
“この感じ”という直接参照 —フォーカシングにおける短い沈黙をめぐって—

関西大学大学院心理学研究科

田中秀男

◆要約◆

本研究では、ユージン・ジェンドリンの理論的用語「直接参照 (direct reference)」の中核的意味を検討することで、“この感じ”“それ”のようにフェルトセンスの質を表さない言葉を、フェルトセンスの質を表す言葉から区別した。この区別を、『フォーカシング指向心理療法』(Gendlin, 1996) や『フォーカシング入門マニュアル』(Cornell, 1994) の逐語記録を考察する際に用いることで、セッションにおける短い沈黙のときにフォーカサーが主に行っている作業と、「ハンドルを見つけ、共鳴させる」作業との違いを明らかにした。この結果、フォーカサーの作業の違いに応じたりスナーのふさわしい応答を理論的に考察した。

キーワード：直接参照、フェルトセンス、沈黙、ハンドル、共鳴

I はじめに

本研究は、公刊図書におけるフォーカシング・セッションの逐語記録を、ユージン・ジェンドリン (Eugene Gendlin, 1926-2017) の理論的用語である「直接参照 (direct reference)」(Gendlin, 1961; 1962/1997; 1964) に基づいて検討する。検討によって、フォーカシングのセッション中に話し手が個々の局面で行っている作業の違いに応じて、聞き手がいかにふさわしい応答をするかを理論的に明らかにすることを目的とする。とりわけ、フォーカシング・セッションにおいて有意義な「短い沈黙」が起こるために聞き手がどのような応答を行っているかを際立たせることを試みる。

フォーカシング・セッションの逐語記録をジ

ェンドリンの理論的用語を用いて検討することは、一見すると目新しさが無いように見えるかもしれない。なぜなら、ジェンドリン自身が既に行っていると思われるからである。しかし、「直接参照」という用語を、フォーカシング・セッションの逐語記録を考察する際に用いた研究はこれまでにない。

従来、フォーカシング・セッションの逐語記録は、『フォーカシング』(Gendlin, 1981) で提唱された「6つのステップ」か、あるいは、「体験過程尺度」(Klein, Mathieu, Gendlin & Kiesler, 1970; Klein, Mathieu-Coughlan & Kiesler, 1986) に基づいて検討されてきた。「6つのステップ」の内訳は「①空間をつくる」「②フェルトセンスを形成する」「③ハンドルを見つける」「④共鳴させる」「⑤質問する」「⑥受け取る」である。

「6つのステップ」は、ジェンドリンのフォーカシング実践の集大成である『フォーカシング指向心理療法』(Gendlin, 1996)においても逐語記録の考察においてほぼ踏襲されていることから、フォーカシングの手順として最も定着したものとと言える。一方、「体験過程尺度」は「EXPスケール」とも呼ばれ、クライアントの話し方を評定するものである。この尺度に基づいてフォーカシング・セッションの逐語記録を検討した研究がこれまでに数多く国内で公開されている(池見・吉良・村山・田村・弓場, 1986; 内田, 2002; 三宅・池見・田村, 2008)。こうした研究が数多くされてきた要因としては、「6つのステップ」と「EXPスケール」の各レベルとは符合するところが多く、「相性が良い」(内田, 2002, p.102)ことが挙げられる。中田(1999)は、「6つのステップ」の「ハンドルを見つける〜共鳴させる」が、EXPスケールのレベル5〜6に符合すると論じている(p.54)。「6つのステップ」や「EXPスケール」は、フォーカシング・セッションで起こっている変化の中で、言葉にされている話し手の体験にとりわけ光を当てるものとして、逐語記録の検討に今まで大きな貢献を果たしてきたと言える。

しかし、「6つのステップ」には話し手の「沈黙」そのものに該当する部分がない。一方、EXPスケールの観点からフォーカシング・セッションにおける「沈黙」へ間接的にアプローチした研究には内田(2002)がある。だが、内田(2002)は、長い沈黙の前後共に話し手が発言している逐語記録抜粋を主な対象としており、聞き手の応答との関連で話し手の短い沈黙を理論的に考察する本研究とはその対象も方法も異なる。また、三宅他(2008)が指摘するように、EXPスケールは、言葉の「使われ方の変化に注目することによって、見落とされがちな体験の流れを捉える視点を提供」する可能性を暗に示唆しているものの、言葉にされていない話し手の体験そのものについては「評定できない」(p.124)という側面がある。

