関西大学心理臨床センター紀要，15，107～116，2024

特集：パーソン・センタード・セラピーの展開

深い関係性 Relational depth とそのセラピー Working at relational depth の源流に関する文献探索

関西大学人間健康学部　中田　行重

要約

深い関係性 Relational depth やそのセラピー Working at relational depth という概念は翻訳本も出た著書によって注目されるようになった。しかし、著書だけでは情報が多い分、そのこれらの概念の中核が曖昧である。そこで、その源流はどのようなものであったかを調べる必要がある。そこで、これらの概念を初めて使った Mearns（1996）による論文を探索した。源流となる事例が何かまでは確かなことは分からなかったが、Mearns が Terry の事例として既に報告している事例が引用されている。それによると、これらの概念の源流には①仮に言葉が少なくても強烈な関係の相互作用が起きて、Cl と Th 双方に強い感情的な動きが起こること、② Th 自身にとって脅威の体験となり得るくらいの徹底した自己一致で Cl に向き合うこと、という 2 つの考え方があったのではないか、ということが示唆された。

キーワード：心理的接触、深い関係性、レースのカーテン、working at relational depth、自己一致、プレゼンス

Ⅰ.「深い関係性 Relational depth」概念の起源と定義の探索の必要性

深い関係性 Relational depth（以後 RD）や、RD でのセラピー（Working at relational depth、以後 WRD）という概念は Mearns & Cooper の Working at relational depth（2005）という著書で注目されるようになり、以後、少しずつ研究論文が出てくるようになった。第 2 版が訳出された（2018/2021）日本でも、RD や WRD は生存の危機にあると言われる対話系の Person-centered therapy（以後 PCT）の新しい展開を示すものとして徐々に注目されつつあるように思われる。

しかし、これらの概念はどの（ような）現象を指しているのかがやや不明確な印象がある。著書（例えば第 2 版の第 5、6 章）ではそれぞれの章全体を通して一事例が掲載されているが、どうやらそれが源流となる事例ではないらしい。また同じ第 2 版の第 3 章には冒頭に短いが印象的な事例が掲載されているが、それは Mearns の担当した事例ではない。ではその定義は何か？ Knox（2013）や Wiggins（2013）が WRD に関する研究を行う上で定義とした部分は初版の次の部分である。

“クライエント（Client, 以後 Cl）との深いふれあいと関わりの中で、他者に対する高いレベルの共感と受容を同時に一貫して経験し、非常に透明性の高い状態で他者と関わる感覚。この関係においては、Cl は自分（セラピスト）からの共感、受容、自己一致を明確にあるいは何かしら感じている、と Th には感じられており、Cl 自身も完全に一致していることが Th には感じられている”（2005, p.36）。

第 2 版でもほぼ同じ内容が p.105 ～ 106（翻訳、2021）に記されている。ところがその第 2 版に「深い関係性 relational depth に関するインタビュー調査で、関係のレベルを深めるのに役立ったことをクライエントに尋ねたところ、～（中略）～、その一つが、セラピストのケアが純粋だった、というクライエントが多かった」（2018, p.241）とある。これはこの文章だけからはセラピスト（therapist、以後 Th）のケアの純粋さが RD の促進要因だったという意味になるが、この後を読んでいくと、促進要因というよりも、それ自体が RD の要素であるようにも読める。上述した WRD の定義（2005）からも、Th のケアの純粋さはやはり RD の要素であると考えられる。つまり、RD の促進要因なのか、その要素なのかが曖昧である。一見して大したことがないように思われるが、いざ、自分なり誰かのセラピーを WRD あるいは RD である、と判断しようとすると、その点が明確でないと難しい。本書にはこのような曖昧さがほかにも見られる。

かと言って、Mearns や Cooper 以外の研究者が今から WRD や RD という概念を明確に定義づけたとしても、それが Mearns や Cooper が意味したことに当たるかどうかは分からない。そこで、WRD や RD という概念はどこから始まったのか、その源流を探索することが役立つかもしれない。

以下に WRD や RD を初めて用いた論文を要約という形で紹介し、これらがどのように始まったかを探る。なお、その論文は最後に訓練に関する論述があるが、その部分は省いて紹介する。

Ⅱ. Mearns（1996）“Working at relational depth with clients in Person-centered therapy”の要約

