

ENCOUNTER

出会いの広場 No.17 1993.12

特集・パースン・センタード・ アプローチの各国の動向

●特集・パースン・センタード・アプローチの各国の動向

特別寄稿 社会的葛藤の解決……………アルベルト・セグレラ

嵐をこえ、芽ぶき始めたベトナムのPCA

……………トティ・アン

アメリカのエンカウンター・グループ……………伊藤 義美

日本人間性心理学会第11回大会自主企画シンポジウム報告

企画の趣旨……………増田 實

第2回来談者中心及び体験過程療法国際会議に参加して

……………村山 正治

PCAフォーラム報告……………畠瀬 直子

わが国のPCAの動向……………高松 里

フォーカシングと体験過程療法の視点から……………田村 隆一

指定討論者のコメント……………倉戸ヨシヤ

●メッセージ・私の声

接心・ヨーガ的カウンセリング……………土江 正司

Yさん、そしてAさんへの感謝状……………阿野 和子

●連載

エンカウンター・グループでは何が起ころのか(2)…福井 康之

●書評

村山正治他編『エンカウンター・グループから学ぶ』

……………岩村 聡

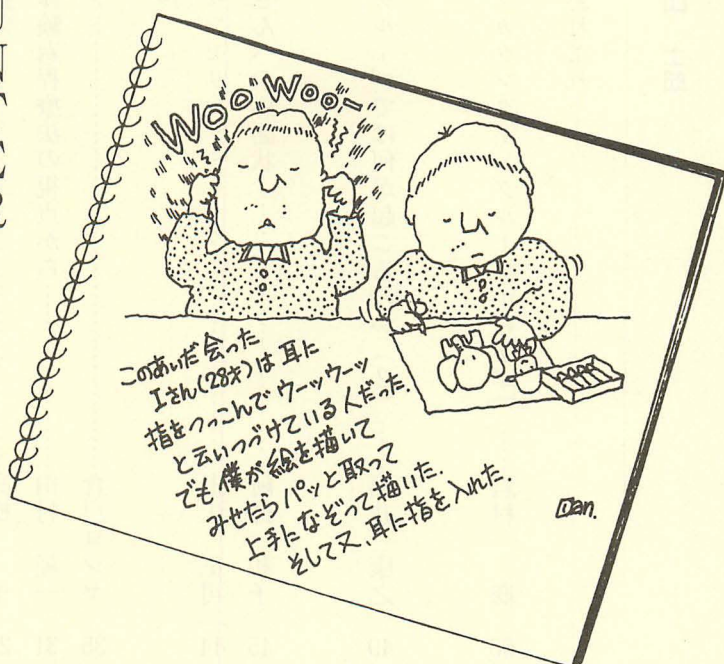
●おしらせ・情報・あれこれ

目次

出会いの広場

No.17

ENCOUNTER



■特集・パースン・センタード・アプローチの各国の動向

特別寄稿 社会的葛藤の解決……………アルベルト・セグレラ 1

嵐をこえ、芽ぶき始めたベトナムのPCA……トティ・アン 5

アメリカのエンカウンター・グループ……………伊藤 義美 8

日本人間性心理学会第11回大会自主企画シンポジウム報告

企画の趣旨……………増田 實 14

第2回来談者中心及び体験過程療法国際会議に参加して……村山 正治 17

PCAフォーラム報告……………畠瀬 直子 22

わが国のPCAの動向……………高松 里 28

フォーカシングと体験過程療法の視点から……………田村 隆一 31

指定討論者のコメント……………倉戸ヨシヤ 35

■メッセージ・私の声

接心・ヨীগ的カウンセリング……………土江 正司 44

Yさん、そしてAさんへの感謝状……………阿野 和子 45

■連載

エンカウンター・グループでは何が起ころのか(2)……………福井 康之 49

■書評

村山正治他編『エンカウンター・グループから学ぶ』……………岩村 聡 60

■お知らせ・情報・あれこれ

特集

パースン・センタード・アプローチの各国の動向

特別寄稿

● 社会的葛藤の解決

アルベルト・セグレラ

ファシリテーターの特性と機能

①プロモーター自身が、私生活でも専門家としても内面的にも対人関係においても、人間尊重の生きざまを深く経験していることが、まず第一に求められると思う。その経験が他者との関わりにおいて、一致・受容・共感をもたらすのである。私は、このことが体験の核にあるという事実が、PCAの原理と応用の実践や専門家養成を豊かにする上で計り知れない利点を与えていると考えている。特に、対人関係、グループ・プロセス、そして社会的葛藤の解決に対する

押しつけがましくない技法になっている。

②研究や実践の紹介も必要である。また、広い範囲のさまざまな異なる価値観や形態も紹介される必要がある。

③通訳が十分になされて、参加者がその場で話されていることを可能なかぎり把握していることが役立つ。理想から言えば、ファシリテーターがこの役をできることが望まれる。実際には不可能な場合が多いが、その場合でも、ファシリテーターは通訳者と密接な協力関係にしなければならない。

④私の考えでは、人間発達プロモーターは、促進的な雰囲気を作り出し、自己探求の押しつけがましくないモデルを提供し、自由に

熱心な参加姿勢を体现させることが必要である。また、個人と個人、あるいは集団間の葛藤や緊張を克服し、人間発達の最良の人間の資源としての自己を示しつつ参加することが望まれる。

⑤社会的葛藤解決プロジェクトでは二名以上のファシリテーターが必要である。また、ファシリテーターは予定のスケジュール以外でも参加者と関わり、自然発生した集いに参加し、流動的プロセスに柔軟に従わねばならない。

社会的葛藤とは？

カウンセリング研究で見いだされたPCAアプローチが解決力を与える葛藤状況の第一の特徴は、集団成員間の不一致である。「私が正しくて、きみは間違っている」というかたくなな確信。そして、疑惑と不信が渦まいている。

この状況にあつては、ひとりひとりの成員の可能性が開花し、実現していくことが克服に向かう土壌となる。ひとりひとりがユニークで多種多様な形で自己を実現していくわけである。

PCAアプローチの要となるグループは、人間発達を提供する道具と言える。社会的葛藤の解決には、一個人が人間として成長することが非常に重要である。グループはそのための機関として大きな力を持っている。人間性発達の面からは、エンカウンター・グループ、グループ・カウンセリング、成長促進的教室運営が挙げられる。組織における人間成長の面では、チーム・ビルディング、チーム・プランニング、そして地域に於ける人間発達援助が、社会的葛藤解決プロジェクトである。

プロジェクトの構成は、ひとりひとりの感情、自己決定を尊重するなら非構成にならざるを得ない。しかし、オープン・ストラクチャーとしての枠は必要であり、スケジュール・時間設定・開催回

数・場所・参加費などは決めておかねばならない。

その他の留意事項

機能について

不必要な混乱を避けていくためには、つぎの事項が留意されねばならない。

①組織づくり

考えをふくらませ、デザインし、実現可能な形に整える。

②集会の召集

葛藤関係にある代表者をえらび、出会わせる能力が必要。

③外交能力

葛藤の解決に結びつくような、そのグループとしての公式の考え方を明確にできるように集団としての意志決定を促していく。

④促進機能

人間性の発達。人間性の開発を促進できる。

⑤参加機能

プロセス全体が建設的なものとなるには、ひとりひとりが真実であり、受容と共感が可能で、そこにいる人々から影響を受けつつ参加することが大切である。

⑥論理機能

プロジェクトを実行に移すために必要な現実的かつ詳細な決定事項をひきうけていく。

合意、伝達について

プロジェクト実現には、複数の人間と複数の組織の協力が不可欠である。そこで、共に力をわかち合う人々の間で明確な合意があるか否かが、成功を左右する。特に、かわる人々が方向を見失わないために重要である。プロジェクトを支えるスポンサー団体が複数の場合も、開かれた流動的伝達を常に維持していかなければならない。

葛藤の明確化

社会的葛藤の解決にあたって最も重要なのは、葛藤そのものの特定と葛藤関係にある集団の特定である。プロジェクトはそれらすべての解決をめざすわけではないが、プロジェクトを推進していく役割にある人々は、葛藤の内容については細部まで把握していることが必要である。

目標と参加者の決定

プロジェクト推進の方法とは次元が異なるが、葛藤の解決に貢献しつつあるという希望を予見して真に自己投入しているか否かが重要な点である。目的の共有が出来ているかが鍵である。組織者への依存的期待が生じないためには、参加者が目的に対する明確で現実的な認識を持っていることが必要である。

最終的な決定は二つの国の責任者間でなされることになる。あるいは、敵対するストリート・ギャングのリーダー間、大臣や代議士達、人気のあるリーダーやジャーナリスト、人気のあるギャングのメンバーの場合もある。それでも、そこに到るプロセスでの人々の会合の重要性ははかり知れない。

そこで、直接関わりのないメンバーの参加は避けた方がいいし、深い関心のない傍観者の参加も避けた方がいい。また、葛藤する集団を真に代表しているような人が参加していないなら、社会的葛藤の解決にいかん力を尽くそうと、仲介者の労をとる人々が感謝されることは少ない。

情報の徹底

葛藤解決プロジェクトに参加するということは、ひとりひとりとって全く異なる体験である。全員に同じプロジェクトの説明書をあらかじめ郵送しておくことが役立つ。これは、誤解を生じさせないだけでなく、参加者が安心してリラックスしてスタートできるという利点もある。

特に、メンバーが自主的に参加しているわけではなく選ばれたために来ていることも多いので有効である。このガイドラインのなかで、プロジェクトが開かれた構造を持ちメンバーが変えていけること、ならん規制を持たないのが特徴であることなどを明確にするわけである。

グループ・プロセスの特徴

①通常のエンカウンター・グループに比較すると、グループ形態の変更を受けとめる頻度が高い。

②プロセスに影響しようとしなないことがファシリテーターにとつての挑戦課題であることを、小グループでよく体験するが、葛藤解決プロジェクトでは、全体グループでそのことが課題となる。思いもよらない形で、集団の英知がほころびだしてくる。

③知的発言は感情のこもった発言より効力がないと断定せずにプロセスに役立てることが有効である。

④ヒエラルキーや権力に対する扱い方が非常に異なるが、それを敬愛すること。文化的違いを、相互に尊重すること。

⑤予定になかった楽しい集いや発生したサブ・グループなどを、正常なプロセスとして受け入れること。

これらの小さな要素が、社会的葛藤解決人間発達プロジェクトのすべてを表している。私たちの発見がPCAの対人関係理論に統合されていくことを願っている。

(文責 島瀬直子)

*

アルベルト・セグレラさんについて

アルベルト・セグレラさんは、キューバ生まれのメキシコ人心理学者。私たちには遠い国、中南米。利害の対立する集団間では相互の生命の抹殺が日常的に生じている。中南米でPCAに関わる専門家の口からは、両親は兵士に殺されたなど、私たちには実感することのむずかしい体験が飛びだしてくる。セグレラさんもそのひとりで、ロジャーズさんがピース・プロジェクトさせた時からの仲間である。なまなましい問題が山積するなかで、懸命に働く彼の言葉は、私たちに二十一世紀の課題をひしひしと伝えてくれる。セグレラさんにとっては、ファシリテーターは人間発達に取りくむプロモーターである。

セグレラさんから送られてきた論文をままとめていると、陽気な彼の外見とは次元の異なる真剣さが伝わってくる。私の脳裏に、中南米で文化を築いて人間史を生きていた人々が、いやおうなく混血人種となり、しかも父なる国ヨーロッパからは冷たく差別されてきた苦悩を陽気な音楽で癒しながら生きている姿が浮かびあがってきた。その現実に出会ったのは、一九八二年、メキシコ。セグレラさんに出会った年である。

昨年、オランダで、「アマゾンのジャングルから出てきたのかな——」と思うようなブラジル人心理学者と知り合いになった。私は、これらの人々に妙にもてるのである。どうも、白人にピシャッと物を言うかららしい。日本に行くというので、わが家に泊めることにして戻ってきた。十二月、インドにいる彼から手紙がきた。「日本の

冬は寒いから無理だと友人に言われた。僕は冬というものを知らないし、服もない。でも、かならず日本に行きたい。」

今年是世界先住民族年。彼らがロジャーズ理論にアイデンティティーのより所を見いだしていることを、天国のカールは知っているのだろうか。

私は、アマゾンの大学で仕事する友をかならず日本につれて来ようと思う。みなさんに会ってもらおうと思う。その時は力を貸してください。

セグレラさんに連絡をとりたい方は、左記へ。

Alberto S. Segre
Universidad Iberoamericana
Prolongacion Paseo de La Reforma 880
Colonia Lomas de Santa Fe 01210 Mexico, D.F.
Mexico

特別寄稿

● 嵐をこえ、芽ぶきはじめてたベトナムのPCA

トティ・アン

日本人間性心理学会の招きで来日できましたことを心から感謝いたします。私は、まず恩師カール・ロジャーズへの敬愛の気持ちを表すところから話しはじめたいと思います。

彼と共にいると、だれもが自分自身になりました。それは、彼が防衛的でなかったからです。彼は、人々と人生とをその瞬間で受けとめました。自由に、新しい空気でつまれて、ありのままに受けとめました。

一九八六年の秋、ソヴィエトの心理学者の招きでモスコを訪れ、ロシアに応用心理学会設立の動きを作りました。ここに、二人の心理学者がしたその時の印象があります。「地上には知性のすばらしさで抜kindでた人がいますが、ロジャーズは人格の面で抜kindでています。私たちは、はじめて、内面的に自由な人に会いました。自分自身にも、他者にたいしても真に一致した真実さに出会いました。」

激動の歴史

一九七二年～一九七五年

私は、ヒューマニスティック心理学を紹介する希望を持って、七年の夏、ラ・ホイアを離れサイゴンにもどりました。そして、サイゴン大学教育学部で学部生と院生にHP心理学の講義をスタートしました。当時紹介したのは、ロジャーズ／On Becoming a Person, Freedom to Learn／アブラハム・マズロー／Toward a Psychology of Being／フランクル／Man's Search for Meaning／ロメイ／Love and Will／エリック・フロム／The art of Love, Escape from Freedomなどです。

学生達の反応は、「新しい風が吹いてきた……。人間は豊かで、人生には価値があるフランス流の実存主義とアメリカ流の合理主義で

かためられ希望が見いだせなかった論理の世界に新しい窓がひらいた」というものでした。

各学期ごとに三日間のE・Gを行いました。精神と心の満足を学生達は味わいました。社会的圧力と形式主義からの開放を体験したのです。そして、「儒教とロジャーズ理論」「ヒューマニスティック心理とタオイズム」などの論文が生まれました。これは、二年間だけでした。

一九七五年―一九八五年

革命と南北の統合が起こりました。この後十年間は、マルキシズムとレーニン思想だけが教えられました。モスクワの心理学だけがやってきました。リラクソスの条件づけ、行動主義、教育心理学などです。サイゴン大学の教授陣はマルクスとレーニン理論の集中的トレーニングを受けさせられました。私たちは外国語を教えるために雇われました。私は、心理学ではなく英語を教えました。夜のようでした。真っ暗でした。

一九八五年―一九九三年

それから十年後の一九八五年、心理治療を精神科病院でするように言われました。患者のための治療と精神科医のトレーニングが仕事です。これに従事しながら集団治療をすることができました。エンカウンター・グループはできませんでした。集団は六名以下でないと許されませんでした。精神科での集団治療で精神科医を教育しました。この経験は、人々の緊張を解くために非常に役立ちました。三〇年におよぶ戦争体験から抜け出す唯一の援助でした。私はこの仕事だけができたのです。カウンセリングを教えることは許されませんでした。

こうして、私は心理学の再建にとりかかりました。友人を招きな

がらヒューマニスティック心理学を学び始めたのです。学生一五名のグループで、週一回、午後集まりました。ドラマ・セラピー、ファミリー・セラピーなど様々のものを学んでいます。八年間、毎週続けています。

一九九〇年頃になると、私たちは強くなり、ベトナム心理学会にサマー・セッションを開くよう要望しました。PCA精神に基づいた、教師、看護婦、医者、学生を想定したグループ・ワークショップを要望したのです。四年間、毎年開いています。週二日、午前中に三時間のセッションを五週間、合計三十時間行います。これは、とても喜ばれています。一九九〇年のテーマは心理療法一般、一九九一年はファミリー・セラピー、一九九二年は来談者中心カウンセリング、一九九三年はソーシャル・スキル・トレーニングです。一〇〇名のグループを二回行いました。

これには共産党員も参加していて、衝突や対立もありました。対立点は三点です。社会階層を明確にして友人と敵を区別せねばならないのに、積極的関心や無条件の関心では逆である。自己を防御するために他人の考えを信頼してはならないのに、PCAでは共感を重視する。自己一致するのではなくて、党に従わねばならない。私の友人は、「トティ・アンは、二人のカールの間で引き裂かれているね。カール・マルクスとカール・ロジャースと。」と言って笑います。

ベトナムの人々がエンカウンター・グループを喜ぶのは考えていた以上です。非人間化が広がり、暖かさとか、開かれた信頼感などに飢えているのです。

人間尊重の体験はひとりひとりを力づけます。人々を結びつけます。今、私たちの社会は、道徳の説教や押しつけがましい評価が満ちていて、安っぽい助言を押しつけ、他者を変えよう、考えを押しつけようとしています。一九九二年に私が訳した『On Becoming a

Person”のベトナム語訳が出版され好評を得ています。

今、ベトナムには公的組織や政府の組織しかありません。私たちは、週一回、一五名のエンカウンター・グループを持ち始めました。政府に認められた形で、ベトナム心理学会心理治療部会と呼ばれています。ヒューマニスティック心理学会とは言えないのです。私は、私たちの社会を再建するためにPCAは最も必要だと感じています。高度技術社会のもたらす非人間化を乗り越えていく必要があるからです。そして、私たちが活動しやすい状況がすこしずつ生まれています。ベトナムの人々はベトナム固有の伝統的文化に若者が引きつけられないのを心配しています。若者は人生の方向を探しています。また、私たちの社会は外国から影響を受けることに心を開きはじめました。

未来に向かって

“Freedom to Learn”と“Carl Rogers On Encounter Group”のベトナム訳が完成し、出版許可が下りています。

新学期からサイゴン大学医学部で心理学の授業が始まります。一般心理学、発達心理学、社会心理学、そしてヒューマニスティック心理学です。

私たちは、ホーチミン市に相談室を開いています。だれでも援助を求めて来談することができます。困難な状況にある子供達のための教育、結婚と家族問題、神経症の三領域が主体です。この相談室は五年前に開かれ、助手が二名いて、私が日本にいる間も働いていてくれます。

昨年からテレビ局の要請を受けて、月一回の親のための教育番組に出演しています。これからは、教育者が開かれた認識を持つことが必要です。

私が一番願っているのは、若者の能力を高めることです。現在、マニラとスコットランドに三名が留学しています。けれども、私たちはもっともっと知識が必要です。私たちの国に来て、話してほしいのです。みなさん全員を歓迎します。日本はロジャーズが広く知られています。ここに学生を送りたいと思います。

私たちは、もしも私たちの目標が生産の増大と工業化だけなら私たちの文化が失われてしまうことに気づいています。共産党は、私たちに、あらゆる価値観に先立つ人間というものを考えるうえでの要請を投げかけてきています。ですから、PCAが私たちの国にひろがる条件が整ったと言えるのです。

私は、PCAの考え方は東洋の国々に共通のあらゆる人々に対するやわらかい思い、命に対する思いと本当にとけあう思想だと思っています。ベトナムの人々は三十年にわたる内戦で心が深く傷ついています。これを癒すことができるのは、東洋の文化の基本をなされるやわらかさだと考えています。南北がひとつになって力をつけていくために、私がいまここにいることが日本とベトナムの心理学者の協力の始まりであってほしいと願います。

(文責 畠瀬直子)

● アメリカのエンカウンター・グループ

—— ウィンディ・シティ・シカゴにエンカウンターを求めて ——

伊 藤 義 美

一、シカゴ大学とロジャーズとエンカウンター・グループ

筆者は現在、文部省の在外研究員（一九九三年三月—一九九四年一月）としてシカゴ大学心理学部に来ている。シカゴ大学は、四つの Graduate Division と六つの Graduate professional school などから成っている。これまでに六十三名のノーベル賞受賞関係者を出している。心理学部は、一八九三年に Angell, J. R. によって心理学実験室として創設されたとされている。現在は、社会科学科の Division に属し、七つのコミッティ（生物心理学、認知&コミュニケーション、発達心理学、人間発達、メンタルヘルス、研究方法論&数量心理学、社会&組織心理学）から構成されている。少数教育を特徴とする、基本的には大学院大学であるが、この他に学部生プログラムも持っている。

心理療法に関係のあるファカルティは、Gendlin, E., Orlinsky, D., Freedman, D. G. などである。かつてロジャーズが心理学の教授

として十二年間（一九四五—一九五七）いた大学であり、ロジャーズによってカウンセリング・センターがつくられたところである。

このカウンセリング・センターでの活動の中でクライアント中心療法がより精練されていき、カウンセリング・心理療法の科学的研究が活発になされ、また実験的な組織運営がなされた舞台になったのであるが、今はこのセンターは跡形もなくなっている。ロジャーズと関係が深く、体験過程療法やフォーカシングで著名なジェンドリンは、心理学部の主に方法論及び数量心理学のコミッティに属しているが、人間発達、メンタルヘルスのコミッティにも属している。

ロジャーズは、一九六四年にウィスコンシン大学を辞めてカリフォルニアのラ・ホイアに移り、やがてエンカウンター・グループにかかわっていくことになる。アメリカのエンカウンター・グループ事情を、という依頼であるが、現在、アメリカでエンカウンター・グループを見つけることは可能なであろうか。確か、カリフォルニア州のトランスパーソナル研究所では必修授業としてエンカウンター・グループが行われていることが「ENCOUNTER 出会いの

広場」に載っていた。筆者は、来年（一九九四年）の一月にはUCLAを訪れる予定なので、エンカウンター・グループ運動のメッカであったカリフォルニアの現在の事情も少しはわかるかもしれない。しかしながら今のところシカゴ近辺のことしかわからず、しかもかなり限られてきてしまうことになる。この点をまず断っておきたい。

二年前の三月、第三回フォーカシング国際会議でシカゴに来た折に、地元の参加者の一人に「アメリカではエンカウンター・グループはどうなっているか。」とたずねた時、「もうやられていない。七十年代で終わった。景気が悪化して多くの人は生活に追われている。」ということだった。今回、来てみても、シカゴのダウンタウンにあるビルにも場所によつては使われていない空き部屋が見られたりするし、筆者の近くに住んでいる日本人移住者（かつてラ・ホイア・プログラムに参加したことがある）に聞いてみても、「ふつうの人びとは夫婦共稼ぎでも生活していくのが精一杯。政府の保護を受けている〇〇人は遊んでいてもいい生活をしている。逆差別だ。早く年金生活を送れる身分になりたい。」と言う。当時でも「アメリカ人にもカリフォルニアは別天地だ」と参加者が言っていたようだが、今では「カリフォルニアももうダメだ。これからはフロリダだ。」そうである。はたしてかつてのように一般の人びとが参加するエンカウンター・グループというのは存在するのであろうか。

二、心理療法の専門学校と研究所に、エンカウンターを求めて

シカゴのダウンタウンにある心理療法関係の専門学校や研究所を少し回ってみた。そういうところでエンカウンター・グループなり何らかのグループ・アプローチがとりあげられているかを調べるためでもある。具体的にはフォーカシング研究所（Focusing