本研究が特に着目するのは、フォーカシング・セッションにおける、聞き手や話し手の発言の間にある短い沈黙の質である。尺度研究のような細やかな数値化とは異なるが、リスニングをする上で見落とされがちな話し手の体験の流れを捉える視点を、理論的考察という別のかたちで提供する。フォーカシングにおける話し手の「沈黙」を検討するにあたって最もふさわしいジェンドリンの用語と筆者が考えるのは、「直接参照」である。「直接参照」とは、フェルトセンスの質を表す言葉を使わず、ただ「この感じ」「それ」などと言いながらフェルトセンスへ注意を向ける作業のことである。

しかし、「直接参照」という用語が、フォーカシングの実践書においてこれまで十分に用いられることはなかった。用いられなかった要因としては、以下の三点が考えられる。第一に、「直接参照」の定義がジェンドリンの各著作によって一貫性を欠く側面があったことである。第二に、ジェンドリン本人が「直接参照」という用語を、逐語記録を考察する際に十分に用いなかったことである。第三に、「直接参照」等の訳語によるバイアスがかかっていたことである。まず、「直接参照(direct reference)」は、『体験過程と意味の創造』(Gendlin, 1962/1997)において、「概念化の必要が全くない」¹⁾(p.95)と論じられていた。にもかかわらず、「人格変化の一理論」(Gendlin, 1964)の直接参照を論じる節において、「概念を形成し、さらに概念をじかにフェルトセンスと照らし合わせる」(p.117)とわずかに書かれている。このため、直接参照における概念化の有無について彼の論文の読者に不明瞭な印象を与えてしまった。また、「直接参照」は、Gendlin(1962/1997; 1964)に限らず、ジェンドリンの様々な時代の著作(Gendlin, 1961; Gendlin, 1968; Gendlin, 1995; Gendlin, 1997)において使用されている。しかし、使用されているのは、彼の理論的・哲学的著作に集中しており、彼のフォーカシングの実践書においては、あまり用いられることがなかった。また、「直

接参照 (direct reference) は、ジェンドリン (1966) での訳語「直接のレファランス」のほか、『体験過程と意味の創造』(Gendlin, 1962/1997) の日本語訳 (ジェンドリン, 1993) 等で「直接照合」という訳語も当てられ、ジェンドリン理論の研究者の間では普及してきた。しかし、「直接照合」という訳語には難点がある。「照合」という日本語が使われていることから、あたかも direct reference に「6つのステップ」の「共鳴」が含まれているかのような誤解を与えてしまう難点である。日本語の動詞「照合する」は、「原稿とゲラ刷りを照合する」のように「照らし合わせて確かめる」ことである (北原, 2010, p.826)。こうした照らし合わせ作業は Gendlin (1962/1997) において直接参照とは別の個所で論じられていることを、本研究では以下の III-2 で解説し、IV-3 で考察する。以上のような三点の要因から、「直接参照」という用語は、「6つのステップ」のどこに該当「しないか」がフォーカシング研究者に十分に伝わらなかった。

三村 (2015) は、「～にリファーする (refer to...)」や「レファランス (reference)」の訳語について、「照合」という定訳を踏襲しつつも「ジェンドリンにあっては、2つのものを比較するというニュアンスはまったくない」(p.106) とただし書きしている。田中 (2004) は、direct reference とフォーカシングのステップとの異同を論じてはいるものの、話し手の作業に応じて聞き手がどのように応答するのがふさわしいかについては、全く示唆されていない。田中 (2014) は、Gendlin (1962/1997) に基づいて、direct reference の概念整理は行っているものの、フォーカシングのステップとどう対応するのかは論じられておらず、フォーカシング・セッションの例は挙げられていない。田中 (2016) は、フォーカシングの逐語記録が用いられているものの、direct reference などの用語の定義やその意義などがジェンドリンのテキストに基づいて考察されていない。総じて、田中 (2004;

2014; 2016) は、direct reference の reference への新しい訳語は提唱されていない。

本研究では、direct reference の訳語として、「体験的応答」(Gendlin, 1968) の日笠・田村訳 (ジェンドリン, 2005) において、以下のように用いられた「直接参照」を採用する。

