとって意味のある何かを理解するということである。認知社会的他者視点取得は、内的な状態とその他の状況が自分にとって意味することが何かを探索するといったことに関連する。したがって、共感、接触、繋がりを、親密さを目的とするが、認知社会的他者視点取得は客観的な分類と評価が目的になっている。共感、即時的で感情的な関与であり、認知社会的他者視点取得は知的な考察である。共感、最低限の親密さを基盤とし、その親密さが増加することを目指す。認知社会的他者視点取得は社会的、経験的な知識を基盤とし、より良い知識を持ち予測できるようになることを目指す。共感、人から人へのホリスティックな性質を持ち、認知社会的他者視点取得は論理的な性質を持っている。

このように、共感、破壊することを目的とし

ておらず認知社会的他者視点取得はモチベーションによって破壊的にも建設的にもなり得る。共感、（一方を）支持し、時に「理にかなっていない（unjust）」結束（solidary）である。認知社会的他者視点取得は客観的な判断になっていく。共感も認知社会的他者視点取得もどちらも持って生まれたものであり、非常に早い段階から人が持つ異なる社会的能力であることが示されている（Stern, 1992）。共感の先にあるものは親密な関係の構築と維持である。しかし、認知社会的他者視点取得の機能は環境をコントロールし、状況に合わせた行動を取るよう動くというものである。

これらを考慮すると、共感が誰かについての知識を得るために使われる可能性があると感じるのは間違いである。知識を得ることが目的である場合、それは共感ではない。共感、最小限の承認に基づくプロセスである。認知的社会的視点取得は、常に行動を予測するための知識を得る手段として使用される。しかし動機によっては、これを使用して共感的なプロセスをサポートすることもできる。他の人を評価または判断するために使用される場合は共感と矛盾する。

実存的な対話の中で触れることと触られること：共感とは人を知ることである

共感、常に他者という人に向けられる質のことをいう。故にそれはパーソナルな質である。心理療法で「共感」と呼ばれるものは、「出会い（encounter）」と呼ばれる人と人との関係の理解を求めて、現象学的観点からみた人格主義哲学（personalistic philosophy）で広く議論されている。

Buber：他者の存在に自分自身をさらけ出すという意味での理解（comprehension）

Martin Buber（1962/1963, 1984）は、「理解（comprehension/ *Umfassung*）」は他者が中心にある極と、自分自身が中心にある極の両方の極が考慮されているため、共感以上のものであ

るという。そして、他者を体験する能力、つまり彼／彼女の現実に「入り込む (einschwingen)」と同時に、自分自身の現実を体験する能力を意味する。

Buber の用語によると、理解することは「観察すること」(心の中で気づいておくことを意味する) や、「見ること」(アーティストのように感じたことに開かれることを意味する) とは異なる。むしろ、理解するということは、私が見ているものに実存的に感じ、影響を受けることを意味し、知覚の手段である。Buber はそれを「誰かに気づくようになる (to become aware of somebody) ことを意味する「インクルージョン (inclusion/ Innewerden)」と呼んだ。人に気づくようになるということは、他者の他者に触れることで、感銘を受けることを意味している。そして、その人を独自性のある人として認めることを意味している。これは、私が高者に対して存在する (present) ようになった場合のみ可能である。つまり、プレゼンス (presence) は、関わる方法と知覚する方法の根本的な中核にあり、共感、プレゼンス (presence) の表現である。

Buber (1984) は、このような関係の仕方を「個人の再現前化」と呼んでいる。これは、私が高者をこの瞬間に私の前に立っている一人の人間として知覚していることを意味する。つまり、私が相手の特定の在り方に開かれており、それによって私は他者に「出会う」ことができるのである。Buber によれば、これは関係の基本的な方法であり、自分自身を他者の存在にさらすことを意味する。それは、全体性や個別性を度外視するような、(擬似) 分析的、還元的な知覚とは正反対のものである。統合された全体としての人、その独自性を知るということは、人と人との関係に入り、実存的に触れ、触れられることを意味する。相手を観察するだけでは不可能である。

