

## 心理療法における主体の2側面：有機体的反応性と真摯な認識

久 羽 康

### 要 旨

心理療法（洞察的心理療法）はクライエントの主体性を中心とする営みである。本論考では心理療法におけるクライエントの主体性を有機体的反応性と真摯な認識という2側面から捉え、この観点から洞察的心理療法のプロセスを理解することを試みる。有機体は状況への主体的な反応性を有しているが、人間においてこの有機体的な反応性は漠然とした意味の感覚として生じる。セラピストがクライエントの語りの背景にある意味感覚の次元を意識しているか否かは、クライエント理解に大きな差異をもたらす。また洞察的心理療法において進展が生じるためには、クライエント自身がこの意味感覚に「私」として対峙し、それを誠実に言語化し感受しようとする必要がある。本論考ではこれを真摯な認識の態度と呼ぶ。有機体的反応性は基本的にはクライエントの内に自然に生じるものであるが、真摯な認識の態度を心理療法の自明の前提と考えることはできない。クライエントに真摯な認識が生じる上で、セラピストとの共同注意は重要な役割を果たす。

心理療法の治療機序に関してはいくつかの考え方があり、それぞれの考え方に基くさまざまなアプローチが存在するが、その中にクライエントの洞察を中心に考える一群の心理療法アプローチ、すなわち洞察的心理療法がある（松井・大橋, 2004）。だがもし「洞察」という言葉を、客観的な真実（「本当のこと」）を明らかにし認識することと捉えるのだとすれば、心理療法の根本的原理を「洞察」に置く考え方はすでに時代遅れとなって久しいと言えようかもしれない。Freud (1918) の「患者の内部に抑圧されている精神的なものを意識化する」という治療理論、すなわち無意識の中に埋もれている真実を明らかにするという考えは、外的現実と内的現実のあいだの創造的な空間について論じた Winnicott (1971) や意味の生成について論じた Bion (1963) によってすでに乗り越えられていると言えよう。また、体験と気づきと

の一致を重視した Rogers (1959) の理論は、体験と象徴が相互に影響を及ぼしあいながら互いを変化させ意味を創造していくプロセスを理論化した Gendlin (1964) によってやはり乗り越えられている。現代では心理療法における洞察は、単に内的真実を知ることとしてではなく、意味の生成のプロセスとして理解されているのである。

心理療法の世界でナラティブ・セラピーと呼ばれる潮流が一定の注目を集めていることは、心理療法のプロセスが意味の生成という観点から理解されるようになったことのひとつのあらわれであろう。ナラティブ・セラピーは社会構成主義と呼ばれる思想に基盤を置いており（McNamee & Gergen, 1992）、その背景にはポストモダンの思想がある（Gergen & Kaye, 1992）。そこでは人間の現実語りによって生成されるのだと考えられている。だが

Gendlin (1990) はナラティブに一定の理解を示しつつも、人生の意味が語りによって恣意的に生成されると考えることを批判している。Gendlin によれば、物事の意味や真実性はあらかじめひとつに定まっているわけではないが、恣意的なものでもない。語りは、有機体としての人間が状況の中で感じ取っている、まだ言葉にならない意味感覚から生じてくる。この点を説明するのに Gendlin はよく詩の例をあげる (Gendlin, 1989; Gendlin, 2004)。書きかけの詩の次の一行はすでに定まっているわけではないが、かと言ってどんな文でも構わないわけでもない。文脈上は問題がないと思われる文でも、感覚的にふさわしくないと感じられれば、詩人はそれを拒否するだろう。もっとも詩人にしてみれば、自分がそれを拒否しているというよりも、むしろすでに書かれた詩文がふさわしくない一文を拒絶するのだと言う方が実感に近いかもしれない。実際には、まだ書かれていない一文の「ふさわしさ」は、すでに書かれた詩 (つまり現在の状況) と詩人との間に、まだ言葉になっていない意味を伴った感覚として漂っている。詩人はその感覚の中で、すでに書かれた文が暗黙の内に指し示しているものを真摯に読み取ろうとする。この感覚は曖昧なようでいて、ある文が相応しいか否かをきわめて厳密に精緻に判別し、ふさわしい一文に対して「まさにこれだ！」という解放感をもって反応する (このひらけの感覚は、時にそれまで書かれた詩全体の感じられ方までも変容させてしまう)。ここで起こっているのは隠された真実の発掘ではなく意味の創造と進展のプロセスであるが、Gendlin によればそれは恣意的なものではなく、ある種の身体性を伴う、有機的な生成なのである。

