

## 非指示性に関する Cain と Grant の論争 本当の Person (Client) - Centered はどちらなのか?

関西大学臨床心理専門職大学院 中田 行重・今林 優希  
岡田 和典・川崎 智絵

### 要約

Person-Centered Therapy (以後 PCT と略す) において非指示性 (Nondirectiveness) は重要であるが、同じ PCT の内部においても、その重要性に関する考え方に違いがある。ここでは 2 人の論客 Cain, D. J. と Grant, B. との間で起こった論争を紹介する。まず Cain が、クライエント (以後 CI と略す) の中には心理的成長の上でセラピスト (以後 Th と略す) の非指示性が促進的でない場合にまで非指示性に拘るのはパーソン・センタードとは言えない、と論じる。それに対して Grant が、非指示性には道具的なそれと、原理的なそれとがあり、道具的非指示性が Cain のように CI の成長促進の道具として非指示性を活用するものであるのに対し、原理的非指示性は CI を尊重しているかどうか焦点であり、原理的な方こそ、Client-Centered Therapy (以後 CCT と略す) の中心的な意義である、と主張する。それに対し Cain は、Grant の言う原理的非指示性における CI への尊重という考え方は、Th という、いわば外側からの仮説に過ぎず、それが本当に CI にとって良いものかどうかは分からない、と批判する。

これらの議論は、CI の成長になるように Th が対応を変えて対応すべきという主張と、CI の成長を Th が判断するのではなく今の CI をそのまま尊重すべきという主張のぶつかり合いであり、CCT/PCT の本質を問うものである。両者の議論からは、こうした問いが PCT の今後も続く哲学的な大きな課題であろうことが示唆される。

キーワード： 非指示性、学習スタイル、道具的非指示性、原理的非指示性、尊重

### I. 問題

Rogers, C. R. の発展は 1940 年頃までのカウンセラーが権威として指示するのが当然だった風潮に対し、彼が非指示性療法を世に問うところから始まる。これが現在の Person-Centered Therapy (PCT) に至るまで、非指示性は基本的な姿勢であり、人間観である。本論文では、その非指示性の内実に関して Cain, J. D. と Grant, B. との間で起こった 3 つの論争を紹介す

る。まず、Th が非指示性に拘るのは CI の個性を無視するものであって PCT とは言えないという、Cain の主張から議論は始まる。それに対し Grant は、Cain のように非指示性を捉えるのは道具として非指示性を考えているのであって、本質として重要なのは原理的重要性であると Cain を批判する。その批判に対して今度は Cain が Grant を批判するという流れになっている。この論争は非指示性を考えるうえで刺激的な素材を提供しているだろう。なお、“カウンセ

ラー”と“セラピスト”という2つの語が同義で使われているので、要約では、出来るだけ後者で統一する。

## II. Cain (1989) “The Paradox of Non-directiveness in the Person-Centered Approach” の要約

**【非指示性という考えの創始期】** Rogersのアプローチは、ある意味で当時の指示的心理療法に対する反発として始まった。Rogersは1900年から1940年にかけて一般的であった当時のカウンセリング技法や方法の数々、例えば指示の他、禁止、勧告、提案、保障、激励、カタルシス、アドバイス、解釈、説得など、を痛烈に批判している。それは“一番よく分かっているのはカウンセラーだ”という、当時の専門家達が深く染まっていた考え方への批判だった。そうした考え方に対し彼は治療関係の基本を、カウンセラー側の温かさや耳を傾ける姿勢、CIのあらゆる感情の許容等であると提示した。

Rogersの意図は、CI自身が自分らしく成長していけるように、CIを自由なことにあった。彼はセラピーの関係を、単にThがCIの行動を制限したりするのではなく、CI自身が決めた人生に向かって人格的に成長するための土壌をThが提供すること、と考えた。また、セラピーと権威は同じ関係性の中で共立し得ないと考え、ThがCIに指示することはCIの自発性を損なう、と批判した。

指示的なアプローチに対するRogersの主な批判は2つある。1つ目はThが、CIのことを、自分自身の目標を選択するという責任を果たせない存在で、Thの方がCIよりも優秀だと考えている、という点である。2つ目は、指示的なアプローチは、社会では他人に合わせる事が大事だということに価値を置き、社会的適合性や能力が高い人はそれが低い人に対して(従うべきことを)指示する権利を持つと考えている、という点である。