心理的接触の確立

Th と Cl の関係は常に PCT の中心テーマであり、Rogers は自分のセラピーを当初“関係療法 Relationship Therapy”と呼んでいた（Rogers, 1938）。2 人の人が関係の中にいるためには 2 人が心理的に“接触（contact）”していることが大前提であり、これは 6 つの必要十分条件の第 1 条件である（Rogers, 1957）。この接触が生起しているかしてないか、の二分法で考える人もいるいるだろうが、実際の現象としては程度の問題であり、様々あり得る。

近年、発展してきたクライエント中心プリセラピー（Prouty, 1994 ほか）には、重篤な学習困難や精神病を患っていて心理的接触の難しい Cl に対して PCT の Th が関わる新たな方法が提示されている。接触の困難という問題を更に探るために、そのスペクトラムの反対の極にある高レベルの接触について考えてみたい。それは言い換えると、Working at relational depth（深い関係性で出会うセラピー）ということでもある。Rogers は死ぬ 1 年前に、Cl に関わる上で非常に価値ある質を持った*プレゼンス*について論じた（1986）。ここで Rogers は Cl との非常に深い関わりにおける自分自身の体験の流れを語っているように思われる。

「ファシリテーターあるいはセラピストとして最も良い状態にある時、私は私自身の内なる直感的な自分に最も近づいていて、何か私自身が気づいていない自分自身に触れているようである。相手との関係の中でおそらく、意識がある種の変容をうっすらと起こしているのであろう。そういう時の私は何をやっても癒しに満ち溢れているという感じを持っている。」（Rogers, 1986）。

読み手の中にはこれを Rogers の晩年の神秘主義や霊性への関心の現れと言うだろうが、私個人としては、Rogers は自分の観察したものは何に対しても理論的で経験的な関心を変わらずに持ち続けていたんだろうと考えている。 本論文で私が描き出したいと思っている WRD は、Rogers が描写した最も高い極にある接触のことである。

レースのカーテンと安全のスクリーン

私たち人間の関わりの殆どは深いレベルでは行われない。おそらくそのために、私たちはRDに価値を置くのだろうし、時にそれを“スピリチュアル”に結び付けて考えようとするのだろう。しかし、そのような関わりに特殊なラベルを用いなければならない現実になっていることは残念でもある。私たちは人に出会うことを、いや自分自身に出会うことを恐れているのか？ショーペンハウアーのハリネズミの喩えを使うなら、人は相手の温かさを感じられるくらい近づきたいのに、近づいて棘が刺さるのは嫌だ、と思っているのが我々だ、ということになる（Foukes & Anthony, 1957）。

私たち人間は多くの場合、オープンに深く関わることはない。その代わりに自分と相手の間にスクリーンを置いて用心深く関わる。上手くいけばスクリーンは、レースのカーテンのように使える。つまり、ある程度は自分のことが相手に漏れて伝わり、そのために、自分は相手を受け入れて、互いに関わり合っているという錯覚を持てる。一方で病理のために、あるいは自分自身を守りたいという実存的な必要性のためにスクリーンは何も通さないという機能を果たしている。

スクリーンおろしは癖になってしまい、必ずしも必要でない時でもいつも下ろすようになる。そうなるとスクリーンを解体するのが難しくなる。セラピーのトレーニングでは学生が以前から身に着けたスクリーンを解体するのに苦労する場合が多い。例えば

- 不一致な笑顔がその一例である。Cl への温かい思いが起こっていないのに、そうであるかのように笑顔を作って自分を防衛する。
- 感情を過分に表出するのも自己不一致の防衛の工夫である。これは訓練過程の早い段階でターゲットにされやすい。悲しいことにこのようなスクリーンを張る訓練生は、そのスクリーンの為に自分は他の人から見ると理解しにくい人になっている、ということが分かっていない。結局、人との深い出会いを避けるまでもなく、人との関わりを薄くしてしまうことに成功しているのである。他の人たちはこの慢性化した癖をなぜ無視するのか？
- 英国への初めての訪問となったエンカウンター・グループで、Rogers は初日を終えた後、ある種の絶望を込めて、「こんなに他人に親切過ぎる英国の人は、どうやってクライエント中心のセラピストになれるのか？」と思ったとのことである（Rogers, 1979）。人のコミュニケーションがこれほど厳密に親切さに支配され、広がっている中で、深い所で人と出会うのは極めて難しいはずだが、と Rogers は率直に思ったそうである。

