

■ Articles

カウンセラーとトレーナーとの個人内統合に関する探索的研究

—個人カウンセリングのカウンセラー、
Tグループのトレーナー体験を基にした、ラフスケッチ—

楠本和彦
(南山大学人文学部心理人間学科)

1. 目的・背景・スタンス

(1) 目的

本論は、個人カウンセリングのカウンセラーとしての自分と、Tグループのトレーナーとしての自分を、筆者個人の中で、如何に統合的に把握し、実在するかの探索を目的としている。個人カウンセリングとTグループを、コンバインドセラピーのように構造・方法として、統合しようとするものではなく、個人カウンセリングと、Tグループや家族療法や集団精神療法などを含んだグループ・アプローチ全体との統合的理論の確立を目指そうとするものでもない。

Rogers (1980) が個人カウンセリングにおいても、ベイシック・エンカウンター・グループにおいても、一致や透明性を重視したように、筆者は個人カウンセリングのカウンセラーとしても、Tグループのトレーナーとしても実践の場で、できる限り、自分が一致していて、透明で、自己の内的プロセスが、その場のメンバーに共有化されていることを目指している。本論は、そのような実践での有り様を、論文レベルでも行えればという筆者のニーズにより、書かれている。

カウンセラーとトレーナーとの個人内統合に関して、詳細な文献研究を基に記されるものではない。むしろ、筆者のカウンセラーとしての、また、グループのファシリテーターとしての経験をふりかえり、実践の中で考えたことを素材にして、論を進めていく。

(2) 背景

そのためには、まず、筆者のカウンセラー、トレーナー（ファシリテーター）

としての経験の場、種類を示す必要があるだろう。筆者は個人カウンセリングとグループ・アプローチとの両方を実践してきた。

筆者が体験した個人カウンセリングの主なフィールドは学校カウンセリングと個人契約に基づく大人のカウンセリングであった。学校カウンセリングでは、大学における学生相談、小学校のスクールカウンセラー、教師カウンセラーのスーパーヴァイザー、スクールカウンセラーのスーパーヴァイザーを過去、現在において経験している。個人契約に基づくカウンセリングは、個人開業のカウンセラーとして行っていた時期があった。病院臨床の経験はほとんどない。自己のカウンセラーとしての有り様に最も影響を与えているのは、クライアント中心療法である。ついで、ユング心理学、精神分析、ゲシュタルト療法などの諸理論も少なからぬ影響がある。しかし、それらを自分にとっての中心的なオリエンテーションとして、専門的に探求してきたとは言い難い。

グループ・アプローチは構成・非構成のエンカウンター・グループ、カウンセリングワークショップ、構成・非構成のラボラトリーメソッドによる体験学習を主に行ってきた。家族療法、集団精神療法の経験はない。エンカウンター・グループやTグループを主に実践してきた関係上、グループ・アプローチに関しては、これらの理論的影響が強い。

個人カウンセリングとグループ・アプローチとをまったく別物と考えて実践するわけにはいかず、さりとて同じとは言えないもどかしさを感じている。確かに両者は重なり、共通点をもつと同時に、違いももっている。その両方を実践する者として、筆者はそれぞれの場において、自分が違った人間としてある、振舞うという感覚はない。しかし、活性化される内的部分や表出される言動には違いも見られると感じている。そのような異同に関して、カウンセラー、トレーナーとして、自己内での整理の必要性を近年感じるようになってきた。カウンセラーとTグループのトレーナーとの個人内統合の方向として、大きくは、2つの方向があるように感じている。1) システム論的な統合、2) トランスパーソナル的な統合である。しかし、筆者は現在、実践、理論としても、それらに深く通じているわけではない。これらの理論は参考、援用するものも、その立場からの実践体験を通して、論じることは現在の筆者にはできない。

(3) 執筆にあたってのスタンス

本論は、サブタイトルにも記したように、ラフスケッチである。詳細で、精緻な検討を経た議論ではなく、現時点での筆者が、個人カウンセリングのカウンセラーとして、Tグループのトレーナー、ベイシック・エンカウンター・グループのファシリテーターとしての体験を通して考えたことを、まずは、拾い上げ、記述しようとするものである。後述する「体験学習の循環過程」の理論に従っていえば、「体験」→「指摘」の段階であり、未だ、「分析」、「仮説化」には至っていない。

