

プレゼンス—母親面接からの一検討

矢野キエ

I はじめに

フォーカシングを考案したジェンドリン (Gendlin, E. T.) は、「人とワークすることの本質は、生きている存在としてそこにいること (to be present)」(ジェンドリン, 1999a) であると、プレゼンスの重要性を強調している。また、池見は、ジェンドリンの述べるプレゼンスを「クライアントに感じられてくるべきものが感じられてくるような治療者の存在の在り方」(池見, 2005) と表現した。つまりプレゼンスであるということは、クライアントが感じることが十分に感じられるという状態であり、逆にプレゼンスでない状態というのは、クライアントに感じられていることが十分に感じられない状態と言えよう。

ところで、ロジャーズ (Rogers, C.R.) は、自らの体験からプレゼンスについて語り、プレゼンスは何か重要なものであるようだと言及している (ロジャーズ, 2001; Baldwin, M. 1987)。これを受けて、近年はプレゼンスの重要性について様々に述べられている (メアーンズ, 2000; ソーン, 2003; 岡村, 2004)。これらパーソン・センタード・アプローチ、フォーカシング以外にも、「そこにいること」或いは、セラピストの存在の重要性は多く述べられているのである (例えば、村瀬, 2006; 河合, 2006)。

さて、人は生きている存在として、およそ「自分自身に成りたい」(ジェンドリン, 1999b) と願っているのではないだろうか。ジェンドリンはクライアントと共にあるときに「ひとみの

奥のあなた」(ジェンドリン, 1999b) という表現をしている。クライアントの問題の解決や除去を第一義とするのではなく、どのようにその人が生きたいのか、生きようとするのかを共に見つけようとしている。これは、プレゼンスにつながる重要なあり方のひとつであると考えられる。

以上プレゼンスについて、ごく大まかに述べたが、このようなプレゼンスについて、筆者はこれまで探ってきた (矢野, 2005, 2006a, 2006b)。それは、様々に重要であると述べられているプレゼンスではあるが、具体的にセラピストのどのようなあり方なのか、さらにセラピストはどのような体験をしているのかが明らかにされていないからである。このような理由から、セラピストプレゼンス (セラピストのプレゼンスをこのように称した) を探っていくと、わかったことは、プレゼンスには様々な側面があるということである。ここでは詳細は省略するが、一つの重要な側面として、セラピストプレゼンスには、セラピストの「クライアントや場を見守り支える」という側面と、「セラピストとクライアントとの相互の影響の中で生まれる」という側面があった。

そこで本稿では、このセラピストプレゼンスの一側面を母親面接において検討し、セラピストプレゼンスが母親面接においては、どのように重要であるか、考察することを目的とする。ここで母親面接を取り上げるのは、母親面接については後で述べるように様々な見解があり、また近年子育て支援としても求められ、幅広い

領域で模索されつつ実践されているからである。以下にまず母親面接についての概観を示し、母親面接の特徴的なところ（母親が語る物語という側面）や例を上げながらプレゼンスについて考察したい。

II 母親面接について

母親が相談に訪れるときは、子どもの何らかの問題を抱えてやってくる。そして、子どもの問題は自らの子育ての失敗と思い、また周囲から評価され、傷ついたり、自信を失った状態であることが多い。そのようなときに、たとえば、橋本は、自分の話を責められずに聴いてくれる人がいるのだと知るだけで、母親はずいぶん救われると述べている（橋本，2000）。また渡辺は母親を支えることの重要性を述べている（渡辺，2006）。心理相談においては、多くが母子並行面接であり、治療者が母親と子どもをどのように担当するかの治療様式は様々であるが、子どものプレイセラピーや面接と共に母親面接が行われる。子どもが何らかの理由で来談しない場合は、親面接のみになることもある。しかし、この場合も親面接をしながら、子ども支えるということが自ずと行われている。