クライアントの発言がいくら正確で明瞭であっても、私たちは常に、具体的なフェルトセンスを仮定し、それを指し示さなくてはならない。クライアントは体験的にそれを直接参照 (指示) でき、そこには常に、多くの暗黙の側面や複雑な反応が含まれている。(Gendlin, 1968, p.210; ジェンドリン, 2005)

なぜなら、「参照」であれば、「前章を参照のこと」(北原, 2010, p.700) のように、助詞は「を」一つを取るだけでよく、direct reference に共鳴が含まれるという誤解を与えないからである。

以上のことから、本研究は、フォーカシング・セッションで起こっている変化を理解するために、「直接参照」という用語の中核的意味をジェンドリンの理論の中で位置づけ直し、その用語をフォーカシングの逐語記録の考察に用いる。これにより、フォーカシング・セッションにおける細やかな変化のよりよい理解を本研究は目指す。とりわけ、Gendlin (1962/1997) で提唱された「直接参照 (direct reference)」の中核的意味がどこにあるかを具体的に明らかにすることが、フォーカシング及びリスニングの実践について研究者間で議論を進める上で有益であることを示す。

II 方法

「直接参照」が詳細に論じられたジェンドリンの複数のテキスト (Gendlin, 1961; 1962/1997; 1964)²⁾ をベースに、この用語が持つ中核的意

味を筆者が取り出した（以下のⅢ）。取り出した「直接参照」の中核的意味を、公刊図書『フォーカシング指向心理療法』と公刊論文「体験過程スケール」に収録された、同一の面接の逐語記録（Gendlin, 1996, pp.28-32, 41-45; Klein et al., 1986, pp.61-63）を考察する際に用いた（以下のⅣ-1とⅣ-3）。この面接のクライアントは女性であり、時には引きこもりが極端になった時期もあったが、数年間大学を休学後、面接開始期には復学していた。彼女は事前にフォーカシング経験があったものの、この逐語記録の時点では、面接がまだ始まってそれほど間がなかった（Gendlin, 1996, p.27, 53）。この面接のセラピストは男性であることが分かるだけであり、誰であるかまでは特定されていない（Gendlin, 1996, pp.41-56）。Gendlin (1996) に掲載された逐語記録のコメンテーターはジェンドリンである。Klein et al. (1986) に掲載された逐語記録では、クライアントやセラピストの各発言がEXPスケールで評定されている。なお、本研究は、クライアント側の発言のEXPスケール評定を取り上げた。また、上記逐語記録の考察を補助するものとして、コーネル (1996) の逐語記録を使用した（以下のⅣ-2）。

Ⅲ 「直接参照」の中核的意味：文献解題

「直接参照」は、『体験過程と意味の創造』（Gendlin, 1962/1997）において、言葉などのシンボルとフェルトセンス³⁾との関係が7種類（pp.90-137）に分類された中の1種類として論じられている。他の6種類は、「再認」、「解明」、「メタファー」、「把握⁴⁾」、「関連」、「言い回し」である。本研究ではこれら7種類のうち、フォーカシングにおける沈黙の質や「6つのステップ」との関係性を明らかにするため、「直接参照」を「把握」との対比に絞って論ずる。なぜなら、この2種類において、言葉がフェルトセンスの質を表さないときと表すときとが最も対比的に論じられているからである。

1 「直接参照」とは何か

「直接参照」という用語とその内実に関するジェンドリンの主要文献として、「体験過程——治療による変化における一変数」（Gendlin, 1961）や『体験過程と意味の創造』（Gendlin, 1962/1997）が挙げられる。例えば、「クライアントが『この感じは確かに強いんですけど、それが何なのか、私にはまだ分からないんです』と発言する」とき、こうした発言はフェルトセンスを「表したり描いたりしない（do not represent or picture）」（Gendlin, 1962/1997, p.237）。また、クライアントが自身のフェルトセンスを直接参照しているとき、「『これ』とか『それ』とか『そのすべてが絡まった感じ』などといった指示代名詞を使う」（Gendlin, 1961, p.235）ことはよくあり⁵⁾、クライアントもセラピストもそう呼ぶが、フェルトセンスが「実のところ何なのか二人とも分かっているにないにもかかわらず、フェルトセンスについて話し合い続ける」（Gendlin, 1961, p.235）。話し合い続けるとき、「これ」などといった言葉は、フェルトセンスについて「情報を何も伝えていない（convey no information）」（Gendlin, 1961, p.235）のだという。「直接参照」のとき、言葉の唯一の役割は、フェルトセンスを「指し示すこと・際立たせること（pointing out, setting off）」（Gendlin, 1962/1997, p.96）である。指し示すだけで何も情報を伝えてないとは、言葉がフェルトセンスの質を表していないということである。質を表していないので、言葉がフェルトセンスに対して「的確でもなければ不的確でもない（neither accurate nor inaccurate）」（Gendlin, 1961, p.235）。つまり、言葉がフェルトセンスと「共鳴する／しない」という次元の問題がそもそも存在しない。よって、話し手が直接参照を行っているとき、以下のように、聞き手が共鳴（＝照らし合わせ）を促す応答をするのは無意味である。