それだけに、記述内容はまだまだ洗練度が低い。また、各理論の共通見解に基づいているとはいえないため、各派のカウンセラー、エンカウンター・グループのファシリテーターやTグループのトレーナーの方々からの批判、異論は覚悟している。交流分析風にいえば、「ストロークがないよりは、ネガティブなストロークでも、ストロークがある方がうれしい。ポジティブなストロークはもっとうれしい」という感覚で記している。批判は、このラフな論文をよりよいものにしていくご指導であり、ポジティブなフィードバックはこの論文をさらに発展させる動機づけになる、と考えている。

II. 統合に関する視点、理論

日本において、個人カウンセリングとグループ・アプローチの両方を実践している人々は2つのタイプに大別できよう。第一には、エンカウンター・グループやTグループなど、グループによる自己成長、自己実現の促進を実践しているカウンセラー達である。その中心的存在は、大学の学生相談で個人カウンセリングを行うとともに、学生に対する心理的・発達の援助の一環として、エンカウンター・グループを実践しているカウンセラーである。第二に、個人カウンセリングとともに、集団療法や家族療法を行っているカウンセラーである。これらのカウンセラーを中心として、個人カウンセリングとグループ・アプローチとの統合に関する研究が行われている。その一端を以下に示す。

学生相談の立場からの見解を紹介する。村山（1974）は学生へのグループ・アプローチの意義を述べる中で、グループ・アプローチは個人カウンセリングに代わるものではないとしている。両者の二者択一という形で問題設定すべきではなく、それぞれにユニークな特徴をもっており、個人によって得るものや成果に差がありうるとする。山口（1978）は相談活動の実施において、方法としてのグループ・アプローチと個人カウンセリングの併用は当然のことであり、特に成長途上の学生を対象とする学生相談においては併用の必然性は高いとする。その理由として以下のように述べている。「個人カウンセリングで彼らが行うことは自分自身への模索であり、その所産として結果を習得していく。模索自体や、その所産である結果の誕生は、その個人にとっては一つの『変化』である。その『変化』の妥当性、信頼性の度合いを自らが実感していきやすい場は他者との交流の場であり、そこでの相互作用を通じてより明確に意識化できるならば、より身に付いたものとして『変化』を受けとめることができるであろう。（中略）人によってはグループ体験を契機に、模索の場を個人カウンセリングに求め、着実に旅を続けていく人もいるだろう」とする。そして、この交流の場として、エンカウンター・グループや集団療法などのグループ・アプローチや日常的な交流の場を挙げている。

小谷（1990）は集団心理療法を述べるなかで、個人療法と集団療法との関係について記述している。個人療法家が集団療法に対していただく抵抗や疑問について触れるとともに、ビオン（1959）の言葉を引用し、両者の関係を説明する。「個人、グループ、それぞれの精神分析的なアプローチは、同じ現象を異なった切断面で扱っている。これら2つの方法は、分析家に基本的な双眼鏡的視野を提供するものである」（ビオン、1959）との見解が両者の関係であるとする。そして、この視座を臨床の場を実現しようとしたのが、コンバインドセラピーとコンジョイントセラピーという、個人心理療法と集団心理療法両者の並行処方であるとする。そして、「このような並行処方の歴史的展開そのものの中に、（中略）両者の関係をより臨床的事実において理解しその意義を検討する示唆が豊かに含まれているであろう」と説く。1970年代から80年代にかけて精神分析的立場が主導したニューグループサイコセラピームーブメントの中で集団療法と個人療法の補完的關係が積極的療法の一手法をみなされ、コンバインドセラピーの展開が着目されるようになったと言う。そのような補完性の観点から、両者を対比し、集団療法特有の治療的要因として、1）現実的小社会の提供、2）サポートの多次元性、3）見ることによる学習体験、4）見られることによる学習体験を挙げている。このような要因により、個人心理療法と集団心理療法との「組合せによるアプローチの展開は、治療的要因の重要なポイントとなる体験自我と観察自我の分化とその両者のつなぎ、すなわち統合を果たすシステム性を発展させる可能性を持っており、組合せによるシステム的アプローチの効用としては、個人心理療法の社会的拡大化と集団心理療法成果の個人内的統合作業の促進という両様式のスイッチバック的治療効果を挙げることができ、性格障害を中心とした難治性患者にあるいは発達障害に対する養育的アプローチとしての今後の展開が期待される」としている。