これらは一例に過ぎず、ほかにも沢山ある。レースのカーテンや安全なスクリーンは、Cl が自分（Th）とのやり取りから受け取るものを和らげることで Cl に安全を提供しているのだ、という思い込みから一層強くなる。実際はレースのカーテンは Cl が本当の Th を体験するのを阻んでいるのである。セラピーにおいてさえ、Th の関わりは他者を直接体験するというレベルから遠く隔たっていることが多い。Th と Cl の間で起こっているこの力学を私は“語られない関係性 Unspoken Relationship”として論じた（Mearns, 1994）。本論文では Cl のことは脇に置いて Th 側に焦点を当てる。

どんな治療関係のやり取りにおいても Th は Cl に関して多くのことを“体験する”。しかし、その“体験”の多くはフィルターにかけられ、変更を加えられた上で、別の反応に置き換えられる。Cl にとって有用だと判断され、Th にとってリスキーにならないような防衛的な反応に、である。さらにやり取りを錯綜させるのが、その反応に Th による作られた（portrayed）温かさや関心が、付加されてしまうことである。仮に、その Th の反応を分類するとすれば、*表面的な関係技能*、ということになるだろう。これは英国の職業資格制度（NVQ/SVQ）が設定

している治療的カウンセリングの行動レベルの目標である。しかし Th の表面的関係技能を高めることは、Cl と RD で出会うことを遠ざけてしまう。PCT の WRD はこのような表面レベルよりもはるかに深いレベルを想定している。

まず、Cl と Th の WRD の体験から、このテーマを考え始めてみよう。

WRD の体験

以下は以前に行った Cl と Th の体験に関する調査（Mearns & Dryden, 1989）と、訓練生による最近の報告からの抜粋である。まずは、それらをまとめて提示し、WRD 全般のフィーリングを捉えていただきたい。

【Cl 体験】

- Th はあたかもその庭のその場所に、私と一緒にいて、それが見えているかのようでした。
- Th は私の内面にいて、私が感じている私自身を、その瞬間に感じているみたいでした。
- 彼女が作ってくれた空間はとてつもなく大きいものでした。ほかの人との関係の中で普通感じている空間は何とちっぽけなものだったのかと思い知りました。
- 彼女は即座に全身で、オープンに向き合ってくれました。何の飾りっけもなく、ただ静かに私に向けてオープンになっていきました。
- 彼が私の恐れを感じていることに私は気づいていました。だけど、私が感じているのを彼が感じている、と私が分かっていたのはそれだけではありませんでした。私たちは、様々なレベルで、しかも同時に、コミュニケーションをしていました。
- 彼女が私に向き合う時のその深さに、私は怖ささえ覚えました。

【Th 体験】　初めの 3 つは経験を積んだ PCT のセラピスト、残りの 3 つは訓練生のものである。

- 初めの数分は私は自分が何を感じているのか全く分かりませんでした。ただ、Cl と共にいました。Cl の体験の流れの淵に。
- 自分はセラピーの前に必ず数分かけて私自身のテンポをしっかりと落とすようにしています。もし、私が速すぎると Cl も私も表面レベルの関わりになってしまうから。彼と共にそれを体験するのではなく、彼が話す体験を話し合うことになってしまいがちです。自分がスローダウンできると、Cl がスローダウンすることに寄り添えるんです。そうすれば、普通とは違うレベルの出会いが出来ます。
- 自分は Cl と本当に共にいることが出来ると、余り喋っていないことに気づきます。多くを話す必要がないのです。というのも Cl は私が一緒にいると知っているので、言葉を使ってそれを Cl に伝える必要がないからです。有用なのはその、一緒にいること、であって、役に立ちそうな（clever）言葉を言うこと、ではないと思います。
- 私はそれまで Cl とそんなに遠くまで行ったことはなかったのです。それはすごい偶然で起こったのです…私は気持ちがすごく楽でした。一歩先を考えるような必要はなく、その瞬間に私の中で起こったことを彼に伝えていました。普通はしないなあ、と思うような伝え方にもなっていました。それは、なんと力強く、かつシンプルなプロセスだったことか、私は驚いてしまいました。
- Cl との間では色々なことが凄いスピードで動きます。今でも私が固くなってしまう Cl もいます。しかし、多くの Cl とはずっと楽に居られるようになりました。そういう Cl とは自分が今何をやっているのかなどと考える必要がなくなっていることに気がつきます。Cl に対して余り恐れなくなっているとも言えますが、おそらく私自身に対しても恐れなくなっていると思います。
- 自分は Cl の非常に個人的な内容について話し合えるようになっているし、自分を Cl に対して非常にオープンにすることも出来るようになっていると思います。だけど、他の訓練生のテープを聞かせてもらうと、自分は Cl の関係に本当に深くは入り込んでいないと思いま

