

## 心理臨床の方法論についての一考察

滝沢広忠

### 要約

臨床的態度を培うためには現象学的方法論が意義あることを私の体験と関連させながら述べた。人間を理解するとはその人の生きている世界を理解することである。そのためには、先入観を排して相手の世界をありのまま捉える必要がある。それは相手がリアルに受け取っている内的世界である。心理臨床場面でいえば、治療者がクライアントと出会い、対話を通してお互いに関係を深めながら相手の世界に共感し、それを共有し理解し合うことである。そのために治療者は自分のからだを通してクライアントの気持ちを感じとれるようになる必要がある。いずれにしろ、治療者がクライアントとどれだけ真剣にかかわることができるか、ということが問われる。最終的には治療者の生き方そのものが治療に影響を与えるといえる。

キーワード：現象学的方法論、臨床的態度、間主観性、反省以前の境位、からだ

### はじめに

障害観は社会的背景のなかで変化してきている。2001年に発表されたWHOの「生活機能・障害および健康の国際分類」では、「障害者(disabled person)」という概念を使わず、「障害をもつ人(person with a disability)」という表現に変更している。障害はその個人の一部であって全体ではないという考え方である。この障害観は心理臨床の領域においても考えるべき重要な問題である。心理臨床の対象となる人は、精神疾患やさまざまな障害をかかえる心の悩みをもつ人たちである。彼らは障害をもっているとはいえ、われわれはその障害そのものを扱うより、障害をかかえながらどう生きていったらよいのか、という視点からかかわることが多い。すなわち疾病そのものを治すというより、患者の健康な部分に焦点をあて、病をかかえながらも自分らしく生きていけるよう援助することである。精神医学は診断を下し、治療するという明確な方針で臨むことが多いが、心理臨床においては、治療というより相手と共に歩むというニュアンスが強い。

したがって心理臨床場面でクライアントの気持ちを尊重するのは当然のことであり、受容的、共感的なかわり方は心理治療の基本である。また治療過程において治療者とクライアントが信頼関係を築くことは、その後の治療の進展ともかかわる重要な要素といえる。すなわち、心理臨床という状況は、治療者とクライアントという以前に、まず人と人との出会い、二人の関係の上に成り立っているといえる。

ところで、心理臨床の世界では「受容」「共感」「出会い」「関係」などという概念が、当然のごとく使われているが、具体的にそれがどのような内容を指すのか、どうしたらそのような実践が出来るかということになると、必ずしも明確な答えがあるわけではない。

個人的な感想ではあるが、私は事例検討会に出席してときどき違和感を覚えることがある。たとえば初回面接において、治療者はクライアントの服装、表情、態度を観察しながら生育歴を聞き、症状や悩みの内容、その背景にあると思われるエピソードを聴取する。心理検査を実施することになれば、その結果からクライアントのパーソナリティの歪みや不健康さを探索し、心理アセスメントを行う。そしてクライアントの問題点を明らかにし、見立てを立ててカウンセリングを開始する。一般的に心理臨床活動はこのような形式で行われるが、そのことを理解しながらも、一方でクライアントはどの

ような気持ちでこれらのプロセスを体験しているのだろうかと思う。相談に来たクライアントは自分のことを語る前に、この相談室ではどのようなことが行われるのか、治療者はどんな人か、信頼できる人なのだろうか、自分の気持ちを分かってもらえるだろうか、といった不安な気持ちを抱えながら臨床家の前に立たされているに違いない。心理検査を受けるときは、何故このようなことをやらなければならないのか、この検査で何がわかるのか、そんな戸惑いをもっているはずである。心理臨床場面はこのような状況であり、クライアントは素手で相手の陣地に入り込む心境に近いのではなからうか。臨床家はそのようなクライアントの気持ちをどこまで配慮してかかわっているだろうか。事例検討会のなかでクライアントのこのような気持ちを取り上げることがあまりない。治療者とクライアントの相互関係をもとに理解するというより、治療者側の理論体系でクライアントの内面を解釈しようとする姿勢がうかがえてならない。

クライアントを対象化し、生育歴、症状などの客観的なデータを集め、それに基づいて仮説を立ててカウンセリングを行なうことは、いわば医療モデルによる精神科医の仕事とさほど違いはない。その必要性を感じながらも、クライアントの健康な面より不健康な部分を強調し、一人の人間としての生きる姿に触れるという姿勢がやや欠けているように思える。

私は人間の実存を見ずえる心理学として臨床心理学に興味をもち、臨床経験を重ねながら自分の生き方を見つめてきたように思う。そのような体験を振り返り、臨床家がクライアントとかかわる場合、その前提として臨床家自身、自分が臨床に取り組む姿勢を明確にしておく必要があるのではないかと考えている。現在そのような教育はほとんどなされていないのではなからうか。そこで方法論という視点から臨床的態度について再検討してみたい。本論は「私」の主観による体験的な方法論である。なぜなら客観的な方法論があるとしても、私という主観を出発点として考察せざるを得ないからである。

#### 心理臨床家の理想を求めて

臨床心理学を学び始めて間もない頃、シュピング(1966)の『精神病患者の魂への道』を読んで感銘を受けたことがある。シュピングが重篤な精神分裂病(統合失調症)患者の病室に定期的に通い、ただ黙って寄り添っているだけで患者の内面に変化を起こす。当時はそこで起こっている現象について理解できず驚くとともに、ここに理想的な心理臨床家像をみる思いがした。シュピングは看護師である。彼女は母なるものの必要性を説き、その特質として「相手の身になって感ずる能力、他のひとの必要とするものを直感的に把握すること、そしていつでも準備して控えていること」と述べている。この邦訳書の解説をしている井村恒郎は彼女のかかわり方を「類まれな資質に由来するもの」と記している。だが、「資質」は必要であると感じつつ、このような見方をすれば達人芸となってしまう、「資質」がなければ心理臨床家にはなれないという思いに駆られてしまう。当時「資質」のことで悩んだ記憶はないが、改めて「資質」とは何か、心理臨床家になるためにはどうすればよいのか、という疑問が湧いてきた。

心理療法の目的は、一般には患者の症状を除去したり軽減することにあるといえよう。神経症レベルであれば症状は改善されることが多いだろう。精神病レベルになると、向精神薬によって症状を抑制することはできたとしても、治癒まで至らない患者もいる。といっても現在の精神科医療では、必ずしも治らなくても、それなりに日常生活を送れるようになればよしとする考え方が主流である。デイケアを通して社会適応をはかろうとする試みはこの考えに沿ったものといえる。

私の臨床の出発点は知的障害児施設であった。精神遅滞を治すことはできないが、彼らが彼らなりに自分の人生を送れるよう援助することは可能である。治療というより療育あるいは生活を共にするという方向を目指していたように思う。

このような体験から、心理臨床活動の中で大切なことは、クライアントの障害や症状

が治るとか治らないということより、どれだけわれわれが相手の世界にコミット（自己投入）できるか、ということが問題であるように思えてきた。私とクライアントが臨床の場での出会い、対話を通して相手の世界に共感し、それをフィードバックすることでお互いの関係を深めつつ理解し合う。そのような実践を行っている心理臨床家にあこがれていたように思う。

#### 個人的な体験

相手にコミットする心の触れ合いとはどのような体験であろうか。はじめに私自身の経験を振り返ってみたい。心理臨床の仕事に携わるようになってから、自己理解を深める目的でいくつかの集中的グループ体験に参加するようになった。

初めて参加したワークショップは、1976年に函館の湯の川温泉で開催された北海道カウンセリング研究会のワークショップである。このワークショップの参加者の多くは学校教員であった。世話人は伊東博、西光義敬、大須賀克己ら、いわゆるロジャーズ派の人たちである。参加者は全体で100名を若干越えていたと思う。

このワークショップは、旅館の大広間に全員が集まった中で、何の説明もなく始まった。しばらく沈黙が続き、やがて初参加者からワークショップに対する疑問が投げかけられる。それに対して世話人たちは初参加者の発言を無視する態度をとった。パターン化したエンカウンター・グループの始め方と同じである。その場の気まずい雰囲気を感じて、主催者側のひとりである精神科医が、世話人の態度を不誠実だと指摘する場面があった。始めて出会う人たちがお互いに信頼関係を築くには、それなりのプロセスが必要であろう。しかしこの種のワークショップに初めて参加した健康な社会人が、素朴な疑問を投げかけているのに無視する態度は、一般常識のある大人が取るべき態度ではないだろう。もしグループの展開においてこのようなプロセスが必要と考えるのであれば、そのことを参加者に伝えるべきではないのか。後に私はさまざまなエンカウンター・グループに参加するようになり、日本におけるグループの始まりがこのような形式で始まることが多いこと、そしてそれなりに意味があることは理解できるようになるが、必ずしも納得している訳ではない。伊東博（1983）は、このときの体験のことを『ニュー・カウンセリング』に書いているが、彼はそれ以降カウンセリング・ワークショップの世話人を引き受けたことはないという。その場で無言を通じた彼の態度に私は疑問を感じていたが、彼にとってもこのときの体験は「しこり」として残っていたようである。