話し手：胃のあたりにあるんですよ、なんかまだよくわからないんです

けど、「この感じ」。

聞き手：「この感じ」という言葉でうまく言えてますか？

なぜなら、「この感じ」という言葉はハンドルとしての役割を全く持たないからである。

「直接参照」は、のちの「6つのステップ」との対応をあえて言えば、「フェルトセンスを形成する」ステップや、一度見つけたハンドルを保留してフェルトセンスにただ触れる作業などが挙げられる。本研究は、とりわけ後者の作業に着目したい。なぜなら、後者は「ハンドルを見つける」や「共鳴させる」の後に起こっているものの、一つの独立したステップとして取り上げられることがなかったからである。

2 「把握」とは何か

言葉などのシンボルとフェルトセンスとの関係が「把握 (comprehension)」(Gendlin, 1962/1997, pp.117-127) のとき、次のような例が挙げられている。

既存のフェルトセンスに当てはまるシンボルがないので、我々はいろいろと誤った始め方をすることが多く、全く言いたいことではないことを多く言ってしまう。自分のことばを聞いて、「いや、それは私が言いたいことではないんです」とか「いや、それはその一部にすぎないんです」とか「いや、そういったようなものですけど、確かにそうだというわけではないんです」などと我々は言う。(p.119)

実は、直接参照ではなく、むしろ上記の「把握」の節で挙げられていることこそが、照合(照らし合わせ)の作業である。「把握」におけるフェルトセンスには役割が2つある。役割の1つ目は、フェルトセンスが「多くの異なったあり得るシンボル」(Gendlin, 1962/1997, p.123)を選

択することである。役割の2つ目は、フェルトセンスが、そうしたシンボルの「的確さ/不的確さ (accuracy or inaccuracy)」(Gendlin, 1962/1997, p.123)を判定することである。一つ目の「選択する (select)」は、のちの「6つのステップ」で言えば「ハンドルを見つける」に相当する。二つ目の「判定する (arbitrate)」は、のちの「6つのステップ」で言えば「ハンドルをフェルトセンスと共鳴させる」に相当する。「把握」において、言葉がフェルトセンスと「共鳴する/しない」という次元の問題が初めて生じるのである。

IV 逐語記録と考察

以下では、まずフォーカシングの逐語記録を3つ挙げ、続いて逐語記録を従来のフォーカシング実践研究の中で位置づけ、その後で逐語記録について筆者が考察する。なお、3つの逐語記録すべてにおいて、言葉が持つ役割の違いを際立たせるため、フェルトセンスの質を表す言葉は下線を引き、フェルトセンスの質を表わさずにただ指し示すだけの言葉は“ ”でくくるという挿入を筆者が行った。

1 「直接参照」の効果が見られる逐語記録

第1の逐語記録として、聞き手(セラピスト)の応答によって話し手(クライアント)の直接参照の効果が見られたフォーカシングの逐語記録を提示する。以下の抜粋部分は、クライアント(話し手)側が、言葉を色々と吟味した結果、「引き下がる (pull back)」というハンドルを選び出したのを受けて、セラピストが発言するところから始まる。

T13：さっきおっしゃっていた引き下がるのまさにその質感 (just the feel quality) にも僕は興味を持ったんですけど、少しのあいだでも引き下がるというのを感じられたんで

すね。

C14：ええ、感じられました。

T14：ちょっと“それ”に軽く触れてみて、そうしたら何が出てくるかを見てみましょう。

(短い沈黙がある)

C15：怖い…何だか世界が私に噛みついてくる、みたいな (笑)。

T15：あー。そう、そうなんだ。(Gendlin, 1996, p.30, 43; Klein et al., 1986, p.62. 下線と“ ”は筆者が挿入)