主体というキーワードを通じて比較すると、Gendlin の思想とポストモダン的な思想との差異をよりはっきりと見てとることができる。ポストモダンの思想には、人間が主体 (subject, sujet) であるという考えを否定し、人間が外的なものによって、たとえばイデオロ

ギーや権威、あるいは言葉 (シニフィアン) によって構築され支配されていると考える傾向がある (たとえば Althusser, 1970; Foucault, 1975; Lacan, 1973)。一方、Gendlin (1989) は人間主体を明確に擁護する。もっとも Gendlin のいう主体は、ポストモダンの思想が批判する René Descartes や Immanuel Kant の人間主体とは異なる。Descartes や Kant は合理的に思考する人間の理性的精神として人間主体を捉えているが、Gendlin のいう主体は詩の例に示されているような有機体的な応答性に他ならない。ポストモダンの思想は人間が合理的に客観的真実を見定めうる存在であるという考えを批判し、理性の基準となる秩序が人間に内在していることを否定するが、Gendlin の考えでは、人間が生きるプロセスの根底に固定した論理的秩序のようなものが存在しないとしても、私たちの生が本来無秩序であるというわけではなく、また、物事の意味が恣意的なものだということにもならない。詩の例に示されているように、私たちが状況を生きるプロセスには、状況の中で次の一步が創造的に生じ意味が豊かに生成されるような動的な秩序としての主体性が働いているのである。

心理療法に関する言説ではクライアントの主体性の重要性がしばしば指摘されるが (たとえば氏原, 2004)、クライアントの主体性ということが何を意味しているのか、クライアントの主体性を中心とする心理療法においてセラピストがどのような役割を果たすのかということについては、必ずしも明確には示されていない。本論考では Gendlin の理論を基盤としつつ、いわゆる洞察的な心理療法におけるクライアントの主体性を2つの側面から記述する。第1の側面は有機体的な反応性としての主体性であり、第2の側面は真摯な認識としての主体性である。これら2つの側面は上記の詩の例にも共に含まれているが、後者の重要性に関してはこれまで十分な顧慮がなされてきていない。また前者 (フェルトセンスという名で論じられることが多い) についても、それが状況に対する有機体

的な反応性に根差していることの臨床的な重要性については十分に着目されてきていないのではないかと筆者は考えている。本論考では上記の2側面を記述することを通じて、「クライエントの主体性」という言葉が意味するものについてひとつの観点を提示し、また、セラピストが面接でどのようにクライエントの主体性に関与しうるかという点について一定の指針を提示することを意図している。

### 有機体の反応性としての主体

有機体、つまり生物として状況に反応するという意味での主体性は、あらゆる生物が有しているものである。植物でさえ、環境の変化に対して何らかの反応を示し適応を試みようとする。時には観察者から見て通常の発育からの逸脱や歪みのように見える反応もあるが、それは特殊な状況に対する主体的な適応の試みであることも多い。

ある特定の状況の中で有機体が生ずる反応はある程度予測可能であるため、この反応性を因果的に理解することも可能であろう。だが有機体の反応は、たとえば石のような物体が他の物体との衝突によって受ける類の影響とは異なり、有機体の内から（より正確に言えば、状況と有機体の間に）ある能動性を持って生じてくるものである。その意味で環境に対する有機体の反応は主体的なものだといえることができる。このように有機体の反応性を主体性として理解することは、目的論的な視点を含んでいる。目的論は心理学を厳密に自然科学的なものにしようとする立場からは批判的に見られることもあるが、生物学の分野では生物の生態を理解する上で不可欠な視点である（たとえば生物の形態や生得的な行動傾向を理解するためには、その形態が環境適応にどのように役立っているのか、その行動が何のためになされているのかという視点が必要となる）。人間が生物であることを考えれば、人間の心をコンピューターのような入力・情報処理・出力というモデルでのみ捉える