1980年には山梨県の清里で行なわれたファシリテーター・カウンセラー相互啓発セミナーに参加した。このセミナーは当時畠瀬稔を代表とする人間関係研究会主催のもので、スタッフメンバーは日本の代表的なロジャーズ派の人たちであった。

このとき私が体験したセッションのなかで、ファシリテーターが意図的にメンバー同士対決させるような介入の仕方をする場面があった。また、情緒的に不安定なメンバーに対する配慮が欠けていると感じていた。このような状況のなかでファシリテーターに不信感を抱いていた私は、どうしてもそのグループに溶け込めなかった。腑に落ちないグループ展開に戸惑いを感じていたが、そのような私の思いを理解せず、自分の気持ちを表明しない私の参加態度が問題であると考えたファシリテーターに、幻滅を感じていた。私が自己開示を躊躇するような雰囲気を醸し出していたファシリテーターの態度は問題にされなかったのである。

私は当時ロジャーズ的なカウンセリングを理想的なものと考えていたのであるが、いわゆるロジャーズを信奉している人たちとかかわっていて、どうしても彼らの態度に納得出来ないものがあつた。このようなグループ体験の後、異なる立場で行っているワークショップにいくつか参加するようになった。その体験については他（滝沢, 1985）で述べているが、早坂泰次郎が主宰していたIPR（Interpersonal Relationship）トレーニングに参加することで、私のもやもやしていた気持ちが解消するという体験をした。

IPRもグループの構造は他のエンカウンター・グループと共通しているが、セッション時間を厳密に守っていることと、トレーナーの介入の仕方が異なっている。私はこのグループで自分の存在を揺さぶられるような「実存の覚醒」といってもよい気づきの体験をした。これは生(なま)の人間と触れ合ったという強烈な体験であった。この体験を契機に早坂泰次郎が述べている現象学的方法論に関心をもつようになり、ロジャーズ派のグループとの違いは方法論にあるという認識をもつようになった。

#### ロジャーズ理論をめぐって

私は1981年のラホイヤ・プログラムに参加した折、西部行動科学研究所(Western Behavioral Sciences Institute)でロジャーズと会っているが、個人的に会話を交わしたことはないし、彼の著書もそれほど熱心に読んではいない。したがってロジャーズについて語る資格はないのかもしれないが、関心は持ち続けていた。確かに彼はカウンセリングの領域で大きな功績を残した人であるが、私には偉大な学者というよりひとりの悩める人間というイメージが強い。そして彼の臨床に取り組む姿勢も年とともに変化していったように思われる。

1942年に『カウンセリングとサイコセラピー 治療実践における新しい諸概念』でハーバート・ブライアンとの面接逐語録を発表している。この事例は非指示的アプローチの例として紹介されているが、この時期のロジャーズのかかわり方は、まだ解釈的なところがみられる。ブライアンもロジャーズとのカウンセリングを「精神分析」ということばで表現しており、ロジャーズの理論がまだ確立されていないことがわかる<sup>注1)</sup>。1951年に『クライアント中心療法』を発表し、ようやく非指示的療法からクライアント中心療法へと考えを鮮明にしていった。当時のかかわり方を未発表のビデオで垣間見ることができる。たとえば1955年に行われたリンとのカウンセリングは共感的なかわり方に徹しており、理論に沿って実践しているという印象を受ける<sup>注2)</sup>。ロジャーズは1957年に「治療的パーソナリティ変化のための必要にして十分な条件(The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change)」(以降、「必要にして十分な条件」と略す)という有名な論文を発表していることから、この時期がもっとも円熟していたのではないかと考えられる。わが国ではロジャーズのクライアント中心療法の例として、1964年に制作された『グロリアと3人のセラピスト』のロジャーズの態度が紹介されることが多い。しかしこのビデオの彼はかなり自分の主観的な気持ちを表明しており、自身が提唱した理論をそのまま実践しているとはいえない。ロジャーズは1964年頃からエンカウンター・グループに関心が向くようになり(『出会いへの道(原題は、Journey into Self)』というエンカウンター・グループのビデオは、1968年にアカデミー賞長編記録映画部門の最優秀賞を受賞している。)、カウンセリングに対する取り組みに変化が出てきたのではなかろうか。エンカウンター・グループで自由に振舞うという姿勢がカウンセリングにも反映されており、本来のクライアント中心療法の立場とは微妙に違ってきているように思われる。ロジャーズのカウンセリング理論もカール・ロジャーズというひとりの人間の生き方とかかわりがある。ロジャーズの臨床的態度が微妙に変化していることを念頭に置きながら彼の理論をみていく必要があるのではなかろうか。

臨床にかかわるとき、カウンセラーの態度が重要であることは常識であろう。その基となっているのが、ロジャーズの「必要にして十分な条件」である。この論文の中でロジャーズは、建設的なパーソナリティ変化が起こるためには、以下の6つの条件が存在し、それがかなりの期間継続することが必要であると述べている。

- (1) 二人の人間が、心理的な接触(psychological contact)をもっていること。
- (2) 第1の人 - この人をクライアントと名づける - は、不一致(incongruence)の状態

- にあり、傷つきやすい、あるいは不安の状態にあること。
- (3) 第2の人 - この人をセラピストと呼ぶ - は、この関係のなかで、一致しており (congruent)、統合され (integrated) ていること。
  - (4) セラピストは、クライアントに対して、無条件の肯定的な配慮 (unconditional positive regard) を経験していること。
  - (5) セラピストは、クライアントの内部的照合枠 (internal frame of reference) に感情移入的な理解 (empathic understanding) を経験しており、そしてこの経験をクライアントに伝達するように努めていること。
  - (6) セラピストの感情移入的理解と無条件の肯定的配慮をクライアントに伝達するということが、最低限に達成されること。

この「必要にして十分な条件」は、ロジャーズ自身の臨床経験から理論的仮説として導き出されたものである。ところがわが国では(3)(4)(5)のみが強調され、「一致した (congruent)、純粋な (genuine)、統合された人間」、「受容 (acceptance)」、「感情移入的理解 (empathic understanding)」という概念がひとり歩きし、カウンセリングの技法としてこれらの態度が必要であるという見方をされるようになった。

しかし、この考え方に疑問を呈する学者もいた。(3)の条件についてロジャーズは「自己自身についてクライアントを欺いてはならない」と述べている。これに対して河合隼雄 (1986) は、「クライアントを受容し、かつ自分自身 genuine であるとは、いったいどのようなことであろう。そのことは必然的にそこに何らかの対決 (confrontation) を生ぜしめざるを得ない」と、受容は必然的に対決を生むという見解を述べている。

光元和憲 (1997) は、『グロリアと3人のセラピスト』という映像記録のロジャーズのカウンセリングを詳細に分析し、「この治療面接ではほぼ完全に失敗しているらしい」と手厳しい批評を行っている。その例のひとつとしてあげているのが、グロリアが娘とどう対応したらよいか戸惑っていることを述べている場面でのロジャーズの応答である。グロリアの「もしわたしが (娘に) 嘘をついたり、男の人と寝たりすることについて感じている罪悪感をとり除けられれば、もう少し気が楽になると思うんですが…」という発言に対してロジャーズは、「この問題は、わたしには答えてあげられないような、とても個人的な問題のような気もしているんです」と応えている。この対応について光元は、グロリアの困っている気持ちに対して受容的なかわりや共感的態度をとることもなく、むしろグロリアを突き放すような態度を向けているという見解を述べている (その理由として、性的な話題を回避しようとするロジャーズ自身の問題を指摘しているが、ここでは触れない)。グロリアとの面接は、ロジャーズがエンカウンター・グループに関心をもつようになってからの試みであり、光元の指摘はロジャーズの臨床的態度が本来の理論に沿っていないことを述べたものといえる。