す。多分、私は怖がっているんでしょう。だけど、何に怖がっているか自分でも分からないんです。

WRD についてのまだ出来たての（early）理論

どんな分野の研究でも最初に来るのは観察である。検討の対象としている現象があり、それに関して人々が経験をする。その経験から抽出が可能な理論を創り上げていくことは全く問題はない。これが質的研究の第 1 段階である。そこで、Cl と Th についての上述の経験や、他のレポートから WRD に含まれているテーマに関して理論を抽出してみたい。

まず、言うまでもないが、いつも全ての心理的接触が WRD になる訳ではない、ということである。Cl − Th の関わりのレベルは心理的接触のスペクトラムの範囲内を行き来している。いい関係とは、深い関係だけではなく、深いレベルにも軽いレベルのどちらにも柔軟に動けることである。時にはどちらかが関係から遠ざかり、接触が薄くなることも当然あり、それも人間の関わりという機能の一面である。しかし、PCT の Th の関係性の特徴は、Th が深いレベルの関わりに行く意欲と能力があることである。Cl の中にもセラピーの早い段階からそれが出来る人もいるが、後にならないと出来ない人もある。Cl によっては WRD を一時的にしか耐えられない人がいることも WRD の経験を積んだ Th は知っている。また、言うまでもなく、PCT の Th は Cl を RD に持っていこうとしたり、RD を十分体験したからそろそろ引き上げさせようとしたりはしない。また、Cl は過去にこのレベルの深い関わりを十分に持ったことがあるとすればいつだろうなどと判断をしようとしたりはしない。しかし、PCT の Th は、RD がこの Cl にとってどれほどパワフルな影響を与えるか、ということに気づいている。気づいていることによって、Cl が深い関係から身を引いて、心理的接触から離れている時に、Cl が RD をどれほど欲しているか、に敏感になれる。

上述の Cl や Th の引用の幾つかからも明らかなように、WRD の要素の 1 つは、共感と無条件の受容、自己一致の 3 つが高いレベルで同時に生起していることである。これについては既に論考している（Mearns, 1994）。3 つのうち、中心にくる重要な条件は自己一致である。表面的な関係技能は自己一致がなくとも装う（portray）ことは出来るかもしれないが、WRD を装う（portray）ことは出来ない。不一致の自分で表面を作って（portrayal）、表面レベルの心理的接触で効果的にセラピーが出来ると考える Th もいるかもしれないが、それは Cl を欺いている（fool）ことになる。Th が深い所で出会おうとする気持ちがなければ、Cl もその気にはなれない。Th が不一致であると、それによって不安定になる Cl が、多くはないが、いる。何かの病理によってそのようになるのだが、Th が PCT の精神病理学を十分に学んでおくことが望ましい。そうでないと、セラピーが酷い虐待体験になってしまう。

Rogers の治療条件（1957）のうちの第 6 番目は「Cl に対する Th の共感的理解と無条件の肯定的配慮が、Cl に対して最低限伝わっている」である。WRD の素晴らしいことの 1 つは、Cl や Th の報告から分かるのだが、Th の共感的理解や無条件の肯定的配慮が極めてさりげなく伝達されている、ということである。上述の【Th 体験】で 3 人目の Th の「Cl は私が一緒にいると知っているので、言葉を使ってそれを Cl に伝える必要がないからです」は、それを表している。これは大変興味深い現象であり、Cl からも Th からもしばしば報告されることである。WRD の中にいる 2 人には、低いレベルの接触の中にいる場合と違って、接触が起こっているという“証拠”や“保証”は必要ない。高レベルの接触においては Th が共感と無条件の受容を向けていることを、Cl は疑う必要がない。この例は既に Terry という Cl の事例として報告した（Mearns, 1994）。