Buber が用いた別の表現に「現実想像作用 (Realphantasie)」というのがある。これは、他

者の現実に触れることが起こることである。このように相手と関わりを持つことは、その人の本質に入り込み、相手のありのままの姿、なりうる姿を想像し、相手を承認 (acknowledge) し、「確認」することである。相手の実際の現実だけでなく、可能性においても相手を受け入れることを意味する。このように誰かに関して知ることとは一つのプロセスであり、学び練習すべきことである。それは、あたかも自分の体験かのように感じながらも、しかしその体験が自分のものではなく、彼／彼女のものと知りながら、彼／彼女の体験を体験するという方向に向かっていく。このように、人を知るようになるということは、ある人から一方の人に対する影響を確認することが含まれるような積極的な関わりのことである。このような方法で人を知ることで、その人自身が自分のことをより一層知るようになり、成長を促し、人が進歩するのを助長する。Buber は人の成長は、他者がその人を知り、本質を掴み、それが結果的にその人の成長を支えるという関係次第であると確信していた。これらの説明は Rogers が説明していた共感的理解にかなり近くなっていることは容易にわかるだろう。

Rogers と Buber のこの態度と活動の理解の違いは、Rogers が他者の世界に共感的に入りたいのであれば、自分の理解を完全に分離する必要があると考えているという事実にある。一方、Buber はプロセスの相互作用を強調しており、自分の何かを他者に与える必要があると考える。人としての自分を活用しない限り、共感的に理解しているとは言えないだろう。本物 (authenticity) であろうとすることなしに共感はない。本物 (authenticity) であることは常に自分自身を活用することを意味する。したがって、本当に共感であるというのは、常にリスクがある。言い換えれば、共感の関係の変数あるいは条件であり、セラピストだけの変数ではない。

人を知るようになるには、その関係に入ることに開かれており、他者と自分の経験、感情、象徴を区別するために必要な距離を失わないようにする必要がある。これは、同一化や解釈とは質的に異なる関係と理解の方法である。そのためには、私が他者に感銘を受け、自分自身を一人の人として表現することが必要である。他者の他者性に触れて驚きながらも、自分自身であること、そして自己を表現し伝えること、という両極がパーソナルな出会いには不可欠なのである。本物であること（authenticity）と同様に、認めること（acknowledgement）なくして共感はないそして、共通性と差異なくして対話はない。

Levinas：優しさのリスクとしての理解とプレゼンス

共感に備わる対話的性質をさらに理解するために、別の哲学者の見解が役立つことがある。Emmanuel Levinas（1959）は、現象学的考察からそれぞれの関係の「始まり」は他者にあると確信している。他者を探す「私」ではなく、最初にそこにいるのは「他者」である（例えば、発達心理学的観点から見た場合に、私たちは関係の中に生まれる）。他者とは、私が応答しなければならぬ呼びかけ（そして助けを求めて叫ぶ）であり、それゆえに、責任と結束（solidarity）はそこから派生する。他者に向かう私の動きは、他者からの訴えへの応答である。したがって、それは倫理的な運動である。Levinasは倫理を「最初の哲学」として考え、関係の経験における倫理の現象学的な基礎を指摘する。またLevinasは、他者の存在下で発生するこの運動を、継続的な運動と挑戦として説明し、他者が最初にそこに存在するという事実が受け入れられるならば、この運動から逃れることはできない。他者は、分身ではなく、真に別の人物であるため（汝と我の関係として特徴づけられる）、関係は常に非対称である。他者に近づくということは、既に存在するものを追求したり、既に

発見されたものを求めることを意味するのではなく、他者から逃げられないことを意味する。この観点から考えると、誰かと話すことは、正当性を証明したり、自分自身を確認するためではなく、誰かのために話すことであり、仲介と応答である。

共感的であることは、不確かな方法で、おそらく前に到達したことのない不確かな目的地で旅を始めることを意味している。面白みのある部分は、未知の部分であり、まだ理解されていない部分である。共感とは、知らないということ（art of not-knowing）である。好奇心を持ち、驚きを受け入れ、「謎によって目を覚ましている」（Levinas, 1983, p. 120）。