しかし、1947年以降、彼の論文のタイトルには非指示性という言葉が出てこなくなり、『カウンセリングと心理療法』(1942)以降のどの書籍にも、非指示性のテーマがほとんど扱われなくなった。何故か? それは、非指示性について彼の主張が揶揄的に批判されるようになり議論に嫌気がさしてしまったことと、彼の考え方が年々展開し、指示性がそもそも彼のアプローチの本質をなさなくなったこと、が挙げられる。

**【非指示的行動が意図する効果】** RogersはThの非指示性を、CIが語る内容やCIの目標、その目標への到達手段をThが操作したり決めつけたりしないことと考えていた。CIに対して彼は、セッションの時間はCIが自分に合うように使えるんだという自由の感覚を与えるようにした。彼は、許容的で支持的、理解的な雰囲気の中では、CIは自身で建設的な選択をして、自分の人生に責任を負えるようになると考えていたのである。

Rogersはこの考えを教育場面にも適応した。教育の目的は学び(たいという態度)の促進であり、教育システムの拘子定規な制約から生徒達を自由にする事がテーマであると考えたのである。彼は、学生が自分で学びの方向性をコントロールできるようにエンパワーしたいと強く願い、“教師”がとるべき役割は、学生が学習するための個人的、情報的リソースの両方を提供する“促進的共同学習者”だと定義した。

**【個人の違いによる問題】** PCTは個々人に価値を置き、重視するアプローチである。しかし、そうした人々の個性やその差異にかかわらず、その成長を促進する際には“1つのアプローチが全てに適す”という立場をとりがちである。PCTは、Thや教師の同じ1つの基本的な態度が全てのCIや学生にとって必要十分であるという見方をするので、CIによってThの関わり方が異なるということがほとんどない。PCTは個々人がそれぞれの学習に適した学習スタイルや好みをもっているという、実験結果を過小評価し、あるいは否定しているように見える。

(これまで行われた効果研究から考えると) 様々なセラピーのアプローチが、ほぼ同等の有効性をもっているようだが、それは、CIがそれぞれ、セラピーから多様な学び方、および成長をしているということを示唆しているのだろう。今のところ、このことについての根拠は乏しいが、もしそうならば、どのアプローチもCI個人の学習や成長のスタイルにどれだけ適しているかによってその効果が決まると言える。

**【PCTの実践における潜在的な重要性】** PCTのTh達はみな、CIは自身の学習や成長を促すものが何かを知っている、あるいは、自覚できるという信念を持っている。この信念に沿うならば、Thや教師のとの態度や関係のあり方、もしくは行動が、CIにとって促進的であるか否かは、CIの自分自身と世界に対する知覚こそがその根本的な判断基準ということになる。真のPCTのThならば、それにより、CIの学びと成長のための最良の風土を提供しようとする。どうすればCIは効果的に学べるか、ということに絶えず注意が向き、CIのニーズと好みに少しでも合った関わりをしようとする。非指示的に関わっているかではなく、自分のする何がCIを促進し、妨げるのか否かに関心が行く。Thのこうした感受性と柔軟性、そしてCIに合わせて変える対応こそ、CIの学びを最大限にする。

反対に、非指示性に固執し、これをCIと相互にやり取りするための唯一の方法とすれば、CIに自由を提供しようとする意図に反し、それはCIにとって窮屈で負担なものと感じられるだろう。非指示性を通してCIを支えたいとThが思っていたとしても、CIにとって、ThはCIの変化の方法を専門的に知っている権威であり、そうしたThの非指示的関わりを見たCIは、これが一番良い方法らしい、と思うだろう。

テニスの例を考えてみよう。インストラクターは生徒中心の立場で教えているとする。そこにフォアハンドが上手になりたいと、ある生徒がやってくる。インストラクターが非指示的な態度をとり続け、せいぜい色んな打ち方をして

ごらんという程度の促ししかせずとも、生徒は上手くなるかもしれない。しかし、インストラクターが真に生徒中心であれば、生徒がどうすれば最も効率的に学べるかに目を凝らし、見つけ、それを生徒と行うだろう。その際、生徒が“先生の打ち方を見せてもらいたいです。それが一番勉強になりそうです”と言ってくることもあるだろう。