のではなく有機体として捉える視点は妥当なものであろう。また臨床においては、この視点は必要なものでもある。

有機体として捉えるということは、あるいは有機体であるということは、何を意味するのだろうか。さまざまな側面があるが、ここでは、知覚と反応が一体となって働くという点に注目したい。医師であり生理学者であったWeizsäcker (1950) は主体 (Subjekt) という概念をキーワードとして環境と有機体との関わりを論じ、動物にとって知覚と反応が不可分にからみあっていることを指摘した。Weizsäcker のいう主体とは、有機体が環境との相互作用の中でひとつの生きた身体としてのバランスを保つ動きである。Weizsäcker は一例として、腕に籠を下げた人の例をあげている。籠に重りを入れていくと、身体はその重りの重さに応じた姿勢を取り、その重さを支えようとする。この反応は状況に対する有機体の主体的な適応の試みであるが、「重くなったから姿勢を変化させよう」という思考の結果としてではなく、身体そのものの適応性として生じる。この時、身体は知覚した重みに対して反応しているのであるが、同時に、身体は姿勢の変化という反応を通じて重みを知覚しているのだとも言える。このように知覚と行動が一体となって働くこと、言い換えれば知覚される対象と行動する主体とが表裏一体となっているという事態を、Weizsäcker は相即 (Kohärenz) と呼んだ。動物が見知らぬ対象に警戒を示したり脅威に対して身構えたりするのも相即のひとつの例と考えることができる。動物は「脅威である」と知覚してから身構えるわけではなく、脅威となる対象の知覚と身構えるという反応は動物の行動において表裏一体となって生じているからである。

目を転じて、人間が何らかの対象を意識的に知覚する場合を考えてみたい。人間の意識的な対象知覚のプロセスは一見、有機体が環境との間に持つ相即的・身体的反応とは異なっているように思われる。人間は（その人が冷静でいる

場合には) 物事に対して即座に行動で反応することなく、客観的に知覚することができるように思われるからである。象徴機能、特に言語の働きが、このように行動として表に現れない形で状況を知覚することを可能にしている(久羽, 2015)。だが実際には、言語を介して物事を知覚するプロセスもまた、有機体のある種の相即的な反応性を含んでいる。Gendlin (1962) は現象学哲学の観点から、言葉の意味が体験の次元を持つこと、つまりまだ言葉になっていないが感じられている感覚的意味の次元を持つことを論じた。たとえば私たちが「幸福」という言葉を口にする時、そこには「幸福」という言葉が喚起するある漠然とした感覚が生じている。この漠然とした意味の感覚は、私たちの内側に(あるいは言葉や状況とそれに注意を向ける私たちとのあいだに)、言葉の意味の知覚と相即的に生じる。もしこのような感覚的な意味をまったく欠いたまま人が何かを語ることがあるとすれば、その語りは離人症的なものとなってしまいうだろう。Gendlin はこの言葉の体験的意味についての理論を、状況について人が実感的に感じている意味感覚およびその進展の理論、つまりフォーカシングの理論へと発展させた(Gendlin, 1964; Gendlin, 1981)。私たちは自らが置かれた状況や目の前の物事を、漠然とした内的な意味感覚を抱くことを通じて知覚する。つまり、人間は他の動物のように相即的な行動を通じて反応するということなく物事を知覚できるが、ある種の内的な感覚としての反応は相即的に生じるのであり、それが状況や物事の体験に(象徴の次元で)意味を与えているのである。Gendlin (1981) はこの漠然とした意味の感覚をフェルトセンス(felt sense)と呼び、フェルトセンスに注意を向けそれを言葉などを通じて象徴化し表現するプロセスをフォーカシング(focusing)と呼んだ。Gendlin (1997) はフォーカシングのプロセスを独自の有機体論の中に位置づけ、有機体としての人間が環境との間に持つ相互作用の様態としてフォーカシングを論じている。

心理療法においても、クライアントが何らかの状況や事柄について語る時には、(何かを感じることからの解離が起こっているの でなければ) 状況についての何らかの意味感覚が動いている。セラピストがクライアントの語りに耳を傾ける上で、この有機体的な反応の次元に目を向けることは重要な意味を持つ。この内的反応は多くの場合、語りの字面上の内容よりも直接にクライアントが抱えている困難とつながっており、また、クライアントの変化や体験のひらけへとつながっているからである。面接におけるセラピストの発言の影響を考える際にも、セラピストは自分の発言がクライアントの内にどのような感覚的な反応を引き起こすか、どのような波紋を生じさせるかに目を向ける必要があるだろう。多くのクライアントは(私たちの多くが社会生活の中で通常そうしているように) セラピストが伝えようとした言葉の字面上の意味内容を冷静に物わかりよく受け取ろうとするが、その背後には相即的な反応としての意味感覚が動いている。セラピストの言葉はクライアントの内に理解されたという温かい感覚を生じさせるかもしれない、ちょっと違うなという違和感を抱かせるかもしれない、踏み込んでこられたことへの反発や怯えを引き起こすかもしれない、あるいは、たとえば自分の中の何かが緩んで涙が出るのだけれども触れられたことが痛くてしんどいというようなより複雑な反応を喚起するかもしれない。こういった反応はクライアント本人もまだ気づいていないかもしれない、また、必ずしも目に見える形で表にあらわれるとは限らないものであるが、セラピストがそのような内的な反応の次元があると承知しているか否か、そこに思いをめぐらせているか否かは、セラピストがクライアントを理解する上で大きな差異をもたらす。