Klein et al. (1986) による EXP スケールの評定によれば、クライアントの発言は、C14 でのレベル 4 から C15 でのレベル 6 へと上がっている (p.62)。両発言の間でセラピストが行った教示 T14 「ちょっと“それ”に軽く触れてみましょう (Let's just tap "it" lightly)」は、どのような性質のものだろうか。「質問する (asking)」など、「6 つのステップ」の教示には該当するものがない。T14 について、ジェンドリンは「“それ”を感じるための教示であり、それに何も押しつけようとせずに、“それ”から何がやってくるかを見守るための教示である」(Gendlin, 1996, 43) とコメントしている。

以下では、筆者が「直接参照」(Gendlin 1962/1997) を逐語記録の考察に用いた理論的見解を示す。筆者が着目するのは、T14 と C15 の間にある「短い沈黙」である。この種の沈黙中に話し手に起こっていることこそが、まさに「直接参照」という用語で中核的に論じられている作業である。Gendlin (1962/1997) は、言葉などのシンボルが「それ自体で意味を持っている場合であっても、フェルトセンスをあらためて直接参照することができる」(p.99) と論じている。この種の直接参照は、シンボルの「特定された意味から離れて、そのフェルトセンスへと立ち戻ること」(p.172) とも言い換えられている。立ち戻った後、フェルトセンスを「新しく別の仕方

以上の「直接参照」の論述を、上記逐語記録の考察に用いる。まず、話し手は、「引き下がる」というそれ自体意味を持った言葉を持っている。次に、話し手は、意味を持った言葉から離れて、“それ”と呼ぶことでフェルトセンスを直接参照する。その後、話し手は、フェルトセンスを「怖い」「噛みついてくる」と新しく別の仕方

で特定するのである。フェルトセンスを直接参照する段階を細かく追ってみたい。T14 から C15 の直前までの間、ある種の情報の空白が起こっている。話し手も聞き手も、話し手のフェルトセンスをただ“それ”と指し合うだけの作業をしている。“それ”という、フェルトセンスに対して「的確でもなければ不的確でもない」言葉が非常に効果的に使われている。言葉にならないフェルトセンスに話し手が立ち戻る作業は、T14 の「ちょっと“それ”に軽く触れてみましょう」という聞き手の応答によって支えられ続けている。この種の教示のおかげで、話し手は、「引き下がる」という言葉の特定された意味よりも、「引き下がる」が指し示すフェルトセンスの方に注意を向けやすくなるのである。

2 「直接参照」が妨げられる逐語記録

第2の逐語記録として、話し手(フォーカサー)の直接参照が聞き手(リスナー)の応答によって中断してしまうフォーカシングの逐語記録を提示する。

フォーカサー [1]：それが悲しく感じています。

リスナー [1]：今それが悲しく感じているんですね。

フォーカサー [2]：“それ”が喉の方へ上がってきました。

リスナー [2]：悲しい感じがあなたの喉のほうへ上がってきているんですね。

フォーカサー [3]：今“それ”は左側に

あります。

リスナー [3]：悲しい感じが今左側にあるんですね。(コーネル, 1996, p.111. []と下線と“ ”は筆者が挿入)

リスナーは、Gendlin (1981) で言えば、「絶対傾聴」(pp.118-122) に相当することを心掛けている。リスナー [1] まではその功を奏しているだろう。しかし実際には、リスナー [2] や [3] のような応答は、「6つのステップ」における、ハンドルとの「共鳴」の作業をフォーカサーに結果として求めている。上のように、良くないリスナーの例をあえて挙げることによって、コーネル (1996) は以下のように注意を促している。

このリスナーは、フェルトセンスはずっと「悲しい感じ」だと微妙に知らせることで、意図せずにプロセスの流れを邪魔しています。フォーカサーが描写を止めたらリスナーのほうもすぐに止めるほうがよいのです。その後は、「それ」とか「あれ」とか「あの場所」のように呼びましょう。(p.111)

つまり、フォーカサー [2] のように悲しい感じというハンドルが使われなくなったら、その後のリスナーは、「[2]：“それ”があなたの喉の方に上がってきているんですね」「[3]：“それ”が今左側にあるんですね」と応答した方がよいということである。

