
パーソン・センタード・セラピストが‘哲学する’意義 — being とセラピストの自己の利用の観点から —

関西大学大学院

並木崇浩

◆要約◆

本研究の目的は、パーソン・センタード・セラピー (PCT) が抱えるいくつかの問題と批判に応じる形をとり、パーソン・センタード・セラピストの成長に必要な方策を提言することである。まず国内の PCT では必要十分条件を絶対的に正しいと考えるあまり必要十分条件に縛られているという筆者の問題意識と、PCT とはリフレクションが受容・共感だと考える表面的な学派であるといった他学派からの批判を挙げた。そして、必要十分条件の内容自体ではなく、問題と批判が生じる背景を探ることを出発点として論考を行った。セラピストは1) 中核条件を doing でなく being として捉える、2) クライアント—セラピスト関係や自身の PCT のために自己を利用する、という二つの課題に取り組む必要があることを示した。次に being における哲学の重要性について述べ、‘哲学する’ことを新たに提示した。‘哲学する’を、ひとがある問いを立て自身のことばと思考をもって意味や答えを探索する行為、と定義し、課題との関連性を論じた。最後にこれまで PCT では‘哲学する’ことを目的としたトレーニングがなされなかったことを指摘した。

キーワード：セラピスト・トレーニング、哲学する、必要十分条件への信奉と束縛

I 問題意識

本稿は、パーソン・センタード・セラピー (person-centered therapy 以下、PCT) をオリエンテーションとする個々の臨床家、つまり PCT の治療者 (Therapist 以下、Th) にとってなにが成長の一助となるかを論考するものである。まずこの研究を始めるに至った、筆者が抱く個人的な問題意識の原点を述べておく。それは、日本の PCT 内に感じる必要十分条件 (Rogers, 1957/2001) への信奉と束縛の感覚である。

PCT に関する研究や実践は数多くあるが、それらの中には必要十分条件が正しいという出発点から始まり、その体現の仕方や応用事例などを模索しているものがある。そしてその着地点として、やはり必要十分条件は正しかったと締めくくられているのである。もちろん様々な実践や研究がこれまでなされてはいるが、必要十分条件自体に対する検討は不十分といえる。論文や学会においても、PCT をオリエンテーションとする上で、必要十分条件を始めとする PCT の理論がなぜ正しいのか、またはなにが

本質であるのかという出発点から始まる議論が圧倒的に少ない。日本のPCT内では岡村ら(2010)、保坂・岡村(2003)、中田(2014, 2017)が必要十分条件の論考やPCTに対する問題提起をしているものの、日本国内での議論の規模は小さい。一方日本国外では、六条件は必要ではあるものの十分であるのかという議論(Bozarth, 1993; Purton, 2004/2006)や、古典的クライエント中心療法とフォーカシング指向心理療法との対立(Brodley, 1990)、PCTの第一原則と第二原則(Sanders, 2004a/2007)、非指示性を巡る論争(Cain, 1989; Cain, 1990; Grant, 1990)など、PCTの根幹に関する議論がなされている。このように日本国内では、PCTで最も重要な考えの一つといえる必要十分条件について、Th個人が受容とはなにか、なぜ共感的理解が大切とされているのか、本当に必要十分条件だけでいいのか、といった吟味をすることなく必要十分条件とは正しいものだと無条件に信じられてしまっている。

そして、この信奉に伴って「必要十分条件の縛り」(並木, 2017)を感じる。必要十分条件を遵守しようとする中で、一切指示的な言動をしてはいけない、自己一致と無条件の肯定的関心と共感的理解のみに徹しなければならない、アセスメントや見立てをしてはいけない、といった禁止事項がThの中で作られる恐れがある。Thが必要十分条件に縛られていると、例えばこの発言は指示的なのではと思いついで、端から見ると顔だけの人と見なされることは十分考えられる事態である。すでにPCTのThはなにもしない人という評価や批判が存在している(中田, 2013)。PCTの立場からすれば、そのような批判は評価する側か実践している側がPCTを誤解しているだけで本来のPCTは違う、という意見が出てくるだろう。しかしPCTの発展のためには、これまでの誤解や批判を理解不足だと一蹴するのではなく、それらを真摯に受けとめて応えていく必要がある。すでに中田(2014)が日本におけるPCT