Institute）、イリノイ心理学専門学校（Illinois School of Professional Psychology）、精神分析研究所（Institute for Psychoanalysis）、アドラー心理学専門学校（Adler School of Professional Psychology）、前身はアルフレッド・アドラー研究所）などである。

いずれも高いビルの中にあるが、そのビルがある場所やオフィスのスペースも関係してくるものの、第一印象としては精神分析研究所は高級そうな会員制のクラブ、アドラー心理学専門学校はやや高そうなスナック、イリノイ心理学専門学校は活気のある大衆バブ、そしてフォーカシング研究所は商売気のない飲み屋さん（？）、といったところだろうか。ちょっと誇張かもしれないが。ただしフォーカシング研究所は六月に移転した後でまた整備されていないオフィス（南ラサール通り）の印象である。移転前のオフィス（南ブレイマウス・コート）は、明るい家庭的なスナックといった感じだった。またフォーカシング研究所以外は、スクールとして組織化されているか、そうした性格が強いので比較するのはかわいそうでもある。しかしこの研究所にフォーカシングの世界の中心としての役割をはたすことを期待すると、ついこのように感じてしまう。

これらの研究所や専門学校でもらってきたカタログやプログラムを見てみると、カリキュラムや教育プログラムの中にグループ関係のものがあるのは、アドラー心理学専門学校とイリノイ心理学専門学校である。アドラー心理学専門学校でのプログラムは、Master of Arts (M.A.)（カウンセリング心理学、結婚と家族カウンセリング、薬物乱用カウンセリング、クラスルーム心理学、カウンセリング心理学、芸術療法の五種類）、Doctor of Psychology (Psy. D.)、薬物乱用カウンセリングの修了認定、アドラー派心理療法の postgraduate（修士、博士取得後）の修了認定に分かれている。この中でグループに関係する科目名は、グループ・リーダーシップ、グループ・サイコセラピーの諸理論、グループ・サイコセラピーの

スキル開発、クラスルーム・マネジメント&協同訓練 (Cooperative Discipline)、クラスルームでのパーソナルなリーダーシップ・スタイルなどある。その他、形態として小グループで行うものに、各種のスマール・グループ・スーパービジョンなどがある。

三、イリノイ心理学専門学校のパーソン・センタード・アプローチ

イリノイ心理学専門学校 (SPP) は、同じシカゴのビル内に本部があるアメリカ心理学専門学校 (American Schools of Professional Psychology, ASPP) のひとつで、他にアトランタにジョージア校 (GSP) とミネアポリスにミネソタ校 (MSP) をもっている。アトランタ校には少し違いが見られるが、イリノイ校とミネソタ校の学位とプログラムは同じである。

イリノイ校の学位とプログラムは、Graduate Degree Programが Master of Arts (M. A.) Degree in Clinical Psychology (ISPP) と Doctorate of Psychology (Psy. D.) Degree in Clinical Psychology (アメリカ心理学会認定) であり、Postgraduate Certificate Programが Clinical Psychology Respecialization Postdoctoral Program と Health Psychology Postdoctoral Program である。このうち博士コースには、六つの選択コース (子どもと家族、家族心理学、健康心理学、精神分析的心理学、心理学と宗教、性的虐待) もある。アメリカ心理学専門学校が提供しているグループに関する科目名には、グループ・サイコセラピー (二種類)、グループ・サイコセラピー (統)、アドバンスト・グループ・サイコセラピー (二種類)、アドバンスト・グループ・リーダーシップ、アドバンスト・グループ・セラピーⅡなどである。このうちグループ・サイコセラピーとアドバンスト・グループ・サイコセラピーの各一種類では、クライ

エント中心グループ療法のオリエンテーションが重視されている記述内容である。なお、グループを広くとれば、この他にカップル、結婚、家族、コミュニティをあつかう学科目があることを断っておく。ちなみに、学科目のなかにはクライエント・センタード・サイコセラピー、アドバンスト・クライエント・センタード・セラピー、アドバンスト体験過程療法、セラピー・プラクティカム・セミナー、Ⅱ、Ⅲなどが見られる。内容についての記述によると、これらの中でもグループを取り扱われているものがあるようである。

カタログ (一九九一—一九九三) にはファカルティ (これも四群から構成されている) とその主な関心領域や教授領域があり、そこにクライエント中心療法があげられている人を紹介すると、Margaret Warner, Marjorie Witty, Babara S. Temaner Brodley, James Iberg, Alice K. Wagstaff である。Witty (ノースウェスタン大学の関係) 以外は、シカゴ大学に関係があった人たちのようである。Iberg, J. は、フォーカシングについての論文も書いている人で、会ってみたいと思っていた人である。ジェンドリンと同じエヴァンストン市に住み、プライベート・プラクティスをしている聞いている。オランダからシカゴでのフォーカシングのワークショップと国際会議にきたある人と、二年前に話した時に、彼がジェンドリンの後継者となりうる人として Iberg を挙げていたことを思い出した。この他、カタログには名前が載っていないが、授業の担当をしていたり、担当者が変更になっている場合がありうる。というのも、筆者が訪れた時に秋学期の時間割を見ると、クライエント・センタード・サイコセラピーが四クラスで開かれており、担当者は McPherrin が二クラス、Iberg と Diamond が各一クラスとして名前があげっていた、からである。このようにイリノイ心理学専門学校の科目名ではエンカウンター・グループの名称を見いだすことはできなかったが、その精神や方法のエッセンスはグループ・セラピーやクライエント・センタード

・サイコセラピーの講義や実習の中に浸透して教えられているらしいことがわかったのである。

四、ウィンディ・シティを、さらに求めて

さらに人に聞き、電話帳で調べたり、問い合わせた結果、シカゴ大学のカウンセリング・センターから独立したというシカゴ・カウンセリング&サイコセラピー・センターがあることがわかった。一九七一年以来ずっとクライエント中心のカウンセリングと心理療法を提供していると言うのである。略してシカゴ・カウンセリング・センターと称していた。日本ではこのセンターの存在を耳にしたことがなかったので驚いた。現在は、ダウンタウンのループ近くに分室と、なんとシカゴ大学からそれほど遠くない南大学街にメイン・オフィスがあるという。電話でたずねた時に資料を送ると言ってくれたが、じっとしておれずにダウンタウンの分室へ出かけた。

風のなか、雨のなかを、やっつとのことと捜しだすと北ワバッシュ街にあるかなり古いビル22階に部屋を借りていた。ドアを開けると、狭い部屋で一人の若い男性がラジオの音楽をききながら雑誌を読んでいた。受付が置いてなくて、「クライエントは担当者が来るまで待っていて、用事のある人は電話をするように」とのほり紙がしてあった。どうも座っている男性はクライエントさんのようだった。奥の部屋には誰かいる様子であるが、面接中だと入るわけにはいかない。どうしたものかと思っていると、先ほどの若い男性と二、三話した声をききつけたのか、ひとりのやや年配の女性が出てきて応対してくれた。

シカゴ大学のカウンセリング・センターとかつてはつながりがあったが、詳しいことはわからないので、メイン・オフィスへ行くように言われた。徒労のような感じだった。このビルにもまったく

使われていないフロアーがあった。結局、このシカゴ・カウンセリング・センターの分室、精神分析研究所（北ミシガン街）、アドラー心理学専門学校（東ワッカー、プレイス）は比較的近いところにあることがわかったが、日本のように看板がかかっていたりするわけではないから、外の通りからはまったくわからない。

五、シカゴ・カウンセリング&

サイコセラピー・センター

シカゴ・カウンセリング&サイコセラピー・センターは、一軒の小じんまりとした家を借りてオフィスにしているようだった。ここにも受付はなく、ブラック・パースンの若い男性（インターン）が対応に出た。エンカウンター・グループのことをたずねたが通じず、集中的なグループ経験だと言うと、グループならサポート・グループを提供しているとのこと。この男性も、「スタッフも変わってるし、以前のことはわからない。」と言うので、とにかく二、三の簡単な紹介や案内の資料をもらって来た。エンカウンター・グループが通じなかったのはショックだった。死語になったのか、たんに発音の問題か、あるいは知識の有無の問題か……。

シカゴ・カウンセリング・センターは、フォーカシング研究所と同じ営利を目的としないコーポレーション（not-for-profit corporation）である。シカゴ大学のカウンセリング・センターから分かれたものであり、一九七一年以来クライエント中心のフィロソフィに基づいて、シカゴのコミュニティに、治療、インターンシップ、ティーチング・プログラムを提供してきている。活動内容は、カウンセリング&心理療法のサービス、トレーニング・プログラム、専門的コンサルティングを三つの柱にしている。

サービスとして、・個人、カップル、家族、子どものためのカウ

ンセリング&心理療法、・近親相姦の成人のサーバイバーのカウンセリング、・Masters-Johnsonが開発した原理に従った、個人とカップルのための性的機能不全カウンセリング、があてである。トレーニング・プログラムとして、・毎年開催されるクライアント中心療法&体験過程療法のプラクティカム&トレーニング・プログラム(25週間)がある。このプログラムには、毎週のセミナー、ピア・カウンセリング、ボランティアのクライアントとのワーク、スタッフとの集中的なコンサルテーションなどが含まれている。今年プログラム(一九九三、一〇〜一九九四、五)がこの十月中旬から始まるが、今回で第二十回目である。もうひとつは、・リスニング&コミュニケーションのスキルのサマー講習会(6週間)で、これは毎週のセミナー、ピア・リスニング、スタッフとのコンサルテーションなどを特徴としている。

これらのプログラムは、専門家や専門家志向でない、いわゆる一般の人びとも開かれているものである。専門的コンサルテーションは、・ビジネス、官公機関、教育施設のためのリスニング&コミュニケーション・スキルの専門的コンサルテーション、・Speakers Bureau、・セラピストへの専門的コンサルテーション、・組織の特定のニーズに合わせたワークショップ、である。センターのスタッフは、シニア・スタッフ、アソシエイト・スタッフ、インターンに分かれている。料金は利用者の支配能力(スライド料金制、保険も使える)とセラピストのレベルに基づいており、シニア・スタッフまたは登録されたサイコロジスト……一時間当り45〜90ドル、アソシエイト・スタッフ……一時間当り40ドル、インターン……一時間当り15〜35ドル、となっている。

さてエンカウンター・グループがどうなっているかという問題であるが、現在はサポート・グループが提供されている。エイズの問題、摂食異常にかかわる問題、近親相姦や性的虐待に関する問題な

どのサポート・スモール・グループである。手元にある二つのサポート・グループの案内(後者の二つで、十月から始まる。いずれもThe Women's Circleとなっていて女性向け)によると、週一回で行われる8〜9週の連続もので、一回の時間が一時間三十分である。料金は160〜180ドルであるので、一回当り20ドルになるが、支払いの援助も考慮されている。場所はループ・オフィスかメイソン・オフィスである。いずれも女性のスタッフ・セラピストかシニア・スタッフ・サイコセラピストが一人で担当するが、セラピストやカウンセラーではなくて「ファシリテーター」という名称が表記されているのが特徴である。ここではエンカウンター・グループは、サポート・グループとして、その中に引き継がれていると考えられる。

六、パーソン・センタードのフィロソフィを生命に

ロジャーズの死亡記事(ニューヨーク・タイムズ、一九八七、二、六付)の中でロジャーズがエンカウンター・グループの創始者の一人であり、エンカウンター・グループのテクニクは、今でもよく企業管理者やその他のリーダーのトレーニングに用いられていると紹介されている。滞在しているコミュニティのパブリック・ライブラリーにあるInfoTracなどの情報でも、エンカウンター・グループのインデックスはなく、グループ関係トレーニングなどを見よとの表示が出る。

一方、セルフ・ヘルプ関係の情報(書物、研究、記事、テープ、ビデオなど)は多く、テレビの深夜番組でも「psychic friend」になることを呼びかけているものがある。ネット・ワーキングでもある。セルフ・ヘルプの文献目録の数(一九七五〜一九九三年九月現在の三二七件)で見ると、一九八〇年代の半ば前後にひとつのピーク(一九八七年が最高の三五件、次が八六年の三三件、その他の八

二〇八八年が二十件代) がうかがえるようである。ジェンドリンやフォーカシング研究所も、日常生活の中に特定のパートナーシップをつくるようにと強調している。

現在、アメリカではセルフ・ヘルプ・ムーブメントが起き、まだ広い領域で続いているようだが、これとグループが結びついて、セルフ・ヘルプ・グループになっている。グッドマン、G. (UCLA) は、二年前(一九九一、七)のスコットランドでの国際会議で、「あなたのセルフ・ヘルプ・グループは、エンカウンター・グループが発展したものか。」との筆者の問いに、「いや、新しい心理学だ。」と答えていた。エンカウンター、サポート、あるいはセルフ・ヘルプであれ、また授業やトレーニングなどに用いられようと、例えばその名称、目的、形態、用い方が変わっても、そこにパースン・センタードのフィロソフィのエッセンスが流れていればこだわることもないだろう。姿形は変わっても、そこそが生命の源であると考えられるからである。いや、フィロソフィを含めて、より意味のある何かが生き残り、誰が言い出した、どこで生まれたということにかかわらず、世界共通の、人類共通の財産になって引き継がれていくのだろう。

文献

アドラー心理学専門学校編 一九九二 アドラー心理学専門学校校
タログ・一九九二―一九九四及び入学情報案内

アメリカ心理学専門学校編 一九九一 アメリカ心理学専門学校
(ジョージア校、イリノイ校、ミネソタ校) アカデミック・カタ

ログ・一九九一―一九九三

Bradburn, N. M. 一九七四 The Chicago school of Psychology
and the New Department of Behavioral Sciences. [シカゴ大学行
動科学部(当時)の大学院入学生に語られた学部長の講話]

シカゴ大学人間発達コミッティ編 一九六五 人間発達コミッティ
の小史——コミッティの二十五周年を記念して——

シカゴ・カウンスリング&サイコセニビ・センタール編 一九九三
センタールのしおり、第二十回(一九九三年度)プラクティカムの
案内、サマー・インスティテュート(一九九三年度)の案内及び
サポート・グループの案内

フォーカシング研究所編 一九九三 フォーカシング研究所カレン
ダー(一九九三年度)及び各種のワークショップの案内

Kirschenbaum, H. 一九七九 On Becoming Carl Rogers. New
York: Delacorte Press.

ニューヨーク・タイムズの死亡記事『心理療法のリーダー、カール・
Rロジャーズ死す。八十五歳。』一九八七 ニューヨーク・タ
イムズ・伝記サービス一八(二)、九六―九七。University
Microfilms International. (一九八七年二月六日付の死亡記事。死
亡は二月四日(水)の夜、心臓発作による。)

精神分析研究所(シカゴ)編 一九九二、一九九三 精神分析研究
所(シカゴ)所報、精神分析的教育プログラム・カリキュラム・
一九九二―一九九三、精神分析的心理療法のパイロット・プログ
ラム・一九九三―一九九四及びメンタルヘルス専門家の卒後教育
プログラム・一九九三―一九九四

・いとうよしみ
名古屋大学情報文化学部

《日本人間性心理学会第十一回大会自主企画シンポジウム報告》

ロジャーズ後のパースン・センタード・アプローチ（PCA）

——各国およびわが国の動向——

●企画の趣旨

増田 實・野島 一彦・穂積清美

これは、一九九二年十一月六日（金）に日本人間性心理学会第十一回大会（東京大学）で開催された自主企画シンポジウム『ロジャーズ後のパースン・センタード・アプローチ（PCA）』の記録である。このシンポジウムは、次の人たちと多数の参加者によって行なわれた。企画者Ⅱ野島一彦（福岡大学）、穂積清美（池袋カウンスリングセンター）、増田實（東京家政大学）。司会者Ⅱ野島一彦、増田實。話題提供者Ⅱ村山正治（九州大学）、畠瀬直子（滋賀大学）、高松里（九州大学）、田村隆一（福岡大学）。指定討論者Ⅱ倉戸ヨシヤ（鳴門教育大学、現在は大阪市立大学）。

一、はじめに

『人間関係研究会』（一九七〇年発足）は「エンカウンター・グ

ループというアプローチを中心として、人間と人間関係の問題の根源に迫る、と同時に、従来の不適応対象のニュアンスの強い「カウンスリング」のイメージを越え、一般人、家族、学校、地域、組織などの人間関係改善と成長促進という、広範な領域を想定して」（村山正治他編著「エンカウンター・グループから学ぶ」九州大学出版会、一九九一、pp.四）その研究と実践をすすめているが、昨年（一九九一年）は発足二十周年の一環にも含めて、本学会での自主企画を提供してきた（自主企画D「わが国における来談者中心療法（CCT）／パースン・センタード・アプローチ（PCA）の発展と評価」参照）。〔注：この記録は、「ENCOUNTER 出会」の広場」No.十五、一九九二、九 pp.一—二十六に掲載されている〕

この自主企画も、前記三名の企画にはなっているが、実は、この研究会の意志がその背後に込められており、前年の企画の継続・延

長としての意味が含まれているのである。

カール・R・ロジャーズは、一九八七年二月四日にこの世を去ったが、その死の突然の報に接したとき、耳を疑うほどの驚きがあった。「パースン・センタード・アプローチ」(PCA)には、来談者中心療法をはじめとする種々の技法(単なる技術ではなく、人間観・人間哲学を含む対応法)がその範疇に組み入れられるとみられるが、その創始は、かれにあったし、そのアプローチの展開は、かれとともにあった、といえる。そのロジャーズの没後、PCAはどのように推し進められているであろうか——この問への探索をこのテーマの中心課題として据えておき、わが国ばかりではなく各国のその動向からこの探索に迫ることを、この企画では求めている。

二、パースン・センタード・アプローチ探究の動向

各国からの参加者を得て開催されるPCAに関する国際的なワークショップやカンファレンスには、①International Forum on the Person-Centered Approach (IFPCA) ②International Conference on Client Centered and Experiential Psychotherapy (ICCEP) ③Annual Meeting of Association for the Development of the Person-Centered Approach (ADPCA)の三つがあげられる。この他にも、毎年開かれていたThe La Jolla Programなどがあり、これにも各国からの参加者が見られている。

IFPCAは、一九八二年(第一回 メキシコ)、'84年(第二回 イギリス)、'87年(第三回 アメリカ、ラ・ホイア)、'89年(第四回 ブラジル)、'92年(第五回 オランダ)で開催されており、ICCEPは、一九八八年(第一回 ベルギー)、'91年(第二回 スコットランド)の二回開かれている。(第三回は、一九九四年オーストラリアで開催される予定である)。

また、ADPCAは、アメリカを中心とするワークショップであるが、一九八六年に第一回の大会がシカゴ大学で開かれ、その後、アメリカの各地を会場として開催されている。ラ・ホイア・プログラムは、一九七一年に初めて開かれてから毎年夏実施されており、今年(一九九二年)は二十五年目を迎えたことになる。

IFPCAにしても、また、ICCEPにしても、そして、ADPCAの場合も、その芽は、ラ・ホイア・プログラムに見いだされる、と考えられる。ラ・ホイア・プログラムは、毎年開催されているが、二十五年目を迎えないま、やや先細りの感がないでもないが、それは、IFPCAやICCEPなどとなって花を咲かせてきている、と見られる。

そして、この種は、カール・ロジャーズにあった、と言える。そのロジャーズが、それらの花のなかに居た最後は、ADPCAの第一回大会であっただろうと思われる。かれは、このときすでに八十才であったが、すこぶる元気であった(ENCOUNTER、出会いの広場)№五、一九八七、七 pp.四十七—四十九参照)。かれの存在は、その存在のみでこの大会全体の雰囲気を集約させ、また、その支えとなる意味を醸し出していた。

一九八七年の第三回IFPCAは、ロジャーズ亡きあとの最初のワークショップであったが、その前年のADPCA大会でのかれの存在から生み出されるような何かが失われていた。ロジャーズは、自分自身が中心的存在になることを好まなかった、そして、弟子をつくろうとしなかった。と耳にしているが、しかし、かれを亡くして初めて、ロジャーズの存在自体のワークショップ全体への影響の大きさを感ぜられた。このIFPCAは、どこかでその芯が抜けてしまった、という印象さえ残った。

1) ICCEPは、一九八八年から始められているから、それは、ロジャーズ没後のひとつのイベントである。これは、IFPCAが

ワークショップ的であるのに比して、よりアカデミックであり、よりヨーロッパ中心的である。そして、心理療法に関する研究発表に重きをおいている国際学会の性格のカンファレンスであるが、その基盤にはパーソン・センタード・アプローチが据えられており、その範疇に属している、と考えられる。

ICCEPは、前述のように、すでに二回開かれているが、昨年（一九九一年）開催されたこのカンファレンスには、ロジャーズ後のPCAの動向をみる一端が含まれている、と思われるので、これへの参加とそこでの研究発表をおこなっている村山正治さんに、このテーマに沿った話題提供をお願いしたい。

2) IFPCAは、それが始められてから十年を経過し、その第五回目のそれが今年（一九九二年）七月（十二〜十九日）にオランダで開かれている。このPCAは、カール・ロジャーズのフィロソフィ（哲学）が実践的に如実に現わされている国際的ワークショップである、とみられるが、かれ亡きあと、三回目の開催を迎えている。

IFPCAには、これまで各国から多くの参加者があり、わが国からも毎回少なくとも数名の参加者があるが、そのなかでも最も多く参加している畠瀬直子さんに、このフォーラム参加体験からの話題提供をお願いしたい。

3) ロジャーズの理論は、一九五〇年代からわが国でとり入れられてきた（例えば、「Counseling and Psychotherapy」一九四二年の邦訳「臨床心理学」一九五二年）が、その後、わが国の心理臨床界へのかれの影響は、極めて大きい。かれ自身も、一九六一年（昭和三十六年）と一九八三年（昭和五十八年）の二回来日し、来談者中心療法、エンカウンター・グループ、PCAなど、その理論と実践、研究の発展をわれわれに示してきた。

ロジャーズ父娘を招いての「パーソン・センタード・アプロ

チ」（一九八三年、埼玉県立婦人教育会館）は、わが国のPCAにとって画期的であった、と考えられるが、その開催からすでに十年近くを経過しようとしている。（注…この記録は、畠瀬直子他編「カール・ロジャーズとともに」、創元社、一九八六、として出版されている）。その間、ロジャーズが亡くなり、わが国のPCAはどのように展開され、何をもたらしているのか、とくに、その実践状況の観点から高松里さんに話題提供をお願いした。

4) Focusingは、「体験過程と心理療法」（一九六六、村瀬孝雄）によってその理論がわが国に紹介され、一九七八年、ジェンドリンの初来日にもなつてその実践が始動した、とみられる。一九八七年には再度かれを招き、「フォーカシング・セミナー」（日本フォーカシング研究会主催）が開催されたが、ここでの技法を中心とするプログラムによる参加者の体験は、その後のわが国のフォーカシングの理解、普及、臨床的实践、研究などに多くの寄与となった。（注…この記録は、村山正治編「フォーカシング・セミナー」、福村出版、一九九一、として出版されている）。

ジェンドリンは、ICCEPやIFPCAなどにあまり参加することをしないが、体験過程の理論やフォーカシングは、その基底においてPCAと相通じており、昨年のICCEPでもフォーカシングに関する発表が比較的多くなされている。本学会をはじめ、他の学会でも、近年フォーカシングへの関心の強さが研究発表などのなかに示されている。田村隆一さんには、フォーカシングの視座からこのテーマに則して話題提供をお願いしたい。

