

[特集]
ロジャーズの中核三条件を読む

「一致」というテーマに関する最適の書

関西大学大学院心理学研究科
田中秀男

I 本書の成り立ち

本書『一致』は、「ロジャーズの中核三条件：カウンセリングの本質を考える」シリーズ三分冊の第1巻として刊行されたものである。中核三条件に関する充実した論文が、入手しやすい図書というかたちで刊行されたことを歓迎したい。また、本書は、「一致」「受容」「共感的理解」の三条件を学び始めの人にも、すでに実践を積んだ上で改めて三条件に立ち返りたいと思っている人にも、手に取っていただきたい内容となっている。

ロジャーズの必要十分条件、すなわち六条件をめぐる論文は、英語圏で、2001年から2002年にかけて、“*Rogers Therapeutic Conditions: Evolution, Theory and Practice*” (PCCS Books) というシリーズの図書が4分冊で刊行されていた。また、六条件のうち、中核三条件をめぐることは、国内でも、先だって本学会誌において「さまざまな立場からみたロジャーズの“三条件”」という特集が組まれた(第32巻第2号, pp.117-145)。以上のような経緯があり、一致に関する議論が再び活発となっている。そうした現状の中で刊行された本シリーズは、2011年から編者のあいだですでに暖められてきたというだけあり、満を持したかたちでの登場といえよう。

II 本書の構成と特色

本書『一致』の構成を概観したい。この本は、シリーズ三分冊全体の趣旨を紹介した「Introduction」、本シリーズ編者の一人による「基礎編」、5人の執筆者による「発展・実践編」、外国や他学派からの投稿を取めた「特別編」、編者3人による監修者への「インタビュー」、監修者による「あとがき」からなっている。なお、こうした論文の合間には、さまざまな領域の実践家による肩の凝らないコラムが挟まれている。

「基礎編」の本山智敬氏による「一致をめぐる」は、ロジャーズが言おうとした「一致」を幅広くおさえるために最適の論文である。この論文は、ロジャーズの一次文献を時系列で丁寧に追っている。ロジャーズの「一致」は、ともすればカウンセリングの入門書において、「セラピーによるパーソナリティ変化の必要にして十分な条件」論文(Rogers, 1957)と『クライエント中心療法』(Rogers, 1951)の2つの円の重なりだけに依拠して説明されがちである。そんな中、本山論文は、それら1950年代の著作からはるか遡る『問題児の治療』(Rogers, 1939)に立ち戻る。『問題児の治療』で論じられている、セラピストの「自己理解」に、のちの「一致」の萌芽を見出している。その他にも、ロジャ-

ズが一致という言葉を用いずに一致に関することを述べている箇所が紹介されている。著作集の索引を見ただけでは分からないロジャーズの見解を垣間見ることができてありがたい限りである。また、必要十分条件論文以降のロジャーズの見解も、一致に関する国内の先行研究もふんだんに紹介されている。

「発展・実践編」の冒頭を飾る論文は、羽間京子氏による「治療者がみずからの内的体験をそのままに体験し保持することの意味」である。非行臨床を領域としている点で、無条件の積極的関心と共感的理解の態度で相手に接しようにも相手へのネガティブな思いが生じてくる最たる事例を考察していると言えよう。この論文においては、処遇者自身の規範意識などからくる感情と他の態度条件とのあいだで、「みずからが分裂する感覚」を保持することの重要性が論じられている。

続く論文は、大石英史氏による「クライアント中心療法における一致の臨床的検討」である。この論文では、クライアント中心的な応答が、精神分析の解釈的応答との対比で具体的に論じられている。また、この論文では、セラピストの一致について一般に誤解されやすい点2点が示されている。1つ目は「自分の思いをすぐさま言葉にしてしまうこと」であり、2つ目は「セラピスト側の内的な動きばかりに過敏になってしまうこと」である。クライアントに関するポジティブとは限らない感情が生じたとき、今しばらくはそのことを表明しないでおく作業を大石氏は重視し、この作業を「不一致の抱え」と呼ぶ。また、一方で、セラピストが自分の内面の状況にばかりとらわれることを、一致の「神経症的側面」と呼び、むしろ、クライアント側の気持ちの動きをゆったりと観察できる「外向きの」意識も大事であることを説いている。

次に続く論文が、中田行重氏による「ファシリテーターの一致について」である。往々にして従来は、中核条件があればよいという意味でエンカウンターグループも心理面接も同じとみ