長尾（1988）は青年期境界例に対する治療的共同体とコンバインドセラピーの事例研究を発表し、発達の側面と治療的側面からのその意義について考察している。

家族カウンセリングと個人カウンセリングとの統合とを中心的なテーマにしつつ、心理療法の統合に関して、平木（1996）が述べている見解を以下に紹介する。

第二次世界大戦以後、心理療法は新しい理論、技法が頻出するようになった。1980年代に入ると、心理療法における実用性という観点だけでなく、理論的、実証的に確実性のある理論・技法の必要性の要求が高まり、統合への努力が強まった。多様な心理療法の理論と技法を統合する方法は1）技法的折衷、2）理論的統合、3）共通因子、4）システミックな統合の4通りに大別できるとする。1）技法的折衷は、「クライアントや問題に応じた最適な技法を選択する能力を高めようとするものである」。主に、1つの理論の枠組みを基礎にしなが、概念的に矛盾しない技法を他の療法から取り入れる方法である。2）

理論的統合は、「単なるいくつかの技法の混合を超えて2つあるいは3つの理論を結合、調和させ、概念的にも理論的にもよりよい1つの理論を創造しようとする」ものである。実践面では、「例えば、1人のクライアントに対して、カウンセラー-クライアント関係の確立には来談者中心療法の技法に従い、症状や心理的力動の理解には精神力動理論を活用し、介入の技法は認知行動理論から選択するといった具合に、いくつかの理論の最も優れたところを相補的に統合して活用することとか、一連の心理療法の中で、恐怖症の症状を取り除くときは系統的脱感作を活用するが、さらにアイデンティティの問題には精神分析的なアプローチに従うといったことになる」としている。3)の共通因子とは、「異なった心理療法が基本的に共通にもっている中核的な要素を探そうとするものである」。このアプローチでは各学派の「心理療法家が実際に行っていることには非常に似通ったものがあることを強調する」。その内容として以下に記すNorcross & Arkowitz(1992)やGarfield(1995)の見解を紹介している。心理療法に効果をもたらす要素として、学派を超えて共通しているのは、「理論や技法というよりも、セラピストの態度や能力である」(Norcross & Arkowitz、1992)。「心理療法において最も重要な要素は、セラピストの変数としては、クライアントに治療の動機づけを高め、変化の希望をもたらし、知的・情緒的に問題や自分自身についての理解を深める新たな方法を提示し、面接の外でも行動の変化が起こるような介入能力であり、そこに密接に関わるクライアント変数としてはセラピーに対する積極的な期待と希望、そしてセラピストに対する信頼」(Garfield、1995)と考えられている。4) システミックな統合とは、「心理臨床家の変化を促す能力の向上のためには、統合の要素を単に心理療法の諸理論の範囲に止めず、変化のプロセスを説明するような他の学問体系の基礎理論と研究法にも求めよう」とするものである。「この方法の考え方の根底には、システム論的な考え方があり、治療的变化における最も重要な媒介変数は、生態の全体性、ホメオスタシス、進化における関係性であり、その観点からすれば、精神分析、行動療法、ヒューマニスティック／実存的アプローチは、それぞれ人間を学習する者、反応する者、そして、創造する者として、捉えており、その理論は対立し、排除し合うものではなく、相補い、強化する働きがある」とのClarkson & Lapworth(1992)の見解を紹介している。

さらに平木は、システム論の観点から、「個人の心理内力動を理解するためには、精神力動理論や認知療法理論が役に立つ。家族の相互作用・家族力動を理解するには、家族療法の理論や集団力学が有効である。それらの理論を統合して、個人とその人たちが構成する家族の関係や相互作用を理解し、援助的介入をするのが心理療法ということになる」とする。これは個人療法と家族療法の統合、システム療法家の視点のあり様について述べたものであるが、本論が目的とする、カウンセラーとトレーナーとの個人内統合に関しても、援用できる考えといえよう。

上記の研究者の見解を参照すれば、個人カウンセリングとTグループとは対立的な関係ではなく、相補的な関係といえる。そして、諸理論を統合する理論が求められ、探求されていることがわかる。しかし、個人カウンセリングとグループ・アプローチとの関係に関して、村山や山口が1970年代に提言しているにもかかわらず、小谷の論文が1990年に、平木の論文が1996年に公刊されていることからわかるように、日本における心理療法の統合的理論に関する、本格的な研究は端緒についたばかりということもできよう。