ロジャーズ全集の編者のひとりである堀 (2000) も、ロジャーズの考えを「主観的経験主義、個人的唯心論」とであると断言し、その態度に疑問を投げかけている。堀の挙げている例をそのまま紹介すれば、たとえばカウンセラーが「このクライアントは依存性が強い」と思うとき、クライアントの考え方や身振りに対するカウンセラーの感じと、個々の感じを統合してクライアントを客観的に判断する自分 (カウンセラー) という二つの側面が含まれている。であるからこそクライアントも自分を「依存的だ」と客観的に判断することが出来るようになる。このことについて堀は、ロジャーズの(5)は共感のみを取り上げこの客観性を排除する主張ではないかという。なぜならば、共感することと客観的な判断は相容れないからである。それゆえロジャーズの考えは相手 (クライアント) と自分 (カウンセラー) との関係性のもとに見ない自閉的認識論であるという。

このことは後述するが、ロジャーズとブーバーの対話のなかで、カウンセラーとクライアントが対等であるかどうか話題となる場面でのロジャーズの発言からも明らか

である。ロジャーズはカウンセラーとクライアントが対等であると主張するが、ブーバーはそれを否定する。その対談の中で司会のモーリス・フリードマンは「(ロジャーズ)先生は、価値は人間の内面に存在しているのである」と述べておられます。それに反して、ブーバー先生から受けた印象では、相手との関係の中に価値を見いだしておられるようです」と論点の違いを述べている。それを受けてブーバーも「あなた(ロジャーズ)は人についてお話しになっておられますが“人”(persons)という概念は、おそらく、“個人”(individual)という概念に非常に近いもののように思われます」と述べ、ロジャーズが関係という視点から見ていないことを指摘している。

堀は、ロジャーズのカウンセリングのなかで見られる「繰り返し」について「私はこんなペテンは使いたくない」と述べ、クライアントの自己洞察に疑問を投げかけている。例えば、「私の母はとてもひどい人なんです」というクライアントの発言に対して、「あなたの母親はとてもひどい人だとあなたには思われるんですねえ」と繰り返す応答は不自然だという。カウンセラーがクライアントのことばを繰り返すことでクライアントは自分の過去の母親との関係を振り返る。しかし、ひどい人だと思っていた母親に対して、本当はやさしい人なんです、とクライアントが発言したとしても、それはクライアントの母親に対する意味づけが変化しただけで、それが母親についての真実であるかどうかは分からないという。心理療法としてそれはもちろん意味のあることであるが、クライアント自身は本当のことを知っているわけではないのである。堀はそこにロジャーズの操作的なカウンセリングの技術をみている<sup>注3)</sup>。

ロジャーズの「必要にして十分な条件」がカウンセリングの技法のごとく考えられていることに対して、堀は「努力目標ではなく、成功したセラピーではこれが高かったという測定事実に過ぎない」と述べている。

ロジャーズ自身、後に自己を表現しない精神分裂病(統合失調症)患者とのかかわりを体験し、無条件の肯定的配慮にも条件をつけている。(先の論文にも注書きで、「無条件の肯定的配慮は、いかなる関係においても、程度の問題として存在するもの」と述べ、「完全に無条件な肯定的配慮が、理論上以外にはあり得ない」と述べている。)

最終的にはロジャーズ自身「カウンセラーの純粋性は一種の前提条件として機能し、正確な共感的理解、無条件の肯定的配慮を効果的に伝達するための必要条件」と述べており、カウンセラーの誠実な態度を基本に据えている。

ロジャーズのあいまいな理論を明確に指摘したのはブーバーであろう。ブーバーはロジャーズとの対談のなかで、「私なら対話とよばないようなものを、あなたは対話だとおっしゃっているようです」と述べている<sup>注4)</sup>。これはロジャーズの「受容」に対するコメントである。ロジャーズは自分のカウンセリングがブーバーの「われ-汝」関係に似ていると考えているが、ブーバーにいわせれば、それは「われ-それ」関係なのである。このことについてロジャーズは気づいていないように思われる。

私自身が先のグループで体験したことと照らし合わせると、ブーバーのいわんとするところがよくわかる。ロジャーズ派の人(もちろんすべてではないが)は穏やかな人柄の人が多いような印象を受けるし、個人的には決して冷たい人だとは思わない。しかしワークショップになると何故か頑なにロジャーズ理論に固執しているような印象を受ける。その場にいる人間がどのような気持ちでいるのかを感じるより、自分の感じを大事にする。先のワークショップを回想して伊東博は、「私は『機いまだ熟さず』(ほんとうにやる気になっていない)と見ていたので、知らん顔をしていた」と述べているが、ほんとうにやる気になっていなかったのか、まず参加者に確認すべきだったのではなかろうか。

早坂(1994)は「他者に関心を向けようとしている その自分だけ にしか意識や関心をむけていない」ありようを「良心的エゴイズム」と呼んでいる。そのようなかかわり方がエンカウンター・グループを行っているロジャーズ派の人に見られるという。堀

が「ロジャーズの経験論は、自分と相手（対象）の間を絶ち切っている、相手・対象と自分との関係性のもとに見ない自閉的認識論」としているのも同じ意味と考えられる。

私がエンカウンター・グループにおけるロジャーズ派のファシリテーターから受けた印象もこれに近い。彼らの臨床的態度は、関係的存在として人間を捉えようとする現象学的な考え方とは異なっている。グループに違和感を覚えた原因はこの辺にあったのではないかと考えている<sup>注5)</sup>。

### 3人の実践家に学ぶ

#### 1. 津守真の保育実践

津守真は、『乳幼児精神発達診断法』を開発した心理学者として知られている。日常生活の中に現れる子どもの行動を集め、それを整理すれば、乳幼児の生活全般にわたる精神発達の過程を明らかにすることができるのではないかと考え、母親が観察した子どもの日常生活の状況を面接によって確認し、それを発達段階ごとにまとめて質問紙を作成した。この乳幼児精神発達質問紙は、私も保健所で三歳児検診に携わっていた頃、経過観察の中でよく使用していたものである。しかし津守は、発達を外部から見られる行動の連続とみなし、その外部にあらわれた行動相互の関連を明らかにしていくというこの方法に疑問を抱くようになる。保育の実践から、「生きた人間同士のふれあいにおいては、おのずから感じ、そこから行為する人間の体験の世界をぬきにして考えることはできない」（津守, 1999）といい、観察できる外部の行動だけではなく、「それを通して、その背後にある世界の中で動いているものを、観察によって、とらえる」という研究方法に転回することになる。子どもとかかわりながら、彼らの生きている世界をありのまま捉えるという視点である。

彼は子どもの描画を通して、子どもの行動を外部から客観的に観察するのではなく、行為を内的世界の表現と見る。子どもの世界を発見することは、私自身の世界がそれだけひろげられ、自分が変化することである。子どもは多様で、ひとりひとり私とは異質な存在である、ということを読んでいったのである（津守, 1989）。

また津守は、過去や未来から現在を見るのではなく、現在の視点で現在をとらえようとする。前日までの理解はわきにおき、今日また新たに子どもと出会うという絶えざる理解の更新を心がける。しかも一回限り現れる表現を見逃さない。その理解の仕方、自分の枠組みにとらわれず相手を受け入れていくという、いわゆる開かれた態度で接しようとする。そのため、眼前で起こっていることを、自分の感覚で注意深く見つめていく。そして子どもの思いを受けとめ、共にプロセスを歩んでいくという姿勢を崩さない。このような態度で子どもと丁寧にかかわっていくと、思いがけない仕方で子どもの中から何かが起こるという（津守はそれを生命性とか宇宙性と表現している）。子どもの中に動いているこのような生命性は外から観察しただけでは見えてこない。お互いに対等の人間関係に立ってかかわることで初めて浮かび上がってくるという。

子どもの行動が理解できない場合でも、「理解できないがゆえに否定するのではなく、むしろ理解できないことの中に隠された意味があることを知って、肯定的に受けとめて交わりを継続する」（津守, 1987）という態度を取り、保育者の方で柔軟に自分の見方を変えようとする。障害をもった子どもも普通の子どもも保育において変わるところはない。障害をもっている子どもの行動が一見無意味なものに見えたとしても、固定観念にとらわれず、むしろ自分の考え方の枠組みを壊し（慣習的な大人の目で見えることを意識的にやめ）、想像力を働かせながら子ども側から見るよう努力する。このように自分が子どもと共通の基盤に立ったとき、子供の視点が見えてくる。それと共に子どもも理解されたと感じるようになり、やがて子どもの行動に変化が現れる。

愛育養護学校に初めて来たB夫（5歳）との出会いは印象的である。彼は裏庭に行っ

て土の塊をドライエリアに何度も落としたり、庭で石を拾ってはそれを水たまりに落とすという行動を何ヶ月にもわたって繰り返していた。津守もその行動に不安を覚えるが、ある日母親が、「B夫は石を水に投げるのが好きで、人は波紋をみていると言うが、そんなものではない。石が落ちてゆく不思議さを見ているので、物理学者みたいだ」という話をする。ことばを話す子どもであれば「どうして?」、という疑問を投げかけるが、B夫はそう尋ねないで自分で考えているという。その話を聞いてから、津守はいつも同じことばかりしていて困ったという見方から抜け出し、子どもは子どもなりに深くものを見ていると考えるようになった。そして津守がこのように考え、子どもと本気で向かい合うようになると、やがてB夫も津守を見て笑いかけようようになってきたという。津守の変化が子どもの変化を導き出していくのである。