自律性と結束性（Solidarity）：共感とは、未知なる領域への架け橋を築くこと

「気づく（be aware of）」とはドイツ語に由来し「注意深く、用心深く、穏やかな」を意味する。共感とは、他者を完全に知ることはできないということを忘れることなく人の内面に敬意を表して入り、内的な自己で人に近づくことを意味する。したがって共感とは、承認（acknowledgement）（Schmid, 2001b）のように、他者の呼びかけ、他者の開示への応答として理解されるべきである。共感について重要なことは、決して到達できないのだが、常に他者に完全に到達しようとすることである。そこには常に相違点、共感できない何か、理解できない何かが残っている。私たち人間は多くの共通点を持っており、お互いを理解することができる。私たちはまた、個々の生き方や経験の仕方が最後まで謎のままであり、完全に理解することは決してできない異なる人間でもある。これによって、お互いに敬意を持って「出会う（en-counter）」ことができるのである。理解とは、しようとすればするほど、ほとんど出来ないことが分かる。他者を理解しようとすればするほど、相手への理解と自己理解のわずかな差に気づくようになる。そして、他者理解において、他者の無限性

が自分自身をよりよく理解しようとする試みとなり、無限のプロセスを刺激するのである。

共感架け橋である。共感とは、ギャップを取り除くことなく、違いを無視することなく、人と人の違いの間のギャップを埋める。他者の深さを考慮して、異なるものを混同することはなく、橋渡しをする。

共感とは、人を確かにする (confirm)。人である、人になるというのは、自立していること、そして関係性に依存していることを意味する。共感の個別的 (substantial) 側面が、人のアイデンティティを確立する能力を確かなものにする。そして共感の関係性的側面が、深い理解を求め、結果悩ましい世界の真ん中で混乱したポジションに位置する人として構成される個人のニーズに反応する。

他者とは、自分に似ているが違い、仲間であり対立者であり、友人であり敵であり、鏡であり謎である。共感とは、多様性を認め理解しながらも、他者との結束した関係の中に入り込み、彼/彼女を知っていく能力であり、挑戦であり、そして試みである。

自己を育てる：自己理解の必要性への答えとしての共感

人格の個別的で関係的な側面は、子供の発達を理解するための基礎である。実現傾向は、有機体の可能性や欲求の成長を目指している。適切な関係はこの成長を促進するため、信頼性 (authenticity)、承認 (acknowledge)、共感的理解 (empathic comprehension) というパーソン・センタードの中核条件は、子どもと重要な他者との関係における発達条件として重要である。共感的な配慮だけが、いかなる条件にも結びつかない愛情を表現する。子どもにとって共感のニーズが満たされない場合、親に経験が理解されるように、新たな方法で何度も自分自身を表現していく。共感的に理解されていない経験は、異質なままであり、一致した自己体験になるために存在し続け、共感的な理解のニー

ズを満たそうとし続ける。したがって、共感的に理解されるために必要な経験が、条件のように彼または彼女の価値観の中に形成され、人格の重要な部分をも構成する。一般的に、人間は自分自身を理解し、自分自身を認め、自分たちの人生を誠実に体験したいと思っている。人生は、弁証法のプロセスであり、理解されることと自分自身を理解することを目指して努力している。これを実現するためには、他人が自分自身に向かってこれを体験できる関係が必要なのである。

予期しない事態を待つ：パーソン・センタード・セラピー (以下、PCT) の認識論的基盤としての共感

歪んだ、条件付きの自己理解がある場合、人間関係の新しい経験が役に立つことがあり、セラピーはその一つである。PCTとは、上記の出会いの哲学的な意味でいえば「理解による人格の成長」である。Thは、「分断されていない共感 (undivided empathy)」(Raskin and Rogers, 1989, p182) によって「繊細な交わり (sensitive companionship)」(Merry, 1988, p22) を提供する。Rogersは晩年になるほど、共感の出会いの質を強調した。特に、治療上の対話における「プレゼンス (presence)」として理解することの重要性を強調した (Rogers, 1986)。