クライアントの内に生じる反応に着目することに加え、セラピストは、クライアントの語りに接しクライアントとやりとりをする中で生じる自分自身のフェルトセンスにもひらかれている必要がある。セラピストの内に生じる反応は、



セラピストがクライアントの語りや面接で起こっていることの意味を知覚し理解するための重要な道筋だからである。そしてそのためにはまず、セラピストは豊かに内的に反応する「私」としてクライアントの前に存在していなければならない。言い換えれば、セラピストは主観性を豊かに持つ必要がある。もちろんセラピストには同時に高度な客観性も求められるのだが、セラピストが客観性を装う中で有機的な内的反応性としての「私」を抑制してしまうとすれば、セラピストはクライアントの語りから豊かに何かを受け取ることはできなくなってしまうだろう。

## 認識の主体

本論考で扱う主体性の第2の側面は、物事を対象化しその意味に注意を向けるという側面である。フォーカシングにおいて、対象（フォーカシングでは主にフェルトセンス）に主体的な注意を向けるという動きは不可欠な要素である。だが Gendlin は実践上はこの点をさほど強調しておらず、むしろ人は感じとろうとしさえすれば簡単に内的感覚に気づくことができるということを前提としているように思われる（たとえば Gendlin, 1964）。一方、フォーカシングの教示法を発展させた Cornell (2013) は「プレゼンス状態 (Self-in-Presence)」という概念を提示し、「私」はここにいて、そこにある何かを感じている、という体験の様相がフォーカシングにおいて重要であることを強調している。

この「私」と対象との対峙の感覚、「私」が「私」として対象に向きあい主体的に認識するという態度は、物事の意味や自分自身の内なる反応を対象として感受するための土台であり、洞察的な心理療法一般において必要となるものである。つまり、洞察的な心理療法ではクライアントは真摯な認識の主体として面接の場に臨むことが求められるのである。ここでいう真摯な認識とは、ある物事を（すでにわかっている

と考えるのではなく）そのつど対象化し（目を向け）、そこに読み取られるべき意味を誠実に言語化し感受しようとすることを指している。先に言及した主体性の第1の側面は状況に対する有機的な反応性であり、人間においては象徴機能を介した形で（主観的な意味感覚として）生じるものの、基本的には生物一般に共通するものであった。それに対してこの第2の側面は基本的には人間だけに可能な主体性であり、対象の客観的認識と関連している。物事を客観的に認識するというクライアントの態度は時に心理療法面接の当然の前提とされ、それが難しい人はことさらに難しいクライアントと考えられる場合があるが、実際には、現在起こっていることの意味に真摯に目を向けて対象化しようとする態度は比較的高度な精神的機能であり、それを常に完全な形でクライアントに期待することはできない。

言語を中心とする心理療法においてクライアントが真摯な認識とは異なる態度で面接に臨んでいるとすれば、それはどのような場合であろうか。よくあるひとつの形は、言葉を介してやりとりをしていても、コミュニケーションの内実としてはクライアントが他者の言動に対しほとんど行動のレベルで相即的に知覚-反応している場合である。クライアントがこの状態にあると、セラピストの言葉は攻撃や拒絶や誘惑といったアクションとして知覚され、クライアントの反応も反撃や服従といったアクションの形を取りがちとなる（このような知覚と反応は相即的に結びついている）。そしてこういったクライアントとの関係においては、セラピストもまた、たとえば防衛的な言語使用のようなアクションを通じてクライアントに反応してしまいがちである。アクションに基盤を置くコミュニケーションでは、起こっている事柄や他者の発言の意味に冷静に目を向けそれを誠実に理解しようとする動きは生じることが難しい。そこでは人は認識の主体ではなく、アクションの主体として存在しているからである。こういったアクションを通じた交流は、微細なレベルでは心