私は、非指示性の賛否を問うているのではない。非指示性がPCTを定義するものでも、その本質的な構成要素でもない、と指摘したいのである。Thが非指示的でなければならないと思うほどに、Th自身もCIも、互いの関わり方の幅を狭めてしまう。Seeman (1965) もThにとって厳しく構造化された状況は、CIにとっても不自由な場であると述べている。

Rogersもこの“自由のジレンマ”に気づいており、“我々は人々に選択肢を与えるということも出来る。自由を‘課す’ことは新たな別の価値観を‘課す’ことになるが、私はそれを好まない”と述べている。

CIが純粋な自由を経験するためには、私達もまた、非指示的であろうとなかろうと、あらゆる手段で自由に関わる必要がある。実際、CIからすれば、完全な非指示などほとんど不可能で、Thが何をしよう、あるいは何もしなくても、そこにTh側の何らかの意味や意図を推しはかり、ある程度の指示性を感じてしまうのは避けられないだろう。

私の見方では、指示性の問題より力とコントロールの問題の方がずっとPCTの根幹をなしている。PCTのThはCIをエンパワーしたいという基本的な価値を共有しており、CIを導いたり操作したりしないようにと意識的に努力している。しかしこの努力が、時として自由がもたらす効果どころかThを束縛するのである。非指示という根深い価値観に執着することで、PCTのTh達は、CIの成長のための最適な条件を生み出すには自分達もまた自由に感じ、行動する必要があるということを見失ってしまう。

課題であれ、技法であれ、情報であれ、個々のCIのニーズを理解して、選択肢の1つとして提供するならば、CIは私達に、どんな操作的な意図もコントロールの意図も感じないだろう。もしCIを、自分に必要なものを見つけ、選ぶことができるると本当に信頼するのなら、私達は個人的、専門的な資源をCIにもっと自由に提供できるようになるだろう。CIに対してThが及ぼす実際の(意図されたものではない)影響を考えたいのであれば、自分のイデオロギーや価値観をCIに知らずに押し付けていないか振り返ると良いだろう。あるいは、CIのニーズと学習スタイルに最も合うものを提供するために私達が何をすればいいのか、CIに教え導いてもらうと良いだろう。

### Ⅲ. Grant (1990) “Principled and Instrumental Nondirectiveness in Person-Centered and Client-Centered Therapy” の要約

非指示性はPCTとClient-Centered Therapy (CCT)の本質にまつわる議論の焦点である。非指示性には、道具的(instrumental)非指示性と原理的(principled)非指示性の2種類があると私は考える。前者はCain(1989)の論文に典型的に示されているもので、ThがCIの成長を促し、CIのニーズに応える、といった実用的関心に力点を置いている。後者は個人に対する敬意を表すもので、ThはCIに何かを引き起こそうとはしない。例え、それが成長や洞察、自己受容であってもである。3条件がCIへの尊重の表れとなっていることを信じて、そしてそれをCIが活用してくれることを希望して、3条件を提供するのである。Brodley(1988)はPCTとCCTの違いを、原理的非指示性はCCTのエッセンス、道具的非指示性はPCTの一部、と表現している。

この2つの非指示性は、心理療法に関する異なった道義性(moral)を表している。そして、

そう見ることが、非指示性の議論で最も重要だと私は考えている。まず、この点を考える。

**【PCTの本質への問い】** PCTの本質や定義を問うことは、Rogersの正しい解釈を問うこと、とする見方がある。しかし、FreudやJungに唯一の正しい解釈などないように、Rogersにも唯一の正しい解釈などない。したがってRogersが何を述べたか、という点だけでPCTやCCTの本質について議論すると、より重要な問いを見失ってしまう。確かに、議論はRogersの正しい読み方ではなく、(フォーカシングの有用性とか助言の必要性、非指示的で行うことは是非といった)心理療法をどう行うかという、あらゆる学派が考えるべき根本的なものになっており、また、そうでなければならない。

PCTあるいはCCTとは何かという議論は、道義的に最良なセラピーとはどういうものか、という議論としてみるべきである。Rogers派である私達は、彼の理論からこの問題をまず考える。ただし、私達は皆一様にRogersの考えを受け取る訳ではないので、そこに彼の解釈の議論が起こる。しかし、Rogersの考えをいくら定義し、解釈しても、それだけでは自分達が行うセラピーの方法の正しさを証明することにはならない。そのためには、自分の考えを支える道義的理由が必要なのである。つまり、2つの非指示性はRogersの解釈を争っているのではなく、Thとしての行いやセラピーで大事にすることや目指すことについて意見を戦わせているのである。