なす考え方もある中で、中田氏はこれら2つの異なる点に注目している。エンカウンターグループにおいて共感的に理解しようとするとき、メンバーが複数いるので、複数の照合枠を同時に抱えることになるという点である。上記の共感的理解に限らず、照合枠の問題は、一致に関してもこの論文の特徴である。一致発言にはセラピスト照合枠とCIの内的照合枠からの二通りがあると中田氏は指摘する。

その次に続く論文が、日笠摩子氏による「フォーカシング指向の観点から一致を考える」である。先述の“*Rogers Therapeutic Conditions: Evolution, Theory and Practice*” (PCCS Books) シリーズのうち、“*Congruence*” の巻 (Wyatt, 2001) に掲載された論文が端的に紹介されている。その的確な紹介のおかげで、評者も大変勉強になった。評者は以前、「一致」をジェンドリンの立場からとらえ直す試み (田中, 2015) を執筆した。しかしその際、こうした分野における日本語の先行研究があまりにも少ないことに驚いたものである。平易な訳文で紹介された本論文を、評者が執筆当時に参照できたならよかつたのにとつくづく思った次第である。

「発展・実践編」を締めくくる論文が、田村隆一氏による「一致からみた共感的理解」である。この論文では、伝統的な「共感」という概念では説明しづらい例として、統合失調症者との面接や夢のフォーカシングセッションが挙げられている。話の中身を確認しようがなかったり、具体的な内容を語らないセッションを聴いたりしている場合を筆者は挙げている。話し手が何をどのように感じているのかを聞き手が体験しようがないことは、フォーカシングにおいては、夢を素材としない場合でもよく起こりうることである。評者なりに例を挙げてみよう。例えば、「教室でのことを思い出すと、なんか、胃の辺りにドスンとしたものがあって」「ドスンと」「ああドスンというよりはズキズキですね」「むしろズキズキ」といったやり取りが続き、しばらくして、「今、胃の感じはスッと楽にな

りました」という展開になったとしよう。この場合、教室でどんなことが起こったのかまったく知らされていないまま「ドスン」→「ズギズキ」→「スッ」と聞き手が応答することが効果的であるとしても、こうした応答は、聞き手が話し手に共感的理解を伝えるのとは明らかに異なると評者もかねがね思っていた。よって、田村氏の指摘は大変納得のいくものであった。この議論の延長線上で、田村氏は、体験内容から独立したところで双方のフェルトセンスが共鳴するかのように変化していくような治療関係を「レゾナンスモデル」と呼ぶことを提唱している。

「特別編」の一つ目の論文は、キャンベル・パートン氏による「表現すること、一致、そして中核条件」である。パートンの「一致」に関する見解は、彼の翻訳書（パートン，2009）で既に論じられている。だが今回の論文での彼は、ウィトゲンシュタイン哲学からの援用をさらに強めている。読者の中には、およそロジャーズの枠組みから離れた哲学をなぜ引き合いに出す必要があるのか、疑問に思われる方もいるかもしれない。しかし、パートンが活躍する英語圏では、こと哲学の領域において、言語が介在することなしに内面的な意味というものが予めあると想定するのは過去の産物である、とする考え方が主流である。ウィトゲンシュタインらの哲学から想定されうる批判に、カウンセリング研究者の一人としてパートンは応じる必要性があったのだと思われる。パートンのウィトゲンシュタイン解釈が絶対的なものではなく、数ある解釈の一つではあるとしても、こうした考察自体は、議論の活性化（三村，2016）に貢献するであろう。

「特別編」の続く論文は、成田善弘氏による「なぜ不可能なのか？ からの出発」である。精神分析医として高名な筆者は、ロジャーズの中核三条件について、折に触れて言及していた（成田，1997）。精神科に入局した頃ロジャーズに感動した成田氏が、三条件を「めったに実現さ

れない“理想””と思うに至った経緯は、今回も論じられている。だが、今回はそれに加えて、本シリーズ基礎編の坂中論文・三國論文・本山論文を踏まえた上で、改めて成田氏によるコメントがなされている点が注目される。「一致」に関していえば、「クライアントとの接触がどうもつまらない」場合、分析家なら治療者が患者の無意識を感じ取ったと言うが、無意識という概念を使わないロジャーズではどういう説明になるのかと問題提起している。