の課題を挙げているが、本稿ではPCTに対する批判を振り返ることによって、これからPCTが取り組むべき課題について論考を進めていくこととする。

II パーソン・センタード・セラピーに対するいくつかの批判

PCTでは、自己一致・無条件の肯定的関心・共感的理解という態度を条件として構成された風土を提供すれば、個人の成長は促進されるという中心的仮説がある(Rogers, 1986a/2001)。これら三つの態度は必要十分条件の中でも中核条件(Mearns & Throne, 1988/2000)として重要視され、PCTの臨床家はこの中核条件をいかに実践するかに取り組んできた。その一方で、PCT内外から様々な問題や批判が生じている。例えば、Rogers(1986b/2001)は「感情の反射(reflection of feelings)」が固い技術と見なされ、「正しい」応答を追求していることに不満を抱いていた。氏原(2000)はRogersの理論が初めて日本に持ち込まれた「ロジャーズ第一世代」を振り返り、PCTを実践する上での体験について、「感情の明確化をクライアント(Client以下、CI)の言葉をそのまま繰り返すことによって果たそうとし」、「技法に縛られて自分らしさを出せなくなっていた」と述べている。また他学派の一部から、PCTとはThがCIの言葉を単に繰り返しているだけで、このリフレクションが受容・共感だと考える表面的で楽観的な学派であると誤解されている(Barrett-Lennard, 1993; Mearns & Thorne, 1988/2000; Wilkins, 2003)。受容と共感、リフレクションに対して、PCTの立場からはしなければならないもの、他学派の立場からはそれさえすればいいもの、といった考えは今も昔も存在している。なぜこのような問題や批判があり続けているのか。PCTの本質について再考することで整理していく。

III パーソン・センタード・セラピーの要とはなにか？

1 Being

PCTではなにををするのか？ どの技術を用いているのか？ といった批判や素朴な疑問に対するRogersの答えは「(必要十分)条件を伝えるチャンネル(Rogers, 1957/2001)」となっていればなにをしてもよい、といえるだろう。重要なことはある決まった技術を用いることではなく、どのような技術を用いるにしても、それが共感的理解、無条件の肯定的配慮を伝えるチャンネルとして役立っているかどうかである。この考えは、主観的体験の状態という‘being(どう在るか)’と、実際に行われる言動や技法という‘doing(なにをしているか)’とで区分することができる。Rogersの考えは共感的理解や無条件の肯定的関心というbeingが伝わるのであれば、特定の技術、つまり特定のdoingにこだわる必要はない、と捉えることができる。これはPCTの本質とは[doingよりもbeing](Mearns, 1994/2000)であるという言葉に通じている。必要十分条件をbeingと捉えるかdoingと捉えるかの違いによって、PCTに対する理解や実践に齟齬が生じているのではないか。

岡村(2007)は『治療的人格変化の必要十分条件』(Rogers, 1957/2001)を読み解く中で、beingについて以下のように論じている。中核条件とはThが一致しており、CIを受容し、CIに共感していること(doin)ではなく、「受容せよ、共感せよ」とThを「規定」するものでもない。「治療者がクライアントさんを受容し、クライアントさんに共感している自分自身を体験している」Thの状態(being)の「記述」なのである、と。Rogersは実際にThがなにをすべきかについてPCTでは定めていない。個々のThが「その治療者自身の在りようを探求せよ、と言われているとしか受け取りようがない感じがする」と岡村(2007)は述べている。また、実践の観点から、Mearns(1994/2000)は必要十分条件をdoingと捉えることについて問題提