「そのセッションは、初めから終わりまでずっ

と、色々な感情でいっぱいになっていました。その感情でワーッと爆発しそうな感じでした。しかし、そのセッションのビデオを後でみると、それは殆ど出てこないんです。もう一つ思うのは、Dave（※ Mearns のこと）がセッション中、ずっととても大きい仕事をしてくれていた、ということです。これもビデオを見て思いますが、Dave は黙って聞いていて、沈黙が続いているんです。だけど、「沈黙」という言葉ではぴったり来ないんです。ある時なんか、私たちの間で感情は溢れるし、やり取りの空気の強さというか…耐え難いほどでした。」（p.7）。

WRD では共感と無条件の受容を目に見えるように伝える訳ではないが、伝達は確実に、しかも非常に強いレベルで起こっている。上述の Terry の事例に関して Th は次のように述べている。

「そのセッションでのコミュニケーションは強いものでしたが、殆どは言葉で起こっていませんでした。私は彼の近くに座っていたので、彼の身体が気持ちに合わせて揺れるのが感じられました。彼の傍に自分が存在している（present）のを感じていたので、私の身体も呼吸やため息や、時にはずっと呼吸するのを忘れるという形で、彼の身体に反応していました。」（Daly & Mearns, 1993）。

WRD の Th と Cl のコミュニケーションがどのように起こっているかに手を付ける方法はいくらでもある。中にはスピリチュアリティに結びつけたくなる人もいるかもしれないが、それをすると実証研究やもっと興味深い性質が見つかることに蓋をしてしまうことになる。WRD をもっと広い観点からみよう。WRD のコミュニケーションは多くのレベルで同時に起こっていることが Cl や Th のレポートから窺える。上述の 5 番目の Cl の「彼が私の恐れを感じていることに私は気づいていました。だけど、私が感じているのを彼が感じている、と私が分かっていたのはそれだけではありませんでした。私たちは、様々なレベルで、しかも同時に、コミュニケーションをしていました。」はそれを表している。

上述の 2 人目の Th は Th が Cl と RD で会う準備をすることの重要性を言っている。この Th はスローダウンすることを言っているのだが、経験の少ない Th であれば、準備の為にほかにも様々なことが必要になるだろう。先ず、自分の存在を脇に置き、自分の内側に静かに入り込む必要がある。そして Cl を目の前にした時には、内側の、静かにしているその自分を Cl との関係に持ち込むのである。それに一つ小さなことを付け加えておくなら、その静かな自分を Cl との関係の中に持ち込む前提として、単に自己意識を捨てる（unselfconsciousness）だけでなく、怖がらないということも必要である。Th は Cl を怖がるだけでなく、自分自身について見えてくることを恐れることがある。Cl への恐れとは、例えば Cl が Th の能力などについての判断や誤解をすることへの恐れである。WRD では、Th に対する Cl の判断は自己一致した Th に対してなされるので、Th は自分を不安定な立場に置くことになる。ある意味では Th は自分自身を作業の場に置く、ということでもある。表面的な関係技能であれば、それを Cl の判断に任せることまでは出来るだろうが、大事なのは自己一致した自分自身を Cl に判断させるリスクを負うことが出来るのか？　である。

Th の恐れのもう一つは、自分自身に関する新たな発見への恐れである。RD を維持できないと分かったりすることも怖いが、もっと怖いのは、自分を信じられないことに気づく時である。あるいは、Cl の感情世界に完全に入り込むと、自分の感情を見失ってしまうことへの恐れもある。これらは様々な恐れの一例に過ぎない。恐れがあると Cl の中に静かに入り込むことが出来ない。

WRD で Cl に出会おうとする Th は通常の応答を脇に置き、自分を完全に Cl の世界に投げ込む（project）ように努める。その辺りの事情は演劇の script acting に対する method acting と

同じである。WRD の Th は自分の中に引き起こされる反応の新しさに自ら驚くこともある。自身への主導感（control）についても method acting と同じことが言える。PCT の Th はいつでも Cl の体験の流れから離れて、他の心理的接触レベルで機能的に動く準備がある。初期の段階の Th はこの境界について訓練として振り返る。セッション後に時間をとって。初期段階の method actor が役から抜け出す場合と同じである。面白いのは PCT の Th はセッション間の感覚を比較的やや長くとろうとする傾向があることである。理論化の前に知恵が出来上がっているのであろう。