三、パーソン・センタード・アプローチの課題・方向

ロジャーズによって蒔かれたPCAの種は、わが国でもその芽を開き、花が咲きつつある、と言えよう。その花がどのように咲くか

はわれわれに課されている。

この企画では、話題提供がこの開花への手だてのひとつのなるように考慮して、指定討論者を加えて進めることにした。倉戸ヨシヤさんには、この指定討論者として開花への労をとって頂くようお願い

している。

ロジャーズ亡きあとのわが国のパースン・センタード・アプローチの課題・方向をより深く探ることができれば、と願っている。

ますだ みのる
● 東京家政大学文学部

● 第二回来談者中心及び体験過程療法国際会議に参加して

村山 正 治

はじめに

スコットランドのスターリング大学で「来談者中心及び体験過程療法」の国際会議が一九九一年七月一日―六日に開催された。これは、一九八八年にベルギーのルーヴァン・カソリック大学で行われた同国際会議の第一回に続くものである。参加者は二十八ヶ国から二六〇名（第一回は、二十一ヶ国から二二名、表一参照）で、日本からは畠瀬直子、増田實、伊藤義美、村山正治、中田行重、田村隆一、大沢美枝子が参加した。ここでは、プログラムと内容、国際的動向、ロジャーズ没後の三潮流、展望に分けて報告することにした。

プログラム

全体のスケジュールは表二に示してある。

組立・ダスクの対話（シンポジウム）、個人発表、継続的体験学習、リフレクション・グループの四つを軸に組み立てられている。日本の学会と比較すると、継続体験学習がワークショップに似ているが、無料で、かつ学会会期中、発表時間帯に組まれているのが特色である。リフレクション・グループは国際学会独特のもので、グループにわかれて今日の印象とか運営の問題など話すホームルームといつてよい。

個人発表・個人発表は討議を含めて二時間―三時間である。題目は別表に示してある。日本からは、畠瀬直子、中田行重、田村隆一、

村山正治が発表した（別表に日本名で示してある）。題目を見ると、理論、事例、リサーチ、実践報告とわかれる。内容別にみると、多様で、事例発表中心の心理臨床学会よりは日本人間性心理学会にちかい。日本の学会と比較すると、発表形式も自由で、発表者の自己主張の場として利用している感じをうける。コメントもいない。大きな題目はど余り印象に残らない発表が多いのは世界共通かも知れないとおもった。理論編ではユング、ゲシュタルト、コフートらとの比較論、技法論ではフォーカシングがめだっている。主にヨーロッパ勢であるが、ボデイワーク、距離のとりかた、境界例への適用など日本と同じ水準でやっているようにみえた。

国際的動向

今回は開催国の英国が断然多いが、一回大会と同様、ヨーロッパ勢が中心である。英国、オランダ、ベルギー、スイス、オーストリア、ドイツが盛んである。アメリカは若い参加者がほとんどなく、シカゴグループを除くと、フォーカシングを中心とする研究はヨーロッパに移ったとみてよい。そもそも開催地がヨーロッパであることが何よりもそのことを示している。第三回はオーストリアのウィーンであることも付け加えておこう。

ロジャーズ没後の三潮流——CCT、PCA、EXPをめぐる

シンポジウムは増田、野島、穂積の企画者によって「ロジャーズ後のPCA」とテーマがつけられている。しかし、ヨーロッパではCCT、PCA、EXPはまざりあっているがそれぞれ別の潮流とみられている。したがって、PCAはこのシンポでつかわれてい

るようなCCTやEXPを包括する概念ではなく、一九七〇年代にロジャーズが治療理論を国際紛争や異文化間葛藤解決のために用いたグループアプローチと見なされている。だからアカデミックな研究というより、「運動」であり、従って学会をめざすこの会議からは除かれている。「PCAフォーラム」とは目的が違いアカデミックな学会を目指している。EXPはジェンドリンが開発した体験過程療法のことであり、ロジャーズの来談者中心療法とは別の流派と見なされている。この会議では主流をなしており、フォーカシングは研究モデルにのりやすい。夢のフォーカシング、ボーダーライン、分裂病など臨床事例や治療技法の問題に一番よく取り組んでいるのはこの潮流である。

CCTグループは私は古典的ロジャーズ派と名付けている。ロジャーズのテーブを分析したり、CCTの特質を改め整理したりしている。私の見るところ発展性がとぼしい。

展望

ここでは独断と偏見でまとめておきたい。

これらの諸潮流をみると、個人セラピーモデルと意識変革モデルに分けることができる。個人セラピーモデルは専門家志向が強く、大学教官や開業サイコロジストであり、個人療法の開発と研究に取り組んでいる。フォーカシングと体験過程療法が中心である。意識変革モデルは一九七〇年以降、エンカウンターグループによる社会変革や世界平和をめざしたロジャーズの流れを汲んでいる。

個人セラピーモデル——セラピスト訓練の問題…今後の最大の課題はセラピスト訓練のプログラムの作成であろう。この流派が専門家集団として社会的に認知されるためには訓練の問題は避けられない。今回は英国のミアンズが二年課程（デブロマ）の養成コースを

スコットランドのジョウダンヒル大学に設置したことが注目に値する。しかしこれは博士課程ではないので大学の教官を養成するわけではない。この問題はロジャーズがシカゴ大学を離れて以来起こっている最大の問題である。私はロジャーズがシカゴ大学、ウィスコンシン大学をやめて、CSPを選んだ時点ですでに流派を存続させる方向を選択しなかった、とみている。以後、彼は社会実践に情熱を燃やす。私がCSPにいた当時は多様なプロジェクトはあったが、訓練プログラムは存在していなかった。

意識変革モデル——コミュニティ形成と社会変革…この代表がPCAの潮流である。コミュニティ、セルフヘルプグループ、カオス理論などの非専門家モデルともいえる。グッドマンのセルフヘルプ、ブイキデスのウィークエンドグループ、村山の福岡人間関係研究会などの活動はこの潮流に属する。「PCAフォーラム」は明らかに意識変革モデルに属している。様々なセルフヘルプグループの活動、南アフリカなどのPCAワークショップがこの方向で展開するだろう。この方向で活動を展開するときの専門家の役割、あり方が問題になるだろう。

(謝辞) 筆者がスターリング大学で発表するとき、様々な形で応援してくれた畠瀬直子、増田實、伊藤義美、中田行重、大沢美枝子、田村隆一の皆さんに感謝します。また、自主シンポのテープ記録を作成してくれた橋本忠行さんにも感謝します。

文献

村山正治 来談者中心療法及び体験過程療法会議に参加して 一九八八 人間性心理学研究、六、八八—九十。
村山正治 ロジャーズとジェンドリンをめぐって 一九九一 村山正治編「フォーカシングセミナー」、福村出版、一二四—一三三。

● わらやましようじ
九州大学教育学部

表2 スケジュール

	9:00	11:00	11:30	1:00	2:30	4:00	4:30	5:00	8:00	9:30
7/1										開会式
7/2	S1		S2		S3	RG				DD
7/3	S1		S2		バスツアー					DD
7/4	S1		S2		S3	RG				DD
7/5	S1		S2		S3	RG				パーティ
7/6	朝食後、解散									

S=Session, RG=Reflection Group, DD=Dusk Dialogue

表1 参加国名と人数

英国	98	カナダ	2
アメリカ合衆国	32	スペイン	2
オランダ	26	ブラジル	2
ベルギー	18	チェコスロバキア	1
スイス	12	デンマーク	1
オーストリア	11	ハンガリー	1
ドイツ	10	イスラエル	1
日本	8	イタリア	1
ギリシャ	8	マルタ	1
フランス	5	ノルウェー	1
アイルランド	5	ポーランド	1
南アフリカ	4	シンガポール	1
ポルトガル	4	ソ連	1
オーストラリア	3	ユーゴスラビア	1

〈七月二日〉

S 1

- ・ PCA サイコドラマの精神病院外来患者への適用
- ・ 日常生活の問題に関するクライエントとの意見の不一致
- ・ 子どもと青年期の PCA
- ・ 家族中心療法
- ・ クライエントにとって理解しやすい介入の重要性
- ・ ビデオ・フォークシングの過程観察
- ・ カオス理論と PCA
- ・ 治療者の真実性——一致と透明性
- ・ ワークショップ…サイコドラマと PCA

S 2

- ・ 儀式的幼児虐待—PCA への挑戦?
- ・ 統合的な心理療法の過程モデルの CCT 基盤
- ・ PCA 治療者のアイデンティティ危機としての折衷主義
- ・ 心理療法における共感の三つのレベルと直観の重要性
- ・ CCT における自発性プロセスの刺激
- ・ ロジャーズの面接記録における語彙使用と文章構成の言語論
- ・ 治療者の哲学…PCA 的なものか? それとも個人的なもの?
- ・ 分裂病者の幻聴の象徴的構造とその過程…非過程構造の問題
- ・ ワークショップ…サイコドラマと PCA (S 1 からの続き)

S 3

- ・ 分裂病の幻聴消失のためのフォークシングの応用 (中田)
- ・ ゲシュタルト療法と反射的意識
- ・ 私たちは自己に関する PCA 概念を見直す余裕はあるか?
- ・ 二十年におよぶ CCT 治療体験の見直し
- ・ ビデオ…日本における CCT 治療からの示唆 (畠瀬)
- ・ ビデオ…圧倒的イメージへの距離をとる工夫
- ・ ロジャーズとユングとポストモダン伝統
- ・ 治療者クライエント間の語られない関係
- ・ ワークショップ…サイコドラマと PCA (S 2 からの続き)

D D

〈七月三日〉

S 1

- ・ 亡命における自己…南アフリカにおける政変前後の EG
- ・ コフトとロジャーズ…建設的協力に向けて
- ・ 幾つかのマイクロプロセスを生む共感
- ・ 微妙に移り変わる過程
- ・ CCT 実践におけるフォークシングとボディワーク
- ・ フォーカサーの分類論
- ・ PANEL DISCUSSION…変化する人
- ・ ワークショップ…ロジャーズ…遺産と挑戦 (BY ナタリー・ロジャーズ)

S 2

- ・ 精神病患者への治療哲学…“挑戦”
- ・ 感じと体験
- ・ 行き詰まっていることの意味
- ・ PCA からの病理学への視点
- ・ CCT と PERSONAL CONSTRUCT THEORY
- ・ 集団療法にける PCA 促進条件
- ・ 地域精神科治療における PCA 治療に向けて
- ・ ワークショップ…関係療法へのグループアプローチ
- ・ ワークショップ…ロジャーズ…遺産と挑戦 (S 1 からの続き)

D D

ヨーロッパに来談者中心及び体験過程療法の未来はあるか?

〈七月四日〉

S 1

- ・ 治療的出会いに関する覚書
- ・ 個人性と普遍性
- ・ 幼児期外傷体験の再体験による退行…現象学と実践
- ・ ワークショップ…破壊性と PCA 哲学

表 3 発表内容

<p>・PCA表現療法における創造性への現象学的アプローチ</p> <p>・ワークショップ…集団療法における自己凝集性の保持</p> <p>・ロジャーズにおける共感的理解</p> <p>・ビデオ…長期PCA療法とその効果</p> <p>・ワークショップ…PCA芸術療法</p>	<p>S2</p> <p>・コミュニティアプローチとEG (村山)</p> <p>・カウンセラー訓練における体験的学習</p> <p>・フォーカサーリスナー関係とフロタビリティの関連性 (田村)</p> <p>・ワークショップ…破壊性とPCA哲学 (S1からの続き)</p> <p>・ビデオデモンストレーション</p> <p>・ワークショップ…集団療法にける自己凝集性の保持</p> <p>・精神病理学…CCTにおける診断と治療の特定の形式の不一致</p> <p>・ビデオ…長期PCA療法とその効果 (S1からの続き)</p> <p>・薬物乱用者へのグループカウンセリングの試み</p>	<p>S3</p> <p>・善悪…人間の運命とCCT病理学</p> <p>・CCTにおける診断とINFORMED CONSENT</p> <p>・人格変化の理論について</p> <p>・無条件の信頼の治療性</p> <p>・セルフヘルプグループを通してのCCTの見直し</p> <p>・ワークショップ&ビデオ…女性の現実</p> <p>・PANEL DISCUSSION…ロジャーズの治療的概念</p> <p>・CCTにおける身体的側面への対応</p> <p>・体験セッション…表現された一致</p>	<p>DD</p> <p>来談中心及び体験過程療法の理論と実践への文化的・哲学的挑戦</p> <p>〈七月五日〉</p> <p>S1</p> <p>・本質的共感</p> <p>・危機状況を通して学んだこと…心理学専攻の大学一年生の事例</p> <p>・治療者の一致と個人</p>
<p>・CCT、体験過程療法、その他の集団療法、成長グループにおける治療的、非治療的因子のプロフィール</p> <p>・集団療法リーダー訓練における性格要因の安定性</p> <p>・グループ…CCTと外国語教育</p> <p>・ワークショップ&ビデオ…フォーカシングをどう教えるか</p> <p>・心理療法の効果研究の神話</p> <p>・PCAと包括的医療との比較</p> <p>・ビデオ…面接におけるクリアリングスペース</p>	<p>S2</p> <p>・治療者のためのフォーカシング</p> <p>・治療方法の統合</p> <p>・PCAリサーチ…重要な変化の過程をどう捉えるための本質的研究</p> <p>・ゲシュタルト療法とPCAにおける共感</p> <p>・個人的成長と意志</p> <p>・ビデオ…CCTにおける教育的・心理的介入</p> <p>・精神遅滞児へのグループワーク</p> <p>・解離 (Dissociation Process) 過程</p> <p>・PCAの美学</p>	<p>S3</p> <p>・PCA表現療法…質的效果研究</p> <p>・文化的境界にまたがるCCT危機介入</p> <p>・CCTによるファシリテーター訓練…実証的研究データ</p> <p>・CCT実践における発達傾向</p> <p>・カルビン主義と心理療法</p> <p>・ビデオ…変化過程の発見の方法</p> <p>・組織発展のためのPCA</p> <p>・PCAにける変化モデル</p> <p>・ピアカウンセリングとCCT/体験過程療法の実践…日曜夜のグループ</p>	<p>*CCT=CLIENT-CENTERED THERAPY, PCA=PERSON CENTERED APPROACH, EG=ENCOUNTER GROUP</p>

● PCA フォーラム 報告・・激変する世界とともに 動きコミュニケーション ケートしはじめた人間

島 瀬 直 子

なぜ世界の人々と触れあってみたいのか、なぜこんなにお金と時間を費やして努力しているのか、いくら考えてもわかりません。でも、気がついたら、そういう私がいるのです。そして、その原点がエンカウンター・グループで作られたことだけは確かです。「私って、必死で自分を隠さなくちゃいけないほど恥しい人間じゃないな」。ファシリテーターをやりながらそう感じた時、私を重く縛っていたものが消えていくのを感じました。「私って、人さまに偉そうにできるほど知的にも人間的にも優れているわけでもないな」。そう気づいて、本当に心が自由になりました。幼い時から、誰に頼んだわけでもないのに色々な期待をかけられ続け、危うくすり切れそうになっていました。そんなもの「へん」、と投げ捨てる勇気をグループでもらいました。

娘が小学生になった時、「うわーっ！ もう育児は卒業！」と喜んで、ひとりで四十日の育児卒業旅行にアメリカに行きました。ワークショップ二箇所（親業訓練とPCA）という日本式スケジュールでした。一九七七年のことです。親業訓練の方は、オマハ

カという穀倉地帯のまん中にある町を選び、アメリカのど田舎とはどういうものかを知りました。PCAに行ってみると、世界は国際交流の時代に入っていました。ロジャーズさんの顔を見に行った私は、世界中の人にとり囲まれました。日本女性と出会いたい人だらけでした。中・高ミッシェンスクール生活の私は、発音と聞き取りがジャパン英語育ちの人と違うことに気づき、責任のようなものを感じたのもこの時です。

また、「世界のこと、知らなすぎるのも程がある！」と痛感しました。これがきっかけで、アルゼンチン、チリ、イスタンブールなど、それまで考えられなかった所を身近に感じるようになり、出国癖が出現しました。

九二年七月十二日から十九日、アムステルダム大学が当番で開かれたPCAフォーラムに出席しました。もどって、あらためて考えたのが次の六点了。「いくら島国に住んでいるからって、世界の人々の気持ちを知らなすぎる！」と気づいた日から、十五年が流れています。

(1) 地球人交流の胎動…従来の東と西、北と南という把握をこえた融合への動きが胎動しはじめているのではないか。

フォーラムはアカデミックな学会と異なり、エンカウンター・グループのように参加者全員の赤裸々な意見交流が目的の会議形態なので、参加者数には限りがあるため、参加は招待形式を取ります。実際は、参加者からの要請に応じて申し込み用紙を世界に送る形を取っています。日本流に言うところの口こみによって限られた人だけが知るわけです。八二年の第一回メキシコ・フォーラムから十年目ですが、参加は三十一カ国で、韓国・ベトナム等の東洋人も見え、本当に地球を感じました。ヨーロッパでやると黒人は来ないのかと偏見を持ちかけていたんですが、南アフリカの真っ黒な人もいましたし、アマゾン地区から来られた髭のなかに顔があるような毛むくじやらサイコロジストもいました。

「あー、人間が人間と触れ合いたがってるんだ！」という印象でした。『国』という枠組みにはこだわらない地球人がもう生まれています。ここんところが、わがジャパンはずれる恐れがあります。今回、「僕は、インドネシアで日本軍の収容所にいた！ あなたは、これを、どう思うか？」と激しく詰め寄られ、頭にきた答えをして帰ってきました。六ヶ月たって、頭が冷えたら、あれこそオランダ人と対面する好機だったと気づきました。私は、危機にして帰ってきてしまいました。

私が行ったアンケートに、「私達は、感情を共有したい。日本人は、共有してくれないみたいを感じる」というフランス人の回答がありました。私のことを指しているのかも知れません。

もうひとつ頭痛がしたのは、「日本でフォーラムをやりたい」と

いうものです。日本人は英語はしゃべれないことを知らないんです。むしろくちゃです。それなのに「日本に行ってフォーラムできたら、どんなに素敵かしら」と、遠いオリエントを見るまなざしで、うっとりおっしゃる人が多いんです。今回の会長のジュリウスなんか、わざわざ私の所に来て、「ナオコ、次は日本でやる気はないか?」。ヨーロッパにも、根まわしがあるんですね。次は、九五年のギリシャ、その次は九七年メキシコ（わざわざ名乗りたいと、メキシコから手紙が来ました）。その次あたりは覚悟しなくちゃいけないかも知れません。九九年、ジャパン・フォーラム！ みなさん、英語熱をエンカウンター・グループでも燃やしません？

(2) 流動的プロセスへの参加体験の面白さ…混沌、対立、葛藤など、本来人間が巻き込まれたいくないと避けてきた苛々させられる対人関係ダイナミックスが大々的に展開している。しかも、その場に参加し、苛々体験から何かを学びとろうとしている自分がいる。私ひとりではなく、ねばり強くそこにいる人々の中にもそれを感じる。このプロセスの意味を体験レベルで感じている人々である。

フォーラムへの参加者が地球規模へ広がりを見せているので、第一回のメキシコ大会のような手づくりでは済まなくなり構成的になってきました。プログラムを見るとわかるように、全体の枠は準備委員会によって決められています。これを日本人の目で見ると、整然とスケジュールに従った受動的参加イメージが浮かぶと思われます。でも、実際は、全体会は延々と続き、担当者はそれにこだわらず各プログラムを淡々と始めていきます。小フォーラム（小F）と大フォーラム（大F）が組み合せて全体が流れて行くわけです。

小Fは、混乱が少なく、コミュニケーションが容易です。個人の気持ち全体に影響するのが肌で感じられます。大Fは、何が何だかわからない人間の『るつぼ』に入りこんだ感じですよ。

オランダでは、小Fに入ってほっとした筈なのに、半年が過ぎるとあのダイナミックな『るつぼ』体験が人間が向き合っていかなければならない課題そのものであることが分かります。政治学、経済学、いくらでも紙に書いた理論はまとめることができますが、あの葛藤や苛々体験と向き合わねばならない所に人類が立っていて、体験を掘り下げるのが人間科学の仕事であるのは逃げようのない現実だからです。そして、逃げないでそれに取り組むのが好きな人たちが来てたなと気づかされます。私も、それが好きなひとりになれるといいのですが。地球人の動きと無縁のまま、この国が独立しているのは悲しいので。

(3) 国際関係体験…極端な自国防衛姿勢、国粹主義、憎悪関係の発生、仲間意識、宗教対立、言語支配への拒否感等、本来自分の問題としては遠かったテーマが、自分の内部でうごめきたすのを体験できる。政治が人間の問題であることを実感できる。この体験は個人の準拠枠を変化させる。

フォーラム報告をまとめた段階では、かなり観念的作業によって導きだした第三点ですが、ユーゴスラビア情勢の悪化、ドイツ国内の右翼の不気味な活動、フランス国内での民族主義の芽ばえと、人間の理性への試練が統発するのを見て、国際関係体験の重要性をいままさながら痛感します。

場を「しきり」、我がもの顔で英語でしゃべりまくる白人、特に英米人を見ると、心の内面が台風襲来のように騒ぎ、「日本人の血」が

湧出するのを感じたのは、私には衝撃でした。自分の存在に気づいたとき戦後の焼け野原だった私の記憶は、全てを失った人々の虚無感・あせり・自暴自棄・女達の涙と血のにじむ手から始まっています。「日本人の血の騒ぎ」は自己の内面で生じてはならないことなのです。世界を敵にまわして戦うなどという狂気を生んだのは、理性を無能にしてみましょう「民族の血の騒ぎ」だったと思うからです。しかし、リベラルな家庭で愛をこめて育てられた私にそれが生じたということは、まぎれもない現実です。心の震えなしには受けとめられない現実です。

ソウルで、イー先生にこの体験をすこし話した時、「欧米と喧嘩することはない……」という感想を耳にしました。わが国が数百年かけてお詫びせねばならないほど迷惑をかけた国の人の言葉は、自分でも戸惑う血の騒ぎを、不思議に沈める効果があるのに気づきました。これも国際関係体験そのものと言うことができます。

国際関係などと言うと、「あつ、私に関係ない」と考えるのが今の私達の率直な印象だと思われます。その私達の世界観、世界を考える準拠枠を、PCAフォーラムは変革してくれる力があると思います。ドイツの人とフランスの人、日本の人と韓国の人では、関係体験の中身は全く異なるわけですが、体験の意味という価値基準では同じ課題に向かっていると言えます。

(4) 内的体験過程への関心…これまで人間にとって外的プロセスと考えられていたことが、実は内的プロセスと呼応していることが如実に体験され驚かされる。二十一世紀に、人間は内なるプロセスに関心を向け、人格に深みを育てる方向に歩むのではないか。認知と経験の統合が、二十一世紀最大のテーマになる気がする。

たとえば、お金の流れなどという経済学者が考えるテーマに、実は心理的恐慌が異常な流れを引き起こした主原因だったというような、内的体験過程がからんでいることが人々の注意を引きはじめています。つまり、純粹に外的プロセスと考えていては、人間世界を理解できない事実が明確になりつつあるわけです。

オイル危機の時、トイレット・ペーパーが買えなくてたまげたことがあります。「あら、リサイクルできるんだから、馬鹿な心配よ」などと気取っていたら、本当になくなったのは忘れられない不思議な出来事です。今回のバブル騒ぎでは、若いカップルが「家を買えなくなる」と焦ってローンを組み、これから長年に渡って価値の下がった家のローンを返済するという事態に追い込まれています。