**【道具的非指示性】** 道具的非指示性のThはCIの成長に最も意を注ぐ。Cain(1989)は非指示性をCIに効果をもたらす手段と捉える。つまり、非指示性は効果があれば価値があり、そうでない限り間違った方法であると言うのである。特に、Thの非指示性がCIの学習スタイルに合わない場合は問題であるとしている。Cainの言う非指示性が指すThの具体的な言動は書かれていないが、おそらく共感的応答のことを指すと思われる。CIから別の対応を求められたら、



まず共感的に応答し、必要があればCIに何かを試させると考えているようである。道具的非指示性では、非指示性がCIの成長を促しているかどうか重要であり、成長しているかどうかはCIの内的照合枠とは別に、Thが決める。そのため、何がCIの成長で、いつ非指示的であるべきか、はThの判断によるのである。

**【原理的非指示性】** 原理的非指示性をもつThは、何か方法を考える時に、それがCIを尊重しているかどうかを問う。勿論、効果の問題はない訳ではない。セラピーが役立っているかをThがCIに尋ねることもあるが、原理的非指示性は、成長や自己の解放、自己受容などをCIに引き起こす手段ではない。CCTのThが非指示的なのは、その方がCIを解放しやすいからではなく、CIを尊重するからである。原理的非指示性は成長を引き起こすことを意図してなされる態度ではなく、成長する場を提供する態度であり、それは愛に似ている。その意味で（この時は非指示的がよく、別の時は非指示的でない方がよい、というCainの考えと違い）非指示的であることは常に正しいのである。

原理的非指示性は態度であって行動ではない。ただ、大抵の場合は、“共感的理解の応答”（Brodley, 1988）という行動として原理的非指示性が現れる。しかし、この態度を生きるということは、CIからの要求に対して心をオープンにして反応するということなのである。Cainのテニスの例で言えば、インストラクターの非指示性が原理的ならば、生徒の教えてほしいという要求に対して教えることはしないだろう。あるいは、生徒に色んな打ち方を試させるようなことは、インストラクターがそれを一番良いと思わない限りさせず、代わりに他の良い方法があると思えばそれをするだろう。要求することは、インストラクターの最良の反応を引き出す。もしインストラクターが方法を知らなかったり、思いついた方法に自信がなかったりすれば、そう伝えるだろう。原理的非指示性は何も引き起こす意図がなく、かつ、CIが方向付けることに

対して心がオープンであることの表れなのである。

私は、原理的非指示性を正当化する根拠が2つあると考えている。1つは、Rogers著『クライアント中心療法』（1951/2005）の「カウンセラーの態度とオリエンテーション」の章に由来している。その中で彼は、個々人の持つ尊厳と価値、自己志向の能力と権利について論じている。CCTはCIが自分の人生を方向づける権利に十分な敬意を表す。CIが何を必要とし、どうすれば自由になれるのかという問いに仮説を立てるのではなく、CIを自らの人生を創り出す著者として尊重し、その創造の場を提供する。Ibsenは自由（liberty）を、自分自身を自由にする（liberate）権利を人に与えることと述べた。CCTの与える自由はこれである。そこでは目標と方法が一致するが、これが重要なのである。つまり、CCTによる自由とは、CIを自律的な存在にすることによってではなく、自律的な存在としてCIを尊重するという方法によって実現するのである。

原理的非指示性はまた、宗教的な姿勢にも近い。これは他者の神秘さを前にして謙虚である姿勢の1つであり、人を個人として認め、尊重しようとする態度である。そのCIをその個人として認めることは、CIを唯一無二の人格として認める、審美的な感覚と言えるものであるが、CCTはそのための方法である。

ただ、原理的非指示性のパラドックスは、この態度を生きると、極めて指示的になる時がある、ということである。CIの指示や助言等の要求にThが応えることがあるのである。ただし、答えるかどうかの判断はCIのニーズや利益、診断や学習スタイルに基づかず、Thである自分がCIの要求を尊重したいかどうか、CIの要求に尊重を示すだけの人間であると自分を考えるかどうか、それが道義的と思えるかどうかによる。質問に答えることは非指示性に沿わない時もあるが、逆に必要な時もあるのである。質問にTh個人の反応を返すことはCIのプロセスを