Ⅲ．考察

WRD や RD を初めて専門用語として用いたこの Mearns の論文をこうして見てみると、著書だけでは分からなかったことが見えてくる。まず、当然ながら著書の方がページ数がはるかに多いので、情報量も多い。第 2 版と内容を比較すると、この Mearns 論文にない情報として第 2 版には、人間が関係性を志向する生物であることが哲学や発達心理学、脳神経科学などの分野の知見をもって論じられているほか、関係性の欠如からくる精神的な疾患が詳しく述べられている。また、RD の 2 種、すなわち短期的・瞬間的に高まる RD と、持続する RD が書かれている。短期的・瞬間的な RD として相互性やコ・プレゼンスが論じられている点や、多元的自己論 configuration が論じられている点も Mearns 論文との違いである。著書には更に、短い応答の断片のようなものも沢山書かれているが、それとは別に WRD によるいわゆる事例が 3 つ、しかもそのうちの 2 事例は章全体を通して検討されている。そのほか、訓練論については本研究の目的と外れるので紹介を省いたものの、Mearns 論文でも論じられているが、第 2 版にも 1 章を割いて論じられている。どちらも自己一致に強調が置かれている点は共通しているが、Mearns 論文ではその自己一致して WRD で関わることの怖さに強調が置かれているのに対し、第 2 版著書では自分の内面に潜在する資源を掘り起こすことに強調点が置かれている印象がある。そのほか、WRD の政治・社会的意義が第 2 版に論じられている。

情報量の点では明らかに著書に軍配が上がる。おそらく Mearns 論文を先に学んだ人にしてみると、著書になったものを読むことで非常に理解が深まるだろう。しかし、この著書に限らないが、著書は幅広い読者層を想定する場合には説明が詳しくなるので、焦点がぼやけがちである。その点、Mearns 論文は論文であるために短い中に主張が凝縮して明確に書かれている。Mearns らしく理論よりは自らの臨床体験から主張を組み立てる点も、読んでいて緊張感がある。また、最初に書かれた論文ということで、余計なものが排除された源流の思想に近づける可能性を感じさせる。

当然のことながら、Mearns 論文には初版と第 2 版の Working at relational depth の著書と基本的には同じ路線の内容が書かれているように思われる。しかし、凝縮されているためか、細部には違いもある。その違いに注目しながら WRD と RD の源流を考えると、以下の 2 点があるように思われる。

① Mearns 論文においても源流となる現象が何かは確かには分からなかった。あるのは、Dryden と組んで行った Cl と Th の体験に関する調査（Mearns & Dryden, 1989）と、訓練生からの報告、および Terry という Cl の事例の報告である（Mearns, 1994）。しかし、この Terry という事例は、短いながらも強烈なセッションであることが分かる。その特徴は、著書に掲載の 3 事例などと違って、何か特別な話をしたということはなく、殆ど言葉がなく、静かで、しかし強い感情が吹き上げそうになり、強烈なやり取りであった、という。言葉が交わされず、しかし強烈なやり取りという点では著書の事例 Rick もそうであるが、Rick の場合は戦

闘体験による外傷という Cl のある種の特殊性があのような事例展開にさせていると、読者としては思ってしまう。Mearns もそういうニュアンスを込めているようにも読める。ところが、この Terry の事例はそういう事例の概要は掲載されていないので分からないが、もし Rick のような Cl 側の特殊性を伴わない事例であるとするならば、これは Mearns によって生まれた WRD だとは言えないだろうか？　つまり、Terry という Cl を相手にした場合、“普通の”セラピーの展開も十分あり得そうである。これほどの強い感情のやり取りが沈黙の多い中で交わされる展開になったのは、Mearns の深い関わりがあったからであろう。

おそらく Cooper なら Terry の事例を、WRD は必ずしも言葉でのやり取りを必要としないという特徴として解説するだろう。行動的な要素に分けて説明するのがCooper の特徴である。しかし、Mearns は、言葉を必要としないのは、言葉がなくても伝達されているから、と説明する。つまり、言葉の少ないこの Terry のセッションを Mearns は、Rogers の必要十分条件の第 6 条件に関連づけているのである。