話し手が描写をやめたら聞き手もすぐに描写をやめた方がよいという点において、本研究はコーネル (1996) の見解に賛同する。そこで以下では、上記逐語記録について、筆者が「直接参照」(Gendlin 1962/1997) を導入した理論的見解を以下に示す。話し手が描写を止めても、聞き手の方だけが「悲しい感じ」という同じ言葉にこだわり続けている。このことが話し手に

与えている影響は、次のとおりである。話し手は、離れようとした言葉がフェルトセンスに対して的確か不的確かの判定作業を不必要な場面で強要される。これに伴い、逐語記録1と大きく異なり、話し手は「悲しい感じ」という意味を持った言葉から離れてフェルトセンスへ立ち戻り続けるのが難しくなり、「直接参照」が中断するのである。

3 「直接参照」とは呼ばない逐語記録

ハンドルとなる言葉とフェルトセンスとの共鳴の作業そのものは、フォーカシングにおいて重要な位置を占めている。以下に第3の逐語記録として提示するもののうち、とりわけC6において話し手(クライアント)が行っている中核的な作業は、直接参照とは呼ばない。(なお、逐語記録3は、逐語記録1の冒頭で聞き手(セラピスト)が提示する「引き下がる」というハンドルを、話し手自身が選び出すに至るまでの抜粋である。)

C3：夢を見たんです…ある男の子と二人っきりで…[中略]…それから自分がなぜこんなに大学を休むんだらうということも考えてました。ぎりぎりのところに来るとレポートを出さないんです。しり込みして、いらいらして、で、そこから離れてしまうんです。

T3：その2つのことには何か似たところがあるということをおっしゃってる。

C4：ええ、自分がなぜ最善を尽くそうとしないのかっていう言い訳はたくさんあるんです…

T4：ぎりぎりのところに来る、すると何かがしり込みしてしまう。

C5：ええ。

T5：で、「いらいらする」が、それにいちばんふさわしい言葉だと。

C6: ええ、そう、うーん…引き下がる。

T6: 「引き下がる」っていう方がいい。

(Gendlin, 1996, p.29, pp.41-42; Klein et al., 1986, p.62. 下線は筆者が挿入)

T3で、セラピストは夢の中の自分と現実の自分に似たところがあるかとクライアントに回答している。しかし、ここではうまくいかず、クライアントはC4で「自分自身についておなじみの外から観察するように」(Gendlin, 1996, p.47)話を続ける。その後セラピストはT5で、C3の発言から「いらいらする」が感じ全体の「質を表す言葉 (the quality word)」(Gendlin, 1996, p.42)であると見積もり、クライアントに確かめてもらった。T5の発言は、「6つのステップ」で言えば、「共鳴」を促す応答に当たる。だが、セラピストが見積もった言葉自体は外れていたことが、次のC6でクライアントが別の言葉「引き下がる」を結局自ら選んでいることから分かる。しかしジェンドリンは、T5に促されたC6は「望んだ結果が出て」いて「クライアントはその何かの質を感じるようになる」(Gendlin, 1996, p.48)とコメントしている。

以下では、上記逐語記録C6において、「直接参照」(Gendlin, 1962/1997)とは別の作業が行われているが、これはこれでフォーカシングの実践において重要な作業であることを筆者が理論的に明らかにする。C3において、話し手のフェルトセンスは、「しり込みする」、「いらいらする」、「離れる」など「多くの異なったあり得るシンボル」を選択した。これらのうち、「いらいらする」の判定を求めたT5の応答を受けて、C6で話し手のフェルトセンスは「いらいらする」を不的確と判定し、「引き下がる」を的確と判定した。C6のような、質を表す言葉とフェルトセンスとの「照らし合わせ(=共鳴)」の作業のとき、話し手の中核的な作業は、「直接参照」というよりも、むしろ、「把握」である。