理療法面接の中でも頻繁に生じている。たとえば客観的な事実を説明しているように聞こえるクライアントの言葉が、「わかってほしい」「私は悪くないのだと認めてほしい」というような要求を暗に含んでいたり、あるいは何かから目をそらしたり責任を回避したりするために発せられているということはよく起こる。こういったアクションはある意味では自然なものであり、必ずしも「悪い」ものとも考える必要はないが（そこがクライアントが自身のありように向きあい洞察を得る入り口となることもある）、面接が洞察的なものとなっていくためには、まずセラピストが面接の場に真摯な認識の態度を導入しなければならない。つまりセラピストはクライアントのアクションに対して、服従や反発や取り繕い、あるいは禁止や命令といったアクションで反応するのではなく（少なくとも相即的なリアクションとしてそれをおこなうのではなく）、理解しようとすることで応じるという態勢を内的に準備する必要がある（筆者の考えでは、これは Bion がアルファ機能という用語で論じたものと関連している。Bion (1962), 久羽 (2020) を参照）。

人が真摯な認識とは異なる形で面接に臨むもうひとつの典型的なありようは、状況を既存の概念や枠組みに当てはめて体験し、有機体的な反応としての意味感覚を無視してしまうというありようである。Gendlin (1964) はこれを構造拘束的な体験様式と呼んだ。人間が物事を体験する上で概念はきわめて重要な役割を果たしているが、既存の概念的構造に沿った形でしか物事の意味を「認識」しないとなると、体験はパターン化されたものになってしまう。たとえば、こういうことを考えるのはよくないことだ、こういう時にはこうするべきである、こういう場合に相手の（あるいは自分の）中に生じる気持ちはこういった気持ちに違いないといった型にはまった「認識」は、その時その時の状況との生きた相互作用には十分に根ざしておらず、そのためその状況はきわめて限定された形でしか体験されなくなってしまう。

こうしたパターン化された認識は、現在の状況において適応的であれば大きな問題とはならない。状況によっては、パターン化された認識がクライアントが生きていく上での拠り所となることもあるだろう。だがそれが状況にそぐわず非適応的なものである場合には、クライアントには何らかの変化が必要となる。では、変化はどのようにもたらされるのか。ひとつの方法は、非適応的な枠組みをより適応的な別の枠組みに置き換えることであろう。とはいえ、その新しい枠組みはどこからやってくるのかという問題がある。もしセラピストがより適応的な枠組みを知っているのであれば、セラピストはクライアントにそれを教えることもできるだろう。あるいは、クライアントとセラピストのやり取りの中で新しい枠組みが社会的に構成されるのだという考え方もあるだろう。これらは実際に有益な方法であり道筋であるが、もし適応的な枠組みというものを、主体にとって外的なもの、あるいは恣意的に決定されるものとしてのみ考えるのだとすれば、洞察的心理療法はいわば根を持たないものになってしまう。実際には、セラピストの提供する枠組みや対話の中で構成される枠組みがクライアントにとって意味のあるものとなるのは、それが（詩の例のように）クライアントの内的反応性に「ああ、そうだ」という質感を帯びて響き、そこに豊かな意味感覚が生成される時である。

パーソン・センタード・アプローチは、不適応的な枠組みを新しい枠組みに置き換えるという考えとは異なる考えの上に立っている。Rogers (1961) はクライアントの変化を、固定した枠組みから別の固定した枠組みへの変化としてではなく、硬直した構造から流動性への変化として説明した。つまり Rogers は、より適応的な（固定した）枠組みを持つことではなく、その時その時の体験の流れに十分にひらかれた状態であることが重要と考えたのである。体験の流れ（体験過程）を重視するこの Rogers の考え方は Gendlin から影響を受けている（諸富, 2009 ; Rogers, 1961）。この考え

方では、重要なのは認識の枠組みの内容ではなく、主体としてのクライアントが自分自身の体験に関わるその関わり方だということになる。自らの体験に対しひらかれた関わりを持つ上で、「今ここ」に存在する「私」として自らの体験に対峙し対象化することは重要な条件の一つとなる（ここでいう「今ここ」での体験とは、語りの内容が面接での出来事に関連しているということではなく、語られている事柄がいつ起こったことかに関わらずそれについて「今ここ」で感じられる意味感覚に注意を向けるということの意味している）。