歪めるものではなく、人と人との出会いである。

原理的非指示の Th は、CI を診断しないのと同様に CI の学習スタイルを考えない。学習スタイル、診断、体験過程レベルなど、CI の成長に結びつけて考えるための概念の使用と原理的非指示性は整合しないのである。

CCT の Th は、Cain に言わせれば原理的非指示性に“縛られて”おり、CI との関わり方を狭めている。しかしそれは、Cain が言うような CI への押し付けではない。CCT の Th が縛られているのか、自身を律しているのかは区別する必要がある。初学者も、勉強途上の Th も、自分自身を律して当然であり、思い付きで行動するのは間違いである。CCT は規律・訓練であり、才能が豊かで、あるいは長い経験を持つ Th だけが、自然に自発的に動けるようになる。非指示性と、それを表わす Th の姿勢(3条件)は道義的美徳である。その態度に基づいた自発的かつ個性的な行動は、その態度を身に着けようとする規律・訓練を通さずして、できるようにはならない。私が知っている限り、どんな宗教でもそう考えている。人格の形成には訓練がいることは周知のことである。

CCT の Th にとって共感的応答や個人的応答だけが非指示性を表す形式ではない。尋ねられもしないのに意見や助言をしたりすることも、非指示的態度であり得る。非指示的な CCT とは Th のあり方であり、方法ではない。CCT の Th は変わった反応や個人的な反応、あるいは想定外の反応をすることがある。もしそれらが CI をエンパワーするために良かれと想定され、かつ選択肢として提供され、そして CI の要望と好みへの理解に基づいているのであれば、Cain はこれらの種類の反応を良しとするだろう。しかしこれは、Th が CI を評価し、何が一番役立つかを判断するということを意味する。そうではなく、もし Th がまさに言いたいと感じるものを口にしたのであれば、それが原理的非指示性なのである。それらは Th が一個人として表現したものの、という意味で正当化されるのであ

る。これらの自発的で体系化されていない行動は、そうした美徳態度が深く沁みついた人から生じるものとして理解されるべきである。

仏教徒は“悟った人がすることは、それが何であれ間違いはない”と言っている。確かにそうかもしれない。しかし私達は完全とは程遠いので、よく知られた通常的美徳的態度に沿って生きる必要があるだろう。

**【まとめ】** これまで、非指示性の2つの概念について論議してきた。まず道具的非指示性は、CI の問題の解決策をみつけるために彼らを促すことによって表現され、原理的非指示性は、他者に対するゆるぎない敬意の表現である。どちらの非指示性にも矛盾しない同じふるまいが数多くあるが、それらが実践される時は、どちらかの精神に基づいてなされている。私は CCT における非指示性の2つの正当性を述べた。1つは、他者に対する敬意という原理に基づいており、もう1つは他者を“とにかくその人として認める”という態度に基づくものである。これらの考えが適切か否か、妥当か否かについては、今後も論議されるだろう。これらは結局、心理療法の道義的側面とは何か、ということテーマの中心に据えた時、生じてくる議論なのである。

#### IV. Cain (1990) “Further Thoughts about Nondirectiveness and Client-Centered Therapy” の要約

**【なぜ非指示的か】** 非指示性というテーマの根幹には“なぜ非指示なのか?”という問いがある。Rogers は当初、当時の Th 中心で指示的なアプローチに、CI 自身が適切な目標を定めることはできないという前提が含まれていることに反対し、非指示であることの意義を打ち出した。Rogers は、CI 自身が持っている、問題を解決する能力を表に出せるように、と考えて非指示性を主張したのだった。非指示性には、CI 自身が自分の人生の最適な方向を見つけていけるの

だから、Th は指示しないという考えも含まれている。CI を動かそうとしないその姿勢から、Th が、自身の問題解決のための資源を持った、自律性のある個人として CI を信じ、尊重していることが CI に伝わるのである。面接の実際場面では、Th が非指示的であることで、CI は十分な時間と自由が与えられ、思うままに話すことができる。CI はこの与えられた自由の中で自分の目標を自身で定め、自分を主体的に変えることができる、と CCT の Th は考えるのである。

しかし、このような非指示性の意義は Th が想定しているだけに過ぎず、いわば外側からの見方である。つまり、Th 側のそのような利他の精神が本当に CI にとっての最良か否かは議論しようがない。それは Grant の原理的非指示性についても同様であり、Grant の言う非指示が本当に CI への尊重になっているかは議論のしようがない。CCT は現象学的アプローチであり、CI の経験こそが CI にとっての現実だと考える。したがって、Grant の見方（非指示性は CI への尊重であるという考え方）も、CI の外側から見た仮説に過ぎないのである。