V おわりに

ジェンドリンは、「ハンドルを見つける」作業や「共鳴させる」作業から、「“それ”“この感じ”などと言いながらただフェルトセンスに触れる」作業を区別し、「直接参照」がどういう作業なのかを『体験過程と意味の創造』(Gendlin, 1962/1997)の時点で明瞭に論じていた。直接参照という用語のこうした中核的意味をフォーカシング逐語記録の考察に導入することによって、話し手の言葉がフェルトセンスの質を表しているか否かという、言葉の働き方の違いに着目しやすくなるであろう。こうした言葉の働き方の違いは、従来の「6つのステップ」や「EXPスケール」などの研究成果を保持したまま、聞き手のふさわしい応答を適宜使い分けるための一つの大きな指標となり得るであろう。例えば、逐語記録3のように、候補となるハンドルがいくつか挙がったとき、話し手における言葉とフェルトセンスとの関係は、「把握」が始まっていると思われる。その場合、聞き手は挙がった候補の中からよりよいと思われるハンドルを試みに返すことによって、話し手にそのハンドルの「的確さ/不的確さ」を確かめてもらうことができる。聞き手が選んだハンドルと違ったハンドルを話し手が結果的に選んだとしても、違った方のハンドルを返すことで聞き手は話し手の体験の流れに寄り添うことができる。だが、逐語記録2のように、聞き手がハンドルを使った描写を止めても、フェルトセンスから離れずにフェルトセンスに触れ続けている場合もある。この時、話し手における言葉とフェルトセンスとの関係は、「把握」から「直接参照」に移り変わったと見積もることができる。そうした場合、聞き手は以前のハンドルは返さず、ただフェルトセンスを指し示すため、指示代名詞など意味を持たない言葉を使って応答の方がよい。こうした応答によって、話し手はうまく言葉にならないフェルトセンスに安心して触れられるようになる。以上のように、「直

接参照」という用語の中核的意味をフォーカシング逐語記録の考察に用いることによって、逐語記録1における沈黙のように、言葉にされていない話し手の体験にも光を当てることができると言えよう。

今後の課題としては、ジェンドリンによる「6つのステップ」以外のステップやスキルとの対応関係の検討が挙げられる。なぜなら、例えばコーネル(1996)が提唱した「認めること(acknowledging)」というスキル(pp.23-25)の中でも、明確な言葉やイメージの存在に気づく場合ではなく、ただフェルトセンスの存在に気づいておくだけの場合であれば、直接参照と関連があると思われるからである。

注

- 1) 以下、本研究における英語一次文献の引用文日本語訳は、既訳を大いに参照しつつも、訳語を統一する都合上、Gendlin(1968)の日笠・田村訳を除き、筆者訳である。
- 2) 直接参照が詳細に定義されたこれらの時代の著作に、のちの「6つのステップ」の中の「空間をつくる」に当たる論述は見当たらない。Gendlin(1964)においては、フェルトセンスと情動の区別が論じられるのみで、情動から距離をとる作業が一つの方法としてまだ確立されていなかった。当時のジェンドリンは、情動からすでに距離がとれた状態を想定して直接参照を論じていたことがうかがえる。
- 3) 近年のフォーカシング実践書(Gendlin, 1981; 1996)でfelt senseと呼ばれている用語は、かつてのジェンドリンの著作(Gendlin, 1961; 1962/1997; 1964; 1968)においては、felt senseの他にfelt meaningともexperienced meaningとも言い換えられていた。だが、本研究では、それらの定義の異なる点よりも共通した点に着目するため、訳文では一貫して「フェルトセンス」と訳した。
- 4) 「把握」の原語はcomprehensionであり、Gendlin(1962/1997)の日本語訳では「理解」と訳されていた。しかし、理解が「言葉→フェルトセンス」というベクトルを連想してしまうのに対し、Gendlin(1962/1997)におけるcomprehensionは、「フェルトセンス→言葉」という表出のベクトルである。よって、三村(2015)に倣い、本研究では「把握」を訳語として採用した。
- 5) 狭義の指示代名詞の他に、「何か」という言葉も、

フェルトセンスの質を表さずただその存在を感じるために同様の役割を果たしていると言えよう。(コーネル, 1996, p.99; 田中, 2016, p.58)