出会いの哲学的観点から見れば、共感が固定された状態として理解されることはない。Rogersが強調したように、それは常にプロセス、つまり在り方 (a way of being) であり、より正確には「共にいる在り方 (a way of being with)」である。共感の解釈は、単純なミラーリング、感情の反映の手法、または「感情的体験の言語化」として理解することは、技術的な誤解であり、PCTの対話的な性質を欠いている。開かれた傾聴 (open listening) とは、物事が起こる前に、予見しようとはせず、予期しない事態や不協和音に備えることを意味する。人と人との関係は、肯定的に共感的に他者と共にいる在り

方と、一致して自分自身と共にいる在り方（したがって、自分に対して「共感的」であること）の間で揺れ動きながら成り立っている。共感とは、コミュニケーションのすべてのチャンネルに注意を払うのであり、感情に関する言語的な発言にのみ限定されることはない。PCTはその名にあるように、感情や言葉が中心ではなく、人が中心であり、身体や「感覚的な気づき」というのも共感的な対話全体に含まれる。相手の世界に入り、相手の感覚で味わうなど、共感とは身体能力を使って行われ、自分自身のジェスチャー、姿勢、動き、そして（適切な場合は）触れることなど、すべての身体能力で表現する。明確に述べると、共感的な表現とは、言語的なものに限らない、象徴的なものである。

セラピーの重要な要素としての共感とは、PCTだけが主張している訳ではない。例えば Heinz Kohut (1984) などの自己心理学では、患者についての知識を得るために、そして患者のために共感を使う必要があると考えられている。しかし、Rogers と Kohut では共感の使用の意図に違いがある。Kohut は、患者の行動を解釈するためのデータを収集したいと考えていたが、Rogers は、CI の敏感な仲間になりたい「だけ」で、自分自身を発見する旅を続けようとする人を勇気づけたいと考えていた。Rogers によると CI の自信と Th からの自立という点で違いがある (Rogers & Sanford, 1985)。共感と認知的社会的視点の違いを考慮すると、Kohut が話しているのは、厳密な意味での共感ではない。すでに述べたように、共感とは「するために」使用することではなく、定義上でも共感とは意図的なものではない。PCT は、CI に共感することで、認知的社会的視点を取り入れて、Th のどの反応が CI のどの反応につながるかを確認するのではなく、感知できるものに触れることである。共感を体験することは、それ自体が確認の体験なのである。

「社会的共感」：エンカウンターグループにおける複数レベルの共感

グループについて考えるとき、理解としての共感に追加の視点が現れる。ここで重要なのは、グループとは個々人の集まりという意味以上のものがあり、故に「グループへの共感」もある。グループワークでは、ファシリテーターの共感とは、個々人だけでなくグループ全体、およびグループの一部やその中での相互作用にも同様に向けられる。

グループでは、人が試験的に言葉で表現したり象徴したりすることが役に立つことがよくある。つまり、ある人が抱く印象がグループで利用できるようになる。このような状況では、異なる内的世界を持つ異なる人々（したがって共感するものが異なる）が必ずしも矛盾した立場に立つ必要はないが、議論になることや、曖昧になる（グループ内の他の立場を排除しない）ことがしばしば起こる。したがって、グループはひとをよりよく理解するのに役立つ、逆もまた同様になりうる。ひとは「グループのために話し」、他者に明らかになるよりも早く、グループの気持ちを表現する。そのようなグループでは、人々は感情を感じることを学ぶことができるのである。またグループは、1対1の治療である自己完結型のペアよりも「外部の現実」を描写することが多く、この外部の現実と直面している人の問題に対処するのに適していることがある。グループは、Mann (1975) が「社会的共感」と呼んだものを発見して発展させるのに特に役立つ。社会的共感とは、グループが社会に含まれていることを意味し、人々がさまざまな役割を果たしていることを示す。

他者の独自性に対する謙虚な態度：非指示性の中核としての共感

PCT の Th とファシリテーターは、共感することで、トピックの選択、CI の感情や認識の意味の解釈、セラピーのプロセスの操作に関して、指示性を回避する。しかし、共感自体が CI に影