臨床経験を振り返ってみると、多くの CI は Th の非指示性をポジティブに捉えているが、そうでない CI もいる。そうした CI は、セラピーに対して“粹にはめられているようだ”とか、“生産性がない”とか、“何とかしてあげようという気持ちが感じられない”などと思っているのである。セラピーから離れていく CI の半分以上が、Th の非指示性が自分に合わないと感じて去っていくように私は思う。つまり、非指示性がプラスの効果を持つと思ひ込むべきでないということなのである。

PCT は、CI の経験について最良の判断ができるのは当の CI 自身、と信じている。だからこそ Th が自分の非指示性やその他の治療技法についての効用を気にかけて、知ろうとするのは当然のように思える。ところが Grant は、Th としての自分の影響についてではなく、CI が尊敬をもって扱われているかどうかだけに関心を持

つべきである、と考えているようである。彼は以下の通りに述べている。“Th は CI に何かを引き起こそうとはしない。例え、それが成長や洞察、自己受容であってもである。ただ、Th の 3 条件を提供するだけである。3 条件が CI への尊重の表れとなっていることを信じて、そしてそれを CI が活用してくれることを希望して”。しかし Th が信じて、そして希望しても、それは CI の外にいる人の視点に過ぎない。私だったら、非指示性が尊敬を表すと仮定するのではなく、私のやっていることが CI にどういう影響をもたらしているかを CI の視点から考えることを選ぶ。

**【役に立つこと、道義的であること】** 私は CCT であれ他の学派であれ、CI の役に立っていることに興味がない Th がいるなど信じられない。Rogers は彼のロチェスター時代の初期に“自分が CI に対して少しでも効果的であるように、ということが唯一の関心”と述べている (Rogers, 1972)。これこそが CCT の関心事であるべきと私も考える。その点、Grant は非指示的態度によって尊敬が CI に伝わることを最重要であると考え、Th が役に立っているかどうかの意味を軽んじているようである。勿論、CI を尊重することは重要であり、それには私も賛成である。しかし、非指示性が常にあらゆる CI から尊敬の表現として体験されていると仮定する気にはなれない。Grant の言う道義性 (moral) は、非指示性が当の CI にとって有用か否かを考える Th の能力を奪っているかのようなものであるからだ。

Grant は Th の態度を CI が活用することを希望して、と言う。だが、希望するだけでは不十分である。Th の態度と道義性は CI に変化をもたらすべきで、Th として CI の役に立っているかを気に掛けることこそが道義的であると私は考える。

**【多様性を大事にする】** CCT は、CI 間に存在する違いについて、きちんと言及していない。勿論、Rogers も他の CCT の Th も、そこに違いがあることは十分認識している。しかし、その

認識が個々のCIに合わせて実践の仕方を修正することに結びついていないのである。CCTは個々人の固有の価値を認めているはずなのに、少なくとも文献上ではRogersもその他の人もそれを論じていないのは、CCTのパラドックスの1つであろう。その理由の1つはRogersが1940年代、技法的に見られた非指示性から離れ、Thの人間としての側面の治療的意義をより確信するようになったため、と言えるであろう。CCTのもう1つの際立った特徴は、発見的学習(discovery learning)である。これは多くの人に合うものだが、全ての人に合う訳ではないのは当然である。したがって、CIに対して最も援助的に関わるにはCIによって応答を変える必要があることを、Thが十分に認識しないうちは、CCTは(セラピー学派としての)潜在的可能性を十分に発揮できないと思う。かといってCI間の多様な違いを診断カテゴリーで考えるのは、著しく狭い次元でCIを見てしまうことにもなる。

CIの違いを見る方法は、人のふるまいを見ることである。そこには人が自分をどう動かそうとしているのか、その行動、決断、様式、癖などが含まれている。多様性へのもう1つの接近法は、その人の学び方と、その人が学んだことや治療的变化を大きくするために必要な条件はどういうものかを考えることである。治療的变化はThがCIの学習スタイルに合わせる時に最も大きくなる。CIによって様々なふるまい方と学習スタイルがある。Thは当然、自分のアプローチを各CIに合わせて修正すべきであると思われる。