Ⅲ. 個人カウンセリングとTグループとの共通点と相違点について

1. 一見、明らかな相違点に思えること

上述したように、本論は、筆者の個人カウンセリングとTグループの体験を主な素材として、個人カウンセリングのカウンセラーとしての自分とTグループのトレーナーとしての自分との異同を明らかにし、その個人内の統合的視点を探索することを目的とする。ここでは、まず、個人カウンセリングとTグループについて、一見すると、明らかな相違点に思われることに関して、検討してみたい。

(1) 構造・形態

個人カウンセリングと、Tグループとの相違点で、最も明確な差異はその名称にも表れているように、それぞれの構造・形態である。個人カウンセリングは、通常、カウンセラーとクライアントとの一対一の関係により成り立っている。それに対してTグループは1人から2人のトレーナーと6人から10人のメンバー、時には1人のオブザーバーにより構成される。個人カウンセリングでは、人的リソースはカウンセラーとクライアントであり、インターアクションはその間で生まれる。Tグループはトレーナー、メンバーすべてが、そのグループの人的リソースとなり、その間で、多様で、複雑なインターアクションが生じる。また、広義のTグループ（人間関係のラボラトリートレーニング全体を指す）の中には、狭義のTグループ（Tセッション）以外に、全体会があり、グループ間のインターアクションも生じる場合がある。

(2) 目的

個人カウンセリングは主に、心理的・対人関係的な援助、治療を目的としていると考えられる。東山（1992）は、カウンセリングの目的として、1）症状の除去、症状の治療、2）症状の背後にある人格を問題にし、究極的には自己実現をはかる、3）こころというより、たましいへの接触をはかり、たましい

の救済を考える、の3つ挙げている。それに対して、Tグループは人間関係のトレーニング・教育を目的にしていると考えられる。山口（1992）は「教育の革新として生まれたTグループは、神経症や精神病の治療を目的としている集団療法ではなく、個と集団とを統合する体験学習あるいは実存的対話者としての自分の生き方を探るトレーニング」であるとする。この両者の記述を比較すると、個人カウンセリングとTグループには目的の差異が明らかであるように思われる。

（1）構造・形態、（2）目的の両側面において、個人カウンセリングとTグループの相違は明らかに見える。両アプローチが同一のものではないのは確かなことである。これらを前提とした上で、次節では筆者の体験を基に、両アプローチの相違点について考えていきたい。

2. 筆者の経験を通して考えた、個人カウンセリングとTグループの相違点

ここでは、カウンセラーとトレーナーとの個人内統合の探索に向けての、一つのステップとして、筆者の個人カウンセリングとTグループ経験を基に、筆者が考え、実感している両者の相違点について記していく。個人カウンセリングには様々な学派があり、その理論、技法も多様であるため、一口に語ることは不可能である。そのため、ここでは、クライアント中心療法、ゲシュタルト療法、精神分析、ユング心理学など筆者のカウンセリングに比較的関連の深いアプローチを念頭においていることを記しておく。

（1）Tグループの方が意識レベルの関わり、現実吟味に比重をおく

精神分析、ユング心理学は心の層構造を提唱する。心は、意識、前意識、無意識（個人的無意識、集団的無意識）からなるとする。Tグループはレビンが源となっており、グループダイナミクスから発展してきたため、心の層理論は採用していない。この差異は各アプローチにおいて、どこ、何に焦点を当て、深め、展開していくかに多大な影響を与える。

筆者の場合、個人カウンセリングにおいては、夢や箱庭療法など無意識からのメッセージが表出されやすい素材も用いるが、Tグループにおいてはそのようなアプローチは現在行っていない。個人カウンセリングで夢分析や箱庭療法を用いるのは、心因性の症状の消失においても、人格の変容においても、無意識からのメッセージを受け止め、それを意識化することや無意識の心理過程が展開すること、意識と無意識とがスムーズな相互作用をもつことが有益であると考えているためである。夢分析や箱庭療法を行うことにより、自分の心の深層と意識が相互に交流しあい、その全体的存在である人間の自己実現を促すことに寄与すると考えている。