また、Terry のこのセッションを、Th の Mearns は言葉が少なくなっているので、自分の存在プレゼンスが Terry に対して癒しになっているセッション、と考えることもできる。そう考えると Mearns が本論文の初めの辺りで Rogers の 1986 年のプレゼンス論文を引用している理由も見えてくる。著書においてはプレゼンス概念は、コ・プレゼンス概念とセットで紹介されている。それは理論化が進んだことを示してもいるが、Mearns 論文は強調点が異なる。Mearns は少なくとも、この Mearns 論文（1996）を執筆した時点では、自分のセラピーは言葉が必ずしもなくても自分が Cl に向き合っているだけで Cl に変化が起こるのを体験していて、そこに Rogers の晩年のプレゼンス概念と同じものを感じていたのかもしれない。

こうして考えてくると、WRD の源流となる事例、あるいは言い方を変えるなら、WRD 概念の骨格となる臨床体験というのは、言葉が少なく、外目からは静かであっても Cl と Th の間で強烈なやり取りが交わされていて、Cl も Th もその関係性の中で突き動かされそうになるような事例なのかもしれない。おそらく、Mearns はそういう事例を色々と体験している Th なのであろう。考えてみると、第 2 版第 6 章の Rick の事例も言葉がない事例である。Mearns は言葉がなくても中核条件は伝わる、という経験を沢山積んでいたのかもしれない。Mearns がこの論文でも、また著書においてもエンカウンター・グループと自己一致を強調し、応答練習を訓練論として論じないのもそのためかもしれない。

それにしても、この Terry の事例は、少なくとも Mearns 論文での記載だけから考えると、強烈である。それに関するのが次の点である。

② 3 つの中核条件のうちで最も重要なのは自己一致であると Mearns 論文には書かれているが、著書の論考の内容も 3 つの条件で分類するならば自己一致に関する論考が最も多いので、その主張は同じであると言えるだろう。Mearns 論文では「恐れないこと」が書かれている。第 2 版の著書にもそれに関することが第 8 章に書かれていると思われるが、そこでは Th が自分の内なる資源を掘り起こすことで Cl に RD で向き合う際の礎石とする、という助言が書かれている。例えば、著者の Mearns が自分の中に恐れを知らない男の子がいて、それがセラピーの未知の領域に進む際の自分を支えていると書いている。つまり、著書は「恐れない」ためにどうするか、を書いている。

それに対し、この Mearns 論文は「何が恐ろしいか」を書いている。WRD は自己一致した自分自身をそのまま Cl に提示する。表面を作る Th ならば、例えば精神分析のように Th の中立性を示す関係技能であれば、それを Cl がどう判断しても、それは Cl 側の無意識の問題に帰因させることが出来る。しかし、自己一致した自分

自身を Cl が判断する、となると、それは Th にとって脅威にもなり得る。それを Mearns は「大事なのはそのリスクを負うことが出来るのか？である」と書いている。更に自己一致した自分を WRD の場で出すことは、自分自身に関する新たな発見への恐れである、と指摘する。RD を維持できない自分を発見したり、自分を信じられないことに気づいたり、Cl の感情世界に完全に入り込むことで、自分の感情を見失ってしまったりする、と書かれている。第 2 版にも、その恐ろしさに絡む記述はあり、エンカウンター・グループで自分が自分自身に露呈してしまう具体的な事例が書かれている。しかし、そのエンカウンター・グループの事例は、その露呈した自分自身がグループの中で自己に統合されていく過程も書かれている。言い換えると恐ろしさへの対応の方策やその過程が書かれているので、読み手としては恐ろしさが緩和されて感じられる。

その点、Mearns 論文の方は、自己一致のもつ恐ろしい側面が WRD には含まれ得ることを伝えている。WRD や RD という概念の源流には、中核条件のなかでも自己一致を徹底させる、という考えが Mearns にはあったのであろう。「徹底させる」とは、Th 自身にとって脅威の体験であること、そしてそれを怖がらなくて済むくらいに自分に直面しなければ、WRD にはならない、ということが含意されているのであろう、と思われる。

以上、WRD および RD の源流となる Mearns の 2 つの考えを探索した。こうしてみると理論的には Rogers の必要十分条件論とプレゼンス論と変わらず、実践を少し先に進めたくらいの進展である。その意味では Sanders（2004, 2012）が WRD を諸部族 tribes に含めなかったことは理解できる。