人が真摯な認識の主体として物事に向きあえるか否かは言葉の用い方と密接に関連している。真摯な認識を可能にするのは、アクションとして用いられる言葉でも、また既存の概念の枠組みに体験を押し込める言葉でもなく、感じられている意味感覚を指し示し、その意味感覚にいわば響きあわされるようにして用いられる言葉である。クライアントは言葉で体験を指し示すことを通じて、そこにある感覚を対象化し、認識的な態度で物事の意味感覚（フェルトセンス）に主体的に触れる。意味感覚に触れる際の言葉は、整理された明確な言明とはならないことが多い。自らの内に生じる反応性に真摯に注意を向けているクライアントは、言いよどんだり、そこにある意味感覚をなぞるように手を動かしたりしながら、苦労して言葉を紡ぎ出していく。ここで起こっているのは、いわば自分自身の感じている意味感覚との対話である。意味の創造的な発見、体験の進展は、このような「私」と自らの体験との真摯な対話の中で生じる。

真摯な認識の主体として人間を理解することは、Descartes や Kant が考えたような近代的な主体概念への後退を意味するわけではない。真摯な認識の主体は、世界の真実を外側から合理的に認識する者としての主体ではなく、環境との関わりの中で影響を受け反応をしつつ、そこで起こっていることを指し示し耳を傾け、そこに真摯に意味を読み取るという形で意味の生

成に関わる者としての主体だからである。真摯な認識の主体は客観性を有しているが、この客観性ははじめから世界との生きた関わりの外側に立って冷徹に物事を観察するような客観性ではない。それは、世界との生きた関わりの中で何かを対象化し、今そこにあるものの意味を真摯に言葉にしていこうとするという意味での客観性である。それは「私」という主観の中で練り上げられていく客観性であり、主体的な客観性なのである。

### セラピストの役割

ここまでの議論を少しまとめることにしたい。人間は、状況や物事に対して有機体として反応するという一面を持っている。これはいわば身体的な次元での主体性だと言うことができる。動物の場合、この内発的な反応性は相即的な知覚・行動という形で生じるが、人間は相即的に行動を起こすことなく、漠然とした意味感覚としてその反応を内的に持つことができる。この内的な意味感覚としての有機体的反応性は、多くは微細なもので客観的陳述や社会的交流の背後に隠れているが、心理療法において重要な役割を果たす。心理療法が真に洞察的であるためには、クライアントはこの有機体的な反応性に真摯な認識の態度を向ける必要がある。つまり、自らの有機的な反応性としての意味感覚に「私」として対峙し、新鮮な注意を向け、それを誠実に言語化し感受しようとする必要がある。

では、クライアントが真摯な認識の態度を持って自分の感じている意味感覚に触れることは、どのようにして可能になるのだろうか。クライアントが自らのフェルトセンスに真摯に注意を向けるために、セラピストはどのような役割をとることができるだろうか。

筆者は、クライアントとセラピストの共同注意の関係性、つまり両者がともに何かに注意を向けるという関係性が重要な役割を果たすと考えている（久羽, 2008；久羽, 2018）。Gendlin（1968）は、セラピストの応答はクライアント

のフェルトセンスを指し示すことを狙いとする  
と述べているが、筆者の理解では、セラピスト  
はクライアントのフェルトセンスを指し示すこ  
とによってクライアントを共同注意へと誘うの  
である。このことが可能となるためには、セラ  
ピストがクライアントのフェルトセンスに（つ  
まり事柄に対するクライアントの有機体的な反  
応性に）目を向けていること、それも（クライ  
エントを動かそうとするのではなく）真摯な認  
識の態度を持って注意を向けていることが必要  
となる。もちろんこれは、セラピストがクライ  
エントの感じていることをすべてわかっていな  
ければならないという意味ではない。重要な  
のは、そのような反応性の次元があるのだと知っ  
ていること（その次元を視野の中に入れてい  
ること）、そしてそこで生じていることを真摯に  
理解しようとしつつける姿勢を持つことである。  
またクライアントの体験を指し示すセラピスト  
の言葉は、クライアントの感じていることを完  
壁に言い当てていなければならないわけでもな  
い。クライアントの感じていることを真摯に言  
葉にしていく作業はクライアントとセラピスト  
の共同作業としてなされるのであり、やがて  
（完全にではないにしても）クライアント自身  
の内的な作業となっていくべきものである。セラ  
ピストの言葉は理解の結果ではなくむしろ共  
同作業のプロセスの一部として発せられるので  
あり、重要なのは内容的に正確であることより  
むしろ、大事なものがなにかそこにあるとい  
う感覚を共有することである。

### 真摯な認識以外の変化の道筋について

本論考では、心理療法の実践において真摯な  
認識の態度が重要であるという立場で議論をお  
こなってきた。だがこの議論があらゆる形態の  
心理療法に普遍的に当てはまるわけではない。  
たとえば臨床動作法でも主体ということが重視  
されるが（成瀬，2000），そこで強調されるの  
は認識の主体ではなく動作の主体である。言葉  
を介しておこなわれる成人の心理療法では物事