「あら、生めよ増やせよされた私達が死んだら、空き家がどっさり出るから、ヨーロッパの若者みたいに、インテリアを変えて住めばいいじゃない」と言ってみましたが、相手はボカンとしていました。長期展望の利く経済学者には予測できたと信じたいですけれど……。経済学部の人気が落ちるという結果だけが目前にあります。

国連を信頼しない人が増えたそうです……。私達も政治家を信頼できるかと自分に問うと、心もとないものがあります。

けれども今人類は、ここを乗り越えようとしているのではないかと思います。かつて、「実存・エグジステンス」という言葉が欧米の学者の口からポンポン出て、体験的に把握するのに困ったことがあります。今、「体験・エクスピリエンス」という言葉がポンポン出てきます。外に答えを求めるのではなく、内的体験を鋭く把握し、表現し、シェア・共有し、それを交換しあって理性で受けとめ交流し、つぎのステップを模索するという、現実的でしたたかな探求に取りかかっているように思われます。認知（理性的判断）と経験（情緒体験・感情体験）の統合によって、危機的状況を克服しようとしているように見えるのです。この点に関しては、「ワァー、氷河

期とたたかって文化を築いた白人だけあって、すごいな」と、美味しく焼けたパンのような肌の私は、ただただ感心してしまいます。ともかく、このプロセスをよくよく観察し、たとえわずかでも参加し、シェアしていきたいと考えています。

(5) カオスからの創造・成長体験…三十一カ国、二一五名が本音を出そうとすると、そこに展開するのは混沌につぐ混沌である。それなのに、そこから何かが生まれるのを感じる。そのこと自体が島国性脱皮体験として貴重である。

この国にはじめてやってきた宣教師達は、リスボンから希望峰まで何年もかかって中近東、インドを経てバタビアにたどり着き、そこで日本政府の許可が出るまで根気よく待って、やって来たのです。その彼らは、「世界をまわって来たけれど、こんな治安のいい安全な国はない、キリスト教を知らないのにヨーロッパ以上に泥棒が少ない」と自国に手紙を出しています。この点だけは今も同じで、犯罪率、特に殺人率などはアメリカの五十分の一以下という安全さです。

安全な風俗を生み出し、裸でのんびり温泉につかるというささやかな楽しみで明日へのエネルギーが湧く私達ですから、ともかくカオス・混沌とした状況に弱いです。苛々して白黒をつけたくなりません。ジリジリして、切れそうになります。

それですから、カオスの中に踏みとどまり、ジョークを飛ばして座を和らげ、再び怒鳴りあう人間集団に参加し観察する機会を得られることは、この国では得られない学びの時と言えます。私達には受容しにくいカオス状況ですが、創造と成長が含まれていると指摘せずにはおられません。

メキシコ、ブラジルと言え、完全に白人に乗っ取られ今日まで南北格差に苦しむ国ですが、すごいねばりで関係体験を深めています。その状況が日常の直面課題であることが分かります。

世界から独立していた南アフリカでロジャーズさんの本に触れ、ロジャーズさんと呼ぶ中心になって働いたシャリーさんは、白人の尼僧です。マンデラさんが釈放される日があるなんて考えられもしなかった時代で、シャリーさんは自分の命の危機を考えねばならなかった筈です。その彼女のどっしりしていること！話合いが混線し、人種文化の壁が立ちはだかって、「これがエンカウンターだろうか」とくたびれた私には、理解できない笑顔で、結構楽しそうなのです。

苛々を書きつけた記録を読みかえし、ため息をつき、考え直していくと、カオスからの創造・成長体験を持っている人々の存在を認めざるを得ません。もちろん私達がそれをこの国で実践する必要はありません。私達は、私達の文化で、私達の好みで、混沌を恐れず避けず克服していけばいいと思います。アジアは、欧米基準では考えられない過密国家ばかりですから、私達に合った取り組みにしないと危険です。ただ、かつてのような「どう猛な毛唐文化」という偏見に陥らず、克服力を敬愛できるようにしたいと思います。

白人諸君の中にも、カオスへの欧米風チャレンジにくたびれば、「ナオコ、あなた達は、もっと静かに心を聞き合うわよね」と活路を捜して話しかけてくる人もいます。目に涙をいっぱいためて話しかけてきた、モナリザのようなエレガントな女性もいました。名前も聞かず別れ、後悔しています。

それらの人々を受けとめるためにも、あの猛だけしいカオス状況に強くなりたいと思います。地球の上に住んでいる仲間どおしなのですから。

(6)

地球人としてエボルーション・進化？…フォーラムそのものが人間性心理学のテーマなのではないだろうか。東欧の先生方の発表、ベトナムのアンさんの発言などを聞いていて、絶望的な状況に生きる人々が、民族の恥などという古い価値観を捨てて、「こういう状況で苦しんでいるけれど、こうやって克服しようとしているのです」と自己開示する場にいると、本当の厳粛を知らされる。

今回、はじめて旧共産圏の人々と直接交流する機会を持ちました。ともかく観念的教育が行われていたらしく、知識は詰めこんでいるけれど実態が抜け落ちていて、話していると観念だけで話す中学生と話している気がします。一億三千万が、資源のない小さな島で、必死で世界の人に喜んでもらえる品物を作って生き抜いた私達なので、「わぁー、何もわかつちやいないな」と驚きが湧き起こってきます。日本と対等に貿易したいなどという話を聞くと、「物には順番があることを、どうやって伝えればいいのだろう」と頭痛がします。きわめて正常な精神活動の大人が、現実を遊離した理想論を真剣に語るといえるのは見たことがないので、何とも表現しようのない不思議な気持ちです。

この納まりの悪い内的反応は、私が身につけている生活の知恵や常識が障りになって出ていると思われるので、それらを捨てて、生まれたばかりの赤子の心境になって一個人として受けとめると、新しい印象が生まれます。

懸命に自己開示して、苦しい気持ちを伝え、その伝え合いから、一歩ずつ国を再建しようとする真摯な姿には、ただただ頭が下がる思いがします。破れたとはいっても共産主義に理想を見いだし地上

に樂園を作ろうとした誇り高い人々が、誇りをかなぐり捨てて、悲しい現実を私達を信じて懸命に語りかけているのです。

何人といえども、彼らの尊厳を傷つけていいわけがありません。「大変ですね。お力になりたいです」と、手を取らないのは人間として失格だという気もします。ひょっとして、憎しみを乗り越えさせるのは、こういう真摯な自己開示が持つ力かも知れません。

現在私達の前に、科学技術の進歩ではなく人格的進歩がなければ人類は滅びるかも知れないという問題が横たわっています。国連決議は瞬時に破られ、人間の心からの受容なしには法は無力であると思ひ知らされています。それだけに、真剣に心で伝えようとする姿に接することは、言い様のない安堵を与えられます。どんなに荘厳な寺院も与えることのできない『人間に対する厳肅な思い』を、受けとることができると思うのです。

人間は、地球人として進化できるかもしれない、と思うのです。

● はたせなおこ
滋賀大学保健管理センター

表1 プログラム

	Sunday 7月12日	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
8:00 8:45	アムステルダム 大学 講堂 9:30~10:30 受 付 開会式 12:00 アムステルダム 出発 (バス) 15:00 (フェリー) 夕食 全体会 ルス・サンフォード との対話	朝 食						
		公開スタッフ・ミーティング						
9:00 11:00		全 体 会						終りの会
11:30 13:00		T 1	T 3	PCAと オランダの 文化	T 5	T 7	T 9	12:30 フェリー 出発 バ ス (アムステルダム)
		昼 食						
15:00 16:30		T 2	T 4	島めぐり	T 6	T 8	T10	
17:00 18:30		ホーム・グループ						
18:30 21:00		夕食	夕 食	夕 食	バーベキュー パーティー	夕 食	ディナー パーティー	
21:00 22:30		全体会	ルス・サンフォード との対話	パネル・ディ スカッション		パネル・ディ スカッション		全 体 会

● わが国のPCAの動向

高 松 里

カール・ロジャーズが亡くなったのは、一九八七年二月であるから五年以上が過ぎたことになる。ロジャーズは一九八三年に来日しているが、残念ながら筆者はお会いすることが出来なかった。ワークショップに参加しておくのだった、と悔やまれる。

そういう意味では筆者あるいは筆者らの世代は、ロジャーズから直接指導を受けられた方々に育てられた、いわば「孫世代」である。また筆者は十年以上福岡に住んでいるので、日本のかなり西の方からの見方しかできない。

そのようなわけで、日本全体のPCAの動向についてコメントするには非常に困難を覚える。

それでも筆者を話題提供者に選んでいただいたということは、筆者らの世代から見たPCAについてコメントすればいい、というふうに解釈することにして以下いくつかの点について述べてみたい。

一、エンカウンター・グループの動向

「人間関係研究会二十年の歩み（年表）」（村山ら 一九九一）によると、この会は一九七〇年に年間プログラム数一から出発し、一九八四年のプログラム数二十八をピークに、その後もだいたい二十を上回るプログラムを毎年提供し続けている。一時期、参加者が減ったと聞くが、現在は安定期に入っているように見える。（例えば九州の冬のプログラム（九重）は昨年まで二グループだったのが、参加希望者が増えたため本年から三グループ実施することに決まった）。

ところでこの十年で、様々なタイプのグループ・アプローチが行われるようになった。

①「ニューカウンセリング」や「集中的イメージ・エンカウンター・グループ」などのように身体あるいは非言語を強調した技法が多く現れた。②看護教育や教師教育などのような対人関係が重視される分野にエンカウンター・グループは導入され、様々な研修（構成型・非構成型）が行われるようになった。③合宿集中型だけではなく、「分散継続型」のグループも試みられるようになった。④「福岡

人間関係研究会」のように地域でのサポート・ネットワークを形成するタイプのグループが注目されてきたこと、などが挙げられる。さらに、エンカウンター・グループとは直接関係ないが、⑤商業的な「自己開発セミナー」が非常に多く開かれるようになってきたこと、などが挙げられる。

全体的な傾向としては、様々な試みがなされつつあるが、(ベリック)エンカウンター・グループ自体はマイルドで日常性に近いものになってきているような印象を受ける。これにはいくつかの理由が考えられる。①グループ体験は参加者に強い影響力を持つから中には混乱する者も出てきた。心理的な損傷を引き起こした例も、まれではあるがいくつか見られた。②これと関連しているが、自我が弱い(時には精神病圏)人も参加するようになってきた。彼らは非構成グループの持つ圧力に耐えられないことがある。③また逆に、彼らが過去に参加したグループが持っていた雰囲気や価値観に過剰に同化してしまうことがある(グループピーあるいは古参化現象)。そして「エンカウンター・グループとはこうするのが良いのだ」という規範に縛られてしまうことにより、グループあるいは参加者の持つ自由な主体的な探索過程が阻害されてしまう危険性が出てきたこと、などが挙げられる。

これらのネガティブな要因に加えてポジティブな見方もある。④一時的な熱狂ではなくより継続的に地に足が着いた変化を望む人が増えてきたこと、⑤「変化」「成長」「発達」というような「上昇志向的な」価値観に縛られることなく、グループに参加し人と一緒に過ごすこと自体を楽しむようになってきたこと、⑥here and nowを過度に強調する特殊なやりとりや激しい言葉の応酬よりも、その人の日常の有り様や考え方を普段の言葉で語ってもらったほうがよりお互いが理解できる場合があること(これは多分、継続型グループの影響が大きい)、などが挙げられる。

二、個人療法および集団療法の動向

個人療法についてのロジャーズの貢献については今さら言うまでもない。日本のセラピストに大きな影響を与えたことは間違いないだろう。しかし今現在自らを「ロジャーズ派」であると名乗るセラピストは、多分少数派であろうと思われる。

これはロジャーズ自身が弟子を作り学派を作ろうことを嫌ったためでもあるだろうし、ロジャーズの考え方がすでに広く普及し今さら学派を名乗る必要がなくなったということもあるだろう。しかし少なくとも後者については問題がある、と筆者には思える。

まず、ロジャーズの考え方やPCAの可能性が、やや過小に評価されているのではないか。

例えば分裂病の治療についてはこのところ、精神分析理論(特に対象関係理論)を基にした個人療法・集団療法や、行動療法理論を基にした生活技能訓練などが盛んに行われている。

それに対して、PCAはこれまで健康人か神経症圏の人々を主な対象としてきており、分裂病治療についてはその実践や理論的考察についてはほとんど発表されていない。

では、PCAは分裂病者に対して無力なのかというと、筆者はそうではないと思っている。逆に精神分析・行動療法などの治療理論では欠けている病者の人間的側面(個人の価値観、心理的成長など)を扱うことにより、分裂病治療に対し大きな貢献ができるのではないかと考えている。なぜなら、病者に最も欠けているのは、「自尊心」であったり「生きがい」であったりすると思われるからだ。彼らは「病者」としてのみ生きていくわけではない。病気以外の健康的側面・人間的側面・生活的側面に光を当てる必要があるのは当然であり、PCAはその課題と正面から取り組める数少ないアプ

ローチの一つであると思う。

しかし、日本においてPCAによる分裂病治療の研究はこれまでされてきたのだろうか。

治療理論が非常に操作的になってきているような気がして筆者は気になっている。

三、異文化間理解という課題

ところで筆者は、現在留学生のカウンセラーという仕事をしている。文化の異なる人々と日々つきあっていて、彼らを理解することの難しさを実感として受けとめている。特に日本と韓国のように過去に不幸な出来事がある場合、お互いの理解のためには多くの学習と根気強いつきあいが必要である。

晩年のロジャーズが、国際平和の問題に取り組んでいたということを知ってはいいた。現在では、それがどんなに難しい課題であるかわかるし、ロジャーズが勇気を持ってその課題に真正面から取り組んだという事実には胸を打たれる。

今後この領域における実践や研究は、日本でも多く現れるだろう。ただし、「異文化」というものは何も日本と外国の間にあるわけではない。国内の少数民族の問題から、「男性と女性」あるいは「健常者と障害者」の問題なども十分に「異文化」の問題と考えることができるのである。

四、おわりに

筆者自身は、エンカウンター・グループからロジャーズを知り、彼のカウンセリングを知った。そしてゲシュタルト療法に触れ、分裂病治療のために精神分析を勉強し、現在は異文化間カウンセリン

グを専門としている。

そして現在、自分のアイデンティティはどこにあるのかと改めて考えると、ロジャーズの影響は大きく、「自分は人間学派だ」などと答えたくなる。

最近、何かの理論を通してのみ人を見ようとしたり、誰か有名なセラピストの真似をして視野を狭くしてしまうような傾向が強いように思われる。もう一度原点に立ち、クライエントのあり様をそのまま尊重し、そこから学ぶ謙虚な姿勢を取り戻す必要があるのではないのだろうか。

〈引用・参考文献〉

- 二澤雅喜・島田裕巳 一九九一 洗脳体験 JICC出版局
東山紘久 一九九二 愛・孤独・出会い——エンカウンター・グループと集団技法 福村出版
伊藤博 一九八三 ニューカウンセリング 誠信書房
村山正治・見藤隆子・野島一彦・渡辺忠（編著） 一九九一 エンカウンター・グループから学ぶ 九州大学出版会
津村俊充・山口真人（編） 一九九二 人間関係トレーニング ナカニシヤ出版

● たかまつ さとし
九州大学留学生センター

● フォーカシングと体験過程療法の視点から

田村 隆一

一、体験過程療法はパースン・センタード・アプローチ
やクライエント中心療法と違うのか？

ロジャーズ派の中でフォーカシングや体験過程療法を論じるときに、しばしば議論されるのが、フォーカシングはパースン・センタード・アプローチやクライエント中心療法とは違うのではないかという問題である。フォーカシングの側から言えば、エンカウンター・グループを初めとするパースン・センタード・アプローチは、クライエント中心療法とは異質のものではないかという問いにもなる。この問題はおそらく、ロジャーズ派の伝統の中心は非指示性にあるのかあるいは過程志向性にあるのかという点に落ち着くのではないかと思われる。筆者なりにその論議を簡単にまとめると以下のようになる。

フォーカシングや体験過程療法がクライエント中心療法とは異質なものと考える論者は、次のように考えているようだ。フォーカシ

ングや体験過程療法は、治療者の態度や役割がクライエント中心療法と異なる。フォーカシングの方がよりdirectiveであり、クライエントを操作しているのではないか。例えば、体験過程療法においては、セラピストの「解釈」も、クライエントの体験過程を推進するために用いるのであれば有益だとしている。しかしセラピストがある解釈を行うということは、セラピスト側の理論枠からクライエントを見ることにとなり、クライエントの内的照合枠からの理解とは異なる。

一方同質論を唱えるものからすれば、次のような主張になる。ロジャーズ派の目標は、クライエントが「十分に機能する人間」に近づくことである。すなわち、クライエントが(1)自分の経験に開かれるようになる、(2)実存的に生きるようになる、(3)有機体としての自分を信頼するようになるということであり、これは体験過程療法の目標そのものでもある。体験過程療法は、クライエント中心療法のプロセス研究の中から発展してきたものである。

理論的な話としては、ごく簡単にまとめると上のようになるので

あろうが、現実にはかなり感情的なものが大きいように思われる。筆者が勝手に想像するには、案外ただ単に好き嫌いのレベルのような感じもする。ジェンドリンが東京でワークショップを行っていたとき、参加者の一部からエンカウンター・グループ的な動きをする人が出てきた。その発言に対してジェンドリンは、通訳が発言の意味を伝える前に、発言をさえぎろうとした。そして彼は「グループは嫌いだ」という意味のことを言っていたように記憶している。ジェンドリンにとっては、グループという状況の中での相互作用より、一対一の関係の中でじっくりとフェルトセンスを味わう方が好きなのだろうと私は感じた。少なくとも理論的にうんぬんというより感情的なものという気がした。

二、折衷的な方向への展開

ジェンドリンは、ある一つの技法だけで人を常に援助すること（単一技法システム）はできないものと考えていることから、そもそも体験過程療法には他の技法との折衷の方向性が含まれている。ロジャーズの理論もジェンドリンの理論も共に、あらゆる心理療法に共通するような過程を説明するメタ理論の側面を持っている。

体験過程療法が実際の臨床現場で使用されるにつれて、他のオリエンテーションの理論や技法も積極的に利用していこうとしている。特に夢のフォーカシングでは質問という形で利用されている。たとえば夢の中にでてくる登場人物や物にイメージの中でなってみて、そこでフェルトセンスを感じるとか、フロイト的な解釈を行ってみてフェルトセンスがどう変わるか感じてみるといったものがある。私自身はこれらの質問を夢以外の状況（通常のフォーカシングやカウンセリングの中など）でも用いている。

海外ではかなり様々なオリエンテーションとの折衷的な動きがあ

るようだ。最近、ロジャーズ派にとつての課題を論じたものの多くには、今後他のオリエンテーションと折衷していく必要性があるというものが多い。ロジャーズ自身最も重視したのは、「なにが効果があるか」という科学性であった。ロジャーズが始めた心理療法リサーチが、他のオリエンテーションにも発展していくにつれ、オリエンテーションの違いによる治療効果の差はほとんど見いだされなかったのは皮肉なことであるが、その結果折衷的な方向が進んできているようである。

現実には、臨床活動の中であるオリエンテーションの理論と技法がベースになっても、他の理論や技法を（意識的にか無意識的にかは別として）使用している人がほとんどであろう。

三、クリアリング・スペースの臨床的利用

フォーカシングの技法的側面から見た動向にはいくつかあるが、最近（といっても80年代前半から始まっているが）フォーカシングの準備段階としてのクリアリング・スペースが、一つの臨床的技法単位として用いられている。特に境界例などの重い問題をもつクライアントに対して有効であるとの報告が見られる。

クリアリング・スペースは、危機介入的に用いることもできるし、イメージ療法的にも使える。感情をある意味でセルフコントロールすると考えれば、行動療法的な側面ももった技法でもある。今後理論的な部分が整理されてくれば、臨床的な応用がより柔軟になり、フォーカシングや体験過程療法の中で大きな位置を占めると思われる。

四、より微視的な分析

フォーカシング自体の基礎研究として、より徹視的な分析が行われている。E X Pスケールの研究からは、体験過程レベルを上昇させる介入はどのようなものか、また体験過程療法における治療関係（たとえば治療者側の三条件と体験過程との関係、クライアントの内的体験と治療関係との関係）はどのようなものかについて研究が進められている。E X Pスケールは、当初は「患者用」の尺度であったのが、最近「治療者用」が開発されつつある。クライエント中心療法で記述されるような治療関係を体験過程の用語で記述しようとする試みでもある。これらの動きから、新たな治療関係論が生まれることを期待したい。

五、フェルト・シフトからステップへ

以前はフォーカシングの暗黙の目標としてフェルト・シフトをめざしていたのだが、大きな変化が起きなければ失敗であるかのように思われたりしたため、フェルトセンスのより小さな変化である「ステップ」を重視するようになった。そもそも通常のカウンセリングにおいては大きなシフトが起こることはそれほど多くはないが、ステップは頻繁に起こっていると思われる。そもそもフォーカシングは、うまくプロセスが展開している心理療法において生じている現象を記述することから生まれてきたものであるから、その出発点に戻ってきたともいえる。

それとともに、シフト自体の質についても記述されてきている。私は大きなシフトが起こるときの特徴をまとめて「感情の波」と名付けた。大きなシフトが生じる時には、もちろん喜びに満ちていることは多いのだが、喜びや嬉しさといったポジティブな感情と、今まで自分を自分で苦しめていたとか、自分の感情を無視していたとかといったネガティブな感情が未分化なままで、大きな波のように

押し寄せてくる。最初は言葉にならずに「ああああ」という感じである。

今まで自分の中で受け入れられなかった感情が受け入れられるようになるプロセスが始まる瞬間であろうと筆者は考えている。自己受容プロセスをより細かくみていくことで、理論的にも技法的にも新たな展開ができるのではないだろうか。

最近の心理療法の世界では「派手」な技法が多いように思う。話題になるのは短期間（短時間？）のうちに目に見える変化を起こすパワフルな技法である。フォーカシングも二十分程度でシフトなどという派手な変化を起こすものではあるが、筆者は個人的には派手な技法より、ゆっくりじっくりと変化が生じる地味な技法の方が結果的にはクライエントにとって有益なのではないかと考えている。ロジャーズは自分のセラピーを、「実存的セラピー」の仲間に入れていると言っていたが、少なくともその意味では派手な変化よりゆっくり着実な変化の方がより実存的になりうるのではないだろうか。フォーカシングにおいて、「シフト」より「ステップ」を重視する方向への変化は、「派手」なセラピー、パフォーマンスを重視する傾向への反省のようにも感じられる。

六、他の分野への適用とそれから得られた知見のセラピーへの還元

クライエント中心療法が、個人療法からグループへと発展し、同時に教育、経営、コミュニティへと対象をひろげていったのと同じようなことがフォーカシングでも生じてきている。特に最近では教育、創造性、spirituality、ビジネスといった分野にひろがっている。

新しい人間観や哲学、理論や技法が、心理療法やカウンセリング以外の分野へひろがっていくのは自然なことであるが、そこから得

られた新しい知見を本来の心理療法へ還元し、新たな理論と技法を作っていくことを怠ってはならないと思う。

ロジャーズはエンカウンター・グループに活動の中心を移してからは、個人療法の理論と技法に対してはそれほど多くの仕事はしなくなった。もちろんグループの経験から従来にはない視点が多く得られたことも事実であるが、それが体系化された形で個人療法にどれだけ還元されているだろうか。フォーカシングにおいても夢の扱いや他の分野への適用で得られた知見を統合して新たな理論や技法としてセラピーを発展させていく必要がある。