Tグループでは心の層理論は明示的には採らないが、ジョーゼフ・ラフトと

ハリー・インガムが提唱した「ジョハリの窓」の理論は採用されている。その講義が全体会で行われることもありうるし、Tセッションの中でトレーナーやメンバーがその発想に基づき、関わりをもつこともある。もっとも、南山大学人文学部心理人間学科や南山短期大学人間関係科では、Tグループ以外の授業で既に講義されているため、全体会で講義されることはほとんどなかった。「ジョハリの窓」は自己開示とフィードバックを意味づけ、活用されるために使われる。自己開示により、「隠れている、または、隠している」領域の一部が「開放」の領域となる。自己開示が相互に行われることにより、グループは防衛機制が減少し、安全で、自由な場となり、信頼関係が深まるとされる。他者からのフィードバックにより、「盲点」の領域にあったものが「開放」の領域に組み入れられる。フィードバックにより、気づきを生むことができる。自己開示、フィードバックは個人の心の変容や成長、対人関係、グループの変化や発達を促進するものとして、Tグループで重視されている。ただ、筆者の経験では、Tグループの中で、「未知」の領域での発見に関して明示的に取り上げられることはあまりないように感じられる。

Merritt (1992) は、Tグループのトレーナー（ファシリテーター）もグループも守ることが望ましい規範として、「体験的に学ぶ（EIAH-E）学習理論に従うことを優先することです」と述べている。Tグループも含むラボラトリーメソッドによる体験学習において、学習の基礎理論となるのは、「体験学習の循環過程」（図1）である。「体験学習の循環過程」は「体験（する）」、「指摘（みる）」、「分析（考える）」、「仮説化（わかる）」の4要素からなっており、この過程を一步一步踏みながら、循環させていくとの考え方である。

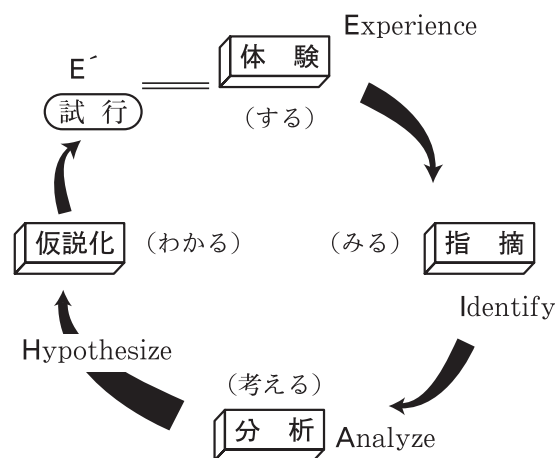


図1 体験学習の循環過程（津村、1992）

この理論はデューイが提唱する「科学的方法を基礎として、経験を分析する問題解決方法」（Miller、1988）をその基礎としていと考えられる。Miller (1988) によると、デューイの問題解決方法は以下の5つのステップを踏む。
 (i) 困惑、混乱、疑念。これらは、その性格がまだまだ十分に確定されていな

い不完全な状況のなかに人が巻き込まれていることから生じる。

(ii) 推測的予想。与えられている要素の暫定的な仮の解釈を試みて、それによってどのような結果が引き起こされる傾向があるかを予測する。

(iii) 念入りな概念調査（検査、視察、探索、分析）。直面している問題の性格を明確にし確定するために、考えられるかぎりすべての事柄を注意深く検討すること。

(iv) 暫定的な仮説の精密化。収集した幅広い事実とつきあわせて調整することによって、先の仮説をより正確な、より整合的なものに作りなおすこと。

(v) 行為による仮説の検証。考案された仮説に立脚して、現に目の前にある事態に適用すべき行動計画をたてる。予想された結果をもたらすことをめざし、はっきりと何がしかの行為を行い、それを通して仮説を検証する。

Miller (1988) は、ホーリズムの観点から、デューイをはじめとするプラグマティズムに関して、プラグマティズムの知性モデルは、多くの場合、H・ガードナーの言う論理的数学的知性であり、それは多面的な知性の一側面であるとする。そして、問題解決的思考に一面化されたアプローチは、論理的線型的でない思考やホリスティックなものを見方を含み込む余地がないとしている。先に挙げた山口 (1992) に「実存的対話者としての自分の生き方を探るトレーニング」という言葉があるように、Tグループが問題解決思考に一面化されたアプローチであるとは、筆者は考えていない。しかし、「実存的対話者としての自分の生き方を探るトレーニング」というような観点をTグループが失ってしまった場合には、Millerが指摘するような狭さに陥る危険性をもつともいえよう。