**【臨床経験から】** 私は以前にも増してCIの違いに合わせてようになった。私個人や私のやり方についてCIに自由に質問してもらおう。セラピーをよく知っているCIは、ただ聞く以上に何をしてくれるのか、と尋ねたりもする。私からのフィードバックを欲しがるCIや、以前のThが受け身で非指示的だったことに不満を抱いているCIは多い。私はCIと一緒に、どうやってセラ

ピーを進めていくかを決める。CIが私に出来ないことを求める場合は、他のThを紹介する。

ある20代後半の女性のCIは、摂食障害と家族の問題について私のフィードバックを欲しがった。私は普段はほとんど話さないのだが、その時は私個人が感じたことを伝えた。彼女はそのセッションを、“とても役に立ちました”と言った。30代半ばのSherryには、生活環境の様々な物にアレルギーがあったのだが、彼女のその病気には薬がなかった。彼女は私のオフィスの中の物や芳香剤にも反応したので、セッションは屋外で行った。彼女にとっては毎日が格闘で、情緒的にも極めて不安定だったが驚くほど自分を抑えて日々を生きていた。セラピーはほとんど支持的なものだった。ある時、私に何を望むか彼女に尋ねたところ、彼女は具体的な助言を求めた。私は“ノートパソコンを買って外で仕事をすれば少しはいいだろう”と言ったりした。彼女は私の支持的な態度や理解に感謝はしていたが、彼女にとって最も役立ったのは生活上の具体的な助言だった。20代後半の独身女性Lindaは、男性と結婚を考えるとその男性への興味を失う傾向があるという主訴であった。しかし、現在は特に男性との関わりがないので、それについて話すのは難しく、話が展開しなくなった。私は何を求めているのかを彼女に尋ねた。彼女は、自分の男性との関係をきちんと査定し、気持ちの出し方を覚え、自分の決心の仕方のパターンを知りたいことの3つを挙げた。それについて話し合うと、彼女は自分の感情を理解することや、じっとしていることが苦手であることに気づいた。自分の感情を理解するためのある活動の計画を立てて実行した。彼女は、自分はじっとしてられないので、このやりの方が良かったと述べた。彼女は内省的でないので、CCT向きのCIではなかった。実際に何かすることからの学びが最も大きいCIであった。

**【クライアントは知っている】** 私は非指示的なThであろうと思う。なぜなら何をどう変えた



らいいかは、CI が知っているからである。私がいることでCI が自分と人生を見つめられるような、繊細な耳を持った Th を目指している。私はCI 間の違いを深く感じるようになっていく。CI のふるまい方と学び方が治療的变化にとって大事な要因である。私の中にある問いは常に、“これはCI に合っているか？”である。CI が独自の可能性を最も発揮できるのは、Th が個々のCI の違いをよく理解し、セラピーをそれに合わせる時である。

## V. まとめ

3つの論文をまとめると、まずCainはCIそれぞれに異なる学習スタイルがあり、非指示性が合わないCIもあるので、Thがそれに拘ることはPerson-Centeredとは言えない、としている。それに対しGrantは、Cainのように非指示性をCIの成長や自己受容、洞察のために道具のように扱う道具的非指示性と、CIを尊重する姿勢そのものを表す原理的非指示性の2つに分類する。そして、後者こそ本来の非指示である、という考え方を打ち出す。その論理として、前者は非指示性がCIの成長にとって有用でなければ非指示性という態度を用いないという前提がある点が問題である、という考えである。つまり、前者ではCIの成長の基準はThにあり、CIが主人公というCCT/PCTの考えに反する上、成長することが良いこと、という価値観をThが押し付けている、という批判である。後者は成長するかどうかではなく、成長してもしなくても、そのCIを尊重する姿勢を示すものであり、それこそが本来の非指示性である、とGrantは主張する。それに対して、Cainが反論する。Grantの原理的非指示性はCIを尊重すると主張しているが、本当に尊重になっているのか、CIにとって良いものかは分からず、それはTh側からの仮説に過ぎないというものである。したがって、CainはCIが良いと感じる応答や態度をThが提供することが本来の非指示性である、