七、過程志向性と他のオリエンテーション

理論的にはともかく、現実の臨床場面では実質的にかなり折衷的な方向へと変化している以上、各オリエンテーションの統合を前提として研究を進めてゆく時期にきているのではないかと思う。かといって、それはロジャーズ派の独自性がなくなるのとは異なる。筆者が考えるには、ロジャーズ派の理論の中心は過程志向性にある。これは他の有力なオリエンテーションの理論と基本的に矛盾はしないのではないか。むしろ、他のオリエンテーションの基礎となるのがロジャーズ理論であると筆者は考えている。

研究が進んでゆくにつれて、さまざまなオリエンテーション相互で、理論的にも技法的にも相互接近が行われつつあるように思う。各オリエンテーションの主張が他のオリエンテーションの理論を取りこむような動きも多く見られる。

ロジャーズは、当初からオリエンテーション間の差は本質的なものではないと考え、リサーチが進んでいけばオリエンテーション間の対立が実質的に減少するのではないかと予測していたが、それは現実になりつつある。ロジャーズ派の一つの伝統がメタ理論（オリ

エンテーション・フリーな理論）への志向であるのだから、もっと我々はさまざまなオリエンテーションを統合する方向へと積極的に動いてもいいのではないだろうか。

八、ロジャーズ派の用語の問題

最後に小さな感想を一つ述べたい。最近、若手臨床家におけるロジャーズへの関心が低下していると言われている。その一つに時代性があると思う。それを強く反映しているのが用語である。「経験」、「純粋性」、「十分に機能する人間」、「成長」、「出会い」など挙げればきりが無いが、若い世代（私自身もまだその中に入れておいてほしいが）にはかなり違和感のある言葉である。ロジャーズの活躍した時代においてはそれが新鮮だったのだろうが、今では陳腐な響きの方が強く、時には偽善的な響きすらある。それは、その用語とそれを用いている人間との間のincongruenceが感じられているためだろう。現代と当時では文脈が異なっているのだから、現代の文脈に合った言葉に置き換えていく作業も必要ではないだろうか。そのプロセスを通して、基本的な概念が修正され発展していくのではないだろうか。

たむら りゅういち
福岡大学 人文学部

● 指定討論者のコメント

倉 戸 ヨシヤ

コメンテーターの役割を以下に言及することで果たしたいと思いますが、はじめに少し私自身のことを述べることをお許しください。

まず、パーソナルなことです。私は幼稚園で誕生し、三才のとき関東から関西に父親の転勤で引っ越してきました。ユング流に言えば、布置されていたともいえますが、生まれながらにしてグループを経験し、幼くしてやっと仲良しになった近所の友達グループから新しいグループとでもいえる関西の空気に適応する必要がありました。小学校も戦時中で傷病兵のための病院となり閉鎖、やむなく転校。そこでまた新しい学級グループに馴染まなければならませんでした。考えてみれば、誰もがそうだと思いますが、私も人生の早い時期から、いわばグループ経験を繰り返してきました。高校のときは寮に入っていましたし、大学のときも下宿し、留学先の米国でも一時は学生寮や下宿をしていました。最近でいえば、四カ月前まで単身赴任を八年間していましたので、いわばグループ経験の連続でした。幼馴染み、少年時代や青年時代の友、喧嘩友達、恋愛・結婚、家族、職場など、すべて、アンストラクチャードであったり、あるいはときにはストラクチャードであったりしますが、基本的には、グループといえるもののなかで生きてきました。いや人生

とはグループ経験そのものであるということができるかもしれません。

今回、コメントするグループ・アプローチとしてのグループ経験ということでは、私は日本で開催された初期のT-group (Leadership Training Laboratory, 1959; Church & Group Life Laboratory, 1960; Institute, 1966他)に参加した経験があります。これらのなかで経験したものは、一つは、"T-group & Laboratory Method in Japan" (Kurato, 1966)や"Casualties in the Small Group Experiences" (Kurato, 1977)に収録してありますが、一方では、いわゆる参加者の心理的損傷に関心をいだいてまいりました。それは、心理的損傷の状態になった方たちを同じグループのなかで目の当たりに見てきたことと、また心理的損傷を受けた方々とのカウンセリングやケアをする機会を与えられたからです。私にとっては、当時のグループは、それは先のT-groupやカウンセリング・グループのことですが、新鮮な魅力あるものであると同時に、安易に考えたり、無分別に開催してはならないもの、と映っていました。実は、このことが、私の向学心を掻立てて米国へ留学する決断をさせた大きな理由なのですが、したがって、米国でもグループやファ

シリテーターの訓練を受けることになったのです。ここでのグループ体験は、ロジャース流のものと、シュッツ流のものと、そして「Group流のものと、多彩でしたが、とくにエンカウンター・グループのファシリテーターの訓練からは学ぶものが多くありました。しかし、米国で再び一時的に軽い心理的損傷を受けた参加者を見て、なぜそのような損傷が起こるのかを知りたく、一方、グループ経験だけでは当時の私はものた然なくなり、とうとう高じて心理療法にのめり込んでいったのです。

グループ経験と心理療法とを学んで帰国した私は、K大学で七年半、そしてN大学では八年間、ゼミを中心にグループでの学習をしてまいりました(倉戸、1986; 1988a; 1988b; 1992)。これらのグループは、基本的には、ロジャースのベシック・エンカウンター・グループの精神を生かしながら、参加者が不必要に傷つけられないように、ときにセラピューティックな介入が存在するものです。

ところで、人間関係研究会の主催になるグループに年に一回招かれるようになってもう十年目を迎えています。このごろ、ベシック・エンカウンター・グループのアン・ストラクチャードなよさが、とくに参加者やグループのなかに自然に治癒的な雰囲気醸成されるよさが見えてきて、楽しく思うとともに見直しています。このことは、いまではセラピューティックなオリエンテーションをもっている私には、ことのほか価値のあるように思えます。このようなわけで、「T-group, エンカウンター・グループ、それにセラピューティックなオリエンテーション」という私の三つの背景から見えているものや感じているものを、発表者の報告に焦点を合わせて、コメントしたいと思います。

村山正治先生の「第二回来談者中心及び体験過程療法国際会議に参加して」というご発表に触れる前に、私の、先生ご夫妻をはじめ

とする福岡人間関係研究会の二十年を超えるご活躍について、感じていることを若干述べさせていただきたいと思っています。とにかく、これはなにもいうことがなく、ただ感嘆に値すると思うだけです。

これらのご経験を、一昨年だったでしょうか、本学会でもご発表でしたが、わたしどもその一端を知ることができました。また、エンカウンター通信というのを二〇〇号発行されていますが、これは二十年にわたって発行されていますが、読ませていただいて、ほんとに興奮を覚えるのみでした。そういう意味では、ほんとに福岡の地では、先生ご夫妻を中心に他の先生方、みなさんで、広くネットワークをつくっていらっしゃる。そういった地盤があつてこそ、今回ご発表のような国際学会とのネット・ワークもできつつあるのかな、と思いました。しかし、それなら、一つはパーソン・センタード・アプローチのフォーラムもしくはEXPの国際会議が福岡で開催されてもよいのではないかと、そんなことをお考えになったことがおありか、など思いました。あまりいい過ぎると、お叱りをうけてたくさん焼酎を飲まないかと許してもらえないかもしれませんが、先生のご発表のなかで二つ取り上げたいと思います。

一つは、アカデミックな色彩のある動きがでてきていて、ちょっと失望されたというお話ですが、この点については、先生のお気持ちも分らないのではないのですが、私は、むしろ歓迎すべき側面もあるのではないかと、思いました。先生は日本心理臨床学会の方でも中心的にご活躍ですが、そういった専門家集団にもパーソン・センタード・アプローチの精神というか、実践を認知してもらおう、ことが大切なのではないかと。なぜなら、日本においてアカデミックな色彩の強い心理臨床は目下のところ、精神医学を範とする、いわゆるメディカル・モデルに沿ったものが中心かと思っています。したがってわれわれ心理臨床家も来談者を病人扱いしかねない面がでてくると思います。病院臨床などは、その例かと思いますが、パーソン・

センタード・アプローチの精神は、とくにその中心となる人間尊重の精神は、むしろそういったプロフェッショナルな集団でこそ主張する意味があるのではないか、そのための努力をわれわれはもっとしなければならぬのではないか、と思います。それから、これはどうか。教育界においても、同様かと思いますが、これは今日のご発表と関係がないのかもしれませんが、先生は日本心理臨床学会の方でグループのことをご夫婦共同でご発表になって、そこで出てきたのが、ボーダーラインの方ですとか、精神病圏の方の参加者が最近みられる傾向にあって、そういった場合には、個人セラピーに送る、というお話でした。このようなケースは今後増加するのではないかと、思われますが、グループと個人セラピーは対立したり、互いに敵視するものではなく、協力関係にあることが参加者には望ましいのではないか、そのことをもっと摸索していかなければならない時期にきているのではないか。しかし、このことは、日本の土壌にあってはまだまだ難しいのであるが、福岡人間関係研究会のような積み重ねられた実践の歴史とネット・ワークのあるところでは、これが可能になるのではないのか、今後ますます必要になってくるこの協力関係のひとつのモデルになるのではないか、と思います。

もっと有機的な関係があってもよいのではないか。私の場合などは、個人セラピーにいらした方を、グループに送りたいし、本人もそう望むケースがありますが、信頼がおけ、かつ常時開設しているグループが私のまわりには見当たらないので困ることがあります。ですから現状では、クライアントが自分で見つけたグループに自由に参加するのですが、うまくいった場合ならいいのですが、傷ついてくることが多いのです。そこで、私が再びケヤーをしなければならなくなる。ときには、こういうグループに出たいと前もって相談される場合があるのですが、好ましくない情報が伝わっていて賛成

できないグループの場合など、せいっぱい「ノー」といつてるんですが、なかなかいえない。それに、クライアントが強く希望するときなどは、仕方がないときがあるのですが、セラピストとして困ることは、どういうグループ経験をしたのかレポートがなく、また病態水準が元にもどっていることがしばしばあることです。ですから、個人とグループとをもって有機的に連絡を取り合うことができないか、先生のところではすでに試みられていますので、さらにシステムとして考えておいきになることができればすばらしいな、と思いました。

それから訓練とセルフ・ヘルプ・グループの問題について触れましたが、まったく同感です。訓練の問題に入るかと思いますが、私の知っている方でエンカウンター・グループに十年以上も参加されているのですが、次の段階というか、ファシリテーターになりたいのだけれど、システムティックな訓練を受ける機会がない、と嘆いている方がいます。このあたりは、経験的に、場数を踏んでいくしかないのか、この訓練というか、段階的な学習の問題は、今後ますます考えていかなければならないことだと思います。

次に畠瀬直子先生へのコメントですが、一口に言って、「すごいな！」と思いました。私はロジャーズに個人的に二回お目にかかっているのですが、すごい先生だと思っています。しかし、彼が亡くなって、その後のパーソン・センタード・アプローチはどうなったのかと思っていましたので、先生のご発表を興味深くお聞きいたしました。二一五名もの人が世界各地から一同に集まってきたというお話は、よくこれだけ集まるなあ、すごいな！と驚きとともに感心いたしました。

そこで「ケイオス」と、おっしゃったのですが、混沌としていたというお話しも面白く伺いました。しかし、Unstructuredという

のと、uncertainというのとは違うと思います。私はベーシック・エンカウンターにおいてもこの区別をすることは大切だと考えています。とにかく、そういう混沌としたなかに、はるばる日本から多くの方が参加なさったということは、これまた「すごいな！」と思います。ご報告のなかで面白いと思いましたが、欧米の参加者が積極的に発言をするということと関係があります。伺っていて、あたかもリーダーシップの取り合いみたいな印象を持ちました。このあたりが私のひっかかったところと通じるのですが、理論的というより個人的につまずいたところなのですが、私がお会いしたときのロジャースもそうだったのですが、彼らはよく喋るということです。喋らないと分からない、通じ合えないという考え方なのでしょうか。とにかく、受容し、共感して聞いてくれるという期待をしていた私のなどはひどく失望したことがあります。そこで畠瀬直子先生の日本人の語学力のなさという指摘ですが、同感の部分とそうでない部分とがあります。同感の部分については、私は語学力をつけてどうとうと欧米人と渡り合いたいと願っています。語学力がないために世界のなかに居れないというのは、なんともはがゆいからです。一方、同感でない部分でいえば、日本人の多くは語学力の差というより躰や価値観の相違から無闇やたらには喋らないこともある点です。私の知っている欧米人のなかにももの静かな人がいます。そういった点でこのあたりの記述を興味深く拝見いたしました。

ご発表をお聞きしてパーソン・センタード・アプローチの「静かな革命」が着実に展開されている様子をみて、頼もしいと思います。しかし、よくばりなのかもしれません、さらなる発展と定着を願うものにとっては、もっとももっとという感があります。家庭が機能しなくなり、学校がますます管理化への方向へとエスカレートし、企業や社会では一人の人間の重さが軽んじられ傾向にある今日、ロジャースのめざした哲学やアプローチが今こそ必要で、かつ重要な

役割を果たす時代になってきていると思われるのに、ややマンネリ化したり、伸び悩んでいる感があるからです。他をみると、たとえば、村山正治先生も参加されたMilton Erickson財団が主催をした一九八五年開催の第一回目の「Evolution of Psychotherapies」の会議は世界各地からマスター以上の学歴を持つ専門家を七、〇〇〇人もその参加者として集めています。第二回目は、一九九〇年に開かれましたが、これまた七、〇〇〇人を集めています。私は、単に、数字を比較しているわけではありませんが、量の上でも質の上でもパーソン・センタード・アプローチがさらに発展し、深化していくためにはどうすればよいかを考えてみる必要があるのではないかと、思っています。

この会議の報告書が「二十一世紀の心理療法」と題して出版されていますが、そのなかに引用されている村山先生訳のロジャースのことばがあります。アルキメデスの「てこ」の原理になぞらえて、ロジャースも、この「てこ」が十分に長ければ世界をも動かし得るといっているところがあります。すなわち、彼もパーソン・センタード・アプローチが「静かな革命」の「てこ」になることを夢みていたといえるでしょう。その夢の一つが、ご発表のように、大規模のワークショップを企画することであつたのではないかと。一三六人の人間が互いに他を傷つけあわずに生きることができるよう、互いが十分に発達していけるように関心を払いながら共に生きることができるよう、意味のない同調ではなくて豊かな多様性を許容しながら生きることができるようなプロセスを、その一端だけでも発見することができれば、そのときわれわれは、いづくせないほど豊かな含蓄をもった真実を発見したといえるだろう。」（一九七七）とあります。

世界の三大危険地帯の一つといわれている北アイルランドのベルファーストでワークショップを開いているし、そこでは交戦中のカ

トリックとプロテストの真ただ中に飛び込んでいってグループを持っていきますし（一九八四）、ダブリンで開催されたグループ（一九七七）のなかでも北アイルランドと南アイルランドからの参加者がいました。南アフリカでの白人と黒人のグループ、あるいは中央アメリカと南アメリカでの国際的なグループを持っています。そういう展開がみられているグループの一つが今回参加されたグループなのかな、と心強く感じました。しかし、失望も味わったと書かれていますね。「そこでは一つの奇蹟も起こらなかった。グループの雰囲気は緩和になり、若干のコミュニケーションが改善され、メンバー間に建設的な行為がみられた」と。しかし、混沌としたなかで帰っていかざるを得なかった、と。

もう一つ、ルース・サンフォードという方が書いているのですが、この方はメキシコの会場で、スペインから参加した学生が、グループは大いに賛成だが、費用の払えない人や時間のない人は参加できないではないか、このことをどう思うかと質問をしている様子を報告していますね。すなわち、パースン・センタード・アプローチの持っているエリート性というか、ブルジョワ的というか、中産階級以上の人達に開かれたグループといわざるを得ない傾向を取り上げられています。そういう意味では、スペインの学生が叫んだように、われわれが考えねばならないのは、お金を取って、ある期間だけ開かれた、自由な雰囲気を作る、というのではなく、もっと日常的な状態のなかで可能になるような展望を持っていかなければならないということです。そういう意味では多くのフォーラムが開催されているけれども、どうフォローしていくか、とくに日本の国内で、というのが課題にならないでしょうか。

高松里先生のご発表についてですが、一年ごいっしょさせていたいただいたこともあって、少々のもり込んでお聞きしました。北海道か

ら神戸を経て九州に行き、そこでどうやら定着している先生と拝察していますが、このことを思っただけでも各地で多くの人とエンカウンターされたのではないかと思わざるをえません。さて、二ペーシのところの「パースン・センタード・アプローチの動向」をお書きなのですが、全体的な傾向としては様々な試みがなされつつある点、エンカウンター・グループ自体はマイルドで日常性と近いものになってきている点を指摘され、その理由をいくつか挙げておられます。大方の見方に同感なのですが、時代の変化、参加者のニーズの変化、ファシリテーターの訓練の問題など課題もいくつかある点を加えさせていただきたいと思います。

ここで、どうしたことか、私の夢もお伝えしておきたいという気持ちになりました。私の夢は、ユートピアといわれそうですが、アンストラクチャードな場があって、食事と寝泊りするところだけが提供されているという場、いろいろの人はいるが、ファシリテーターやセラピストなどと名乗る人は存在せず、話しかけたら答えてくれるような人がいて、来訪者は絵やねんど、読書など好きなことが自由にできる。しかも自分のベースで、滞在したいだけ滞在する、そんなアンストラクチャーな理想郷を夢見ています。発想は駆け込み寺に近いのですが、より生産的というか、問題を持たなくても訪問でき、自分の成長のために滞在できるという構想なのです。先生がセルフ・ヘルプ・グループを継続的にやってらっしゃるのを知っているのです、その延長線上で考えていただいたいと思います。

もう一つは、パースン・センタード・アプローチは分裂病の方に無力なのかという積極的な疑問を投げかけていらっしやいますが、そして、「精神分析や行動療法などの治療理論ではかけている病者の人間的側面を扱うことにより、分裂病圏の治療にも大きな貢献ができるのではないか」と述べています。これは慧眼だと思いました。ここで一緒に考えて見たいのは、方法というか、具対策をどうする

か、ということです。それこそただアンストラクチャードというか、意味のあるアンストラクチャードであればよいが、ケイオスあるいはアンサーテンティのアンストラクチャードであればだめだと思います。私は若干試みたことがあるのですが、たとえば単なるリスト・コメントすると、いちいち、それは違うと引かかってこれらただけで、うまくいかなかった経験があります。ロジャース流の言語を使っただけのものでは、とりわけリスト・コメントやクラリフィケーションを機械的にしただけでは、とても太刀打ちできない経験をしています。ですから方法論は、形式化や公式化された方法論ではなしに、ぜひ独自の有効なものを見付け出したいと思っていますが、高松先生も見つけていただきたいと思います。そういう意味では治療論が公式化され過ぎたり、非常に操作的になってきているような気がして気になるというお話は、まったく同感です。

また、何派ということではなくて、原点に立ち帰ってというお話でしたが、ロジャースも一九八五年の会議で触れているのですが、自分にとっての最高の治療論は自分であり、ある学派の技法とか流儀にとらわれるのではないと述べています。高松先生も、同様のことを書いてらっしゃるので、このあたりのことを感得なさっていて、すばらしいと思いました。

いわば自分らしい理論や方法論を持つということは、異文化間の仕事をやってらっしゃる先生には、ことのほか大切だし、また当を得ていることだと感じました。私は、一昨年のホンコンでの国際会議で発表したことがあります。『Counseling the 21st century: A relativity look』という題だったのですが、異文化間の関わりはこれから日常茶飯事になると思います。私は、天安門事件のとき、中国からの留学生とカウンセリングでお会いしたことがあります。そのときは自分の依って立っている専門的な立場や技法、決められた時間内でもって応答しなくありませんでした。ただ目の前にいる留

学生とともに居合わせ、ひたすら傾聴し、歴史的なときと一緒に過ごそうとしたことがあります。今後、ますますバウンダリーレスというか、文化や国の境界がなくなり、グローバルな時代がやってくるといふ経済的・社会的な変化を前にして、われわれはどんな関わりができるのか、またなにができるのか、考えなければならぬことのように思えます。その意味では、外にばかり目をやるのではなく、すでに国内に多数滞在している外国人の現状にも関心を持たねばならないと思います。彼等から費用を取ってグループをするわけにはいかないけれども、彼等が日本に適応し、自立するために、なにができるか考えることは大切なことのように思えます。そのとき高松先生の視点や実践は貴重な貢献をすることになると思います。

田村隆一先生は今回は、フォーカシングと体験過程療法における論議、すなわち、異質論者と同質論者のことについてご発表ですが、私自身はどちらかといえば、異質論に賛成なのです。その視点は、フォーカシングは、その考え方というか、とくに手法は、人間関係を全面に出すインターパーソナルなものではなくて、イントラパーソナルな傾向で、これはセラピーの範疇にあると思います。ですから、インターパーソナルな指向の強いPCAとフォーカシングを無理に繋げなくてもよいのではないかと私は思います。このあたりはサンフォードが記述していますが、最初、ノン・ディレクティブ・カウンセリングだった時代から、クライエント・センタード・セラピーを経て、エンカウンター・グループになり、そしていまパーソン・センタード・アプローチに発展してきた過程を跡づけていますが、セラピーから広く人間関係へと指向が変わってきているといえると思います。フォーカシングは、私の理解では、イントラパーソナルな指向性を持っているのではないかと。これを無理やりエンカウンター・グループやパーソン・センタード・アプローチに繋

げなくてもよいのではないかと思います。しかし、フォーカシングの精神は同質だという考えには賛成です。

技法についても触れられていますが、学派にとらわれるのではなく、機能しうる関わり方を摸索していくという考え方には同感です。それをいみじくも米国の知人である精神科医や臨床家は指摘しています。機能しうる、あるいは有効な方法はなにかに関心が向き、かつてみられたような学派にしがみつく現象は少なくなったようです。したがって、統合的な考え方や技法が摸索され、いままでは各学派に特徴としてみられた技法や小道具、たとえば、ゲシュタルトでいえばクッションや「エンプティ・チェアー」、精神分析でいえばコーチ、エンカウンター・グループでいえば「エンカウンター・バックト」など、それらはもうほとんど使われていないということです。

今後の課題としては、一つは、エンカウンター・グループの指向性というか、めざすものはないか、再度、明確にすることがあるのではないかという点に触れたいと思います。私はTグループの経験があるといいましたが、Tグループというのは、最初はセラピーではなくて、インター・パーソナルであった。したがって異文化間ですとか、黒人と白人、教会の聖職者とレイマン、病院の医師と看護婦やソーシャル・ワーカー、など人間関係の葛藤やコミュニケーションの問題にどのようにアプローチできるか、どのような話し合いをすればよいのか、よいスキルがあるのか、などを目的に一九四七年以来レビンらの参加もえて米国メイン州ベセルにおいて展開されているものと理解しています。そこで出てきた問題は、カルフォルニアのマサリックなどがそうだと思いますが、インター・パーソナルなものだけではだめで、イントラ・サイキックというか、イントラ・パーソナルな視点とその関わり方が、より大切ではないのか、ということであったと理解しています。この動きと合前後してロ