そのような危険性という意とは離れて、Tグループの基盤としての位置づけから、その学習理論を検討する必要があるだろう。Tグループは、先に挙げたように「体験学習の循環過程」を学習理論として採用している。山口 (1992) はTグループの価値観、人間観のひとつとして、「現実吟味」を挙げている。それは「体験学習の原理は、個人やグループが何らかの問題に直面した時、その場で入手できる限りのデータを集め、それらを見ずから手で検討して仮説化し、行動化しながら再びデータを集める、という現実吟味の循環過程です。それは自己を絶対化せず刻々と変化する相対性の中で自己を問い直すことであり、曖昧なグループ状況の中で、自己開示とフィードバックとによって自己や関係状況の客観的認識に取り組みながら、問題の主体的な探求者となることを意味しています」と述べている。体験学習の循環過程を回していくことによる「現実吟味」の強調はTグループの特性の一つと考えられる。Tグループでは、個人、対人関係、グループにおけるプロセス（コンテンツと対の意味におけるプロセス）のデータをTグループ内で吟味し、それを行動により確かめることが重視される。Tグループが人間関係のトレーニング、人間関係の教育・学習

を重視しているためである。

もちろん、個人カウンセリングにおいても、クライアント、カウンセラーの現実吟味力は重要な要素である。精神分析においては、快感原則に対する現実原則、自我機能の一つとしての現実検討・現実吟味 (reality testing)、病態水準の違いにおける現実吟味力の比較、分類などの形やテーマとして取り上げられる。しかし、現実吟味の強調・重視の程度はTグループの方がより強いといえる。個人カウンセリングでは、自我やその機能に着目する必要はあるものの、それらはあくまで心全体の一部分や一機能として位置付けられる。たとえば、自我心理学において、自我の機能に積極的意味付けがなされ、格上げされたとしても、精神分析、ユング心理学などの深層心理学においては、自我は心の絶対的な最高権威者ではない。Tグループと個人カウンセリングにおける、この相違は筆者の経験からも、強く実感する事柄である。

また、Miller (1988) は、「一般的に言って、直観やイメージや^{インキュベーション} 熟成 は、プラグマティックな探求的知性または論理的数学的知性のなかに取り入れられていないのである」とする。Tグループにおいては、Tセッションにおける直観的思考、全体会におけるイメージ表現、夜のつどいにおける詩や音楽、などにおいて、直観やイメージも取り上げられる。Tグループは必ずしもMillerのいう一般論には当てはまらない。しかし、個人カウンセリングと敢えて比較すれば、直観、イメージ、インキュベーションといった、意識の範囲に止まらない要素の取り入れにはある限度を設けている感が強い。Tグループでは直観やイメージが排除されるわけではないが、無意識を掘り下げていこうとはしない。これもまた、相違点の一つといえよう。

筆者の体験を通じた感覚では、上に記したように、Tグループは個人カウンセリングに比して、意識レベルの関わり、現実吟味により大きく比重をおいているように感じられる。

(2) Tグループの方が「いま・ここ」でのプロセスに特化する

クライアント中心療法、ゲシュタルト療法などの個人カウンセリングでは「いま・ここ」という視点を重視する。それは、Tグループにおいても共通である。ここで敢えて、相違点として述べるのは、大枠における「いま・ここ」の重視を共通にしつつも、クライアント中心療法、ゲシュタルト療法、ベシック・エンカウンター・グループ、Tグループではその実際の適用において異なる点があるためである。筆者の感覚では、「いま・ここ」でのプロセスに特化する度合いは、上記の4つのアプローチに筆者自身の個人カウンセリングを加え比較すると、ゲシュタルト療法>Tグループ>ベシック・エンカウンター・グループ>クライアント中心療法>筆者の個人カウンセリングとなる。この比較はあくまで、筆者の、ワークショップ、授業におけるワークの参加者としての経験、自身のカウンセラー、ファシリテーター経験によっている。