響を与えていないだろうか？もしそうならば、これは非指示性と矛盾するのだろうか？特定のことに注意を払いそれ以外のことにあまり注意を向けず、注目するポイントを設定し、そして結果的にCIに提案をしたり、CIを特定の方向に向かわせるように調整したりと指示的になる。そういう意味では、アクティブリスニング（active listening）は、常に指示的ではないだろうか？

技術のレベルでこれらの質問に対処することは間違いなく不十分である。1942年にRogersは「指示的アプローチと非指示的アプローチ」（pp. 108-20）の違いは、カウンセリングの哲学と価値観の違いであると書いている。課題中心（problem-centred）とクライエント中心（client-centred）の違いは、社会的および政治的哲学の問題である。人格主義的な観点からは、ThではなくCIが専門家なのである。Thにとって非指示的であるのは、CIにとって自己指示的であり（Rogers, 1942, p. 87）、有機体指向とも言え、CIの指示性を中心にしている。そのため「クライエント中心」なのである。

議論的となっている非指示性の問題は、多くの場合中核条件と十分条件の理解と組み合わせで議論される。「指示性 対 非指示性」という主題について誤解を避けるためには、セラピーが影響を与えるプロセスであるかどうか、という質問とは関連がないことを明確にする必要がある。もちろん、CIに影響を与えるThの意図はある。関係において、影響を与えない方法はない。Thがすること（またはしないこと）は常に効果または影響を及ぼすが、これを特定の効果をもたらそうと意図したものと混同してはならない。グループでの仕事に関して、Rogersは「人々が、私ガリスニングを選択し、したがってそれが「指示的」だと非難したいのであれば、それは「指示的」であることには間違いはない」と述べた（1971, p. 276）。彼は、その瞬間の経験がCIにとって持つ意味と、彼らがCIに引き起こす感情に興味があることを強調した。

したがって、積極的な傾聴でさえ、影響を与えるという意味で指示的ではある。しかし重要なポイントは、それをどのように行うか、そして特定の目標を目指すかどうかなのである。パーソンセンタードの影響の目標は、実現プロセスを促進することである。そうするための「手段（means）」は、プレゼンス（be presence）によるものである。つまり、プレゼンスと行動の在り方は、中核条件の説明によって明示される。あらゆる種類の指示性を含むものは、これらの「手段（means）」とは相容れない。

出会い（encounter）の観点から、他者を謎めいた説明できないものとして認識することから、プレゼンスと呼ばれる他者と「共にいる在り方」を実現することが原則として非指示的であることは間違いがない。指示的な手段は、自律性、責任、自己決定、耳を傾けること、共感的であることという目標と矛盾している。したがって、非指示性はそれ自体が原則ではなく、Thのすべての行動や行動についての声明でもない。それは一連の行動でも技術でもない。それは全てが受動的という訳ではなく、他者に感銘を受け、彼／彼女に興味を持っているという能動的な表現なのである。非指示的であるということは、態度であり、「共にいる在り方」であり、そしてCIの実現傾向への信頼の結果である。非指示的であるということは、他者のその他者性と独自性を尊重することを意味している。それは未知への謙虚な態度であり、出会いの前提条件であり、出会い志向（encounter orientated）の態度の基本的な実現でもある。非指示性では、Thの価値観が表現され、CIを外からコントロールするのではなく、彼／彼女の有機的な自己指示性と自律性を尊重する。そして、他者に驚かされ、他者が人として明らかにしようとしていることにオープンである能力を意味する（Schmid, 1999）。