起をしている。必要十分条件という仮説は、明解であることが仇となり共感的理解や無条件の肯定的関心を「形の上でなぞる」ことができればよいという思い込みが広がっている。その結果、PCTの初学者はThがしなければならぬことは共感と無条件の肯定的関心を示すことでありそれに尽きるという誤解に陥りやすくなってしまった。このような思い込みや誤解の中での実践ではThが不一致の状態となるため、なぞるだけの共感や無条件の肯定的関心は不十分である、とMearnsは指摘している。

つまり、必要十分条件とは本来beingについて論じられているものであり、PCTとはその在りようの実践といえよう。だが、doingについての規定であると「カテゴリー錯誤(岡村, 2007)」されることで、受容はThがCIの行動や発言、感情などを実際に容認する、受けとめるべきであるという誤解が生まれ、実践の中でbeingがおざなりになってしまっている。PCTとはThがCIの言葉を単に繰り返しているだけで、このリフレクションが受容・共感だと考える表面的で楽観的な学派であるという批判がある(Barrett-Lennard, 1993; Mearns & Thorne, 1988/2000; Wilkins, 2003)と前述したが、この批判に至った経緯を推測すると、二つの論理が考えられる。受容・共感をdoingとし、リフレクション(doin) = 受容・共感(being)だと捉えている。もしくは受容・共感をbeingだと考えていたとしても、リフレクション(doin)さえすれば、受容・共感(being)が体験できると捉えているために生じた批判といえる。もしThがリフレクションをする中で心理療法が功を奏しているならば、それは受容・共感というThの状態(being)がリフレクションという技法(doin)を通してCIに伝わっていることであり、リフレクションの役割はチャンネルである以上の意味はない。

2 セラピストの自己の利用

これまでの議論からわかるように、PCTの

Th が仮に中核条件を十分に体験していたとしても、誰もが同じ体験、そして同じ言動をするわけではないのは明らかである。なぜなら、実践する個々のThはそれぞれ独自の存在であり、当然CIもCI-Th関係もそれぞれのケースによって異なるからである。このとき、Thという変数をなるべく抑えようとする考えと、より活用しようとする考えが生まれるが、中核条件というThのbeingが治療条件を作り上げる上で基本的な要素と考えている(Mearns & Thorne, 1988/2000)ことから、PCTは後者の性質が強いといえる。またMearns & Thorne(1988/2000)は、PCTは「Thが持つCIの世界に参与する能力、深い関係を提供する能力こそが治療的試みの有効性を左右する、という仮説に基づいている」ため、Thは自己を積極的にCI-Th関係に投入するとしている。そのためThは自己、つまり自身の様々な在り方を探求し、「健康な関係(Mearns & Thorne, 1988/2000)」を築く必要がある。それは自身の考えや感情から目を背け、自分に対して防衛的になるのではなく、自己探求し続けながら、自身を受容し信頼する関係性である。このような自己との関係性であることで、ThはCIの世界に参与し、深い関係を提供することができると考えられている。

Thの自己の利用について、PCTの部族(tribes; Sanders, 2004b/2007)の一つである、パーソン・センタードに基づく統合(Person-centered integration 以下、PCI; Worsley, 2004/2007, 2007)もPCTの発展と実践について興味深い取り組みを行っている。PCIにおける統合とは、Th自身、PCTの基本概念、他学派や他領域の理論や概念、の三つの統合、さらにそれらをセラピーの中へ統合する、という二つの意味を持つ。PCIではThが「CIと共に在る唯一無二の存在としての私はいかなるものかを追及」することや、「私にとってのパーソン・センタードとはなにかということ的自由に作り上げる」ことが挙げられている(Worsley, 2004/2007)。先のMearns & Thorne (1988/2000)はThの自己をセラピーや