今後、例えば自分が行ったセラピーが WRD と言えるかどうかと判断する必要がある場合、冒頭に掲げた WRD の定義とされている文章では、「WRD」と言えるセラピーはかなり幅が広くなりそうであるが、今回考察で上述した 2 点、すなわち、①仮に言葉が少なくても強烈な関係の相互作用が起きて、Cl と Th 双方に強い感情的な動きが起こること、② Th 自身にとって脅威の体験となり得るくらいの徹底した自己一致で Cl に向き合うこと、を更に重要な側面として定義に付け加えるならば、「WRD のセラピー」として固有の特徴をもったセラピーを抽出できそうに思われる。

そして、それは間違いなく PCT に固有のセラピーと言えるだろう。PCT のポテンシャルを考える上でやはり極めて重要な概念であることは間違いない。今後も、これらの概念を PCT を考える際の核として持っておく必要がある。しかし、WRD とは何か、を更に探求するためには他の研究者たち、特に Mearns や Cooper の近くで仕事をしている（していた）人たちが WRD をどのように論じるかを探る必要があるだろう。というのは、おそらく、Mearns や Cooper らと「これは WRD と言えるかどうか」などの議論を日頃からやっている（いた）だろうと思われるからである。そういう研究者たちがどう論じるかを探索することで、Mearns や Cooper と共に WRD を探求した人たちのコミュニティにおいて、WRD についての共通する観念が出来上がっていっただろうと思われるからである。

文　献

Daly, T. & Mearns, D. (1993). A Person-Centred Counselling Interview, *videotape*, not for public distribution.

Foukes, S. & Anthony, E. (1957). Group counselling interview, *videotape*, not for public distribution.

Knox, R. (2013). Relational depth from the client's perspective, In Knox, R., Murphy, D., Wiggins, S. & Cooper, M. (Eds.), *Relational depth: New perspectives and developments*

(pp.175–184). Palgrave Macmillan/Springer Nature.

Mearns, D. & Dryden. W. (1989) Experiences of Counselling in Action, London: Sage.

Mearns, D. (1994). *Developing Person-Centred Counselling,* London: Sage. 岡村達也・林幸子・上嶋洋一・山科聖加留・諸富祥彦（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. (1996). "Working at relational depth with clients in Person-centered therapy", Counselling, 7(4), 306–311.

Mearns, D. & Cooper, M. (2005). Working at relational depth in counselling and psychotherapy, London: Sage.

Mearns, D. & Cooper, M. (2018). Working at relational depth in counselling and psychotherapy, 2nd Edition, London: Sage. 中田行重・斧原藍（訳）(2021)「深い関係性」がなぜ人を癒すのか　パーソン・センタード・セラピーの力，創元社.

Prouty, G. (1994). *Theoretical evolutions in person-centered/experiential therapy. Applications to schizophrenic and retarded psychoses.* Westport, Connecticut: Praeger.　岡村達也，日笠摩子（訳）(2001) プリセラピー：パーソン中心／体験過程療法から分裂病と発達障害への挑戦，日本評論社.

Rogers, C. (1938). *The Clinical Treatment of the Problem Child,* Chicago: Houghton Mifflin.（小野修（訳）(1966) ロージァズ全集・第 1 巻：問題児の治療，岩崎学術出版社.）

Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change, *Journal of Consulting Psychology*, 21 (2), pp.95–103.（カーシェンバウム・ヘンダーソン編（2001）伊藤博・村山正治（監訳）　ロジャーズ選集（上），誠信書房，152–161.）

Rogers, C. (1979). personal communication (Rogers から Mearns への私信).

Rogers, C. (1986). A client-centered/person-centered approach to therapy. In Kutash, I. & Wolf, A. (eds.), *Psychotherapist's Casebook,* San Francisco: Jossey-Bass, pp.197–208.（カーシェンバウム・ヘンダーソン編（2001）伊藤博・村山正治（監訳）　ロジャーズ選集（上），誠信書房，162–185.）

Sanders, P. (Ed.). (2003). *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.（近田輝行ほか（訳）(2007). 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）.

Sanders, P. (Ed.). (2012). The Tribes of the Person-Centred Nation: An introduction to the schools of therapy related to the person-centred approach. Ross-on-Wye: PCCS Books.

Wiggins, S. (2013). Assessing relational depth: developing the Relational Depth Inventory, In R. Knox, D. Murphy, S. Wiggins, & M. Cooper (Eds.), *Relational depth: New perspectives and developments* (pp.175–184). Palgrave Macmillan/Springer Nature.