B夫については次のようなエピソードもある。

九月のある日、流しで料理用のボウルに水道の蛇口から水を勢いよくいれて、水が一杯になるとザーと流し、水が排水口から流れてゆくを見ていた。このことを何十回も繰り返した。私(津守)は傍で見ていたうち、この子が一年以上にわたってやりつづけてきた、トイレトペーパーを水洗便所に流すのと同じことをやっていることに気がついた。B夫は水洗便所でフラッシュを押して水を勢いよく流し、トイレトペーパーをちぎって落とす。そして水が便器の排水口から流れ去ってしまうまでじっと見つめ、しまいには頭を排水口に突っこんでのぞき、床に耳をつけて音が次第に遠ざかるのを聞いた。そして立ち上がってまたフラッシュを押してトイレトペーパーをちぎって流すのを繰り返した。

津守は最初、水をボウルに入れて流すとき、食器を洗うという目的意識が先立ち、その行為に伴う子どもの感覚を意識しなかった。しかし子どもが同じことを繰り返す中で、子どものしていることにあるがままに触れようとする。そしてボウルに水を流すことと、トイレトペーパーを便器に流すことを対比させることで、水が流れ去ってしまうのを見つめ、水音が聞こえなくなるまで聞いていることがわかった。そしてこの行為の意味を考えているうち、子どもが保育園に通っていたとき、登園するとすぐに母親から離されて、帰るまで泣いていた日が続いていたことを思い出すのである。人がある行為をするとき、そこには思いが込められているはずである。津守は子どもの行為からその思いを読み取るようとする。このB夫の水を流す行為は、子どもの側に視点を移してみると、手元にあったものの喪失体験とその感覚の反復ではないかと思うようになる。そうすると子どもの行為がとてもしらしく見えてくる。そのよう意識がもてるようになると、子どもとの関係も変質し、同じ行為の反復に付き合っても時間の長さを感じなくなる。そんなとき、子どもは今まで見せたことのない笑いの表情を見せたという。このような出来事があってから、やがて子どもの行動も変化していった。無意味なように見える子どもの行為に、大人が意味を発見したとき、子どもは理解者を得て、自分の行動をさらに発展させていく。

津守は目的意識をもって子どもとかかわるのではなく、まして子どもを教育して変えようとは考えず、あくまで子どもの可能性を伸ばすべく共に生きることを志向する。

森上史朗(2001)によれば、津守はメルロ・ポンティの「普遍性と世界とは、個別性と主観の深部に見出されるものだ」ということばを引用しつつ、「普遍性とは、多くの人が見たことを寄せ集めて平均化するところにあるのではなく、私が見たところの私の体験の根源にさかのぼって、存在の深部にふれることによって到達されるであろう」と述べているという。現象をあるがままに見つめ、そこから浮かび上がってくるものを明らかにするという現象学的アプローチそのものを実践しているといってもよいだろう。

この津守の実践は、相手の思いを受けとめるにはどうしたらいいのか、対等にかかわるとはどういうことかという、心理臨床の中でも基本的な問題をわれわれに提起してい



るように思われる。

## 2. 竹内敏晴のことばとからだのレッスン

竹内敏晴はもともと演出家であったが、人間の可能性を劈くことを目指したレッスンをを行うようになった。彼は人間性を劈くということを、「他者に働きかけ、相手を変え、自分も変えられていくという意味での人間関係のダイナミズムから生み出される創造性」(竹内, 1975b)と捉えている。これは自分らしく生きるという実感をもってもらうことを意図したものといえる。竹内演劇教室の開校にあたって、「一つの人的可能性が劈かれることは、他人から見ればどんなにつまらぬ出来事でも、当人にとっては、生きるの意味が変わってしまうような、大きな意味を持つことがある」と述べ、俳優を養成するというより、演技レッスンという形でしか劈かれない人間の可能性を劈く手伝いをしたい、と抱負を語っている。このレッスンの背景には、若い頃中耳炎のために難聴となり、人とかわることに苦労した彼自身の体験がある。

一般に竹内のレッスンは、「ことばとからだのレッスン」と呼ばれている。私も何度かレッスンに参加しているが、その都度自分の存在を揺さぶられるような体験をした。

竹内によれば、ことばは本源的に話しことばであるという。しかも、話しことばを人間のからだが発する音、つまり、ためいき、うめき、叫び、うなりなどの中の一部、さらにいえば、いろいろなからだの動きの一部として捉えている。またコミュニケーションという面からみれば、他者に働きかけ、相手に届けさせ、相手を変える機能をもっている。したがって本当に相手に話しかけるためには、話そうとする意思があると同時に、実際にアクションが起こらなければならないという。こういった働きかけがあって声は相手のからだに触れ、相手と向かい合うことが可能となる。

レッスンの基本は、このようなアクションが起こるからだにするため、まずからだをほぐすことから始める。この脱力のレッスンは、野口体操(野口三千三, 1972)をもとに考案されたものである。野口体操は、いわゆる筋肉を強化するための体操と違い、「力を抜きからだの中に動くイメージをさぐり、新しいからだの感じ方を見つけ出してゆく作業」(竹内, 1975a)である。二人でペアーになって交互に行う。一人が仰向けに寝て全身の力を抜く。そしてもう一人が相手の腕を持ち上げて力が抜けているかどうかを確かめる。また「寝によろ」といって相手の下半身を揺するものがある。相手の足の甲を両手でもち左右に軽く揺すってやる。すると足のかかとから起こった波がゆらゆらと腰を通過して頭まで揺れる。人間のからだという皮袋の中に液体が入っていて、骨や内臓がそこに浮かんでいるようなイメージである。仰向けに寝ている人は全身の力が抜けていき、やすらぎを得ることができる。しかし実際に体験してみると、微妙なところに力が入ってしまい、いかに脱力するのが難しいかに気づかされる。

「話しかけのレッスン」は、4～5人床に坐り、めいめいの好きな方向を向いてもらう。2～3メートル離れたところから別の一人が床に坐っている一人に短いことばで話しかける。そして話しかけられたと感じた人は手をあげる、という簡単なものである。このレッスンは音声を相手に届けさせればよいというものではなく、自分の全存在をそのまま相手に伝えるという真剣さが必要である。声によって触れるとは、相手との距離がなくなることであり、そのとき初めて自分に呼びかけられたと感ずることができる。しかし、話しかける人に話そうとする意思がなければ、いくら声をかけても相手は自分に話しかけられたという感ずをもつことができない。このレッスンでは、素直に自分の思いを相手に伝えることの難しさを実感する。

「出会いのレッスン」とは、部屋で二人の人が5～6メートル離れて壁に向かって立つ。そして合図によって向かい合い、相手のコーナーに歩き出す。そのとき自分のからだを感じたまま行動し、起こることにまかせる。近づきたいと思ったら寄って行って手をとってもよいし、嫌な感じがしたら顔を背けて遠ざかってもよい。すると自分でも思

いがけないことが起こる。私の場合、緊張して途中で硬直状態になってしまい、相手はそれに気づいて保護者の態度を取ろうとした。そのような相手の行動を私は受け容れることができず、すれ違いに終わってしまったという経験がある。人間は瞬間瞬間変わりうる可能性をもっている。しかし最初の印象にとらわれ、なかなか「今、ここで」起こっていることに全人格を集中してかかわることができない。私自身の体験もまさにそのような柔軟性のないものであった。「出会いのレッスン」は、お互いの全存在をむき出しにして、同じ次元に立つことができ、初めて成立するものであり、まさに「今、この場で生き切る」体験といえるだろう。

竹内は、自分の実践を、「やすらく」「ふれる」「まっすぐ向き合う」という3つのことばにまとめている。レッスンに取り組むことは、自分が体験していることを感じとりながら少しずつその意味を探っていくような試みである。相手と真に触れ合いながらかわるレッスンが終了すると、自己肯定感が起こってさわやかな気分になる。ときには傷ついたり自分の課題に気づかされて重い気持ちになることもあるが、それも自己に対する新たな発見として受けとめられるようになる。竹内はレッスンを「一人一人が、自分の生きかたを自分で吟味して、自分で動きはじめるための手がかり」(竹内, 1983)と述べているが、このような体験をしていると、人にどう思われようと、自分が本当に感じたことを立脚点としながら生きていくよりしかたがない、という気持ちになる。これは非日常的な体験ともいえるが、このレッスンを通して改めて自分が他者と向かい合うときの態度について考えさせられる。