CI-Th関係に利用することを重視していたが、それだけでなく、パーソン・センタード自体が個々のThによって独特なものとなるようにThが自己を利用する必要性をWorsleyは示唆している。さらにWorsleyはパーソン・センタードとは「挑戦(Worsley, 2004/2007)」であり、「実践する自由(freedom to practice; Worsley, 2007)」があるという。「実践する自由を模索するとは、真実であること、そのリスクを取ることを、そしてわかっていないことの不確かさへと入ることである(Worsley, 2007)」。PCTとはなにか絶対的な、固定された正しさがあるのではなく、非常にフレキシブルな実践だといえよう。このThの独自性の強調は、Thに専門家という役割や診断、技術に依存することを許さない、「最も厳しい要求(Mearns & Thorne, 1988/2000)」へ繋がる。

以上のようにPCTを捉え直してみると、必要十分条件の縛りからの脱却、およびPCTでは受容・共感さえすればいいという誤解の解消のためには以下の二つに取り組む必要がある。PCTのThが1)中核条件をdoingではなくbeingとして捉えること、2)CI-Th関係や自身のPCTのために自己を利用すること、である。

IV 課題に取り組む方策

1 beingの一側面としての哲学

前章では今のPCTにおいて、Thのbeingと自己の利用の二つのテーマに取り組むことが課題であることを述べた。だが、これまでの批判の経緯を見てもわかるように、これらは非常に内的な体験であり作業であり、実際になにをすればよいのか(doing)は示しにくく、言語化しにくい領域であった。中田(2013)は中核条件の具体的な在りようとして「内的努力」を示すことでbeingの言語化を試みている。このようにbeingを言語化された知見として蓄積することはもちろんPCTの発展に貢献するであろう。しかし、では個々のThが内的努力として

beingを言語化するにはなにをすればよいか (doing) という疑問に戻ってしまう。さらに中田 (2013) は、自身が示した内的努力は仮説であり、他のThや研究者によって検証されることを前提としているが、内的努力がこのように提示されてしまうと、検討されることなく無条件に正しいものとして受け入れられ、doingと扱われる危険性がある。批判や課題が生まれた背景に鑑みると、PCTのbeingや理論自体の捉え方や内容を示すだけでなく、自分のbeingを個々のThが検討するための具体的な方法を示さなければ課題の解消へとは進みにくいだろう。

そこでRogersのThの育成論や成長に対する考えを振り返ってみる。Rogers (1951/2005) はカウンセラーを育成するためのプログラムとして、プレゼンテーションによる理論学習、グループ討論、カウンセリングの実施、事例検討、訓練カウンセリングの五つを実施していた。そしてRogers (1951/2005) はこのトレーニング・プログラムを振り返る中で、「技術から離れ、Thの態度のあり方に重点的に取り組むという着実な傾向」を心理療法家の育成における重要な傾向の一つに挙げ、「(トレーニング・プログラムで) 達成すべきもっとも重要な目的は、自分自身の基本となる人間関係とその関係に付随する態度と哲学の明確な理解にある」とした。Thのbeingは態度として捉えられることが多いが、それだけでなく哲学という側面があることをRogersは示唆していたことがわかる。さらに、「人生に関するいくつかの根本的な問いについてとことんまで考え、一時的であれ自分にとって意味のある答えを構築することにより(安心感を) 得られることもある」と考え、Thのトレーニングを受ける者(大学院生)にとって望ましい準備の一つに、「自らの基本哲学を検討し構築する機会をもつこと」を挙げている(Rogers, 1951/2005)。つまり、RogersはThのトレーニングとしてTh自身の哲学を理解することを重視していたと考えられる。また『カウ