ジャースのエンカウンター・グループの運動が展開されるようになったと理解しています。ですから、米国で訓練を受けるときには、エンカウンター・グループは、どちらかといえばセラピューティックなディメンションをもったものとして臨みます。一方、Tグループの場合は、これと逆で、セラピューティックな問題が出てくると、専門家ヘリファリーしなさい、といわれる。

いま、お話を聞いていると、パーソン・センタード・アプローチは異文化間とか、国のへだたりを超えてとか、男女間、マイナリティの問題など、初期にレビンたちがねらっていたコミュニケーションの領域に関心が広げられつつあるのかな、という印象を持ちました。両方を経験している立場から見ると、興味ある現象だと思います。

私がつまづいたという観点からも若干述べさせていただきます。

私は今は、ロジャースのいうUnconditional Positive Regardの態度というか条件を価値のあるものとして考えております。他の、たとえば、リステートメントとか、クラリフィケーションなどは、分裂病の方との関わりの経験があるからかも知れませんが、多くの場合、セルフ・サポートや成長とどう効果的に繋がるのか、分からなくなるときがあります。現時点で感じていることといえば、とくにクライエントの感情をセラピーの場合はセラピストが、グループの場合はファシリテーターがクラリファイするということは、クライエントの感情まで自分で気づく機会を奪ってしまうのではないのか、という懸念を抱いています。それゆえ、私は出会う方の感情表現まで奪わないようにしています。それはその方にゆだねる、ようにしています。たとえば、「いま、どんな経験をしていらっしゃいますか」とか、「いま、ご自分のどんな感情に気づいていらっしゃいますか」とか、感情に気づくことや感情表出をする機会をつくることはいたしますが、私の方で、「いま、怒っていらっしゃるのですね」と

か、「それを喜んでいらっしゃるのですね」などとはいわないようにしています。このことをめぐって、私はロジャース理論から離れざるをえなくなったのです。そういう意味で、私自身問題にしているのですが、「道づれ」とサンフォードも書いているのですか、ファシリテーターというのは、一緒に道を歩む存在だといながら、そして指示はしないけれど、ある方向に参加者が歩むのを待ったり、期待してはいないか、また、unstructuredといいたが、どこかでは構成しなければならなくなる時点がでてきた場合など、制限を設けたり、構成的にならざるをえない場合はないのか。他方、ファシリテーターとしてグループが、たとえば、ロジャースがいうグループのなかに治癒的な雰囲気ができることを期待し、出てくると楽観的になり、グループがうまくいっていると喜び、そうでないと悲観的になっていないか。これは、いわゆるhigh learner-low learnerの違いの問題で、高松先生なども早くから注目していた問題であります。われわれは、どちらかといえば、エンカウンター・グループの優等生であるhigh learnerの方に関心を寄せてきたきらいがないか。だけど、実は、グループにつまづいたり、適応できなかったり、攻撃や不満を表明したり、一回のグループ経験ではうまくいかない、いわゆるlow learnerの方にこそ関心を向けることが大切なポイントになることを強調しておきたい。私のグループ経験の経緯は、これらlow learnerの方とどうグループをやっていたか、関わっていたか、それを摸索してきた、といっても過言ではありません。それが、最初に述べたように、心理的損傷の問題に関心を持つに至っているのです。

最後に、エンカウンター・グループの現代的意味について、私見を述べてみたい。やや下火となったという報告もありますが、まだまだ全国規模で多くの人がエンカウンター・グループにやってまい

ります。私が参加するもののなかにも、教師、看護婦(士)、大学生、学部生、若者などが含まれています。これらの参加者は、なにを求めて参加するのか、彼等の参加動機について興味を持っています。それと日常の心理臨床のなかで最近考えたり、思ったりすることと繋ぎ合わせると、一つの考えが仮説として浮かび上がってきた。それは、もしかすると、彼等は一種の通過儀礼としてやっているのかもしれない、という考えです。

少し詳しく述べますと、昨今、進路をはじめとする人生の選択の巾や自由さは、ひと昔前とは比較にならないほど増大しているといえますが、この選択や自由さの巾が大きくなればなるほど、こんどは確かな選択をしなければならなくなるわけで、それが若者にとって容易ではないことのように見受けられます。それに、以前あった一人前の大人になる通過儀礼も場所もなくなりました。一方、価値観は多様になり、輻輳しています。どの価値観が自分のものか、選択する必要があります。これも容易ではなさそうです。おまけに、いまや時代は、大人と子ども、教師と生徒、男女などの境界がなくなりつつあります。したがって、自分らしさは、自分一人でもがきながら見つける時代になっている感があります。それゆえ、若者は一人でいろいろな経験にエンカウンターしながら大人になることを学んでいかねばならなくなっています。

このことは、たとえば、新宿や原宿にたむろする若者をみていると考えさせられます。暴走族、おたく族、家出の少年・少女など、とくに彼等の将来はどうなっているのか、心配させられます。ところが、われわれの心配をよそに、暴走族は十九才、おんなの子は二十才で足を洗うのだそうです。それまでは、したいほうだい、しこたま好きなことをして、ときにはどん底の底で、傷ついて、もう立ち上がれないのではないかと思うところまで落ちる経験をするそうです。しかし、傷心のうちにもサバイバルする方法、すなわち一

人前の大人になることを学んで、そこを卒業していくのだそうです。この間三年ほど必要という報告がありますが、卒業すると、けろっとして、なにくわぬ顔をして家に帰り、翌日より真面目に働き出す例が多いのだそうです。

これらの報告をみると、もしかすると、彼等は一人で一人前になることを学ぶために、現代風の通過儀礼を一人で執り行っているのではない。暴走族に加わったり、おたく族の仲間入をしたり、家出したり、一人きりになってみたり、そうすることが通過儀礼の現代的なのだといわんばかりに。教師や看護婦（士）の場合も同様ではないのか。そこで、もしかすると、やってくる多くのの人にとってエンカウンター・グループは通過儀礼のような機能を果たしているのではないかと。もちろん、意識的にはないけれども、一度、どこかで自分を出したり、ぶついたり、もがいたりすることを欲し、自分の目や足で確かめることを欲しているのではない。そしてその場をエンカウンター・グループに求めているのではない。そうだとすると、エンカウンター・グループは若者や現代が要請しているものに応答しえることになると思えられないか、と思うようになっていきます。そんなふうに思うと、エンカウンター・グループの意義がさらに一つ大きくクローズ・アップされてくるように思えます。そういう意味では、「Encounter encounter group」という著書がありますが、初心に返って、再びエンカウンター・グループを考えてみる、そして今回のご発表のようにロジャース以後のパースン・センタード・アプローチの新たな展望を摸索することをもどもいいたしたいと願っています。コメントさせていただく機会を与えていただきましてことにお礼を申し上げて終わりたいと思います。

くろと よしや
● 大阪市立大学

人間関係研究会刊行資料

No.1	畠瀬 稔	身体接触を伴う人間関係促進の一技法（改訂増補）1972	（価200円	〒120円…	40g）
No.2	小野 修	自分がよみがえった—エンカウンター・グループへの参加経験—1971	（価200円	〒120円…	40g）
No.3	カール・ロジャーズ1967（小野 修訳）	学校組織の主体的変革のための計画1971	（価200円	〒120円…	45g）
No.4	畠瀬 稔	エンカウンター・グループについて—来談者中心療法の行動科学的発展— （『教育の医学』18巻1号より転載）	（価200円	〒120円…	30g）
No.5	ジェンドリン&ビービー1968（小野 修訳）	体験グループ—グループのための インストラクション—（増補改題）1972	（価200円	〒120円…	40g）
No.6	北島 丕	高校生のためのグループ・カウセリング1976	（価800円	〒240円…	180g）
No.7	増田 実、東山 紘久、清水 信介	ラ・ホイヤ・プログラムへの参加経験1977	（価200円	〒120円…	40g）
No.8	畠瀬 稔	企業における人間関係の改善について—エンカウンター・グループ導入—1979	（価200円	〒120円…	30g）
No.9	渡辺 忠	職場のチーム・ビルディング—人間中心の組織づくりのために—1985	（価300円	〒170円…	60g）
No.10	ナタリー・ロジャーズ（坂川 雅子訳）	母と私—鏡の中を覗いて—『生まれ変わる女』より	（価200円	〒120円…	35g）
No.11	小野 修	問題をもつ子どもの親たちのグループ—臨床家のためのマニュアル—	（価300円	〒240円…	105g）
No.12	小柳 晴生	エンカウンター・グループ多数回参加者としての自己分析 —参加体験と心的変容過程—	（価300円	〒170円…	90g）
野島 一彦編	わが国の「集中的グループ経験」に関する文献リスト（1970～1980） 〔福岡人間関係研究会資料 No.11〕		（価400円	〒170円…	60g）

申込み先：人間関係研究会事務局

〒145 東京都大田区上池台1-34-26渡辺方
 電 (03) 729-3622 (20時～23時)
 ご送金は、郵便振替 東京 9-37428まで
 (¥1,000以下は、切手可)

接心・ヨーガ的カウンセリング

土江正司

瞑想とカウンセリングの接点を探ってみようという思いから、約二年の間に内観、エンカウンターグループ、超越瞑想（TM）、フォーカシングと体験してきた。また学習会を開いて指導したり、学び合ったりして、複数のメンバーから心の進化、気づき、束縛からの解放に関する貴重な体験談も聞くことができた。

これらの経験を総合して「ヨーガ的カウンセリング」という新分野を開発できたように思う。私はこれを「接心」と呼んでいる。接心は禅語で言葉を超えた心の伝達を意味するが、私の接心は吟味された言葉を使用する。接心は実際にはフォーカシングとヨーガの智恵（インド哲学、仏教という法、ダルマ）を組み合わせたものである。

授業や勉強会でウパニシャッドやバガバッド・ギータといったインド哲学に言及しても、大方は知識として吸収されるのみで、それを実生活に反映されることは難しい。十人いれば二人は聞き流し、六人は知識として覚え、

二人は実生活に生かそうとするかも知れない。それは聞く人の心の状態にいかにか知識がマッチしていたかに拠る。先の六人は生かせない知識のために頭でっかちになったり、自分を見失ったり、知識ゆえに人を見下しかねない。知識とはそのような性質をもっているのだ。

だとすれば、知識を発する側は相手の心の状態を見抜き、もっとも感動を与え得る知識を紹介し、実生活にどのようにそれを生かすか具体的に説明し、継続的に相手が知識を自分のものとして消化したかどうかを確かめる必要がある。

カウンセリングでは説教は嫌われる。カウンセラーの意見の押しつけでは何事も解決しないのだ。ヨーガの智恵とカウンセラー自身の意見や感情を混同しては接心は説教に墮する。ここでカウンセラー自身が自らをフォーカシングしつつ澄み切った心の状態にいる必要があるのだ。

カウンセリングでは相手の心の無条件で共感して行く必要がある。相手が誰かに対して

否定的な感情を持ち、「ぶん殴ってやりたい」とか言ったとすると、カウンセラーは「ぶん殴ってやりたいと思っているんだね」と返してやる。これを「それは非暴力というヨーガの教えに反する」と返せば、相手はカウンセラーに心を閉ざすだろう。

カウンセラーの共感を境にして、クライエントは自分の心に直面し、今まで言葉にならなかった自らの心の底に渦巻くものを発見する旅に出る。その旅を従来のカウンセリングの何倍もスピードアップしてくれるのがフォーカシングのテクニックである。

フォーカシングには一定の手順があり、ある時期私はそれを繰り返し自分に課して練習していた。練習するにつれて自己発見の旅はスピードを速め、数分ですぐに目的地にたどり着くようになり、ついには「今、ぼくは心の底で何を感じているのだろうか」と尋ねさえすればすぐに答えが出てくるようになった。

*

自分の心の底の「あるがまま」を感じることに、それは素晴らしい心の解放であり、それを感じられたときは本当にすがすがしい気持ちになれる。しかし感じることに、それを言葉や態度で表明すること、つまり「あるがままであること」の間にはギャップがあつて、

感じるままに泣き、笑い、怒れるかといった
 らこれが結構難しくできない人が多い。

実は私自身にとってもここは課題であり、月に一回開いているフォーカシング研究会では「あるがまま」を感じ、「あるがままである」練習を数名のグループで実践中である。

接心では悩みの本質をフォーカシングによって突き止め、更にヨーガの絶対的な智慧によって解決が与えられる。悟りの速い人は智慧を与えなくても、悩みの中から智慧に自力で至ることもできる。つまりヨーガの智慧とはあらかじめ人間の心の奥底に仕組まれているものなのだ。それは神様から与えられたとしか言いようがない生まれつき備わった人間の本質である。ある人は自力でそれを導き、ある人は教えに触れて気づき、ある人は気づかずに一生を終わる。

悩みの本質を突き止めたときに与えられる
智慧は大きな感動をもって迎えられる。それ
は本来備わっていたその人の智慧を呼び覚ま
すのだから、そこに説教に対して生じるよう
な否定的な感情は生じない。

悩まない人、求めない人、向上しようとしていない人、限られた小さな幸せに安住している人、この人たちに対し私は「そっとしておく」以外に何もできない。何かの事件で小さな幸せが揺さぶられたとき、それはその人に与えられた成長へのステップなのだから、

がっぷり四つに受け取ってさばいて頂きたい。
そのとき接心は役に立つはずである。

独り善がりで他人を信頼しない人、心身を自分自身の所有物であると誤解して大宇宙の法則に自らの運命を任せ切れない人、この人たちはあまり関わりたくないが、もし聞く耳を持つなら内観を勧めたい。

Yさん、そしてAさんへの感謝状

私は接心を終えた後、素晴らしい幸福感を覚える。心の底から人と触れ合える充実感こそ、人間が求めてやまないものではないだろうか。

（「ヨーガの森」第13号より転載）

●つちえ しょうじ
松江市・パタンジャリ・ヨーガ研究所

阿野和子

「笑顔とすれ違う時、きらきら星がみえました。もっともっと輝きますように……。」

*

「気づきのインナー・ワーク」から帰って
まもなく、ジョン・ササン・フォックスのプレイ
バック・シアターの案内と一緒に、こんな
メッセージが届いた。

「お約束の案内をお届けします。」…、そんなこと、約束してもらったわけ？ ああ、そうそう、したした。四年前のグループでいっしょだったという気安さが手伝って、食事の時、隣の席にいたスタッフのＹさんに、そん



なお願いをしたんだった。そんなことも忘れていたなんて……。そう、それくらい大きなことのあった八月のワークだった……。

年配の男の方でも、こんなおしゃれな便箋を使うんだなあ。淡い色をぼかした便箋に、毛筆でしたためられたとても丁寧な手紙。それは、有り難い善意とか厚意とかを感じさせこそすれ、私を痛めつける何ものでもあろうはずがなかったのに。

それなのに私は、追伸のこの二行の文章に、ジタバタしてしまったのだった。

それは私の持つ「あの時」のイメージとはかけ離れていた。あの時の私にキラキラ星なんて似合うはずがない。光っていたとしたら、それは火花だったんだろう。私はリーダーのAさんと「怒りのワーク」をやったのだから。

*

今年の夏は、ことごとく仕事とE・Gの日程が合わなかった。「気づきのインナー・ワーク」、一泊二日（短期間）、好都合の日程。インフォメーションに「夢」とある。私は夢をワークとすることが好きだ。E・Gではないけれど、まあ悪くなさそうな感じ……。

第一セッション。自己紹介、この二日間のワークの間にやりたいこと、……リーダー（E

・Gでいうファシリテーターにあたる存在）の提案にそって時間は流れる。時々気になる

リーダーの動き……ひょっとして、これはゲシュタルトではないか。言葉で流れている間はそれでもよかった。次にやってきたのは身体を使った表現、そしてボディ・ワークだった。その時の私にあった感じは「素直になれない」感じ。みんなは提示された感情を次から次に身体と声（叫び）で表現していく。ダメ。私の体は動かない。今、自分の中にある確かな感じ以外のものを、どうしてうまく表現できるっていうんだろう。私には、今ある確かな感じさえ、身体を使って表現するのは難しいことなのに。私にできるのは、『素直になれない感じに素直でいること』だった。みんなと同じフロアーに、足を付けていることさえいやで、部屋の後ろに片付けられたパイプイスの上に、膝を抱えて座っていた。

けれど私はグループをまったく離れてしまっていたのではなかったようだ。そこで何が起きているか見ていることだけはできたのだから。ひとり体の動きがぎこちない人がある。ボディ・ワークでペアを組むとき、やっぱり彼女が私の処に近づいてきた。みんなは「王様と奴隷」をやっている。何もやっていない（ふうに見える）ふたりの処に、リーダーのAさんがやってきた。声をかけられるかかけられないかのうちに、私はリーダーの

声を遮って答えた。「大丈夫、ちゃんとやっている。（「あっち行ってよ。じゃましないで。」）」

私はこのワークに来て、何かをやりたいとは思っているのだけれど、ここで起きていることは私のやりたいこととはズレているようだ。でも、ともかくボディ・ワークのセッションは終わったのだ。一日目最後のセッション、「動く彫像」。ここでも私は自分に無理なことはしなかった（つまり、動かなかった）。動くことが表現の総てだとは限らない。時には言葉よりも沈黙が多くを語るように、静もまたひとつの表現となり得るはずだ。「ゲド戦記」の始まりにもあるではないか。「ことばは沈黙に 光は闇に 生は死の中にこそあるものなれ 飛翔せるタカの虚空にこそ輝ける如くに」と。

リーダーはさかんに私に働きかける。そこで何かをやらないと、あなたの中で何が起きているのかみんなにわからないと。それでも私は動こうとはしない。彫像が動くなんてナンセンスだ。彫像は動かないから彫像なんだ。でもこれはリーダーに対する反抗とは違っていた。私はただ自分の気持ちに素直でいただけだった。リーダーの度重なる働きかけに譲歩して私が動かししたのは、表情筋（顔の筋肉）だけだった。

＊

二日目。夢のワーク。昨晚夢をみるにはみたけれど、私はいつものように夢を憶えておけなかった。けれど私は夢のワークを申し出た。夢を語る前に前置きをした。「私は夢を逆さまになぞって思っていた。そうしたら、途中で、昨晚Aさんが話した『夢の思い出し方』が頭にうかんできて、私の記憶を遮ってしまった。」それからしばらくやりとりが続いた後、Aさんは言った。夢のワークを始める前に、「尋常でないこと」が起きたと。「僕の言ったことが夢を思い出す邪魔になったなんて初めて言われた」と。(それは大変なことを言ってしまった。)

『怒りのワーク』やるっ?」 Aさんは、私には意識されていない怒りを明確に表現させるようアプローチしてきた。Aさん自身に、ロール・プレイで私になったAさんに、あるいは、そこにはいない某セラピストのエンプティ・シートに、怒りをぶつけさせようとする(某セラピストは、クリアリング・スペースでクリアーな感じが落ち着いて味わえない私の症状を「あかんたれ症候群」と名付けた)。

「二回も言うなんて。」「二回も言うなんて...何?」「...しつこいわね。」「しつこい

の嫌い?」「好きな人いるの?」「しつこいの嫌いなね。...そのセラピストしつこかった?」「?ううん!!だからこれはあなたによしっかりうけとってね!!」

一端はうまく怒りを表現できても、「やらされている感じがする。」そう感じる度に私は立ち止まり、ワークは暗礁に乗りあげた。

「怒って!! 僕があなたになるから、あなたが僕になってあなたに言って。」(Aさんの役の私)「何してるの?」「そこで何してるの?」「何しに來たの?」「帰ったら?」／(私役のAさん)「私はあなたのせいで夢を忘れたのよ! 責任とって!! お金払ってるんだからあなたが責任とって!!」／(Aさん役の私)「責任の肩代わりしてもらうためにお金払ったの?」／(Aさん)「?あなた僕のお金払ってこない?」／(私)「私は、お金を払ってここにきてるんだから、あなたがやって!」

「怒りのワーク」はメンバーのみんなの笑いを誘うものだった。私は怒りを笑いに変えて表現していた。Aさんは笑いを止めるよう指示した。とたんに私は不自由になり、段ボール箱の中にすっぽり入ってしまったような感じになった。

Aさんとのやりとりでみんなの笑いをとっているうちは落ち着いていられた。私はメン

バーのみんなに許される存在だった。けれど、真実に迫ろうとした時、私の中のインナー・チャイルドはふるえておびえていた。こわくてとても次の言葉が出てこなかった。Aさんは言った。「わかるよ。セラピストにそんなことを言うのは勇気があるよね。」「違ってる。セラピスト(Aさん)はこわくない。他のみんなの方がよっぽどこわい。」「じゃあみんなに『こわい』って言って。」「こわい人に『こわい。』って言えない。」「その時私は、みんなと違う自分が許されるかどうか、真からこわがっていた...」

初めて出会った真実の私。人をこわがっておびえて泣いている思いがけない私。そして私は、その時の私が確かに嫌いではなかったのだ。こんなにおびえふるえて泣いているいたいけな私を、私はこれ以上嫌うことはできない。

やっぱり心地よい間隔を長くは味わえない私なのだ。「かずこさんにはその力があると思うから、言って。」というAさんの言葉が聞こえた時、私のインナー・チャイルドはスーッと逃げて行ってしまった。「Aさんは嘘を言ってる。本当はあると思ってないのにあるって言うてる。」「僕は本当にあるって思ってるよ!!」「作意が入ってる。ワークを早く先に進めようとしてそう言うてる。」



ワークにピリオドを打った時、Aさんは言った。「僕はワークができると思ってたけど鼻が折れた。僕に作意はないと思っていたけど、あなたは僕の作意を見事に読みとった。あなたのワークは僕にはできない。」

しばらくの後、インナー・チャイルドをつかまえた時、私達はどんなことを話していたのだったかAさんに尋ねてみた。その間には直接の答えがないまま、Aさんは離れていった私を追いかけてきて、そっとうるさく伝えてくれた。

「かずこさん、インナー・チャイルドはねつかまえるものではなくて、自分から出てくるものなの。」

*

Aさん、あなたは私があなたに苦いお薬
だったって言われたけど、あなたは私によく
効くお薬でした。あなたは感情に敏感で、そ
して何より柔軟だった。あなたのくれた
Presentは、私があの時まさに望んでいたも
のでした。

いいものをありがとう。

インナー・ワークの後の私に誰かが言ってくれた。

「何だか生まれ変わったみたいだね。」

これからも、私はボディ・ワークは好きではないかもしれないし、やっぱりイスの上で膝をかかえているかもしれない。

けれども私は、「私が他の人と違っているからといって責められる必要はない」ことがわかってゐるし、「たとえ他の人が私を責めたとしても、私は私を責める必要はない」ことがわかる。私は私を護ってゐられる。まだ少しおぼつかないけど。それは私が私の中の真実を少しだけ垣間みたからなんだ。

あいかわらず、自分のことをほめられると
 なんだか落ち着かないし、時にはいわれのな
 いジタバタに苦しむこともある。でもそれが
 私という人間なんだ。

*

Yさんの御厚意をありのままに受け入れられるように、もう一度ここに書きとめよう。

「笑顔と真顔がすれ違う時、キラキラ星が
みえました。もっともっと輝きますよう
に……。」

追記…この原稿の掲載について、快くOKをくださった寛大なAさんに、この場を借りて改めてお礼申し上げます。

エンカウンター・グループでは何が起るのか (2)