まずは、ゲシュタルト療法、クライアント中心療法、筆者の個人カウンセリングについて記す。

Perls (1973) は「ゲシュタルト療法は、まさに『今—ここ』のセラピーと言える。セラピーの中では、徹底して、現在、『今—ここ』で自分が何をしているかに注意を向けてもらうのである」とする。また、『グローリアと3人のセラピスト』(1980)のVTRで、Perlsはゲシュタルト療法を以下のように解説する。「深層心理学とは対照的に、このセラピーでは、自分自身を見出せる状況の表面の明白な部分のすべてをとりあげ、『我と汝』、『今、ここに』という基盤の上にのみ現れて来る経験の全貌すなわちゲシュタルトを発達させようとするのです。未来や過去へ少しでも逃げこもうとすることは、出会いの進行をさまたげ得るものとしてチェックされます」と述べている。これらのPerlsの言葉でも、筆者が体験したゲシュタルト療法のワークにおいても、ゲシュタルト療法は「いま・ここ」に特化する度合いは強いと言ってよいだろう。同じ『グローリアと3人のセラピスト』(1980)のVTRの中でのRogersの面接、面接のふりかえりを見ると、クライアント中心療法では、「いま・ここ」を重視するものの、それだけを取り上げようとしているのではないことがわかる。面接のふりかえりでのRogersの「彼女(筆者注:グローリアのこと)は『あのと時、あそこで』という生き方から、『今、ここで』という要因に移っていったといえるでしょう」という言葉にも、その一端が表れていると言えるだろう。筆者が実際に行っている個人カウンセリングはクライアント中心療法よりもさらに「いま・ここ」への特化の度合いは小さいとの感覚がある。筆者の個人カウンセリングでは、過去の出来事、経験、感情、感覚、思考、認知などをも取り上げるし、未来イメージを吟味することも少なくない。それとともに、「いま・ここ」での感情、感覚など、クライアント、カウンセラー双方の個人内プロセスやカウンセラー・クライアント間のプロセスをも取り上げる。

ベシク・エンカウンター・グループとTグループとについて記す。

Rogers (1970) は著書『エンカウンター・グループ』の中で、「私は過去経験の述懐より現在の感情のほうによく反応する。しかし、両方ともがコミュニケーションの中に表れてほしい。『<今、ここで>のことだけを話しましょう』という規則を私は好まない」と述べている。筆者の体験したベシク・エンカウンター・グループでも、「あのと時・あそこ」での話題が語られることは多かった。山口(1992)は山本(1985)の言葉を引きつつ、Tグループの価値観、人間観のひとつとして、「いまここに生きる」を挙げている。そしてその説明として、「われわれは限られた物理的時間の中で生きています。トレーニングは協働学習の場であり、共通の学習素材は物理的に共有している時間の中にしか存在しません。そういう意味で、方法的には始まりと終わりが明確に示された物理的時間の中での直接体験に目を向けることが重要になります。それ

と同時にわれわれは主体的な時間を体験しています。それは“いまここ”でのわれわれの存在の仕方の質とともに変容するものです。(後略)」としている。また、Merritt (1992) はTグループのトレーナーもグループも守ることが望ましい規範として、「“今、ここ”に起こっていることを学ぶ“素材”としてみなすことです。“今、ここ”が、やはり、トレーニングにおける生き方の指針としてのキーワードです」と述べている。実際のラボラトリーにおいても、Tグループでは、「いま・ここ」のプロセスに気づき、関わり、「いま・ここ」のプロセスをともに生きることを、ラボラトリー全体ねらいとしてラボラトリー開始時に、トレーナーから提示されることが多い。「あのとき・あそこ」での話題はタブーではないが、トレーナーはグループ状況などを勘案しつつ、ねらいである「いま・ここ」に焦点が当たるよう介入することが少なくない。

「ベシク・エンカウンター・グループ>クライアント中心療法」の部分は「>」か「≧」か「?」かで迷うところであった。しかし、筆者の印象では、ベシク・エンカウンター・グループが集中的なグループ経験である分、「いま・ここ」への特化の度合いが高いように感じる。

本論の目的である、個人カウンセリングとTグループとの比較に戻ろう。筆者自身の個人カウンセリングでのカウンセラー、Tグループのファシリテーターのありようを比較すると、個人カウンセリングに比べて、Tグループの方が「いま・ここ」でのプロセスに特化していると感じる。筆者という同じ人間が行っているのもかわらず、ありように違いが生じるのは、その目的や構造に違いがあるためである。個人カウンセリングに比してTグループの方が、「いま・ここ」でのプロセスに特化すると言って問題ないと思う。

(3) Tグループの方が学習共同体という感覚をより強くもつ

「学習共同体」という側面に関して、個人カウンセリングとTグループの比較の前に、まずは、ベシク・エンカウンター・グループとTグループの比較を行う。それは「学習共同体」という言葉のニュアンスを明確にしたいがためである。

Rogers (1970) はエンカウンター・グループのファシリテーションの背後にある哲学と態度に関して、「グループはグループの潜在力とメンバーの潜在力を発展させる促進的な風土を自らもつと信じている」と述べ、さらに「私の希望は、促進者であるとともに参加者になっていくことである」と続ける。この哲学、態度は以下に挙げるエンカウンター・グループの実践者・研究者の言葉とほぼ同じことを述べていると考えてよいだろう。野島 (2000) は「ファシリテーションシップの共有化」として、「ファシリテーターが一貫してファシリテーションシップ（個人、相互作用、グループに促進的・援助的に働きかけること）をとり続けるよりは、折々に各メンバーがファシリテーションシップを発揮する方がグループにとっても個人にとってもより有益であると考