文献

- アン・ワイザー・コーネル 大澤美枝子(訳)(1996): フォーカシング入門マニュアル 金剛出版.
- Gendlin, E.T. (1961): Experiencing: a variable in the process of therapeutic change. *American Journal of Psychotherapy*, 15(2), 233-245. ユージン・T・ジェンドリン 村瀬孝雄(訳)(1966): 体験過程——治療による変化における一変数 村瀬孝雄(編) 体験過程と心理療法 牧書店 19-38.
- Gendlin, E.T. (1962/1997): *Experiencing and the Creation of Meaning: A Philosophical and Psychological Approach to the Subjective*. Evanston, IL: Northwestern University Press. ユージン・T・ジェンドリン 筒井健雄(訳)(1993): 体験過程と意味の創造 ぶっく東京.
- Gendlin, E.T. (1964): A theory of personality change. In Worchel, P. & Byrne, D. (Eds.), *Personality change*. New York: John Wiley & Sons. 100-148. ユージン・T・ジェンドリン 村瀬孝雄(訳)(1966): 人格変化の一理論 村瀬孝雄(編) 体験過程と心理療法 牧書店 39-157.
- Gendlin, E.T. (1968): The experiential response. In Hammer, E.(Ed.), *Use of Interpretation in Treatment*. New York: Grune & Stratton. 208-227. ユージン・T・ジェンドリン 日笠摩子・田村隆一(訳)(2005): 体験的応答. <http://www.focusing.org/jp/expresj.htm> (2017年6月12日取得)
- Gendlin, E.T. (1981): *Focusing*. 2nd ed. New York: Bantam Books. ユージン・T・ジェンドリン 村山正治・都留春夫・村瀬孝雄(訳)(1982): フォーカシング 福村出版.
- Gendlin, E.T. (1995): Crossing and dipping: some terms for approaching the interface between natural understanding and logical formulation, *Minds and Machines*, 5(4), 547-560.
- Gendlin, E.T. (1996): *Focusing-Oriented Psychotherapy: A Manual of the Experiential Method*. New York: Guilford. ユージン・T・ジェンドリン 村瀬孝雄・池見陽・日笠摩子(監訳)(1998): フォーカシング指向心理療法上 金剛出版.
- Gendlin, E.T. (1997): *A Process Model*. New York: The Focusing Institute.
- 池見陽・吉良安之・村山正治・田村隆一・弓場七重(1986): 体験過程とその評定——EXPスケール評定マニュアル作成の試み 人間性心理学研究 4 50-64.

- 北原保雄（編）（2010）：明鏡国語辞典 第2版 大修館書店。
- Klein, M.H., Mathieu, P.L., Gendlin, E.T. & Kiesler, D.J. (1970): *The experiencing scale: A research and training manual*, 1, Wisconsin Psychiatric Institute.
- Klein, M.H., Mathieu-Coughlan, P.L. & Kiesler, D.J. (1986): The experiencing scales. In Greenberg, L. & Pinsof, W.(Eds.), *The Therapeutic Process: A Research Handbook*. New York: Guilford Press. 21-71.
- 三村尚彦（2015）：初期ジェンドリン哲学と体験過程理論 体験を問いつづける哲学 第1巻 電子書籍 PDF版 ver1.0 ratic.
- 三宅麻希・池見陽・田村隆一（2007）：5段階体験過程スケール評定マニュアル作成の試み 人間性心理学研究 25(2), 193-205.
- 中田行重（1999）：体験過程スケール 現代のエスプリ 382, 50-60.
- 田中秀男（2004）：「直接参照」の「直接の」って？——「レファランス」と「照合」の異同を見定める *The Focuser's Focus*——日本フォーカシング協会ニュースレター 7(2), 1-6.
- 田中秀男（2014）：そもそも「象徴化」とは？——「象徴化は必ずしも必要か」の議論の前に 第1回TAE質的研究国際シンポジウム報告書（宮崎大学）98-103.
- 田中秀男（2016）感じと言葉 池見陽（編）傾聴・心理臨床学アップデートとフォーカシング——感じる・話す・聴くの基本 ナカニシヤ出版 53-59.
- 内田和夫（2002）：フォーカシングにおける沈黙と語り——体験過程スケールを用いて 人間性心理学研究 20(2), 101-111.

ABSTRACT

Direct Reference Called “This Feeling”: The Significance of the Short Silence in Focusing

TANAKA, Hideo

Graduate School of Psychology, Kansai University

This study distinguished words which do not represent the quality of the felt sense such as “this feeling” or “it” from those which represent the quality of the felt sense, through examining the core meaning of Eugene Gendlin’s theoretical term, “direct reference.” By applying this distinction to the discussions of some verbatim records from *Focusing-Oriented Psychotherapy* (Gendlin, 1996) and *The Focusing Student’s Manual* (Cornell, 1994), the author clarified the difference between the focuser’s main act from the focuser’s act such as finding and resonating a handle. As a consequence, the author theoretically discussed the listener’s appropriate responses depending on the difference of these acts of the focuser.

Key Words

direct reference, felt sense, silence, handle, resonance