ンセラーの態度とオリエンテーション』(Rogers, 1949/2005)でもThの哲学について論じており、Thの哲学的オリエンテーションが心理療法の促進を左右し、Thの心理療法のアプローチを決定すると考えた。そして「他者の価値や選択を尊重しているか (Rogers, 1949/2005)」といった哲学を身につけようとしている人の方が、PCTの技術を自身に同化させやすいとした。なぜならPCTの技術とは、個人への尊重という態度の表現を促進するものだからである。またこの論文の中でRogers (1949/2005) は、Thの哲学を「不変不動なものではなく、流動的に発展する秩序」、「試験的にかつ部分的に採用され、検証されるべき見解」としていた。このように、Rogersのいう哲学はTh個人の価値観や考えであり、哲学の知識を学ぶ「哲学学(河合・鷲田, 2010)」や、哲学の文献の整理や解釈を行う「文献学・解釈学(森岡, 1999)」とは異なるものといえよう。

2 ‘哲学する’ という行為

Rogers (1949/2005, 1951/2005) はbeingの一側面に哲学の存在を示唆している。それはTh自らが立てた「人間関係に関する仮説」であり、Th自身によって検証と修正を続けていくものと考えていた(Rogers, 1949/2005)。ここからRogersが示す‘哲学’には内容と行為という二つの側面があるといえる。つまり、流動的であり検証されるべき仮説という内容と、その内容の検討と修正を重ねるといった行為である。この‘哲学’の二側面のうち、筆者は行為に注目する。Rogers (1949/2005) は‘哲学’の行為を、他者の価値や選択を尊重しているかといったPCTの哲学の内容との照らし合わせを通して、自身の哲学を理解することとしている。トレーニングに関する論文ではTh自身の‘哲学’の理解を目的に挙げているが、具体的な方法は記しておらず(Rogers, 1951/2005)、Rogersの示した‘哲学’の行為とはPCTの哲学の内容との照らし合わせのみである。しかし、それだけ

で十分といえるだろうか。

例えば、「なぜこんなにも苦しいのに私は生きなければならないのか」、「世間は私を障害者と呼ぶが、私は障害者として生きていかなければならないのか」という問いを抱えたCIに対してThはどう向き合うか。Thは専門家としてCIが生きるよう援助すべきという一般化された考えや、教科書に載っているような障害に関する知識に留まることはできず、一人の人としてこの問いに臨まなければならないだろう。Thはこれまで当然と思っていた、人は生きべきという価値観や障害という概念に疑問を抱くのではないだろうか。これらのような事例では、PCTの哲学の内容との照らし合わせだけでなく、「哲学」の行為として個人が体験や関係性の中から自発的に疑問点を発見し、自身の考えや価値観を探求することが求められるだろう。

ここから筆者は従来の「哲学」の行為を発展させ、「哲学する」ことを新たに提示する。「哲学する」とは、「ひとがある問いを立て、自身のことばと思考をもって意味や答えを探求する行為」である。つまり、見聞きした知識や臨床場面、日常生活での体験に対し、それは本当に正しいのか？ そもそもそれは何を意味しているのか？ と「疑い」、さらに自分はどうの答えを出すか、自分にとってどんな意味があるのかと「探求する」ことが「哲学する」にあたる。

さらに、この「哲学する」ことが課題への方策、つまり自分のbeingを個々のThが検討するための取り組み方として活用できると考える。なぜなら、二つの課題がどちらも「哲学する」と関連しているといえるからである。1) 中核条件をdoingではなくbeingとして捉えることが課題となる背景として、中核条件とはこうすべきと示した規定だという誤解があることは既に述べた。中核条件を重視することがPCTの特徴だが、だからこそパーソン・センタード・セラピストが自身の軸となる中核条件について、それは本当に正しいのか？ 自分に