福井康之

《人の関心をひきたがるのは
親の愛情不足なのか》

子どもたちが人の注意や関心をひきたがるのは、親の愛情が不足しているからだ、といった非常に素朴な仮定がある。非行や登校拒否は、他者の関心をひくための間違った行動の仕方というわけだ。

その背景に、満たされなかった乳幼児期の親の愛情を求め続ける願望がある。だから、周囲の人は親に成り代って、満たされなかった愛情を注ぐか、親が改めて乳幼児期に与えなかった愛情を注げば、望ましくない異常行動は消えるというのだ。そうかな？

この論は、今でも、そう信じている人もあるくらいで、少くとも半世紀前の心理治療には説得力のあるものだった。でも、考えてみると、これはセラピストにはまことに都合のよい論なのだ。

この論は、子どもが悪くなるのは親、特に母親のせいだということになる。今、子どものことで困っている親にとっては、そう言われると、振り返ってみれば、確かに私が悪うございましたと畏れ入って反省させられ、自責の念にかられる。100%愛情に満ち満ちた育児ということはあるに得ない。だれでも反省させられる。

その結果、親は子どもに罪滅ぼしとばかりに、最大限の関心を払いオロオロする。セラ

ピストの助言に従って、子どもの気持を尊重し、受容し、理解しようと務める。

親の代りにセラピストが、もっと積極的にかかわって、それを行なう。正常な発達が保障されると、望ましくない行動に関心を示さなくなり、未来志向的な行動に変化する。セラピストは親から大いに感謝されることになる。

うまくいかなくても、それは早期の親の愛情の剝奪が相当大きかったからだといえよう。乳幼児期の主観的な世界は、客観的に検証のしようがない。親がそんなに放任していたわけでない訴えても、子どもはほんの些細なことでも大きく感じるものだといってしまえば、議論の余地はない。

また、セラピストの力量不足でも、代理で

は無理で、親のほんとうの愛が大切なのだといえ、親は恐縮してしまう。

セラピストは無傷で、親だけが裁断され、親は無限の責任と罪障感を背負い込むことになる。しかも、親のこのような姿勢は、子どもが、尊重され、充足されなかった欲求を親子間で満たす途を開く。子どもの発達が保障されて、長期に亘る成育の過程で正常な発達への途を用意することになる。何年か経ってやはり、あの時のセラピストは慧眼だったと改めてセラピストの値打はあがるという仕組である。

この理論を支えているコンセプトは、「固着」と「退行」である。固着は言うまでもなく、現在の病理は過去のある発達時期の未完課題への執着だと考えることだ。「強迫傾向」は「肛門期固着」という図式はポピュラーなものの一つだ。

退行は現在の課題の挫折を過去の発達期で成功したストラテジーで解決しようとする非現実的反応から、過去の年令段階に逆行したと解釈してしまうことなのだ。

現在の病理を、だれもが通過する過去の正常な発達のある一時期の行動と同じだと指摘していたわけになる。

《今の病理は過去の発達の時期への退行ではない》

コフートは、果してそうだろうか、疑問を呈する。見かけはそうのように見えているかもしれないが、当人は過去の未発達の時期に逆戻りしているのではない。逆戻りしているように見える行動は、今の年令に成長して来ている自己が、現実には直面して、調和のとれた行動がうまく行かないので、止むを得ずとっている「防衛行動」そのものだと、コフートは指摘する。

だから、セラピーの戦略は防衛する必要性がなくなるように自己の発達を保障し、促進することにある。退行した時点に戻って、そこから正常な発達を再学習させることではないと主張する。

コフートは繰り返し述べる。「現在の病理は人間の正常な発達の一時期の再現ではない」と。病理は「自己の障害」であり、自己の永続的、あるいは慢性的な崩壊からくる断片化、脆弱化、もしくは重篤な歪みであると定義されている。

この自己の崩壊を防ぐために、防衛が構造化されているのだという。例えば、この崩壊への不安と構造化された防衛行動が複雑で奇妙な均衡を保っているのが「境界線人格障害者」だという。

シゾイド (Schizoid) といわれた人格は感情を冷たく閉ざしていて、パラノイド (Paranoid) といわれる人格は他者に敵意や疑惑

を抱くことによって、それぞれ心理的に距離を保とうとする硬直した防衛構造を、その人格の中心に包含している人たちなのだ。そのことによって、かろうじて「自己」を保ち、機能させている。

コフートは「自己愛人格障害者」は、自己の一時的な短期間の崩壊に対する防衛反応をする人たちを考え、境界線人格障害者の方が重篤な病理だとしている。

いずれにしても、これらの人たちは防衛構造を保持することによって、より重篤な自己の崩壊、即ち「精神病者」になってしまうことを防衛している。精神病者は、この防衛構造を欠いている人格だと考えられている。

《コフートが語る「自己」と「精神的健康」》

トルピン (Tolpin, P.) は「自己」というものは「先天的な資質と、誕生とともに自己が自己対象との相互作用のなかで体験する発達上の諸体験にまつわる情緒的記憶とからなる持続的な布置 (enduring configuration) である」と、コフートの「自己」についての定義を紹介している。

これは自己の内容と性質についての記述的定義である。コフートは「自己」という言葉をアプリオリなものとして使用しており、発

達していくにつれ、「自己」の内容はより豊かで、様々な機能を備えるようになるものとして述べられる。コフートの述べる自己は、経験を通じて拡大発展、あるいは新しく機能する様々な自己が出現し、それが変化しながら統合されるといった「自己システム」といったニュアンスを持つものらしい。

この自己システムが統合的に発達し、安定化して機能しているときに「愛することと働くことにかかわる精神装置の機能を妨げてしまう神経症的な症状や制約から自由であるということだけでなく、確固とした自己 (Ego, self) が、その才能と技能を自由自在に使用して、愛することと働くことをうまくやりとげることができると能力をもっている」という状態に至るといふ。

この状態が「精神的健康」というものであり、その状態が継続維持される過程が、人間の真に幸福な生き方ということになる。この主張は「精神的健康」は目的ではなく、過程であることに注目すべきだ。

「愛することと働くこと」というのは人間の普遍的なあり方を示しており、フロム (Fromm, E. H.) が「生産的オリエンテーション」と呼んでいる望ましい人間の生き方を指している。

フロムはこれをまた別のいい方で、所有すること (having) から存在すること (being)

への意志、あるいは決断として述べている。フロムはそうなるのは「自己の力」だと言い、この様な生き方を倫理的に要請する。

そもそも、「愛することと働くこと」を精神的健康の指標としたのはフロイトであるとされている。これは科学的定義ではなく、ある種の倫理的主張であると、コフートは評している。

それに至る道を、フロムは「自己の現実化 (Self realization)」といった抽象的な概念で示すので、倫理的な要請として課しているように思えてくる。

コフートには、この様な倫理的な要請は全くなく、自己の成長への「援助の方法」をひたすら探究する。

コフートは「自我による支配 (ego dominance)」[現実への直面化 (facing reality)] といった概念は倫理的な要請であり、心理療法の世界の価値基準として持ち込むべきものではないという。

《コフートの「自己心理学」とフロイトの「精神分析」の根本的相違点》

そもそも、コフートはフロイトの「欲動理論」に疑問を持っている。欲動理論はエロスやタナトスという原始的な衝動をいかにして制御して、人間的な実存を達成するかという

課題への挑戦である。無意識に抑圧されてしまっているリビドーを、分析家が患者の防衛として解釈することによって意識化させる。その過程で、患者はこの原始的な衝動を、いわば飼い慣らすということになる。

そのために人格の三層構造の理論 (エス・自我・超自我) が必要となる。それと、自己愛から対象愛への一本の発達ラインは、自我の現実認識による人格の社会化を達成させることを目的とする。患者はそもそも人間として不適格な罪ある者としての自覚が要請されるわけだ。

エディパス・コンプレックスという話そのものも、考えてみれば実に恐ろしい人間観ではないか。三才の幼児が母親に対して、近親相姦願望を抱き、父親を殺害しようと目論むなんて言われて、罪におののかない者がいるだろうか。あなたは小さい時、そんな途方もない願望を持っていたのですよ。そのような不敵なことを実現しようとしていたなんて、とんでもない、早く悔い改めないから、ノイローゼになってしまったのですよ、というわけだ。そんなことを考えたこともないといったら、当然ですよ、そんな恐ろしいことは、無意識に抑圧されているので、あなたは気付かないだけですと言われて、「はあー、そうですか」というより仕方がない。

「どうすればよいのですか」と言えば、寝

椅子に横になって、思いつくこと何でも話さない(自由連想)と言われる。芋づる式に思ってもいないことを指摘され、その解釈が気に入らないと反対すれば、それは抵抗だと来る。これはセラピストが患者を飼い慣す図式ではないか!

コフートの理論は、精神分析を源流としているが、欲動理論に反対だから、人格の三層モデルを認めない。コフートは「自我」という概念を使わなくなる。彼の自己理論によると、自己が多層化しているという風に述べられている。自己はさまざまな自己の寄り集りだと理解できる。これらの自己の中心にあるのが「中核自己」と呼ばれる。これが自我という概念とよく似ている。

中核自己は母親と子どもの最初の(根源的な)相互作用とともに、その形成が始まるという。違うところは、フロイトの自我は有機体が誕生とともに現実と直面することによって生じる主観的意識の原初形態から始まると考えたが、コフートは、誕生後に出会う人間との相互作用によって形成されると考える。

《「自己」は母親との相互作用で形成される》

相互作用を強調するのは、ネオ・フロイディアン、特にホーナイやエリクソンの系譜

を継いでいる。特に「主観的自己意識」は外界からのフィード・バックによって形成されることは明らかである。これはワロンを元祖として、ラカンに至るフランス学派の明らかにしたことである。

もちろん、人間でなくても、事物からのフィード・バック——固くて、冷たく、ザラザラした感触を感じることから、口に入られるものでないという意味の理解ができる。

が、赤ん坊の世界は、母親によって保護されているので、繰り返し異物を口に入れて体験する以前に、母親が口に入れないよう取り上げるといった働きかけが常に存在する。とりもなおさず、世界とのかかわりは、母親を仲介にして形成されることは自明であろう。

このことは、赤ん坊が世界のありようを身につけるのは、母親と赤ん坊の関係の持ち方次第だということを物語っている。したがって「中核自己」の形成は、母親の働きかけによって内容が変わることがよく解る。

さて、この「中核自己」は、自己対象とのかかわりのなかで強固なものになっていくという。強固なものになるということは「自己の融和性(self cohesiveness)」が増大していくということであり、自己が容易に断片化しない力を育てていくことである。即ち、恒常性あるいはアイデンティティの獲得ともいえる。

「自己対象」とは対象として自己が知覚しているイメージを指す。対象そのもののあり方によって、そのイメージは変貌するが、客観的な対象そのものではなく、乳幼児が自己の期待や必要性などから、ときには過大評価したり、歪曲したりして知覚しているイメージを指す。従って発達(フュルバ)の時期によって、受け取り方が違ってくる。

最早期の自己対象はいうまでもなく母親であるが、やがて父親が重要な自己対象として登場する。最早期の自己対象とのかかわりの経験は、緊張と弛緩といった単調な感覚であるが、発達するにつれて、経験の内容は幼児の独自性を形成し、複雑化してくる。

《「双極的自己」は誇大と理想の両極がある》

発達していく中核自己の一つの側面としてコフートは「双極的自己」を挙げる。双極的自己は「誇大性」と「理想化」という両極的特性を備えている。双極的自己は「理想化経験」として最早期には泣く子をやさしく抱きあやす母親との相互経験から、力強く、不安に満ちた世界から守ることを期待する自己対象のイメージ(母親像)が内蔵化されて、自己の理想像が形成される。この「理想化」は健康な姿として定着していくと、中核自己と親

なった。

《誇大自己》の肥大化がナルシズム・ティックな人格構造を作る》

和的な形で、野心や目標・目的を追求する能力として発達し、自己全体として機能し活動することを楽しむ能力・創造的な働き、安定した自己評価（自身）を獲得して行く。そうなるっていくことが「融和自己」(cohesive self)の達成ということになる。

一方、乳幼児は本来的に依存によって生存の保障を得なければならぬ宿命から、周囲の人物の世話をする必要がある。しかしながら、いかに懸命な母親の世話であっても、不可避免的に生じる不完全さは免れない。乳幼児は必然的に欲求不満を経験する。その際に、乳幼児が抱く不満を内的に解決しようとして「誇大自己」が発生する。即ち、自己はあらゆる緊急事態における周囲の他への関心に優先して、常に世話されねばならない優れた存在であるという自己イメージの出現である。

そのような絶対的な世話をする自己を、たとえ一瞬といえども放任し、無視する養育者に対する激しい怒りによって、一時的にせよ養育者に放置された不満によって生じている緊張を情動的に解放できるわけだ。このような自己の絶対的尊重の主張をナルシズム（自己愛）と名付けていた。

コフートも最初はこれをナルシスティック・セルフと呼んでいたが、ナルシズムを説明するための用語としては、同義語の反復になるので「誇大自己」という語を使うように

誇大自己は、ほんの些細な無視や非難・侮辱と受け取れる周りの人間の言動によって容易に傷つく。そして、羨望や嫉妬に苦しみ、孤独と空虚感、悲哀と自暴自棄に陥る。それを払拭するかのように怒りを噴出させ、攻撃行動を繰り返す。

青年期や成人期によって、誇大自己がより原始的・太古的（発達早期の）姿を再現させるほど、自己は自己内にあるこの誇大自己の存在に苦しみ、それを防衛するための人格構造を作りあげていく。

誇大自己がより原始的・太古的で、その防衛のための人格構造がかなり偏りを示す一群の人たちを「境界線人格障害」や「自己愛人格障害」ということになる。

周囲の人物に対する攻撃行動（怒りの発散）は、本人に対する周囲の人物の注目とその怒りをなだめる行動を余儀なくさせられる。赤ん坊が泣き叫べば、放置できなくなり、母親の愛他的行動をひき起す。

この副次的な効果が、一次的な欲求の充足（抱っこされ、愛撫される）を導くため反復され、成長するにつれて表出の仕方は変わるが

その行動様式は性格構造に組み込まれてしまう。これが乳児のむずかりや幼児の駄々をこねる行動であり、癇癪持ちや泣き虫という特性となる。

青年期や成人期の対人行動では、その仕方が洗練され、率直な表現から陰湿な自己主張や意地悪な行動などカムフラージュされた表現となって、その攻撃行動が歪曲され、間接的に出現する。

《共感的応答を「鏡映体験」と呼ぶ》

どの発達段階の時期であっても、特に最早期の母親との相互作用が中心になる時期ほど、自己対象としてイメージされる人物が、常に共感的に応答してくれることが期待される。

乳幼児期に「幼児の伝えようとしていることが何かを注意深く聴き取り、理解し、その子の自己に常に肯定的に応じてくれる母親が自己対象として存在していること」が、中核自己を統合させ、附随してくるさまざまな自己を融和させ、安定した、力強い自己へと発展させる原動力となる。

コフートはこの自己対象による共感的応答を「鏡映体験」と呼ぶ。この鏡映体験を重ねることによって、誇大自己はその双極性のため、もう一方の「理想化自己」の発達を促進させながら、中核自己の理想像として機能し

ていく。理想化自己が発達すれば、片方の誇大自己も発達成熟していく。

これが、コフートの言う「自己愛の発達ライン」というわけなのだ。

《対象愛》の発達ラインはどうなっているのか》

そうすると、自己愛が転化するのではなく、別に発達する「対象愛の発達ライン」は、この双極性のアイデアを借用すれば、「道具的自己」と「愛他的自己」の相補的な関係で発達して行くということが想定できないだろうか。「道具的自己」というのは、中核自己が成長していくために、外的な資源を活用する積極的な能力だと仮定する。即ち、対象を道具として活用する能力である。

この能力が発達すると同時に、今度はもう一方の自己を道具として、他者に活用させるという能力が形成され、増大していくと考える。愛他行動とは自己を他者に道具として提供することだといえるわけだから、この「愛他的自己」の発達は、対象愛の発達といえるのではないか。

対象愛の発達ラインについてのコフートの記述にまだ出会わないので、勝手な論を展開しているが、だれもまだこういう論を提唱していないければ、へこのアイデアで筆者もコ

フートの弟子の一人になれそうではないかと筆者の誇大自己が囁いていますね。》

この発達が保障されるのは、誇大自己と理想化自己（双極自己）が、他者の鏡映体験を通じて成長していく過程で、中核自己がそのような体験を提供している他者の道具性に気づき、他者の働きかけを愛他行動として理解していくことである。

それは当初は支持されているという満ち足りた喜びとして感じるが、やがて他者への感謝、そして他者への尊敬といった内容の「愛他的自己」を形成していくに違いない。

このプロセスは、異性愛の発達の様相を典型例として掲げることができる。道具的自己の原初形態としては、性的欲求を充足させることを目的とした、異性の身体を道具として活用するといった自己の欲求中心の性愛の段階がある。この段階では相手の肉体的魅力に関心が集中する。しかし、この様な一方的な関係は一時的、利他的であり、やがて、一定の相手と継続的な関係を欲するようになり、相互的協同関係へと発展する。

性行為そのものでも、相手を刺激し、興奮させることによって、自己も興奮するといった喜びを相互に分ち合うという関係がみられる。ここには、すでに自己を道具化して、相手に奉仕するという「愛他的自己」の行為の萌芽がみられる。しかし、一方、まだ、その

行為に対する反対給付を期待し、要求するということもある。

しかし、それが、相互の満足をもたらしているという自覚から、精神的なものへと高められて行くというプロセスを経て、相手に対する献身や犠牲といった行動に連なる「愛他的自己」が、中核自己の内容として融合されていく。

《相互的な共感的応答の原点は「共振」だ》

このように望ましい発達の過程には、身近かな人物による「鏡映体験」Ⅱ「共感的応答」の経験の蓄積（記憶）の定着が必要である。

共感的な自己対象のイメージの形成は、基本的な欲求の一つと考えてよいと思える。俗にいう「ウソでも愛している」といって頂戴」というのは、この欲求不満を充たしたい強烈な願望の表現である。

共感的応答の原点は、乳児にみられる「共鳴動作」だと考えられている。赤ん坊同士一緒に向い合せて座らせると、お互いに相手と同じ動作をしきりとするようになる。模倣行動とも呼ぶが、意図的・意識的に真似をしているのではなく、自然に共鳴し、共振しているようなのだ。

一九七〇年代の世紀の大発見といわれた

「赤ん坊の舌出し行動」も、それなのだ。生後一週間～三週間の時期に、赤ん坊を抱きながら、必ずしも抱く必要はなく、顔が向き合っておればよいのだが、母親が舌を出す動作を繰り返すと、赤ん坊は舌をチョロチョロと出すのである。三週間以降になると動く光点を目で追跡したりはするが、生後一週間で、赤ん坊が母親の顔を識別したりするはずはない。漠然とした光の反射光が網膜に写っているだけである。舌だという弁別は不明確なはずなのに、次に目をパチパチやるとやはり模倣する。

これは目前の変化に応じた部分を身体全体の各部位が、鏡の像のように応じるという先天的な能力が備わっているということだ。メルローポンティはこの様な能力はやがて抑制されて、幼児期を経過して、再び復活するという。そのときは共感的応答能力として高次化して出現してくる。

胎内で水中遊泳をしていた乳児たちは、誕生後しばらく、浴槽などで手で支えてやると泳ぐ動作をするが、しばらくすると泳げなくなる。しかし、後天的に練習によって泳げるようになるのは、本来能力が備っているからだ。たゞ地上を歩く動作と拮抗するので、必要な機会に恵まれないまゝ抑制されていただけだ。その動作が妨害されない限り、いつだって出現できるわけだ。

この共鳴・共振の基礎的な発達は、人生早期に形成され、発達の他の要因に覆われたまゝ、再び発現する時期まで潜在化している。人生早期で対面する自己対象の働きかけ次第で形成される様相が異なるであろうことは容易に推測できる。デリケートな身体の変化は表情・骨格筋・皮膚など接近し、密着して伝わる動きや変化は、感情が生理的变化を伴うことから解るとおり、その変化に感応できることが、他者の感情理解に連ながる。

母親の親しみを込めた、赤ん坊の欲求に応じた動作は、そのまま、そっくり赤ん坊の身体動作を引き起こし、そのように行動する自己対象と融合した中核自己を発達させることになる。

《自己対象の共感的応答と自己の融合の増大》

コフートは中核自己が発達し、安定していくための必要条件として、発達早期の母性の共感的応答と赤ん坊の自己の発達の様相を次のように述べる。「乳幼児の増大する不安・怒りや欲求に対する健康な母性の応答——触れる・抱っこする・移動させる・話しかけるなどは全能的な自己対象との必要な融合状態を確立する。このことによって、増大する不安や怒りは信号の段階に留まりパニック状態

に至らないということを保証する。乳幼児はこうした融合の後に、母親の持つ穏やかさや落ち着きを共有することができる。こうした融合の後に母親は乳幼児の欲求に応じる。このような連続した母親の応答——つまり、共感的な自己対象との融合がまず起り、次いでこの自己対象による欲求の充足が行なわれるという連続性の体験が、一生を通じて精神的健康を支える柱の一つとして残るであろう。その反対に乳幼児期の自己対象がうまく機能しない場合は、そのために生ずる心理的欠損あるいは歪が一生を通じてつきまとう重荷として残るであろう」というのである。

しかし、このような「心理的障害は疾患（病理）としてみなされるべきではなく、人が新たな心理的均衡を求めて歩んでいる人生途上の一通過地点とみなすべきである」というコフートの主張に、筆者のかねてからの主張との一致点を見て感激する。

《エンカウンター・グループで得られる「鏡映体験」》

どの様な人々にとっても「活動的で生産的であるためには自己支持的な自己対象を持たなければならない。われわれは鏡映による受容 (mirroring accept)、理想との融合、自身自身にそっくりな支持的な他者の存在 (self-

taining presense of others like us)を生涯にわたって必要としているのである」というコフートの主張に、共感的応答こそ、人間が生きて行くための勇気を得る源泉であることをはっきりと再認識させられるのだ。

エンカウンター・グループに人々が魅力を感じ、一度体験すると何度も参加したくなるのも、この支持的な他者の存在を求めているからである。

グループに参加して、明日への勇気と活力を得て帰ることができるのも、共感された体験が大きな原動力になっているわけだ。

ファシリテーターは、少くともグループ全体を参加者各人にとって満足の得られる支持的雰囲気(支持の風土づくり)に焦点を置き、それが達成できることが力量の一つとなるであろう。

《何が共感能力の必要条件だろうか》

共感的応答の能力というものはどのような特質を持っているのだろうか。

大学の同僚の橋本巖氏は「共感性の発達」を研究テーマにしている。たまたま指導学生の卒研計画で、情動的な感受性に関連した過去のネガティブな感情の喚起体験をアンケート調査することに関して、倫理的な問題は無いだろうかと思いを求められたのをきっかけ

に、共感能力の条件について論議する機会に恵まれた。同僚間で共通した研究テーマをめぐって議論する機会なんて、年に一〜二回くらいしかないのが現状だ。

過去のストレスフルな状況でのネガティブな感情を強烈に意識している者が、そうでない者より共感能力が高いという論文があるというのが議論の発端だった。

感情の種類の言語的表現はネガティブな感情の方が圧倒的に多いということが、感情の研究分野では判っていることなので、質問がネガティブな感情に集中しているのかもしれないので、ポジティブな感情も含めて考えられるのではないか。そうすると、過去の感情体験に対して現在想起できる印象の度を調べていることになる。調査項目の表現から、それらの感情はかなり印象に残っている強度の感情体験だから、さまざまな強烈な感情体験を持っていなければならないことになる。