竹内の人間理解の方法は、相手のからだをみることである。姿勢を自分が生きている世界に触れているからだの形として捉えている。からだは何を志向しているか、その人の姿勢から読み取ろうとする。自分が何を感じているかに気づき、それを意識に浮かび上がらせることで、自分の存在の仕方に気づいていく。

竹内は人と会うとき先入観をもたない。「今、自分の目の前にいる人に向かって、共に生きてみるだけ、自分の内に動く、いわばその人の身になるというか、相手のからだから自分のからだに移ってくる、からだの内での身動きとそのとどこおりのようなものを感じ取りながら、触れ合っていくだけ」(竹内, 1983)という。相互主観的なかわりを通して相手を理解しているといえよう。

竹内のレッスンは直接感情に響く体験であり、自分がどのような反応を示すか不安になり、回避したいという気持ちになることもある。しかし「どうにもならないところへ、いちど追いこまれてみるということが、自分をもうひとつ違うほうへ動かしてゆくことの出発点になる」(竹内, 1983)ということもあり、今までの自分を乗り越えるきっかけを与えてくれるものである。

竹内のレッスンは、人間のこころとからだを解放するだけではなく、相手の要求に合わせて反応したり、身構えてしまう自分に気づかせてくれる。このような体験を通して自分のとらわれたからだを解きほぐす。からだが変わると気持ちも楽になり、人と触れ合うことにもそれほど抵抗がなくなる。そして他者を受け容れやすくなっていく。

臨床場面で相手のからだに触れることはほとんどないが、竹内レッスンは心理臨床家が自分の身体感覚に気づいたり相手に対するかわり方を見つめるよい機会となる。

### 3. 伊藤隆二の間主観カウンセリング

伊藤隆二は、初め人間の脳の機能としての知能の発達と学習に関する教育心理学的研究に取り組んでいた。しかし、自然科学的な知ですべての現象を解明することはできないことを悟り、方向転換する。その転機となったひとつの出来事が、イチローという障害児との出会いであった。イチローが画用紙にクレヨンで絵を描いたものを見て、伊藤はそれが発達の遅れた子どもの絵としか思えなかった。ところがイチローの母親はその絵を見て、一緒に買い物にいったとき自分の好きなものを買ってくれたことがうれしくて

絵に描いたと喜んでいて、その様子を見て、イチローの心の内面（意味の世界）がまったくつかめなかった自分にショックを受ける。今まで何がどの程度できるかという能力のみで子どもの発達を捉えようとしていたが、人間は意味の世界をつくりあげ、それを時々刻々と表現していることに気づかされる。この体験を契機に、「人生に挫折し、未来に絶望している人とともに生きる」（伊藤, 1998）という決意で臨床の道を歩み出す。

伊藤は今を生きる人間を全体的に捉える学問として臨床心理学に興味を示すようになるが、クライアントの心の悩みを心理検査や面接によって確かめ、それに基づいて原因を究明し治療するという方法に疑問を抱くようになった。また「受容」を強調するロジャーズのカウンセリングとも距離を置くようになる。クライアントをありのまま受容するという事は、単に傾聴するだけではなく、クライアントとカウンセラーがお互いに自分の主観の世界を開陳し合うことではないかと考える。つまり、クライアントが自分の主観の世界を開示するのであれば、カウンセラーも主観の世界を隠さず、謙虚に開示していくべきであるという。そしてお互いに疑問点があれば問い質し、真摯に応答するように心がける。クライアントの「話してほしい」という要望に対しては、誠実に答え、相手から難問題を出された場合もごまかさずに正直にそのことを伝え、共に考えていこうとする。また、お互いに自分の気持ちや思い、特に感情の表出をためらわない。このような姿勢で取り組むカウンセリングを彼は間主観カウンセリングと呼んでいる。カウンセラーがクライアントとの関係を重視し、純粋な態度でかかわっていけば、クライアントの内面に変化を起こすことができると考えた。

彼のカウンセリングはクライアントに寄り添い、同行（どうぎょう）することを基盤としている。「同行する」とは、主体としての二人が「真理」（利己主義を捨てて、利他主義に生きることを指す）という正しい方向に向かって、ともに励まし合いながら人生を歩んでいくことである。お互いに相手を主体として尊重しあうこと、つまり同行することを基本としたカウンセリングを目指している。

このような考えに至るまでの背景には、当然伊藤の宗教観あるいは人生観が影響している。彼は、「人間にとって意味のあるのは、学業成績や地位や名声ではなく、真理に生きること」（伊藤, 1998）であり、「人生にとって大切なのは生きている時間にいのちを覚知することである」（伊藤, 1999）と述べている。心理臨床の中でクライアントに「いのち」の大切さを自覚させ、そこから真に生きる方向性を見出していけるよう導こうとしているように思われる。

心の悩みをもつクライアントの内面の世界に主観的にかかわり、その「いのち」に触れていくことで、スピリチュアリティの働きを覚醒させる。カウンセリングによって関係が深められていくと、クライアントは自分がスピリチュアルな存在であることを自覚するようになり、真理を発見して、正しい方向へ転換していくという<sup>注6)</sup>。

以上伊藤の考え方を紹介したが、彼の間主観カウンセリングを心悩むすべてのクライアントに対して行うことはできないだろう（彼自身、原則として精神疾患の患者は適用範囲外であると述べている）。しかし臨床家がクライアントとかわる姿勢としてわれわれは学ぶべきところが多いと考えている。

私は知的障害児施設に勤めていた経験もあり、脳障害の研究をしていた伊藤隆二のことは知っていた。また『育つということ』（伊藤, 1980）をはじめとするエッセイも何冊か読んでおり、彼の考え方には以前から共感を抱いていた。しかし人間としての伊藤隆二に関心をもつようになったのは和田重正（1907-1993）を通してである。和田は神奈川県丹沢に一心寮という生活道場を開設し、若者と生活を共にしながら人生論を語って来た人である。その思想は『あしかび全集第一巻～第五巻』（柏樹社）にまとめられている。私は伊藤が和田とともに「同行教育」を提唱していることを知り、臨床家としての伊藤に関心をもつようになった。心理臨床家は自分なりの人生観をもつべきだと考えているが、私は伊藤から臨床家としてのあるべき姿勢を多く学んだように思う。

## 現象学的アプローチ

### 1. 生きている世界をありのまま捉える

臨床的に人間を理解するには、その人が生きている世界をあるがままに捉える必要があるだろう。それは客観性を重視する行動科学的なアプローチとは異なり、その人がリアルに受け取っている内的世界を理解することである。ユクスキュル(1970)は、同じ対象物であっても生物によって知覚の仕方がまったく違っていることを明らかにした。人間においては、さらにその人のまなざしている方向も考慮しなければならない。

クワント(1991)は『見ることと描くこと』という講演の中で興味深い考察を行っている。われわれが木を見るとき、木が生えているところで木を見ているという。そこには青空が広がっており太陽が輝いている。爽やかな風が吹き、雲が流れてゆく。小鳥の囀りが聞こえたり、周りの草花の香りが漂っているかもしれない。そういった自然(世界)の中でわれわれは木を見ている。つまりものを見るということは、すべて「世界と呼ぶ一つのフィールドの中で見える」出来事なのである。しかも、同じ場所にある同じ木でも人によってその意味するものは違う。ヴァン・デン・ベルク(1976)の例を紹介すれば、猟師にとって樫の木は鳥の隠れ家であり、自分の身を隠す場所である。材木商にとっては販売する物体であり、若い夢見る少女にとっては愛の光景の一部である、といった次第である。個人のまなざしている方向で見ているものは違ってくる。

ゲシュタルト心理学の用語で説明すれば「図と地」の関係に近い。背景に「地」となる風景があり、そこから木に注意を向けることでその木が「図」として浮かび上がって見えてくる。つまりわれわれは対象だけを取り出して見みているのではなく、実はその背景にあるものを感じつつ自分にとって意味のあるもの(この場合「木」)をみているのである。したがってそこで見ている人の興味、関心、知識、経験などがその背後に潜んでいると考えられる。

このように何かを知覚するという体験は、何かについての直接的な意識体験であり、対象への志向性をもっている。「見る」とはまなざしをそれになげかけることであるし、「聴く」とはそれに耳を傾けていることである。われわれは世界で起こる現象のなかから、知らず知らずのうちに知覚するものを選んでしているのである。それがその人の生きる方向といってもよいかもしれない。