の適切な認識が重視されることが多いが、心理  
療法の流派や立場によっては、適切な認識は適  
切な行動の前提として必要なだけで、それ自体  
がクライアントの変化の中心的要因とは見なさ  
れない場合もあるだろう。

プレイセラピーもまた、真摯な認識とは異な  
るところで成立している営みのように思われる。  
プレイセラピーにおいてクライアントは、状況  
との関わりの中で自らの内に生じる反応（気持  
ちや、あるいは気持ちとして体験される以前の  
漠然とした反応性）を遊びを通じて表現するが、  
そこでは必ずしも自らの反応に対する真摯な認  
識が生じるわけではない。それでもクライエン  
トは、セラピストとの関係性の場の中で自らを  
自由に表現し、その表現をセラピストに受け  
取ってもらえるということを通じて変化してい  
く。ここでは Winnicott（1971）がクライエ  
ントとセラピストの遊びの領域の重なりあいと  
述べたような事態が治療機序の中心となってい  
るものと思われる。そこで起こっているプロセ  
スを十分に納得のいく形で記述するためには、  
認識に重点を置くのとは異なる視点が必要にな  
るだろう。

筆者は、状況に対する有機体的な反応性への  
着目は心理療法一般に共通して重要となる事柄  
だと考えている。一方、真摯な認識はクライエ  
ントの変化のひとつの道筋にすぎないように思  
われる。認識以外の心理的变化の道筋、特に遊  
びにおける自発的表現について有機体的な反応  
性という観点から記述し理解することは、筆者  
の今後の課題と考えている。



## 引用文献

- Althusser, L. (1970) *Idéologie et appareils idéologiques d'État* (Notes pour une recherche). *La Pensée*, 151. 西川長夫・伊吹浩一・大中一彌・今野晃・山家歩 (訳) (2010) *イデオロギーと国家のイデオロギー書装置——探究のためのノート*. 西川長夫・伊吹浩一・大中一彌・今野晃・山家歩 (訳) 「再生産について」(下), 平凡社, pp.165-250.
- Bion, W. R. (1962) *Learning from experience*. In Bion, W. R. (1977) *Seven servants*, New York: Jason Aronson. 福本修 (訳) (1999) *経験から学ぶこと*. 福本修 (訳) *精神分析の方法 I*, 法政大学出版局, pp.1-116.
- Bion, W. R. (1963) *Elements of psychoanalysis*. In Bion, W. R. (1977) *Seven servants*, New York: Jason Aronson. 福本修 (訳) (1999) *精神分析の要素*. 福本修 (訳) *精神分析の方法 I*, 法政大学出版局, pp.119-212.
- Cornell, A. W. (2013) *Focusing in clinical practice*. New York: W. W. Norton. 大澤美枝子・木田満里代・久羽康・日笠摩子 (訳) (2014) *臨床現場のフォーカシング*. 金剛出版.
- Foucault, M. (1975) *Surveiller et punir, naissance de la prison*. Paris: Gallimard. 田村俣 (訳) (1977) *監獄の誕生*. 新潮社.
- Freud, S. (1918) *Wege der psychoanalytischen Therapie*. In *Gesammelte Werke XII*, Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag. 小此木啓吾 (訳) (1918) *精神分析療法の道*. フロイト著作集 9, 人文書院, pp.127-135.
- Gendlin, E. T. (1962) *Experiencing and the creation of meaning*. London: The Free Press of Glencoe. 筒井健雄 (訳) (1993) *体験過程と意味の創造*. ぶっく東京.
- Gendlin, E. T. (1964) *A theory of personality change*. In P. Worchel, D. Byrne (eds.) *Personality change*, New York: John Wiley. 村瀬孝雄・池見陽 (訳) (1999) *人格変化の一理論*. E. T. Gendlin・池見陽 (著) *セラピープロセスの小さな一歩*, 金剛出版, pp.165-231.
- Gendlin, E. T. (1968) *The experiential response*. In E. Hammer (ed.) *Use of interpretation in treatment*. New York: Grune & Stratton, pp. 208-227. \*
- Gendlin, E. T. (1981) *Focusing (2nd edition)*. New York: Bantam books. 村山正治・都留春夫・村瀬孝雄 (訳) (1982) *フォーカシング*. 福村出版.
- Gendlin, E. T. (1989) *Psychotherapy research: Toward a bodily human nature*. *Discours Social / Social Discourse*, 2(1-2). \*
- Gendlin, E. T. (1990) *The small steps of the therapy process: How they come and how to help them come*. In G. Lietaer, J. Rombauts, R. V. Balen (eds.) *Client-centered and experiential psychotherapy in the nineties*, pp. 205-224. 池見陽 (訳) (1999) *セラピープロセスの小さな一歩*. E. T. Gendlin・池見陽 (著) *セラピープロセスの小さな一歩*, 金剛出版, pp.27-63.
- Gendlin, E. T. (1997) *A Process Model*. Spring Valley: The Focusing Institute. (Republished in 2017 by Evanston: Northwestern University.)
- Gendlin, E. T. (2004) *The new phenomenology of carrying forward*. *Continental Philosophy Review*, 37(1), 127-151. \*
- Gergen, K., Kaye, J. (1992) *Beyond narrative in the negotiation of therapeutic meaning*. In S. McNamee & K. J. Gergen (eds.) *Therapy as social construction*. Thousand Oaks: Sage. 野村直樹 (訳) (2014) *ナラティブ・モデルを越えて*. 野口裕二・野村直樹 (訳) *ナラティブ・セラピー 社会構成主義の実践*, 遠見書房, pp.138-164.