知らないということ（The art of not knowing）は、私たちが人としてお互いに負っている、そして私たち自身に負っている、お互いに

関係する方法である。

Ⅲ. 若干の考察

1. Comprehension に込められた主張

PCAにおいて一般的に「理解する」を表現する際にUnderstandを用いるが(Rogers, 1951)、Schmidはこの章でComprehensionという単語を用いている。Buber(1962/1963, 1984)によると、Comprehensionとは、私が見ているものを実存的に感じ影響を受けることを意味する。実存的に影響を受けるとは、相手という存在が先にあり、そしてそこに自分が存在しており、他者からすでに受け取っているものが存在しているということである。Schmidは他者を含んだComprehensionという言葉を使うことで、共感的理解のプロセスにおいて、他者の他者性に触れる＝理解できない領域を含んだ他者を一旦そのまま受け止めるという点を強調したかったのではないかと考える。これまでのUnderstandで表現されてきた理解のプロセスは、Thはあくまでas ifという性質を持ち(CIの体験と同一化すべきでないと晩年にRogers(1959)は述べているが)、「理解」に重点が置かれてしまうがゆえにThがCIに同一化することも目指されていた(Rogers, 1951)。もしThが理解に基盤を置き、理解できるCIの体験にばかりフォーカスしているとすれば、そのプロセスではThに理解できないCIの体験は否認され、共感的理解にみえるうわべだけの応答だけが展開されていることになるだろう。Thにとっては自分の理解できるCIの体験のみを扱っているため、一見自己一致しているように見えるが、無条件の肯定的配慮は欠けている。理解が重視されると、このような誤解も起こりかねない。Schmidはこのような「理解すること」重視で同一化が起こりかねない現状に対して、ThがCIのわからなさに触れる時にこそ、理解することの前に、他者という自分には理解できないことを含んでいる存在だというComprehensionの文脈で、共

感的理解の態度をThが持つという新たな切り口からThの態度論を発展させている。

Rogersの論文を読んだうえで今回紹介したSchmidの論じる共感的理解を学ぶことで、特にPCAの初学者にとっては、共感的理解は応答ではなく態度であるという意味を文献上で理解する教材になり得るのではないだろうか。

2. 日本での実践トレーニング

Schmidが「他者性」という出会いの哲学から共感的理解を論じたことで、共感的理解は応答ではなく態度であり、他者とつながる架け橋となることは知識として理解できる。一方で、実際の臨床場面において他者の他者性に触れる瞬間は、Thにとっては自身が揺らぐ可能性もあり、困難な局面でもある。様々な臨床場面で実践を行う筆者にとっては、Schmidの学びをどのように実践に生かしていくことができるかという問いが常に自身の中で浮かび上がる。そして、どのようにトレーニング可能なのだろうかという問いも湧きあがる。

Thの中核条件のトレーニングについて、Mearns(2003)は自己一致の態度を育むことが、共感的理解や無条件の肯定的配慮を単に技術向上とする研修とは一線を画する観点になると述べている。加えて、信頼と安全が迅速には確立しえない非構成の大グループが自己一致の態度を育む好機であると主張する。またThorne(1987)は、PCAのカウンセラーは、カウンセラーの自己受容が実践になくはならないとして、自分自身への慈しみの気持ちを育み続けることがトレーニングの目的の一つになると述べている。今回紹介したSchmid(2001a)は、実践に関して具体的に言及はしていないが、“非指示性はそれ自体が原則でもなく、行動についての声明でもない。(中略)他者に感銘を受け、彼または彼女に興味を持っているという能動的な表現なのである”とThの態度について明確に言語化することは試みている。そして共感とは、“人が生まれ持った素質”でもあると述べてい

る。

トレーニングについて改めて考えると、Schmidが中核条件を“三位一体”と述べていることや上記の先行研究から、共感的理解だけを取り出してトレーニングすることは難しく、中核条件のつながりを意識してトレーニングする必要があるだろう。また、具体的なトレーニング方法に飛びつきたい気持ちもあるが、個人が生まれ持つ多様な素質を洗練していくには、画一的なトレーニング方法で鍛えることもできないだろう。PCAのThとしてトレーニングしていくには、PCAを志す仲間と出会い、共に支え合いながら個人の実践における中核条件を振り返り、時折Schmidの論を読み返してThの態度論に立ち戻り、具体的な方法は各自の問題意識に沿ってアップデートしていく他にないだろう。

今後の日本において、Person-Centered Therapyは非常に厳しい立場に置かれる可能性も指摘される中で(中田, 2014)、PCAをともに学ぶ仲間と出会い学び合うコミュニティを形成していくことが、今の日本の中でPCAトレーニングに取り組む第一歩なのかもしれない。