われわれの日常生活における時間・空間も自然科学的なものとは異なり、それぞれ意味をもっている(市川, 1989)。空間はかならずしも座標系の均質空間ではなく、私という主体を中心に上下、左右、前後と拡がっており、社会文化的背景のなかでそれぞれ意味をもっている。上の方が下より価値があるとみたり、人が並ぶ位置も左と右とでは違った意味に捉えることがある。また、前は明るく可能性に開かれていて未来のイメージであるが、後は暗く閉ざされた過去のイメージである。広い部屋は開放的であり、狭いと窮屈を感じる。このように知覚空間の構造は心理的な意味をもっている。

時間についても同様われわれは時計時間で生活しているのではなく、意味づけられた時間の中で生きている。無為で退屈な時間は遅く感じられ、充実した時間は速い。また初めての体験は長く感じられるし、慣れたことに費やされる時間は短い。子どもの頃の一日は長く、年齢を重ねるについて月日が経つのが早く感じられるようになる。過去、現在、未来と流れる時間をどう意味づけるかはその人の内的世界とかかわりがある。過去の出来事を後悔しそれにとらわれている人は、未来に対して閉ざされがちであろうし、未来に希望が持てない人は、現在が無意味に感じられる。時間体験の歪みは生きる意味の歪みとなって現れる。

時間・空間の認知の歪みから精神障害者の内的世界を理解することも可能である。宮本(1965)は精神病理学的な立場からこの問題について考察している。

このように世界の様相は個人によって異なっており、相手を理解するということは、

その人の生きている世界, すなわち日々の生活における文脈や志向性を見ていかなければならない。

## 2. 関係の中で見る

われわれは時間と空間の世界に生きているが, 私が人と出会うのは「今, ここで」という限定された状況においてである。しかもそこで起こる現象は, 私と相手との関係の中で起こる。相手が私に見せている姿は, 私に対して見せているのであって, その姿がその人のすべてではない。したがって私が捉えた相手の世界も限定されたものであり, しかも私の主観を通して見たものに過ぎない。

ヴァン・デン・ベルク(1976)は『人間ひとりひとり』のなかで日常生活のひとつのエピソードを紹介している。ある冬の夜, 友だちが遊びに来るといのでワインを用意して待っていた。ところがその友だちから急に来られなくなったという電話が入る。それからしばらくデスクで本に没頭していてふと眼を上げると, ワインのびんが眼に入る。そのときの様子を以下のように記述している。

「私がワインのびんを見, そして友だちが来ないことに気づく。この瞬間, 何が起こるのだろう。あるいは, もっと正確にいうなら, 私がワインのびんに眼をやるとき, 私は何を見るのか。その問いはとるにたりないものに思われ, したがって答も簡単に思える。私は商標が印刷された, 白いラベルのついた緑色のびんを見る。

もっとよく見ると, 印刷された文字が読める。メドックのワインだ。びんにはコルクの栓がしてあり, その上を鉛で覆ってある。(中略) こうした事実をいくら書きつづけたところで, 眼を上げてびんを見たそのとき, 私が見ていたものには, 一向に近づいていかないことは明らかである。そのとき私が見ていたものは, 白いラベルや鉛の口金や, そういったものについて緑色のびんではなかったのだ。私がほんとうに見ていたものは, 私の友だちが来ないという事実についての, あるいはその夜の寂しさについての, 失望といったような何かなのである。もちろん, 私は白いラベルや口金などのついたびんを眼にはした。しかし, そういったものを見たということは, 単なるびんという対象を飛び越えて, その夜そのびんが私にもってきてくれた意味〔つまり, 友だちが来るという喜び, および, それが裏切られた寂しさと失望〕へと, 私が到達したことなのである。」

われわれが生きている世界とは客観的な事実ではなく, このような現象学的な事実なのである。これは臨床場面でクライアントが表現している内的世界についてもいえる。治療者はクライアントの話を聴きながら, クライアントの主観的世界を感じとっていくわけであるが, このような世界にどこまでコミット出来るかが問われている。鷲田清一(2004)は「みえてはいるが, 誰れもみていないものをみえるようにするのが, 詩だ」という, 詩人口ルカについて語った長田弘の言葉を引用し, 現象学を「発見的な哲学(論理的な哲学ではなく)」と述べている。臨床的態度とはまさにこのような現象学の実践と考えられよう。

## 3. 反省以前の境位と身体感覚

現象学では科学的な認識以前の「生きられた世界」を捉えようとする。津守が紹介しているB夫の例でいえば, 行動科学的アプローチでは「また常同行動が始まった」という見方になる。しかしそのような判断をする前に, B夫の生きている世界に身を置くことで, B夫の体験を共有することができる。そうすると石はなぜ下に落ちていくのかという神秘さが伝わってきて, B夫の行為がかけがえのない体験であることがわかり, 気持ちを受け止められるようになる。われわれはどうしても既存の知識でものをみてしまいがちであるが, そのような先入観を排してあるがままの現象を観察していると, その都度新たな体験をすることができる。したがって, 主体と客体という区別がまだなされ

ていない次元,ものごとを反省的に捉えようとする以前(これをヴァン・デン・ベルクは *prereflectively* 反省以前の境位と呼んでいる),つまり対象を認知しようとする働きが起こる手前のことがらをじっくり観察することが必要だろう。

相手とかかわるのは自分であるが,反省以前の境位においては身体感覚がその出発点となる。西村ユミ(2001)が「そもそも自分自身の身体は,自らの目の前の客体としてあるのに先立って,まずは世界を知覚し経験する媒体,世界が現れるための媒体としてある」と述べているように,自分といっても実は自分のからだを感じているのである。

自分が向かい合っている相手とは,からだを通して反応している。相手の姿勢や態度を見て,こちらが緊張したりリラックスする。同じように相手もこちらの動きに反応している。それらが浸透して溶け合うとき,二人の関係は深まっていく。その意味で姿勢は孤立したものではなく,「相手と主体との間に成り立つ関係の表現」(竹内,1975)といえる。

このような素朴な感覚はことば以前のからだで感じられものである。われわれはそれをからだで受け止められなければならない。竹内のレッスンはそのような試みといえよう。たとえば,出会いのレッスンは自分が感じたまま動く。初めてこのような体験をしたときはかなり戸惑うが,まさにそこに自分のあり様が浮かび上がってくる衝撃的なレッスンなのである。自分が人とまっすぐに向かい合うとき,そこで初めて本当の出会いが展開する。このような感覚を身につけることによってクライアントとのかかわりも注意深くなるのではなからうか。

#### 4. 現象学的方法論

伊藤はイチローの絵を見て,経験的に発達が遅れた子どもの絵という見方をした。それに対してイチローの母親はそこに一緒に買い物に行ったとき自分の好きなものを買ってくれて喜んでくれている子どもの姿をみた。母親の見方が正しいかどうかは分らない。しかし生活を共にしている母親にはそのように感じられたという事実は紛れもない真実なのである。

津守もB夫が石を何度も水たまりに落とす動作を,専門用語で「常同行動」とみなした。そしてそれを困った行動と考えた。しかしB夫の母親はそれを「石が落ちてゆく不思議さを見ている」と捉えている。

このことはわれわれがものを見るとき,既成の知識を当てはめたり,先入観も持ってみやすいことを教えてくれる。反省以前の境位に立ち返って日々の生きている世界をありのままとらえる視点が必要であろう。そのためにはよく観察することである。そこから見えないものが見えてくる。現象学的還元とはそのような見方のことではなからうか。

また人と人との出会いを重視するということは,二人の関係の中で捉えていくことである。すなわち,相手に関心を持ちながら,相手が思ったり感じたりする心の動きを私の主観で感じとることができれば,相手も心を動かすようになっていく。水を流すことが母親喪失の体験として表現されているとわかったとき,津守とB夫との関係は変質し,B夫は今まで見せたことのない笑いの表情を見せた。

相手の世界からものを見て行くということは,時にはこちらの枠組みを変更しなければならないこともある。こちらの基準に相手を合わせようとするのではなく,こちらが相手に寄り添いながら,相手の志向性にまなざしを向けることである。

このような態度がとれるようになるには,自分のからだを常に開いておくことが大切であろう。自分のからだで感じたことを大事にしたい。その訓練として竹内のレッスンは役立つように思われる。

私にとって現象学的方法論とはこのような考え方である。そしてそれを背景に実践するのが臨床的態度であると考えている。

関係を生きることは本気で今起きていることに向き合うことである。反省以前の境地において必要なのは専門的知識ではなく、先入見を排したものの見方である。ロジャーズ派の人のかかわり方は専門家としてのかかわり方であり、共に関係を生きるという姿勢ではなかった。クライアントという以前に人間として、相手の世界にどこまで身を投じることができるかが問われているのである。これはまさに人を愛する行為と同じである。私はロジャーズ派の人を批判しているのではなく、自分自身の課題と考えたい。このような臨床的態度は、基本的には臨床家の人間観によって培われていくものである。