ところで、親面接については、次のように様々な見解がある。それは、子どもの治療のための補助的なものとして、或いは、親を心理療法の対象とするものとして（河合，1986）、また「子どもの問題を軸としながら、いかに親を支え、親の持っている力を引き出し、それを子どもの成長に結びつけていくかということ」（弘中，2004）などである。

さらに近年は、乳幼児と母親（養育者）の間の相互交流の重要性から、親-乳幼児心理療法という親子が同席する形での治療の報告が示されている（田中，1997；河崎，2005）。河崎は、「セラピストが、困難な育児を母親と分かち合

いながら、ほどよい導き手として忍耐強くともにあることによって、母親は情緒的な支持を体験し、心的なエネルギーを得ることができる」と述べている。また訪問面接の成果を示しながら、子育て支援への展開を示唆している（河崎，2005）。田中は、親子同席治療を進め、発達の早期における援助では、親育てのために発達の、教育的要素も加わることで、その意味でも同席治療においては、「治療者の子どもとの関わりを母親は目の前で見るができるため、そのままモデルとしてとり入れてもらうことができやすい。口で語らず目で見て上手に盗ませるこの方法は、親としての自尊心を守る工夫でもある」と述べている（田中，1997）。治療者が母親と子の関係をつないだり、母親を支え、子どもを支え、母親と子どもの関係を支えているのである。

以上のように、親面接においては、親の面接を子どもの治療の補助として、親が適切に子どもに関われるように援助していくものという考えや、母親自身のための母親面接であるというもの、その両者を含めたものなどがある。近年母親への支援の必要性と相まって、様々なあり方を検討しつつ、形態は母親のニーズやケースによるものでもあると思われる。たとえば、弘中は次のように、様々な場合にに応じて親面接のあり方を述べている。まず、子どもが障害を持っている場合は、子どもを巡っての具体的な多様な問題をひとつひとつ検討しながら「子-親が本当はどのように生きたいのかを模索することが親面接の究極の役割となる」と述べている。二つ目は、親が自分の気持ちで子どもを育てていない場合である。他者や情報に影響され、子どもをどのように育てたいのか自分に自信がなく、自分の本当の気持ちは何であるのかわからなくなっている場合である。そのようなときの親面接の役割は「親が自分の本当の気持ちは何であるのかをあらためて知り、それを表現し、

それを大事にしながら子育てができるように、親を援助すること」と述べている。三つ目は親自身の問題が育児に反映する場合である。親が自分のネガティブな面を子どもに見てしまうとか、自身の親との関係が背景となって、子どもにどう関わればいいのか分からなくなるなどの場合である。こうしたときは、「親自身の育ち直しへと通じる問題を抱えている」のであるが、そのことを引き受けようとする親もいれば、回避しようとする親もある。引き受ける場合はともかく、そうでない場合も「子どもの成長、変容を通じて、またそれを扱うことを通じて、親がどこかで自身の傷ついた“内なる子ども”を癒し、育て直すプロセスが生じる可能性を考えたい」と述べている。四つ目は育児というストレスの中で自分を見失っている場合である。この場合は、「親を支えることを通じて、親がやがて新しい認識や生活を作り出すことを目指している」と述べている（弘中，2004）。これらは、それぞれのケースによってあり方も変わるということの参考になるであろう。さてここで筆者は、母親面接について、基本的には、子どもへの問題の具体的な助言も必要に応じて含みつつ、母親自身が一人の人間として、自分の感じを大事にしながら、本来的に生きるということを重要視したいと考える。

Ⅲ 物語としての母親の話

ところで、親が相談に訪れるときは、子どもの具体的な困った行動、状態、それにどう対応したらいいのかわからないこと、子どもについての様々な悩みについて、相談する。しかし、話をしていくうちに（聴いてもらっているうちに）、いつの間にか、嫁姑の問題や、自身の母親との関係、夫のこと、そして自身の子どもの頃の話になっていくことが多い。また、子どもについての悩みを話しているようで、どこか母