しかも、強度の不快感(ネガティブ)な感情の場合、その再経験を避けるため、感情の出現を防衛的に抑制してしまうと、相手の感情に応じた感情の出現を抑えてしまう。そこで、どうしても感情を抑制しないこと、逆に感情に対する敏感さ、あるいは感受性が要求される。

そのため、感情的な防衛を取り去るために、過去の不快な感情体験を、現在の時点で想起したとき再統合して、ポジティブな体験へと

転化する作業が必要だろう。しかも、その否定的な感情に対する感受性を失なわないようにという工夫がその際必要となる。

それから、認知的共感性というコンセプトで理解されている、他者の立場に立つという視点の転換の柔軟性が当然の条件となる。これはどちらかというと知的作業で、他者視点取得^{アイデンティティ}と呼ばれる。

それに伴って必要なのは、単にパースペクティブ・テキーングが容易にできるようになるだけでなく、常に相手の側から世界を見るという態度を動員させるためには、他者に対する関心、それは対象としての関心、客観的な視点ではなく、二者として、汝とともに在ることを前提とした共同存在としての関心が必要である。

共感性を測定する^{メトリック}としてポピュラーなディヴィス(Davis, M. H. 1980)の多次元共感測定(Multidimensional Approach to Individual Differences in Empathy)は、次の四つの下位尺度から構成されている。

一、空想尺度(Fantasy Scale)

二、視点取得尺度

(Perspective Taking scale)

三、共感的配慮尺度

(Empathic Concern Scale)

四、個人的苦悩尺度

(Personal Distress Scale)

《共感を促進する豊かな伝達能力も必要》

これらの条件があれば、当然出現してくる行動様式は、二者の他者との感情の共振である。これを共感と呼んでいるわけだ。両者の共感能力が高く、等しければ、容易に二人の世界は一体化し、同時に揺れ動く経験を共有するであろう。しかし、微妙にズレる場合があったり、治療的・教育的環境では共感能力の差が当然あるという前提であるので、一方が相手に共感状態を伝え、共同作業として、一致した共感世界を作りあげていく必要が生じる。

そうするためのコミュニケーションは全身体的表現が総動員されるだろう。例えば、悲しみの共感には、涙ぐみ、深くうなだれ、手足の力が抜け、意気消沈している様を相手は感じて、共感していることが伝わる。しかし、相手が心を閉ざし、こちらに関心を示していない場合は伝わらないので、共感していることに気付かせる働きかけをする必要がある。

そのような場合、言語的な応答がかなり有効である。カウンセリングの訓練では、共感的応答練習（感情に焦点を置いた要約反射）が出発点になっているように重要視されているわけだ。非言語的伝達はわずかな言語的補

足で、真の意味を浮き出させる。

共感の能力には、感じ取れるという受身の感受性にプラスして、共感を促進する積極的な共感的表現・伝達の技能が用意されているが必要条件になるだろう。それは感情のより豊かでデリケートな言語表現ができる文学的素養と感性の問題なのかもしれない。

まとめてみると次のようになる。

- 一、感情経験のレパートリーの広さと深さ
- 二、感情表出に対する感受性
- 三、パースペクティブ・テーキング
- 四、他者への二者の関心
- 五、感情を伝達する技能

これはあくまでも仮説なのであるが、共感性への深い関心と研究歴を有する橋本氏と筆者の長年の経験と直観に基づき、一つの共同的洞察の成果である。この仮説を何らかの形で検証していく作業が必要であり、その過程で、さらに条件が付加され、修正されていくことが期待される。予想されることは、共感的応答への喜びやユーモアの感覚などである。筆者は早速この五つの仮説に基き、短期の研修会で、かねてから大学の授業などで試行している感受性訓練のプログラムと平行して、一、ポピュラーなクラシック音楽のハイライト部分を30〜45秒宛、10〜15曲くらい聴き、一曲宛その都度、その印象を全員がメモして、集めたものを読みあげ、どれだけバライエ

ティのある反応が可能か、また、他人と共通して同様の感情経験ができるかを知る。

二、表情感受性テストによる顔面表情写真の感情識別能力を確認する。

三、ハナブサ・フィギュアによる図形作成のパースペクティブ・テーキングによるイメージ作業の能力を検討する。

四、五と合わせて、ペアーで印象に残っている感情体験ないしは感動体験を語り合い、ペアーで相手の経験を順次どれだけ上手に全員に伝えられるか、というプログラムを導入してみた。

この研修会は受講者が20〜40名で、一〜二日間、全員同じ課題で一斉に、ゲーム感覚で実行し、不快で傷つく体験にならないよう、浅いレベルの訓練にしかならないので、感受性の高い参加者にとっては確認の意味があつただろうが、いささか理念倒れの可能性がある、成果のフィード・バック待ちである。

むしろ、エンカウンター・グループの中でこそ、参加者各人の感受性のレベルに応じて偶発的に生じてくる——これはグループ・プロセスとしては必然なのだが、感情的体験の想起と表出に、ファシリテーターが適切に介入していくことによって可能である。そのとき、メンバー間での鏡映体験が響き合い、こだましあって、相互的な共感的世界が成立し、

共感されることによる満足感を伴って、共感能力が増大していく体験を得ることができるであろう。

《浅いレベルの基本的共感から深い共感へ》

昨年（一九九二）翻訳出版したイーガン（Egan, G.）の『熟練カウンセラーをめざすカウンセリング・ワークブック』（Exercises in Helping Skills—A Training Manual to Accompany The Skilled Helper, 3rd Ed. 1985）《創元社・二・三〇〇円》は、初版三〇〇〇部は既に売り切れ、2刷の売れ行きも好調で、多くの人から利用していたといっている。その演習の一つに「深い共感（advanced）」の応答練習がある。

この本の第2部「コミュニケーションの基本技法」はカウンセリングの入門篇であり、中級者の練習用として構成されている。そこでは、基本的共感の公式「 \sim ので、 \sim と感じておられるのですね」の練習問題がある。

しかし、第3部・ステージ・ステップ I—C「盲点に気づき新しい展望を開くよう援助する」のところで、「深い共感」の練習問題がある。基本的共感で扱われる共感的理解のレベルは、浅い表面的なものであり、言語化されているものの深層に潜む意識のレベル

を、全体的な文脈やほのめかされている部分、非言語的なサイン、直観的な洞察などから、より深い共感のレベルで応答する練習である。

この本はインストラクターの指導で、体験学習と紙上応答練習をグループで学習するテキストなのだが、その機会の持てない人のために、独習書として使えるよう紙上応答練習の解答例を巻末に附録として添付してある。

この解答例は、原著にはないので、筆者が独自に作成したものである。前記の深い共感の解答例は、もう少しクライアントに対して、支持的な共感的応答になった方が望ましいのではないかと思ひ始めており、若干修正してみたといっている。

《潜在的注視喚起シンδροームとは》

方向指示の点滅信号^{ウインカー}を出さずに、いきなり角を曲る車が、最近、ますます増えてくるので、どういうことなのかと考えさせられる。

予め曲ると予告するための指示信号だから、他の車はそれを意識して、自分の車の進路を選択して運転する。曲がり始めて同時に点滅信号^{ウインカー}を出されても、後続している車や対向車にとっては、突然なので、ハッとさせられる。自分が左折や右折することを自分で確認するための動作として点滅信号^{ウインカー}を作動させているとしか思えない。

運転していると、車も自分の身体と同様の感覚が生じて、ぶつかりそうになると痛みの予感がする。これはボディ・イメージの拡大である。当然、車同士の動きも、身体相互の関係と同様、その動きも共鳴し合って、相互存在として調和的關係にある。この調和を破って、別の流れを作るわけだから、方向指示点滅信号は、他の車に新たな調和的關係を作り直すことを予告するものだ。

ウインカーは自分の車が曲ることを他の車の運転者や歩行者に知らせるものであって、自分の意志を確認するものではない。方向指示なしで曲る車も多い。およそ他人の存在なんて眼中にない。自分の車がどこへ行こうと他人に知らせる必要はないというのは、他者の立場から自分を見るといった視点の転換がないわけだ。

知的操作としてパースペクティブ・テキーングは可能なのに、それをやらないのは、他者の存在を意識していないからだ。

かつて、小此木啓吾氏は、この様な若者たちを「二者関係」しか持てない世代の出現と述べた。パソコン・ファミコンで育った世代は、スピード感覚や運転操作には熱狂できるマニユアル人間で、自身が機械と一体化しているだけで、その世界には他者としての人間が存在する余地がないというわけだ。

この様な若者たちが、どう考え、どう行動

するかを、他者は常に最大の注意を払って見詰めていないと、こちらが事故を引き起してしまう。

逆に言うと、これらの若者は自分で意識していないだろうから、潜在的に他者の注意を喚起し続ける要求を、パーソナリティ構造に組み込んでいるとは思えない。

《若者たちをエンカウンター・グループに招待するには》

母乳が足りないので、重湯^{おもゆ}を飲ますといった、貧しかったが、権力とは一線を画してお互いに助け合って生きてきた庶民の生活感覚が生きていた時代は、山本周五郎が描く物語の中に収斂されてしまっ、今はもうない。

人工栄養乳やインスタント離乳食で育った経済的に豊かな世代は、乳幼児期の生理的欲求は充足されたが、要求充足と連続しているその前提の母性の共感的応答の欠落が憂慮された。共感的自己対象を中核自己と十分融合する体験の少なかつた世代の防衛的パーソナリティ構造として、この潜在的注視シンδροームを理解してみようと考えている。

新人類と名付けられ、注目されるようになった新しい世代は、今やネオテニーと呼ばれる世代にまで現象的な変貌を見せている。しかし、そこには一貫して、自己対象の共感

的応答の欠落がベースにありそうである。

経済的繁栄の犠牲となった新しい世代、といっても、その最先端はすでに30才を越えてしまっているが、彼等の共感的自己対象の欠落を埋める社会的義務がわれわれにある。

20世紀最大の社会的発明といわれるエンカウンター・グループこそこの課題に答えられる最大のものだと思うが、若者たちに敬遠され、魅力を持たれなくなって久しい。

コフートの論を待つまでもなく、エンカウンター・グループの持つ共感的支持に満ち溢れた世界の魅力を、古い世代はよく知っていて、人間の成長に常にこの他者による支持が必要なことも解っている。しかし、若い世代にいくら説明しても、関心を示さない。

それは無理もないことなのではないか。若い世代は、そもそも、共感的応答の世界になじみが薄いわけだし、それ故に、中核自己は誇大自己が肥大していて、ちょっとした批判や非難にすぐに傷つく、低い自己評価を防衛するパーソナリティ構造を止むを得ず作りあげさせられているということを十分われわれは理解しているだろうかと自問してみる。

わけのわからない大人たちが楽しんでいる世界に、うっかり首を突っ込もうものなら、たちまち、つるし上げられてしまいそうな場所、お金と時間を投入することを期待している方が、どういう神経の持ち主だといわれ

てしまいそうだ。

目的意識が希薄で、対人関係に深くかかわることから身を守り、やる気を喪失している世代に、共感的・支持的人間関係を提供する支援のパラダイムを、ファシリテーターは過去の体験に固執することなく、率先して模索することを怠ってきただけではなからうか。

エンカウンター・グループへの魅力の低減を、エンカウンター・グループを導入し、発展させて来た古い世代が、組織づくりや後継者養成といった世俗的な問題へエネルギーを投入するのは、経験に開かれ、新しい困難な問題へ挑戦^{チャレンジ}する柔軟で生産的な精神を喪失しかかっているのかもしれない。だとするなら、何よりも、まず、古い世代が共感的・支持的人間関係を失ないつつある危機感が、世俗的な発想に固執するのではないかと気付く必要がある。そして、共感的・支持的人間関係を回復する方策を求めながら、新しいパラダイムの建設に取り組んでいくことから始めることを提案する。考えてみれば、筆者は人間関係研究会のスタッフの研究班に属しているではないか。何をイマサラ言ッテイルノカとお叱りの声がしてくるではないか。

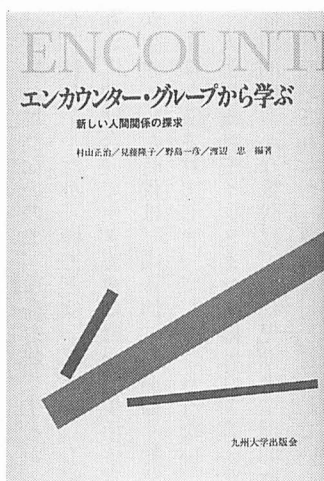
—続きます—

《書評》

村山正治・見藤隆子・野島一彦・渡辺 忠編著

「エンカウンター・グループから学ぶ―新しい人間関係の探究―」

岩村 聡



自分自身のライフ・ワークの領域の一つと
思っているし、人間関係研究会のプログラム
には、その一部に協力したり、他の一部にも
ときおり参加したりしているので、著者の人
達は、多少とも存じ上げている人ばかり。中
には、ずいぶん親しくしてもらっている人も
ある。

この一文は、そういう立場の人間からの書
評ということになる。

一通り通読してみて、エンカウンター・グ
ループに熱心にかかわっている人達の、生き
方や考え方が表現された一冊の本、という感
じがした。

著者は、人間関係研究会のスタッフの人達。
人間関係研究会は、わが国でエンカウンター
・グループを開催し、エンカウンター・グ
ループ運動ともいべき活動を推進している
代表的な組織の一つである。

私自身も、エンカウンター・グループを、

まず、私自身の個人的関心とも重なり、学
ぶところや共感するところの多かったいくつ
かの章について、感じたことを述べてみたい。
第一章「人間関係研究会二十年の歩みと課
題」（執筆、畠瀬稔）では、人間関係研究会の
成立のいきさつとその後の流れが書かれてい
て、よくわかった気がした。それに、このよ
うな会の組織としてのあり方について、学ぶ
ところ、考えさせられるところがあった。

私は、エンカウンター・グループは、世の
中のさまざまな集団のモデルとしての性格を
持っていると思う。だから、それを開催する
組織も、それにかかわる多くの人を大切にす
る組織でありたいと願っている。が、組織の
現実には、なかなか理想通りにはならないとこ
ろがある。私自身が関係しているいくつかの
会も、いずれも、まだ理想には遠い状況にあ
る。そのような問題意識を持っている私から
見ると、パーソン・センタードをめざしてい
る人間関係研究会の組織上の試行錯誤や、代
表の交代制などのなどのあり方は、この種の
組織がめざす理想や、現実には直面する問題や、
それを解決するためのヒントなどをうかがわ
せるものであった。

また、ファシリテーター養成に関して、そ
れが「一朝一夕では出来ない」と書かれてい
るところは、「我が意を得たり」という感じ
がした。私自身は（も？）、グループ・ファシ
リテーターに望まれる力の主な部分は、自己
理解・自己受容や自己確立などをその基盤と
しているのだ、よい家族関係や、よい集団経
験、よい仕事の経験など、与えられた環境の
中で真剣に生きている人の、充実した人生経
験によって養われるものではないかと思っ
ているからである。

第二章「エンカウンター・グループで何が
起こるか——情緒回復——」（執筆、小野修）

は、エンカウンター・グループの本質的機能の一つとしての「失われた情緒の回復」について、体験に基づいて論じている。笑い、怒り、涙、愛など、喪失していた情緒を一つ一つ回復していった体験が述べられている。

そして、「グループで表出される主な情緒は、グループによって異なる」と書かれている点に対しては、「同感だな」と思った。涙によって特徴づけられるグループもあるし、それが少ないグループもあるし、怒りが特徴的なグループもあるし、笑いの多いグループもある。ただ、「それはファシリテーターの要因による」と書かれているところは、「メンバーの要因もあるのではないか」とも思った。

第七章「カール・ロジャーズの看護への影響」(執筆、見藤隆子)には、看護や看護教育への、カウンセリングやエンカウンター・グループやロジャーズの影響が書かれていて、興味深かった。

私自身も、看護教育や、看護研修にかかわることがあるので、こういうテーマには関心を持っているからである。

カウンセリング・グループ・ワークの影響の濃いグループをおこなっていた著者が、ラ・ホイヤのエンカウンター・グループに参加して、「違いを実感した」というところは、最近私が問題意識を持っているテーマにもかかわっていて、目を見開いて読ませてもらった。

「カウンセリングのそれは、世話人はメンバーとは違い、人のことを見透かしているこわい人であり、自分のことは語らない人、でした。それに対して、エンカウンター・グループのファシリテーターは、メンバーとあまり変わらない人であり、オープンで暖かいのある人でした。後者のグループで、私は自分をより開くことができ、安心していられました。」

私は、(私達の)エンカウンター・グループのファシリテーターは、メンバーと対等な、いわば「民主的リーダーシップ」をめざしているといえるのではないかと思う。グループで、ファシリテーターや経験豊富なメンバーが、他の人達と対等な立場であれば、あたたかいグループが形成されるが、これらの人達が、一段と高い地位を求めたり、まわりの人達がそのように位置づけようとしたりと、メンバーが安心して自己開示ができなかったり、グループ内に葛藤が生じたり、リーダーシップをとる人に追従する人と離反する人とが生まれてきたりするというのを、私は観察してきた気がする。

第十章「ネットワーキングとエンカウンター・グループ」(執筆、村山正治)は、パーソン・セントード・コミュニティの一モデルとしての福岡人間関係研究会の活動について書かれている。

民主主義の原点につながるジェネラル・エンカウンター・グループにこだわり続けていること、メンバーの相互啓発性が中心なので「ファシリテーターは最小限の権威で十分なことが多い」という考え方、「これからの活動がいつも原点に戻りながら、模索していく過程を大切にしている」ということ、「福人研」ではさまざまな自発的集団活動が発生したり消えたりしているということ、全体の意志決定は年一回の運営会議でおこなっていることや、固定したリーダーをおかないという組織のあり方などなど。私達のエンカウンター・グループやその運動の組織を、どのような方向に発展させていったらいいかという問題へのヒントを、たくさん含んでいる実践報告である。

第十二章「エンカウンター・グループ 現在から未来へ」(執筆、小柳晴生)は、現代社会におけるエンカウンター・グループの役割・意義について論じている。

人と知りあうことを楽しむ場、充実した無為を楽しむ場、自分を表現し、人から反応をもらう場、自己探求・自己受容の容器(るつぼ)という、四つの機能を挙げて、私達が直面している強迫性からの脱却が重要だ、と論じている。「新しいタイプのサロン」「おとなの心の遊び場」「心のリゾート」「自分探し」などの表現も出てくる。

エンカウンター・グループのさまざまな特徴が言語化されていて、私にとっては、小異はあるにしても、おおよそ同感できる要約である。

私達はさらに、「自分を見つめるための話しあいの会」「いのちの洗濯の会」「こころの湯治場」「こころのふるさと」「自分らしくいる」「自分を取り戻す」「自分になる」などの表現を使うこともある。

著者は、「このグループ観は、E・Gが人間的成長をはかるところであるとか、対人関係やカウンセリングを学ぶところであるという課題指向、目的指向の価値観をもつ人には受け入れにくいものであろう」などと述べている。たしかに、従来のグループ研修などは、組織や社会の目的のために開催されることが多かったが……。

ここ数年、私の周囲の教員研修グループや看護研修グループなどにおいても、教員や看護婦としての「能力」の向上をめざす視点よりは、その人その人の主体性の（再）確立などの、より個人的・人間的な開催目的が、受け入れられつつある印象を持っている。

エンカウンター・グループの運動の中には、あるいはその発展方向には、まだまだ言語化されていない価値観や哲学があるのではないかと思う。

このほか、否定的感情体験→自己自身との体面→自己変革というエンカウンター・グループの構造について説いた第三章（執筆、増田實）や、学生エンカウンター・グループのさまざまな側面について論じた第四章（執筆、伊藤義美）、登校拒否の家族との取り組みを書いた第五章（執筆、穂積清美）、華嚴思想との関連性について説いた第六章（執筆、大須賀発蔵）、養護教諭のためのエンカウンター・グループの意義を論じた第八章（執筆、野島一彦）、調理師専門学校での一人ひとりをたいせつにする教育をまとめた第九章（執筆、中川紀子）、企業などの組織のこれからのあり方について論じた第十一章（執筆、渡辺忠）、外国人との出会いや国際化について述べた第十三章（執筆、畠瀬直子）なども、それぞれのスタッフのエンカウンター・グループへのかわりや、考えなどが書かれていて、興味深かった。

エンカウンター・グループにかかわっている人達の、ひとことではいえない、人間一人ひとりを大事にしようとする価値観やその実践が書かれている共著であり、同様の活動にかかわっている私にとっては、共感するところやさらに考えさせられるところの多い一冊であった。

編集だより

■講読申し込み方法

年間講読料（年二回発行）は、一五〇〇円（送料込み）です。「何号から希望」と明記の上、郵便振替にて編集事務局宛お送りください。郵便局備付の用紙を用いる場合は、本欄末尾の振替番号、加入者名を御記入下さい。

■お願い…講読者の中で住所を変更された方は御一報下さい。宛先不明の返送がポツポツあります。

■編集後記…遅延につぐ遅延で言葉もありません。93年の9月予定のNo.17号です。特集も編集局の勘違いで予告と異なり、重ねがさねお詫びいたします。

次号こそ遅れずにと決意を新にしております。

■17号編集委員…畠瀬直子・村山正治・小柳晴生（編集事務担当）小柳欣子

■講読申し込み・問い合わせ先…〒761-01高松市屋島中町383-31507
『人間関係研究会編集事務局』小柳晴生
☎0878-4316444

▼郵便振替

振替番号…徳島8136521
加入者名…人間関係研究会編集事務局

出会いの広場 No.17



発行所 人間関係研究会 1993年12月31日
〒145 東京都大田区上池台1-34-26 (渡辺
方) 編集事務局 〒761-01 高松市屋島中
町383-3・507 (小柳方)
印刷 株式会社美巧社 高松市多賀町1-8-10

ENCOUNTER

No.17 1 9 9 3 . 12

CONTENTS

Special Series : PCA Movement among Foreign Nations

Mexico : Contributing for Resolution of Social ConflictAlberto S. Segrera

Vietnam : PCA Blooming after Severe Conflicting ProcessTothi Ahn

USA : Encounter Group TodayYoshimi Ito

Japan : PCA Symposium at Humanistic Psychology Conference
.....Minoru Masuda

Second International Conference on Client-Centered and Experiential Psychotherapy
.....Shoji Murayama

PCA Forum on Beautiful Dutch IslandNaoko Hatase

Japan : PCA Movement GeneralSatoshi Takamatsu

PCA Review : Focusing and Experiential TherapyRyuichi Tamura

The Discussant's CommentYoshiya Kurato

Communication Bulletin

Sesshin (touching one's mind), Yoga and CounselingShoji Tsutie

Personal Gratitude to Y-san and A-sanKazuko Ano

Various Results in Encounter Group (2)Yasuyuki Fukui

Book ReviewSatoshi Iwamura

Edited and Published by

JAPANESE SOCIETY FOR THE PERSON-CENTERED APPROACHES

Central Office : c/o Tadashi Watanabe, 1-34-26, Kamiikedai,
Ohtaku, Tokyo, 145 Japan

Editorial Office : c/o Haruo Oyanagi, 383-3 Suite 507,
Yashima Nakamachi, Takamatsu City, Kagawa Prefecture,
761-01 Japan