#### おわりに - 問われる人間観

竹内(1990)は「私が、ほんとに私であるとはどういうことか、ほんとに他者に触れるとはどういうことか、人間として生きるということは、ほんとうにこれでいいのか」という「問いかけ」を深めるためにレッスンを行っているという。人間をある枠組みから捉えるのではなく、人間を人間としてそのまま受けとめている。

津守(1997)は、「理解するとは、自分が変化することであって、相手を自分の期待に沿うように、あるいは知識の網の目に入れるように変化させることではない」と述べ、「相手も私も、それぞれ、自らの人生を生きる者として対等である」という認識に基づいて実践している。自分の理解の仕方が変わると相手の視点が見えてくる。自分が多様な世界に開かれていること、心の枠を広げることの大切さを述べている。

また伊藤(2003)は「～すること(doing)ではなく、あること(being)」に絶対的価値を認めるという人生観のもとで臨床活動に取り組んでいる。カウンセラーに望むこととして、「誠実であってほしい、謙虚であってほしい、質素であってほしい、思慮深くあってほしい、そして仁愛の精神をもってほしい」と心理臨床家のあるべき姿について語っている。

今回何らかのかかわりがあった三人の先達を選んだが、この三人の背後にある人間観が私の臨床家としての指針となっている。面接 interview ということが「互いに見る」という意味であることから明らかなように、一方的なものではなく、治療者がクライアントを見ることはクライアントから見られていることでもある。したがって心理臨床場面では治療者の取り組む姿勢が問われているのである。相手とどこまでかかわれるか。治療者の真剣なまなざしが相手に通じたとき、相手は変化するだろうし、このようなかかわりが治療的な意味をもつと考えられる。

もちろん、具体的な臨床場面では相手との関係のなかで柔軟に対応していかなければならないだろう。精神疾患の患者であれば、時にはあまり相手の内面に触れない方がよい場合もあるのかもしれない。統合失調症患者に自閉を勧める考え方もある(松尾, 1987)。シュヴィングは患者の傍らで何も語らず、静かに沈黙していた。治療者が傍らにいて沈黙しているだけでも、実際は治療的意味をもっている。時間を共有しながらそこで感情的な共振が起こっているのである。相手にコミットするとは、相手の気持ちに沿ってかかわることで、相手の世界に侵襲することではない。

最近、明証(evidence)にもとづく臨床心理学が提唱されているが、心理臨床の世界は個別的であり、しかも相互主観的なかかわりが影響しているため、統計的な証拠だけではとても対応できないだろう。臨床家の取り組む姿勢が治療では大きな意味をもっており、このような臨床的態度を学ぶためには現象学的方法論は意義あるものと考えている。

注1) ロジャーズとブライアンの面接の一部を抜き出してみると、  
「カ。 ウムウム。そしてそれは、以前よりももっとあなたを苦しめるようになっているのでしょうか？ それとも、以前と変わらないのですか？」(p.8)

「カ<sub>29</sub> あなただったら、エイト 今日はやめますけど、あなたが考えられたらと思う問題があるのですが、それらの否定派の投票者たちは何者なのですかね？」(p.29)

という質問があったり、

「カ<sub>99</sub> すると、この神経症に対する攻撃を憤慨しているものこそこの神経症であって あなたではないんですね、この神経症に対する攻撃を憤慨しているのは？」

ク<sub>99</sub> それはどういうことなんですか？ もういちど？」(p.51)

「カ<sub>130</sub> とっても多くのことがその領域で起こりうると思いますね。それがどんな方向をとるかをほんとうに決定するのは、あなた自身の経験や感情だと、わたくしは思うのです。そのような質問を思いつかせたものは何なのですか？

ク<sub>130</sub> (沈思) 先生は今何をおききになったんですか？」(p.62)

「カ<sub>169</sub> そのお、あなたはですね、あなたがそれらの否定的な力にスポットライトを向けることができるにつれて、とても進歩されると思いますね。」(p.80)

以上のように、クライアントを急き立てるような働きかけをしたり、明確化するより解釈を与えるようなかわり方をしている場面が散見される。

注2) ロジャーズがリンの気持ちに寄り添って面接している場面の一部抜き出すと、以下のようになる。(後半の訳は、三國牧子による。)

R38: Mhm, hmm. (Pause 6 seconds) There is a feeling there that changing yourself to play a new piece or getting into this experience is something for you that's slow and difficult and like changing yourself.

L39: Yeah. And then I have great moods of depression. I don't know I haven't had any since I've come down here at least not very...one or something but I have tremendously depressed moods. I think those are when I come...when I just lose...I've been going in circles for a long, long time or something and uh, I, I just don't have any clear vision at all. Maybe I get depressed about that. I don't know.

R39: So you don't feel that you understand them, though maybe it's when you've been going in circles for a long time. But at least there are times when you just feel terribly down.

L40: Mhm, hmm. It's tired in with the...when I was in high school I was able to think quite clearly and I fortunately I can still remember the experience. And now when I can't about anything, (R: Mhm, hmm) school. Reading a book is more or less a matter of just reading the words and letting it soak in. It's not read from very much of a critical approach. I don't think the way I used to. And that bothers me too.

R40: It's sort of a feeling that, "where I used to be pretty clear (L: Yeah) and sharp and now I'm confused and..."

L41: Yeah. (Pause 6 seconds) That's it. Exactly. And consequently I feel that I bungle everyday... (R: Mhm, hmm. Mhm, hmm) uh, things because um, I'm not able to think or something. (R: Mhm, hmm) If I thought clearly...(inaudible) it would come out better.

R38: (6秒沈黙) そこにある気持ちとは、新しい曲を弾くために自分を変えたり、この新しい経験をする事は、あなたにとってはゆっくりで、難しい事で、あなた自身を変えるような事なのでしょうか。

L39: はい。そうなると、ひどく憂鬱になります。ここへ来てから少なくともそうだったかどうかは分かりませんが、ものすごく憂鬱な気分を抱えています。ここに来て...ちょうど失って...長いこと堂々巡りしていて、どうして良いか分からなくて。たぶんそれで憂鬱なのです、よく分からないけど。

R39: あなたは分かっていると思っていないのですね。でも、それはたぶん長いこと堂々巡りをしていた時の事。でも少なくともひどく気持ちが沈んでしまう時があるのですね。

L40: ええ、...と絡み合っていて...高校の頃は、かなりはっきりと物事を考えられて、幸運なことにそういう経験はまだ覚えています。でも今は学校の(R: うん)ことについては全く...。本



を読んでいても、ただ字面を追っていて、内容はゆっくり分かっていく。批判的視点では読めないです。以前のように考えられないのです。私のいらいらの原因です。

R40:それは「以前はかなりはっきりとしていて、頭の回転が良かったのに、今は混乱して…」という感じでしょうか。

L41:はい。(6秒沈黙)そうです。その通りです。結局毎回しくじってばかりだっただけで感じるんです...(R: うんうん)だからえーっと...考えることができてなくて,(R:うん)もしはっきりと考えられたら...(聞き取れない)...もっと良い結果が得られたのに。

ロジャーズはThere is a feeling there that~とか,It's sort of a feeling that~と気持ちに焦点を当てており、クライアントもI feel that~と自分の気持ちを語るようになっていく。

注3) それではカウンセラーはクライアントに対してどのような態度をとったらよいのか。ロジャーズはactive listeningといって「聞く」という技法を強調する。これに対して、フロム・ライヒマンはto be able to listen(聞くことができるということ)を基本としている。つまり、聞くことができるかどうかというそのひとのありよう、存在の仕方そのものを問題にしている。ブーバーもロジャーズの受容に対して、確認が重要であることを指摘している。それはアブリアオリの世界を受容することではなく、それをアポステリアオリに転換する必要があるという。

ロジャーズは受容的な態度をとってれば、クライアント自身が自分のあるべき方向性を見出していき、というように考え、先のことには言及していない。しかし受容すれば本当にクライアントは自分ひとりで方向性を見出せるのか。やはりそこにカウンセラーの態度が何らかの形で反映されているのではなからうか。カウンセリングではこの微妙な臨床家の態度が、決定的な意味を持つように思われる。