特別編に続き、長年日本のパーソンセンタード・アプローチを牽引してきた村山正治氏へのインタビューが収録されている。読者は、このインタビュー中の「これ以上“三条件”で研究を展開していても新しい成果は、あまり出てこないじゃないか」という一見ネガティブな発言に面食らうかもしれない。しかし、前後の文脈を追うと、共感なら共感、一致なら一致だけを単体で取り上げるのではなく、三条件が絡み合っているということの重要性などが説かれていることが分かる。

以上、各論文を掲載順に追ってきた。だが、一口にロジャーズの「一致」とは言っても、どこに焦点を当てるかで論点がさまざまである。そこで、本書で論じられている「一致」のさまざまな論点が、どの論文で主に言及されているかを、評者なりに整理してみたい。「中核三条件、とりわけ一致は、カウンセリングの初学者にはあまりにもハードルが高すぎるのではないか」という点に関しては、本山論文、日笠論文、成田論文を参照することをお薦めしたい。「一致」と「無条件の積極的関心は両立するか」という点に関しては、本山論文、羽間論文、大石論文、成田論文を参照することをお薦めしたい。「自己概念と経験との“完全な”一致はそもそも可能なのか」という理論的な問題については、日笠論文や田村論文を参照いただきたい。「セラピストの一致した態度を、どの程度・どのようなタイミングでクライアントに伝えたらよいのか」という点に関しては、本山論文、大石論文、

中田論文を参照することをお勧めしたい。

III 評者の立場から

本書は、経験豊かなセラピストによる臨床事例が随所に盛り込まれている。一方、評者自身はセラピストではない。そこで、職業としてセラピーを行っていない立場から、本書を読んだ上で、もし自分が援助を受ける立場だと仮定したらどう感じるかを、思い浮かんだ具体例を挙げつつ評者なりに「一致」理解を示してみたい。

以下のような全く架空の場面を想定してみよう。場所は大学の学生相談室、面接の終了時間が迫っている。にもかかわらず、カウンセラーは微笑みを絶やさず、相槌を打ち続ける。それを見て、クライアントは次のように思う。「この先生は自分の話に関心を持ってきている。しかも、自分の言いたい事を分かってくれる」。クライアントにとって、相談室の外ではあまりない経験であり、つついっと話してみたい気持ちに駆られる。「このことは他人にしゃべってもムダ」と思って心の引き出しにしまっていた悩み事が、カウンセラーの微笑と相槌で、思わず出てくる。普段は自分で強制的にオフにしていたスイッチが思わぬところで入るのである。

そこへ、カウンセラーからクライアントは次のように言われる。「まだ話したいことあるんでしょう？ 私の方は全然かまわないんだけどね。ただ、あなたが5限目の授業に間に合うかなあと思って。とっても心配なんですけど、あなたの方はどうかなあ？」。この発言と同時に、カウンセラーが時計をチラチラと見て、貧乏ゆすりをしていたらどうであろうか。言葉の上では「この場に居続けていい」というメッセージを送られている。にもかかわらず、仕草からすると、カウンセラーの気持ちが見えなくもあり、クライアントは相談室に居続けていいのかよくわからなくなるであろう。

カウンセラー側の都合であるにもかかわらず、カウンセラーはあたかもクライアントのた

めを思ったかのように発言する。こうした場合、カウンセラーの態度は、ある種の不一致であり、誠実でないと言えよう。理論的にいえば、カウンセラーの自己概念「予定時間以上にクライアントを受容できる私」と、カウンセラーの経験「時計のチラ見・貧乏ゆすり」とが不一致であると言える。その結果、クライアントは、板ばさみ状態となるであろう。眉間のしわの寄り具合や声の調子から、カウンセラーの言っていることとは裏腹な本音を推し量らねばならないからである。クライアントは「また相手を引かせてしまうのではないか」「受け入れてもらえないことをしゃべっているのではないか」「先生がみなまで言わずとも、そろそろおいとまする察しができるようになれない自分が悪いんじゃないか」と自分を責めるようになるかもしれない。日頃の対人関係の失敗をまた面接室でも繰り返すことになり、余計傷つきやすくなるかもしれない。

ロジャーズはセラピストの時計のチラ見・貧乏ゆすり自体が悪いと言っているわけではない。そうしたカウンセラー自身の状態に気づかないまま、表向きだけ受容的な態度であるかのように振舞うことが不一致であり、治療の変化が起こらないと主張しているのである。