親自身を語っているように感じられることもある。これについては、橋本が「母親が語る子どもの話は文字どおり子どもの事実を語っているほかに、「子どもの話」を通して、母親自身が語られている」と述べている（橋本，2000）。そして橋本は、子どもの話に、母親自身の内面が重ねられているという視点が重要であり、かりに子どものことしか話題に上らなくても、それは母親自身の語りであるという視点が治療的アプローチとして有効であると述べている（橋本，2000）。橋本は、母親の話の一つの物語として考え、「語りの始まり」と「中間の語り」、「語りの終わり」というプロセスがあると述べている。「語りの始まり」では、問題となっている「子どもの話」が話され、「中間の語り」では、「『子ども』の話」、つまり実際の子どもと母親の内なる子ども（母親自身の子どもの頃の体験）が重なった話〔（ ）内は筆者による補足〕、「語りの終わり」では「母親自身の話」となる。そして、治療者は、「子どもの話」が話される「語りの始まり」のときは、「子どもの話として聴く」。次の「『子ども』の話」が話されるときは、「子どもと母親を分けず、両者の話を重ねて聴く」。「母親自身の話」が話されるときは、「母親自身の話として聴く」のである（橋本，2000）。

実際には、このようなプロセスがスムーズに進むとは限らず、行きつ戻りつしながらなど、様々であることも多いと考えられる。しかし、橋本はとくに「中間の語り」が重要であることを示し、治療者は「母のことか子のことかと決めつけず、治療者の想像力のなかで「子どもの物語」と「母親の物語」をからませながら聴くことが大切なのではないだろうか」と述べている（橋本，2000）。筆者はこのように、母親の話は物語として聴くことは重要であると考え。なぜなら、物語は、過去を含んだ現在の、母親の生きている過程であり、これから生きられる

方向性を創っていくものであると考えるからである。さらに物語ることは、相互作用の中で感じられているものを言葉にしていく過程であると考えからである。

実際、母親の話には、初めは子どもについての話が多い。子どもについての相談に来たのだから当然である。故に、子どもの話の中に、母親のまだ明らかになっていない何か重なっているかもしれないという視点は重要であると考えられる。セラピストにとっては、子どもの問題を話すことを繰り返す母親には、得てして、子どもの視点に立てない親、子どもを理解できない親、と考えがちなのではないだろうか。しかし、子どもの話の中にも、母親の何か重なっており、たとえ子どもの話だけでも、母親自身の語りであるという視点は、次の何かにつながっていくのではないと思われる。多くの母親が、家庭を維持することや子どもとの具体的な日々のやり取りで、息つく間もないほど慌しく過ごしており、自分のことをじっくりと語る場もなければ、どう感じているか少し留まって見つめることもない。そのような母親に面接の場は、ある意味では、与えられた特別な時間でもある。いろいろな状況を生きている母親の、その生きられた側面としての物語を大事にしながら居合わせる気持ちでいたいと考える。

IV 母親面接の一つの例から

では、ここで筆者の行った母親面接の一例を上げ、プレゼンスについて考察したい。Aさんは初め、言葉が遅く、落ち着きのないB（長女）への不満や、なぜできないのかという視点で訴えるように話していた。セラピスト（筆者）は、それを否定せず、Aさんの思いを聴いていった。そして、育児書を頼りにAさんなりに一生懸命行っていたことを尊重したいと思っていた。また、話すことが苦手であると言うAさんの話は、

事柄が断片的に並ぶので、理解しにくく、言葉を添えたり、どう思い、どう感じたのかをときどき聞いていった。しかし、どう感じたのかとのセラピストの問いかけには、戸惑う表情を見せることが多かったため、時々尋ねるもの、できるだけAさんの表現したところを理解していこうと思ったのである。