とって中核条件とはなにか？ と疑問を持つことが縛りからの脱却において重要となる。この問いかけから始まる思索は「哲学する」に相当するだろう。二つ目の課題、2) CI-Th関係や自身のPCTのために自己を利用することも同じく「哲学する」と関連があるといえる。「私にとってのパーソン・センタードとはなにか(Worsley, 2004/2007)」とThそれぞれが自らに問うことは、まさに自身のPCTのためにThが自らで思索し、築き上げるものである。さらに、自己を理解する上でも「哲学する」ことが役に立つ。例えば、あるThがセラピー場面で怒りを抱いたとき、自分の怒りという感情に気付くことも自己に対して開かれていることであるが、なぜ自分は怒ったのかと自身に問うことで、自分がある価値観を持っていて、それに反することを目の当たりにしたから怒ったのだと、自身が持っていた考えや価値観に気付くことも自己との「健康な関係(Mearns & Thorne, 1988/2000)」の一つとなる。また、CI-Th関係そのものに対しても「哲学する」ことの意義があると思われる。PCTの関係論では、CIとThが深い関係の中での出会い(encounter)について論じられている(Mearns & Cooper, 2005; Schmid, 1998)。前述した「なぜこんなにも苦しいのに私は生きなければならないのか」、「世間は私を障害者と呼ぶが、私は障害者として生きていかなければならないのか」と問うCIと深い関係の中で出会うには、Thもこの問いから自身の答えを探求することが求められる。

3 トレーニング開発の必要性

理論や体験から「問いを立て」、「自身のことばと思考」からその問いに答える。この行為が自身の理論の捉え方、価値観などに気付くことや、CI-Th関係の中に自身を持ち込みCIと向き合うことへの手助けとなり得る。このように、前節では「哲学する」ことの意味と、この行為が課題に対してどのように有用となるかを示した。では「哲学する」ことがこれまでPCTの

トレーニングの中で行われてきたのだろうか。Rogers (1951/2005) が行ったプログラムでは、グループ討論の中で意見交換や討論、セッション外の自由討論が参加者の哲学について再検討する場となっていたことが述べられている。そのような機会の中で参加者が‘哲学する’ことを行っていた可能性は十分あるが、‘哲学する’こと自体を目的としているわけではなかった。また、近年のトレーニングを見てみると、Schmid (2015) が実施しているプログラムは、パーソナリティ・ディベロップメント、理論、実践、スーパーヴィジョンの四つで構成されている。日本では佐治ら (1996) がカウンセリング学習を、理論学習、体験学習 (ロールプレイや教育分析)、スーパーヴィジョン、カウンセリング実践の四つに区分している。これらのトレーニングにおいても、‘哲学する’ことに特化しているとはいえない。Thの成長として二つの課題に取り組むために、‘哲学する’ことを目的としたトレーニングの開発が必要となる。

V 今後の展望

本稿ではPCT内における必要十分条件への信奉と束縛という問題意識、そして学派内外からのPCTに対する批判に応じる中で、Thが1) 中核条件をdoingではなくbeingとして捉えること、2) CI-Th関係や自身のPCTのために自己を利用すること、の重要性を指摘した。そして、beingに‘哲学’の側面があることを述べ、‘哲学’を内容と行為に分けて捉えることを試み、そのうちの‘哲学’の行為を発展させ、‘哲学する’という行為を新たに提示した。‘哲学する’ことが自分のbeingを個々のThが検討するための取り組み方(doin)として活用できることを課題との関連性から論じ、‘哲学する’ことを目的としたトレーニングの必要性を示唆した。臨床心理の領域にこれまで哲学が深く関わることは少なく、鷺田(1999)による「臨床哲学」という試みがなされているが未だ