では、援助者側が自分の経験を意識し、必要とあればそれを相手に伝えるとは、具体的にはどのようなことであろうか。評者が興味深い例として以下に挙げたいのは、治療関係の外で起こったことである。本書においても解説されているように、セラピストは治療関係以外の場で一致している必要は必ずしもない。にもかかわらず、以下の引用文は、図らずしてセラピーの時間外で一致した態度が効果的であった例と思われる。

ある日の午後、わたくしは、一人の感性優れた若い同僚と討論していた。いつものように、心理療法に関する話題であったと思う。話の自然の流れの中で、彼は、自己の

幼少期の間関係を語ろうとしはじめた。突然、私の心の中に、何か、重い、負担になるような感情が起こってきた。そこで、わたくしは、彼を遮り、「今の私とあなたの間柄は、そうした話を聞くのにふさわしいものではないような気がする」と告げた。一瞬、彼の内部に何かひらめいたように見えた。彼は次のように語った。「先生が聞くまいとしたとたんに、いま自分が話そうとしていた事柄が重要なものだという気持ちになった。それまでは、重要だという感じではなかったのに」。(神田橋, 1988, p.169)

上記引用文の著者は、パーソンセンタードをオリエンテーションとするセラピストではない。また、上記の会話は、医者と同僚同士の会話であり、治療関係ではない。にもかかわらず、上記引用文はロジャーズの一致を考察する上で参考になるだろう。ここで起こっていることを、評者なりにあえて段階に分けてみたい。

1. 話し手が、幼少期の間関係を語ろうとし始める。
2. 聞き手が、自分の心の中に「重い、負担になるような感情が起こってきた」ことに気づく。
3. 聞き手が話し手に、「幼少期の話を聞くのはふさわしくない」と適切に伝える。
4. こうした聞き手の意識と伝達が、話し手に良い影響を与える。

2の段階で、聞き手に何らかの感情が起こっていることに気づかず、ただ話し手に押し込まれるだけであつたら、聞き手の態度は不一致のままであり、上記学生相談室の例と変わらなかったかもしれない。まずは、まだうまく伝えられないものの、話し手への否定的な感情(本山論文)が自分の心の中に起こってきたことに気づくことが大事であろう。

しかしながら、思ったことをただ正直に言ひさえすればロジャーズの一致だというのはもちろん誤解(中田論文)である。3のように一個

人の意見として誠実に伝えるためには、さしあたって「重い、負担になる」ような心の動きが聞き手の内部に煮詰まってくるまでしばらくは感じ取るような「抱え」の状態(大石論文)が必要であろう。こうした過程を経た上での「そうした話を聞くのにふさわしいものではないような気がする」という伝達であるからこそ、4のように話し手の内部にひらめきが起こるのである。また、こうした「話を聞きながら一人の人間としての自分のなかに起こる反応を表現する」トレーニング手段の一つとして、インタラクティブ・フォーカシングの「相互作用的応答」が本書では紹介されている(日笠論文)のであろう。

以上が、本書を読んだ上での評者の一致理解である。治療関係の中でのセラピストによる一致の例は、本書の各論文をぜひご覧いただきたい。

いずれにしても、本書のように、ロジャーズの中核三条件の中でも「一致」に特化された図書が刊行されたことは国内で前例がないことである。この本は、カウンセリングを学び始めた人にも、カウンセリングのベテランにも刺激を与えるものとなるであろう。本書の刊行により、「一致」に関する研究が国内で進むための土台が提示されたことを改めて歓迎したいと思う次第である。

文 献

- キャンベル・パートン 日笠摩子(訳)(2006): パーソン・センタード・セラピー: フォーカシング指向の観点から 金剛出版。
- 神田橋條治(1988): 発想の航跡 [1] 岩崎学術出版社。
- 三村尚彦(2016): フェルトセンスは、身体的なフィーリングなのか 關西大學文學論集, 65(3・4), 1-23.
- 成田善弘(1997): めったに実現されない“理想”: 精神科医の立場から こころの科学, 74, 95.
- 田中秀男(2015): 「一致」という用語にまつわる問題点とジェンドリンによる解決案 人間性心理学研究 33(1), 29-38.
- Wyatt, G. (Ed.) (2001): *Congruence*. Ross-on-Wye: PCCS Books.