そのようなAさんが、徐々にBの立場で考えたり、よく考えてみると小さい頃には～ということもあったと振り返り、Bに対する見方が少し変わってくる。またAさんは、時々自分のことを話し、今までになくじっくりと話すようになる。少しずつ感じられているものの縁に触れながら、話しているようであった。その他のことについても、あーかな、こーかなと考えながら話すようになる。そして、「(Bは)自分で抱え込んでいるようで、本当に思っていることは言えなかったのだと思う」などBのことを言っているのだが、どこかでAさんが語られているような話が続く。

そうしながら、次第にAさんは、言葉をかみ締めるように話すようになる。なんて言ったらいいんだろう、～かもしれない、でも～かも、とBに対する自らの思いを、ゆっくりと考えながら話していく。そして、なぜ、言えないの、なぜ～なの、とBの行為について、もどかしく腹立たしく思っていたAさんが、「私もそうでしたから」と言って、自身の子ども時代を語る。当時のAさんはあまりに小さく、傷ついたことを言葉にすることもできなかった。誰にもわかってもらえず、訴えることもできずに、必死で耐えていたと思われた。Bのことをあれこれ話していくうちに、やがて自分自身の体験と重ね、話せなかった出来事、言えなかった思いを語っていった。Aさんは、何かを感じながら一生懸命言葉にしようとした。時々、「うーん」と考え込むように。セラピストはAさんのプロセスを見守るようにじっと待つて聴いていた。また、

Aさんは、言葉にしては、セラピストが返す言葉を聞き、またじっと考えて言葉にするということを繰り返すときもあった。さらに、Aさんの話に、セラピストが何かを感じ、ゆっくりと、やっと言葉になったところを伝えるということもあった。

やがて、Aさんは、生活の中でもBに伝わるように一生懸命言葉で説明したりしていた。そしてAさんが伝えようとするのが、Bにしっかり伝わっているという実感を語る。AさんはBと気持ちが通い合うことを感じるのであった。自分とは違うBを見つめ、同時にBとは違う自分や、自分の人生を振り返り始めたのであった。自分に自信がないと言っていたAさんが、自信をつけつつ、自分でも何かできるのではないかと思いはじめたのである。

V 考察

ここでは、最初に示したプレゼンスの一側面、「クライアントや場を見守り支える」ことと「セラピストとクライアントとの相互の影響の中で生まれ出る」という二つの側面において、上記の母親面接の例より検討したい。一つ目の側面「クライアントや場を見守り支える」は、母親面接の特徴の一つであると考え「物語」としての見方に添ってみたい。すなわち、過去を含んだ現在の、生きている過程であり、これから生きていく方向性を創る「物語」を語る母親を、見守り支えることを「物語に居合わせるプレゼンス」として検討する。

1. 物語に居合わせるプレゼンス

Aさんが、今まで言葉にすることのできなかった子どもの頃の思いや出来事を語り始めたのは、何か自分の感じの周辺にあるものに触れ始めてからであった。それまで、話すことが苦手というAさんの話は、事柄が断片的に並び、聴き手にとってはわかりにくい話であった。それ

が、何かを探るようにぼつりぼつりと話し始めたのである。そうしてAさんは、物語を語り始めたのであった。筆者は、物語は、相互作用の中で、自分の感じに触れながら言葉にすることであると考えていることは、先に述べた。Aさんの物語は、セラピストと一緒にいる場の中で、自分の感じに触れ始め、言葉にし、さらに感じに触れながら言葉にすることを重ねていったのではないかと考える。そうした物語に居合わせるような感じで、セラピストはいる、とも言える。このように、今まで言い表すことのできなかったことが、ある人と一緒にいる場で現れてくるのは、そこに聴き手の存在（presence）があったからであると考えられる（池見，2006）。