文 献

- Buber, M. (1962/63). *Werke*, 3 volumes. München: Kösel.
- Buber, M. (1984). *Das dialogische Prinzip*, Heidelberg: Lambert Schneider, 5th ed.
- 小林孝雄 (2013) ロジャーズによる「共感的理解」の記述の検討: 「知覚」から「感じる」, 「内的照合枠」から「私的な世界」へ, 臨床相談研究所紀要, 18, 29-37.
- Kohut, H. (1984). On Empathy. In Ornstein, P. (Ed.) *The Search for the Self*. Volume 4, 525-35, Madison, CT: International Universities Press.
- Levinas, E. (1959). *Husserl 1859-1959. Recueil commémoratif publié à l'occasion du centenaire du philosophe* (Phaenomenologica VI), Den Haag: Nijhoff.
- Levinas, E. (1983). *Die Spur des Anderen: Untersuchungen zur Phänomenologie und Sozialphilosophie*, Freiburg i. Br.: Alber, 3rd ed. 1992.
- Mann, F. (1975). Anmerkungen zu einer Theorie personzentrierter Encounter-Gruppen, *GwG info* 23, 4-12.
- Mearns, D. (2003). *Developing person-centred counseling*, SAGE Publications Ltd.
- Merry, T. (1988). *A Guide to the Person-Centred Approach*, London: Association for Humanistic Psychology in Britain, 22.
- 中田行重 (2014) わが国におけるパーソン・セントラード・セラピーの課題, 心理臨床学研究, 32 (5), 567-576.
- Raskin, N. and Rogers, C. R. (1989). Person-Centered Therapy. In Corsini, R. J. and Wedding, D. (Eds.), *Current Psychotherapies*, 155-194, Itasca, IL: Peacock.
- 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*. Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1959) A theory of therapy. personality and interpersonal relations, as developed in the client centered framework. In Koch, S. (Ed.), *Psychology: A study of a science. Vol13. Formulations of the person and the social context*, 184-256, McGraw-Hill.
- Rogers, C. R. (1971). On Facilitating Encounter Groups, *The American Journal of Nursing*, 71, 275-279.
- Rogers, C. R. (1986). A Client-Centered/Person-Centered Approach to Therapy. In Kutash, I. L. and Wolf, A. (Eds.), *Psychotherapist's Casebook: Theory and Technique in the*

- Practice of Modern Times*, 197-208, San Francisco: Jossey-Bass.
- Rogers, C. R. and Sanford, R. (1985). Client-Centered Psychotherapy. In Kaplan, Harold I. And Sadock, B.J. (Eds.), *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, IV, Vol. 2, 1374-1388; 4th ed, Baltimore: Williams and Wilkins.
- Schmid, P. F. (1999). *Non-Directivity in Person-Centered Psychotherapy; Myth or Reality*. Paper given at the 2nd World Council for Psychotherapy, Vienna, Wien.
- Schmid, P. F. (2001a). Comprehension: The art of not knowing-Dialogical and ethical perspectives on empathy as dialogue in personal and person-centred relationships-. In Haugh, S. and Merry, T. (Eds.), *Rogers' Therapeutic Conditions Evolution, Theory and Practice. Volume 2: Empathy*, 53-71, Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Schmid, P. F. (2001b). Acknowledgement: the Art of Responding. Dialogical and Ethical Perspectives on the Challenge of Unconditional Personal Relationships in Therapy and Beyond. In Bozarth, J. and Wilkins, P. (Eds.), *Rogers' Therapeutic Conditions Evolution, Theory and Practice. Volume 3: Unconditional Positive Regard*, 49-64, Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Schmid, P. F. (2002). Presence: Immediate Co-experiencing (working title). In Wyatt, G. and Sanders, P. (Eds.), *Rogers' Therapeutic Conditions Evolution, Theory and Practice. Volume 4: Contact and Perception*, 182-203, Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Stern, D. (1992). *Die Lebenserfahrung des Säuglings*, Stuttgart: Klett-Cotta.
- Thorne, B. (1987). Beyond the core condition, In W. Dryden (Ed), *Key Cases in Psychotherapy*, London: Croom Helm.