注4) ロジャーズの発言を引用すると以下ようになる。

「私がセラピストとしてうまくいっている時には、検査者や科学者としてではなく、私という人間が主体的にその関係の中に入っているように感じます。もし、もっとうまくいっている時には、何かしら、その関係の中で、私が比較的、統合されている、あるいは、透明になっているといった方がいいかもしれません。たしかに、私の生活のいろいろの側面の中には、そのような関係の中に入ってこないものもたくさんあります。しかし、そのような関係の中に入ってきたものは透明であります。そこでは、何も隠されていません。また、そのような関係の中では、相手の人が、その人のままであることに対して、心からの喜びを感じるのであります。私はそれを受容(acceptance)とよんでいます。受容というのは適当な表現だとは思いませんが、ここで私が意味しているものは、相手が、現在感じている気持ちや、現在取っている態度そのものに、また相手の現在の姿そのものに、なっているということに私が喜びを感じているということです。さらに、そうした関係の中で私にとって重要だと思われるのは、その瞬間に、相手の人が自分自身の経験している事をどのように受け取っているか、その人の経験の受け取り方をはっきり見ることができ、真に彼の立場に立って見ることができるということです。」(p.146-147)

相手(クライアント)が自分の悩みを率直に語るという状況の中で、「心から喜びを感じる」というセラピストは、果たして相手の気持ちを真に受けとめている人なのだろうか。ロジャーズはクライアントの語る内容を真剣に考えず、表出された感情面のみに関心をはらっているように思われてならない。

ブーバーはその後、次のように述べている。

「ある人があなたに助けを求めてくるということにしましょう。この状況で、あなたの役割と彼の役割とは、明らかに本質的に違っています。相手の人があなたに助けを求めにやってきているのであって、あなたがその人に助けを求めのためにきたものではありません。あなたは、とにかく相手を助けることができますのです。相手の人は、あなたにいろいろの事をする事ができるかもしれませんが、しかし、あなたを助けることはできません。これだけではありません。あなた

は相手の人をありのままに (really) 見えています。あなたは決して間違えることはないとは申しませんが、あなたがちょっとおっしまったように、相手の人があるがままに見ておられるのです。相手の人は、とても、そんなようには、あなたを見ることはできません。それは、程度の差ではなく、見方が全然違っています。...あなたがその状況で取っておられる態度は、当然、相手とは違った態度であるはずで、あなたは、相手ができないような事をする事ができるのです。あなたは相手と対等ではありませんし、対等ではあり得ないのです。」(p.148-149)

注5) グループに参加する人の動機づけも影響しているだろう。エンカウンター・グループは「癒し」を志向しているように思われるが、私は「実存の覚醒」に関心が向いていたように思う。エンカウンター・グループもIPRも同じような構造であるが、どこに意味を見出すかは参加者によって違うのではなかろうか。

注6) クライアントが心理的な悩みを解決することは彼の生き方にも影響を与えるだろう。単に適応性を身につけるだけではなく、改めて自分が生きていることの意味を考えるようになる。治療者はそのような場に立ち会うことになるわけで、それを受け止めるだけのものをもっていなければならない。それは専門的な素養ではなく治療者の人生観であろう。臨床家はスピリチュアルな問題にも目を向ける必要があると思う。

#### 文献

- 早坂泰次郎 (1994): 関係性 の人間学 川島書店  
堀 淑昭 (2000): ロジャーズと私のカウンセリング - 主観主義とエンパシーを巡って - 氏原 寛・村山正治共編: ロジャーズ再考 - カウンセリングの原点を探る - 培風館  
市川 浩 (1989): 私さがし と 世界さがし 岩波書店  
伊東 博 (1983): ニュー・カウンセリング 誠信書房  
伊藤隆二 (1980): 育つということ 柏樹社  
伊藤隆二 (1990): なぜ「この子らは世の光なり」か 樹心社  
伊藤隆二 (1998): 「こころの教育」とカウンセリング 大日本図書  
伊藤隆二 (1999): 人間形成の臨床教育心理学研究 - 「臨床の知」と事例研究を主題として - 風間書房  
伊藤隆二 (2002): 続人間形成の臨床教育心理学研究 - 愛と祈りの「人格共同体」を願って - 風間書房  
伊藤隆二 (2003): 問主観カウンセリング - 「どう生きるか」を主題に 駿河台出版社  
河合隼雄 (1986): 心理療法論考 新曜社  
鯨岡 峻 (1999): 関係発達論の構築 ミネルヴァ書房  
Kwant, R.C. (1991): Seeing and Painting. 箱根アカデミーハウスでの講演  
松尾 正 (1987): 沈黙と自閉 - 分裂病者の現象学的治療論 海鳴社  
光元和憲 (1997): 内省心理療法入門 山王出版  
宮本忠雄 (1965): 精神病理学における時間と空間 井村恒郎・懸田克躬・島崎敏樹・村上 仁編: 異常心理学講座 10 精神病理学 4 みすず書房  
森上史朗 (2001): 津守保育論に学ぶ 発達, 第88号  
西村ユミ (2001): 語りかける身体 - 看護ケアの現象学 ゆみる出版  
野口三千三 (1972): 原初生命体としての人間 三笠書房  
竹田青嗣 (2004): 現象学は 思考の原理 である 筑摩書房  
竹内敏晴 (1975a): 劇へ - からだのバイエル 青雲書房  
竹内敏晴 (1975b): ことばが劈かれるとき 思想の科学社  
竹内敏晴 (1983): 子どもからだとことば 晶文社  
竹内敏晴 (1990): 「からだ」と「ことば」のレッスン 講談社

- 竹内敏晴 (1999): 教師のためのからだことば考 筑摩書房
- 滝沢広忠 (1985): 集中的グループ経験に関する一考察 札幌学院大学人文学部紀要, 第37号
- 津守 真 (1987): 子どもの世界をどうみるか - 行為とその意味 日本放送出版協会
- 津守 真 (1997): 保育者の地平 - 私的体験から普遍に向けて ミネルヴァ書房
- 津守 真・本田和子・松井とし・浜口順子 (1999): 人間現象としての保育研究 - 増補版 光生館
- Rogers, C.R. (1942): Counseling and Psychotherapy Newer Concepts in Practice Part ; The Case of Herbert Bryan (友田不二男編 児玉享子訳 (1967): ロジャーズ全集9 カウンセリングの技術 - ハーバート・ブライアンの例を中心として - 岩崎学術出版社)
- Rogers, C.R. (1955): Interview with Mr. Lin (三國牧子 (2005): ロジャーズ再考 未発表のビデオから. 日本人間性心理学会第24回大会自主企画)
- Rogers, C.R. (1957): The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95-103. (伊東博編訳者 (1966) ロジャーズ全集4サイコセラピの過程 岩崎学術出版社)
- ロジャーズ C. R. 友田不二男編訳者 (1967): ロジャーズ全集11 カウンセリングの立場 岩崎学術出版社
- ロジャーズ C. R. 友田不二男他編訳者 (1967): ロジャーズ全集12 人間論 岩崎学術出版社
- Schwing, G (1940): Ein Weg zur Seele Des Geisteskranken, Rascher Verlag (小川信夫・船渡川佐知子訳 (1966): 精神病者の魂への道 みすず書房)
- van den Berg., J.H. (1972): A Different Existence. Duquesne University Press (早坂泰次郎・田中一彦訳 (1976): 人間ひとりひとり 現代社)
- von Uexküll, J., Kriszat, G. (1934): Streifzüge durch die Umwelten von Tieren und Menschen, von Uexküll, J. (1940): Bedeutungslehre (日高敏隆・野田保之訳 (1973): 生物から見た世界 思索社)
- 鷲田清一 (2004): 看護学と哲学をつなぐもの. 愛知医科大学大学院看護学研究科開設記念特別講演会での講演

## A Study on Methodology in Clinical Psychology

TAKIZAWA, Hirotada

### Summary

Based on my own experience, I have suggested that phenomenological methodology is useful for cultivating clinical attitudes. To understand a person is to understand the world in which the person lives. It is necessary for us to see the person's world as it is, without prejudice. It is the inner world that a person experiences with a sense of reality. In the psychological clinic, when a therapist meets a client, it is important for both to talk with each other, have a close relationship, have sympathy for the other's inner world, share it, and understand it. For this purpose, it is necessary for a therapist to be able to feel the clients' feelings through the therapist's own body. This implies that a therapist is expected to interact with clients as seriously as possible. Undeniable, the life-style of a therapist has a great influence on therapy.

Key words: phenomenological methodology, clinical attitude, intersubjectivity, prereflectively, body

(たきざわ ひろただ 本学人文学部教授 臨床心理学専攻)

- \* 本論文の pdf ファイル化に伴ってページおよび行数に若干のずれがあります。  
印刷された紀要論文が正規版となりますので必要な方は別刷りをご請求ください。