それでは、Aさんの物語をもう少し詳細にみてみよう。Aさんの話は、Bに対する訴えから始まる。そしてBの立場で考えるようになってから、Bのことを言っているのだが、何かが含まれているような、どこかでAさんが語られているような話になっていく。それは、ただ訴えるだけでなく、何かに触れながら話すというあり方になっているのである。さらにAさんは言葉をかみ締めるように話し始め、やがて自分の子どもの頃の様々なことを語っていくのであった。

橋本は、母親の話をも物語として考えると、「語りの始まり」「中間の語り」「語りの終わり」という展開があると述べている（橋本，2000）が、Aさんの語りもこのように考えると、訴えるという「始まり」から、Bのことを話しつつ、何かAさんが含まれている「中間」から、自分の子どもの頃、そして現在の自分のことという「終わり」の展開であると考えられる。橋本が中間の語りを重視しているように、Bのことだけでなく、何かAさんのことも、という語りに、BかAさんかを区別せず、含んだままで聴いていることが、次の語りへとつながっていったもの

と考えられる。そして、さらに言えば、Aさんのぼんやりしている感じをそのまま大事にしながらかいていくことで、Aさんは安心してぼんやりしたところに留まり、「内的に分化可能」(ジェンドリン, 1999)である感じられていることが、Aさんの子どもの頃が現れてくることにつながったのではないかと考えられる。物語は、人との相互作用の中で、感じに触れながら言葉にすることであると考えると、この物語は次のようになる。Aさんがセラピスト(聴き手)との安心の関係の中で、セラピストとのやり取りや、相互に影響を受け合う中で、感じの周辺、縁に触れ始め、言葉にし、感じながらさらに言葉にすることを重ねていったプロセスであると考えられる。そして、そのプロセスは、セラピストの存在、そこにいること(presence)によって、起こったものであると考えられる。

2. 二人が影響し合って、現れ出てくるプレゼンス

ここでは、さらにセラピストとAさんが、影響し合ったところを検討したい。プレゼンスの一側面として、プレゼンスはセラピストから一方的に与えるようなものではなく、二人の関係の中で、影響し合い、生み出されてくるものであるという側面がある。

Aさんは、語っては返ってくるセラピストの言葉を聞き、頷いたり、じっと考えたりしながら、言葉にしていった。そして、感じの縁を感じていくようになった。Aさんにとっては、自分の感じに触れることは、ある意味、恐る恐るでもあったと思われる。うまく言葉にならない言葉を発し、また感じに触れていく。それをセラピストはじっと待ちながら、聴いていった。

また、Aさんの話から、何か伝わってくるものがあり、セラピストに何かを感じられる。Aさんの話を聴きながら、その何かは、何であろうかとセラピスト自身のからだの感じに触れ、

確かめてみる。まだ、明らかにこれだ!というのとはわからないが、少しわかったところを淀みながらゆっくりと伝えてみる。するとAさんは、それまで話していた感じ、表情や全体の様子が変わって、ほっとした、安心したと言う。これは、Aさんの話している内容に対してセラピストが何か答えになるような内容を返したのではない。Aさんの何かにセラピストは影響され、それを、全て明らかに言葉にはなっていないが、感じられたものを少し言葉にして伝えるということを通して起こったのである。こういったやり取りのプロセスの中で、セラピストの存在とAさんの存在が出会い、そこにしっかりといる、という場になっているのではないと思われる。

以上のように、セラピストとAさんが相互に影響し合う中で、そこにしっかりといる、という場になっていったことにより、Aさんは、Bを客観的に見始め、Bとは違うAさんの人生を振り返り、自分自身として歩み始める一歩となっていたのではないかと考えられる。

VI まとめ

プレゼンスを母親面接を通して、検討してみた。プレゼンスは様々な側面を持つが、母親面接においても、重要なものであると考えられる。それは、母親面接を、母親自身が自分の在り方で本来的に生きていく方向性を見つけられるような場であることを願い、そのように考えるからである。子どもの様々な問題を抱えつつも、子どもは子どもの人生を生き、母親は母親の人生を生きる。安心の中で、母親が自分に触れながら、自分の感じを大事にしながらかいていくこと、そこにセラピストがいること、セラピストのプレゼンスが、全体を支えることになるのではないかと考えるのである。