発展途上の段階である。今後は哲学との学際的なアプローチを念頭に置きながら、‘哲学する’という行為やその意義について、研究を進めていくことが求められるだろう。

謝辞

本研究をご指導くださった関西大学教授の中田行重先生に厚く御礼申し上げます。

文献

- Barrett-Lennard, G.T. (1993): Understanding the person-centered approach to therapy: A reply to questions and misconceptions. In E. McIluff & D. Coghlan(Eds.), *The Person-Centered Approach and Cross-Cultural Communication: An International Review* 2, 99-113.
- Bozarth, J.D. (1993): Not necessarily necessary but always sufficient. In D. Brazier(Ed.), *Beyond Carl Rogers*. London: Constable. 92-105.
- Brodley, B.T. (1990): Client-centered and experiential: Two different therapies. In Lietaer, G., Rombauts, J., & Balen, R.(Eds.), *Client-Centered and Experiential Psychotherapy in The Nineties*. Belgium: Leuven University Press. 87-107.
- Cain, D.J. (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.
- 保坂享・岡村達也 (2003): パーソン中心カウンセリングにおける「治療的人格変化の必要十分条件」の理論的展開—カウンセラーのもう1つの態度条件<存在すること>をめぐって—*人間性心理学研究* 21 (1), 6-15.
- 河合隼雄・鷺田清一 (2010): 臨床とことば 朝日新聞出版.
- Mearns, D. (1994): *Developing Person-Centred Counselling*: Sage. 諸富祥彦 (監訳) (2000): パーソン・センタード・カウンセリングの実際—ロジャーズのアプローチの新たな展開—コスモス・ライブラリー.
- Mearns, D. & Thorne, B. (1988): *Person-Centred Counselling in Action*: Sage. 伊藤義実 (訳) (2000): パーソン・センタード・カウンセリング ナカニシヤ出版.