と主張する。その上で、Cainは自身の事例を提示している。

この論争は、CIの成長になるようにThが対応を変えて対応すべきという主張と、CIの成長をThが判断するのではなく今のCIをそのまま尊重すべきという主張のぶつかり合いである。これは、CCT/PCTにおいて“センタード(Centered)”とは何か、という議論である。PCTの諸派(Tribe)に当てはめて考えると、Grantは古典的CCT、Cainはフォーカシング指向心理療法や体験的療法と共通する。つまり、この論争はCCT/PCTの本質を問うものであり、PCTの今後も続く哲学的な大きな課題であろう。

筆者らの読後感としては、Cainのほうが明快で説得力があり、その一方でGrantのほうには論理的に理解しにくい箇所が多く見られた。例えば、Grantは“Rogersが何を述べたか、という点だけでPCTやCCTの本質について議論すると、より重要な問いを見失ってしまう”と述べていながら、後半で原理的非指示性の根拠の1つとしてRogers(1951/2006)を挙げている。“(Rogers派内での)議論はRogersの正しい読み方ではなく、心理療法をどう行うかという(中略)根本的議論になっており、また、そうでなければならぬ”と述べているが、これがCainを批判したものなのかどうか分かりにくい。Cainはそれを批判と受け取ったのか、それへの反論に自分の事例を掲載しているが、Cainは1つ目の論文においてもCIの学習スタイルに合わせるべきであると述べ、原理的非指示性は宗教的な面を持っている、と述べるGrant自身よりも、心理療法をどう行うかに、より言及しているように思われる。

しかし、それほど曖昧になりながらも、Grantは論をつなげて何を主張しようとしたのか。Grantは批判的に書いているが、体験過程レベルを押し量ったり、それを高めるためにフォーカシングや技法を提案したりするのは、医療モデルと変わらない。勿論、Thの提案をCIが自

分には合わないと言うならばそれを取り下げるという考え方(例えば, Lietaer, 1984)は、CIの主体性を信頼しているものと言えよう。しかし、そうであっても、やはりそれはCIが主人公であるという形式をとらせようとするThの主導性がある。それに対して、GrantはそうしたありのままのCIに寄り添い続ける姿勢を主張する。筆者らはそこに、村の貧しい子どもの悲しみに寄り添い、ただ涙する良寛(江戸時代後期の僧侶)のような姿が重なる。良寛はただ寄り添うだけであり、それ以外の邪心はない。その人の成長や治療効果を目指すような、具体的な援助の意思さえもない。あるのは、その人を人として尊重する姿勢だけである。Grantが原理的非指示性の根拠に、宗教性や愛を持ち出しているのも頷ける。CainはRogersがセラピーの援助効果に関心をもっていたことを取り上げてGrantを批判しているが、その意味ではGrantあるいは古典的CCTの人々は、Rogersを超えているのかもしれない。しかし、それは人の関係が薄れている現代においては、貴重な人間観のように思える。

Grantの文章の趣旨は上記の通りであるが、彼は道具的非指示性のことを言葉にしてはっきりとは批判せず、“道具的非指示性を重視する考え方もあるが、自分は原理的非指示性が大事だと考える”という控えめな書き方をしているように読める。Grantがそのような書き方をしているのは、道具的非指示性を頭から批判することは、それ自体自分が主張する原理的非指示性の姿勢に反するからと考えているからであろう、

と筆者らは読んだ。

#### 文献

- Brodley, B. (1988) Untitled article, *Renaissance*, 5(3-4), 1-2.
- Cain, D. (1989) The paradox of nondirectiveness in the person-centered approach, *Person-Centered Review*, 4(2), 123-131.
- Cain, D. J. (1990) Further thoughts about nondirectiveness and client-centered therapy, *Person-Centered Review*, 5(1), 89-99.
- Grant, B. (1990) Principled and Instrumental Nondirectiveness in Person-Centered and Client-Centered Therapy, *Person-Centered Review*, 5(1), 77-88.
- Lietaer, G. (1984) Unconditional Positive Regard: A controversial basic attitude in Client-Centered Therapy, In R. Levant & J. Shlien (Eds.), *Client-Centered Therapy and Person-Centered Approach: New Directions in Theory, Research and Practice*, 41-58, New York: Praeger.
- Rogers, C. R. (1951) *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory*, Boston; MA: Houghton-Mifflin. (保坂亨・諸富祥彦・末武康弘(訳)(2005)クライアント中心療法, 岩崎学術出版社.)
- Rogers, C. R. (1972) My personal growth, In A. Burton (Ed.), *Twelve Therapies*, 28-77, San Francisco, Jossey-Bass.