引用文献

- Baldwin, M. 1987 Interview with Carl Rogers On the Use of the Self in Therapy. In Baldwin, M. & Satir, V. (Eds.) *The use of self in Therapy*. The Haworth Press, Inc.
- ジェンドリン, E. T. 池見陽 池見陽・村瀬孝雄 訳 1999a 『セラピープロセスの小さな一歩』 金剛出版 (Gendlin, E. T. 1990 *The Small Steps of the Therapy Process : How They Come and How to Let Them Come*. In Leiter, G. & Rombous, X. (Eds.), *Client Centered and Experiential Therapy in the Nineties*. Leuven, University of Leuven Press.)
- ジェンドリン, E.T. 村瀬孝雄・池見陽・日笠摩子監訳 1999b 『フォーカシング指向心理療法 (下)』 金剛出版 (Gendlin, E. T. 1996 *Focuisng-Oriented Psychotherapy A Manual of the Experiential Method*. The Guilford Press.)
- 橋本やよい 2000 母親の心理療法 母と水子の物語 日本評論社
- 池見陽 2005 フォーカシングとクライアント中心療法 伊藤義美編『フォーカシングの展開』 ナカニシヤ出版
- 池見陽 2006 フォーカシングで触れている <からだ>と人が生きる過程 目黒黙僊・黒木賢一編『心理臨床におけるからだ 心身一如からの視座』 朱鷺書房
- 河合隼雄 1986 心理療法論考 新曜社
- 河合隼雄 2006 対話する生と死 ユング心理学の視点 大和書房
- 河崎佳子 2005 母親に「安全基地」を提供する治療者の役割 心理臨床学研究 23(5) 546-556.
- メアーンズ, D. 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』 コスモス・ライブラリー (Mearns, D. 1994 *Developing Person-Centred Counselling*. Sage Publications of London.)
- 村瀬嘉代子 2006 高齢者心理臨床における専門性と人間性 精神療法32(2) 172-178.
- 岡村達也・保坂亨 2004 プレゼンス (いまここに—いること)—治療者の「もう一つの態度条件」をめぐって 村瀬孝雄・村瀬嘉代子編『ロジャーズ—クライアント中心療法の現在』 日本評論社
- ロジャーズ, C. R. 中田行重訳「クライアント・センタード/パーソン・センタード・アプローチ」伊藤博・村山正治監訳 2001『ロジャーズ選集上』 誠信書房 (Rogers, C. R. 1986 *A Client-centered/Person-centered Approach to Therapy*. In Kutash, I. and Wolf, A. (Eds.) *Psychotherapist's Casebook*. Jossey-Bass.)
- 田中千穂子 1997 「乳幼児—親心理療法」の一例 家族関係の変容を導くために 心理臨床学研究 15(5) 449-460.
- ソーン, B. 諸富祥彦監訳 2003 『カール・ロジャーズ』 コスモス・ライブラリー (Thorn, B. 1992 *Carl Rogers*. Sage Publications of London.)
- 弘中正美 2004 親面接における子育て支援 臨床心理学4(5) 628-632. 金剛出版
- 渡辺久子 2006 母と子を守る そだちの科学 7 愛着ときずな 135-139 日本評論社
- 矢野キエ 2005 フォーカシングにおけるプレゼンスの研究 ヒューマンサイエンス8号 神戸女学院大学大学院 82-83
- 矢野キエ 2006a 心理療法におけるセラピストプレゼンスの研究—フォーカシングの実践から ヒューマンサイエンス9号 神戸女学院大学大学院 111-114
- 矢野キエ 2006b フォーカシングにおけるセラピストプレゼンスについて 第25回日本人間性心理学学会発表抄録集 87-88