- Mearns, D. & Cooper, M. (2005): *Working at Relational Depth in Counselling and Psychotherapy*: Sage.
- 森岡正博 (1999): 現代において哲学するとはどのようなことなのか 哲学 1999 (50), 1-12.
- 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 心理臨床学研究 30 (6), 865-876.
- 中田行重 (2014): わが国におけるパーソン・センタード・セラピーの課題 心理臨床学研究 32 (5), 567-576.
- 中田行重 (2017): PCTにおけるセラピストの内的体験とクライアントとの相互作用、および終結後の変化 心理臨床学研究 35 (1), 61-71.
- 並木崇浩 (2017): パーソン・センタードに基づく統合とは— I — Worsley (2007) から学ぶ統合の歩み 関西大学心理臨床センター紀要 8, 79-88.
- 岡村達也 (2007): カウンセリングの条件—クライアント中心療法の立場から 日本評論社.
- 岡村達也・小林孝雄・菅村玄二 (2010): カウンセリングのエチュード 反射・共感・構成主義 遠見書房.
- Purton, C. (2004): *Person-Centred Therapy: The Focusing-Oriented Approach*. Basingstoke: Palgrave Macmillan. 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.
- Rogers, C.R. (1949): The attitude and orientation of the counselor in client-centered therapy. *Journal of Consulting Psychology* 13 (2), 82-94. 保坂亨・諸富祥彦・末武康弘 (共訳) (2005): クライアント中心療法 (ロジャーズ主要著作集第2巻) 岩崎学術出版社 24-65.
- Rogers, C.R. (1951): The training of counselors and therapists. In C.R.Roger(Ed.), *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory*: Houghton Mifflin. 429-478. 保坂亨・諸富祥彦・末武康弘 (共訳) (2005): クライアント中心療法 (ロジャーズ主要著作集第2巻) 岩崎学術出版社 271-313.
- Rogers, C.R. (1957): The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology* 21 (2), 95-103. 伊藤博・村山正治 (監訳) (2001): ロジャーズ選集 (上) 誠信書房 265-285.
- Rogers, C.R. (1986a): Client-centered approach to therapy. In I. L. Kutash & A. Wolf(Eds.), *Psychotherapist's Casebook: Theory and Technique in Practice*. San Francisco: Jossey-Bass. 197-208. 伊藤博・村山正治 (監訳) (2001): ロジャーズ選集 (上) 誠信書房 162-185.
- Rogers, C.R. (1986b): Reflection of feelings and transference. *Person-Centred Review* 1 (4), 375-377. 伊藤博・村山正治 (監訳) (2001): ロジャーズ選集 (上) 誠信書房 152-161.
- 佐治守夫・岡村達也・保坂亨 (1996): カウンセリングを学ぶ—理論・体験・実習 東京大学出版会.
- Sanders, P. (2004a): Mapping person-centred approaches to counselling and psychotherapy. In P.sanders(Ed.), *The Tribes of The Person-Centred Nation: A Guide to The Schools of Therapy Associated with The Person-Centred Approach*. Ross-on-Wye: PCCS Books. 77-33. 近田輝行・三國牧子 (監訳) (2007): パーソン・センタード・アプローチ: カウンセリングとセラピーにおける位置づけ コスモス・ライブラリー 171-187.
- Sanders, P. (2004b): Introduction-read this first. In P.Sanders(Ed.), *The Tribes of The Person-Centred Nation: A Guide to The Schools of Therapy Associated with The Person-Centred Approach*. Ross-on-Wye: PCCS Books. vii-xvii. 近田輝行・三國牧子 (監訳) (2007): 序文—まずここからお読みください パーソン・センタード・アプローチの最前線 コスモス・ライブラリー ix-xx.
- Schmid, P.F. (1998): 'Face to Face' -The Art of Encounter. In Thorne, B. & Lambers, E.(Eds.), *Person-Centred Therapy: A European Perspective*: Sage.
- Schmid, P.F. (2015): Encounter-oriented learning programs for person-centered psychotherapists: Some learnings from decades of experience and their theoretical background. *Person-Centred & Experiential Psychotherapies* 14 (1), 100-114.
- 氏原寛 (2000): 共感的理解と診断的理解 氏原寛・村山正治 (編) ロジャーズ再考: カウンセリングの原点を探る 培風館 1-16.
- 鷺田清一 (1999): 「聴く」ことの力—臨床哲学試論 阪急コミュニケーションズ.
- Wilkins, P. (2003): *Person-Centred Therapy in Focus*: Sage.
- Worsley, R. (2004): Integrating with integrity. In P. Sanders(Ed.), *The Tribes of The Person-Centred Nation: A Guide to The Schools of Therapy Associated with The Person-Centred Approach*. Ross-on-Wye: PCCS Books. 126-147. 近田輝行・三國牧子 (監訳) (2007): 誠実な統合に向けて パーソン・センタード・アプローチの最前線 コスモス・ライブラリー 143-170.
- Worsley, R. (2007): *The Integrative Counselling Primer*: PCCS Books.

ABSTRACT**The Meaning of Philosophizing for the Development of a Person-Centered Therapist: From the Viewpoint of “being” and the Therapist’s Use of Self****NAMIKI, Takahiro**Kansai University Graduate School

The aim of this article is to respond to various problems and comments regarding Person-Centered Therapy (PCT) and suggest measures that are necessary for the development of dedicated person-centered therapists. Firstly, in this article, the author conveys his opinions and subsequent criticisms of other psychotherapy schools. The author is of the view that person-centered therapists in Japan tend to believe that the necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change are infallible. Therefore, they become bound by said conditions, without questioning their validity or application. Other schools claim that person-centered therapists are of the view that reflection, acceptance, and empathy are synonymous. Secondly, the reasons why these issues and criticisms arise are discussed. It is suggested that PCT practitioners should regard the core conditions as how we are, as opposed to what we do. They should practice using more of themselves to develop a good client-therapist relationship as well as for their own professional development. Thirdly, the importance of philosophy in PCT is demonstrated and ‘philosophizing’ is highly recommended. ‘Philosophizing’ is of course, defined as contemplating deep questions that may arise during therapy and daily life. Finally, this article recommends that the training in philosophizing should be conducted, as until now, this has not been done in PCT.

Key Words

Therapist Training, Philosophizing, Belief, Bondage