- 久羽康 (2008) セラピーにおける空間. 心理臨床学研究, **26**(3), 336-346.
- 久羽康 (2015) 象徴化のプロセスとしての人間主体. 人間性心理学研究, **33**(1), 39-49.
- 久羽康 (2018) 「そこにある何か」を感じ取るという観点から見たフォーカシング指向アプローチ. 心理相談研究 (神奈川大学心理相談センター紀要), **9**, 33-47.
- 久羽康 (2020) Bion 理論のパーソン・センタード・アプローチにおける可能性. 人間性心理学研究, **38**(1), 41-51.
- Lacan, J. (1973) *Le séminaire de Jacques Lacan, livre XI, Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse*. Paris: Éditions du Seuil. 小出浩之・新宮一成・鈴木國文・小川豊昭 (訳) (2000) 精神分析の四基本概念. 岩波書店.
- 松井江美子・大橋一恵 (2004) 精神療法. 氏原寛他 (編) 心理臨床大事典 改訂版, 培風館, pp.777-780.
- McNamee, S., Gergen, K. J. (1992) Introduction. In S. McNamee & K. J. Gergen (eds.) *Therapy as social construction*. Thousand Oaks: Sage. 野村直樹 (訳) (2014) 序章. 野口裕二・野村直樹 (訳) ナラティブ・セラピー 社会構成主義の実践, 遠見書房, pp.9-15.
- 諸富祥彦 (2009) フォーカシングの原点—その哲学の基本的特質及びロジャーズとの関係. 諸富祥彦 (編著) フォーカシングの原点と臨床的展開, 岩崎学術出版社, pp.3-41.
- 成瀬悟策 (2000) 動作療法. 誠信書房.
- Rogers, C. R. (1959) A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the Client-Centered framework. In Koch, S. (ed.) *Psychology: A study of a science, vol.3. Formulations of the person and the social context*. New York: McGraw-Hill. 大石英史 (訳) (2001) クライエント・センタードの枠組みから発展したセラピー, パーソナリティ, 人間関係の理論. 伊東博・村山正治 (監訳) ロジャーズ選集 (上), 誠信書房, pp.286-313.
- Rogers, C. R. (1961) A process conception of psychotherapy. In *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin. (Originally published in 1958.) 諸富祥彦 (訳) (2005) 心理療法の過程概念. 諸富祥彦・末武康弘・保坂亨 (共訳) ロジャーズが語る自己実現の道, 岩崎学術出版社, pp. 119-149.
- 氏原寛 (2004) 臨床心理学の目的と意図. 氏原寛・亀口憲治・成田善弘・東山紘久・山中康裕 (共編) 心理臨床大事典 (改訂版), 培風館, pp.2-6.
- Weizsäcker, V. (1950) *Der Gestaltkreis*. Stuttgart: Georg Thieme. 木村敏・濱中淑彦 (訳) (1995) ゲシュタルトクライス. みすず書房.
- Winnicott, D. W. (1971) *Playing and reality*. London: Tavistock. 橋本雅雄 (訳) (1979) 遊ぶことと現実. 岩崎学術出版社.
- (\*印のものは The International Focusing Institute ウェブサイトの Gendlin Online Library を参照した.  
<http://previous.focusing.org/gendlin>, 2022年4月29日現在)