える」と述べている。「メンバーに権威を」、「リーダーシップの分散」（村山、1990）、「相互啓発性」（村山、1993）と呼ばれる場合もある。また、パーソンセンタード・グループ・アプローチの特徴の一つとして、伊藤（2002）が「構造化の程度と責任の分有」として、「ファシリテーターは、グループに構造や方向をほとんど与えない。メンバーは、自らが意味のある方向を見つける、相互に助け合うことができる、建設的な成果を生み出す、という能力をもつ、信頼できる存在とみなされる」と述べることも重なる。

Tグループは草創期にはトレーニングの要素が大きかったが、しだいに協働学習への志向を強めていった。星野は長年Tグループをはじめとするラボラトリーメソッドによる体験学習の実践を行ってきた人である。星野（2003）はファシリテーター（トレーナー）の行動指針として、1）相手中心であること、2）個の尊重、3）非評価の姿勢、4）非操作、5）ともにあることを挙げている。中村（2003）はTグループにおけるファシリテーションとして、1）メンバー一人ひとりのプロセスをとらえること：「見る、聴く、感じる」、2）グループの中で起こっているプロセスをとらえること：「見る、感じる、働きかける」、3）メンバー間でのコミュニケーションのファシリテート：「ズレの整理、中立であること」、4）グループやメンバーの力を信頼すること：「信頼する、待つ、サポートする」、5）グループの中での存在のあり方：「ともに学ぶ関係作り、genuineであること」、6）ファシリテーター同士の関係性：「相補性、チームとして機能する」を挙げる。エンカウンター・グループのファシリテーター観とTグループのトレーナー（ファシリテーター）観に随分共通部分が多いことがわかる。ここにとりあげたファシリテーター観は、グループやメンバーの成長力に対する信頼を基盤とした、メンバーとファシリテーターとの対等性やシェアード・リーダーシップや相互啓発性に関するものである。これらの観点においては、現在のエンカウンター・グループもTグループもほぼ共通の価値観をもつことがわかる。

しかし、ここで「学習共同体」という言葉を用いたのは、Tグループはエンカウンター・グループに比べて、人間関係の学習、教育といった側面をより強くもつと信じられるためである。エンカウンター・グループの場合、「教育」、「学習」といった言葉よりは、「成長」との言葉の方が適切に信じられる。野島（2000）はエンカウンター・グループの「目的は『成長』である。－『訓練』を目的とするTグループ、『治療』を目的とする集団精神療法とは異なる」と断言していることにも明瞭に表れている。人間関係の教育、学習の側面に関するファシリテーター観は、上記の中村の2）や5）にも、その一端が表れているが、その部分をより明瞭に示しているのが、Merritt（1992）である。Merrittはグループの充実した発達のために、グループも、トレーナーも守ることが望ましい規範として、13の項目を挙げている。前述したものもあるが、すべてを挙げてみる。

- 1) “今、ここ”に起こっていることを学ぶ“素材”としてみなすことです。“今、ここ”が、やはり、トレーニングにおける生き方の指針としてのキーワードです。
- 2) グループの発達のための推進要因と妨害要因とを見極めることです。
- 3) 体験的に学ぶ(EIAH-E)学習理論に従うことを優先することです。
- 4) ファシリテーターも参加者も参加しながら観察することです。グループに起こる状況を正確にとらえて判断した上で、グループがどうなるかを診断してみることです。
- 5) 個人やグループの中で起こる重要な出来事が浮き彫りになるように考慮することです。
- 6) 感情や情緒を隠さずに意識化して表現することが大切です。そして、情緒と認識との結合を考慮する必要があります。
- 7) メンバー同士がフィードバック（お互いがお互いの言動を受け取って、反応を示しあう）を分かち合うこと。フィードバックは自分の感情を吐露するためではなく、相手への援助のためのものであることを忘れてはなりません。
- 8) メンバー全員がリーダーシップの機能を分かち担うように考慮することです。
- 9) そこに生きている人間として学ぶ目標は、相手を敏感に感じとり、その理解を関係の中で活かすことです。
- 10) 自他共に刻々と変わる心の動きを把握し、実感して、それに忠実に振舞うことです。
- 11) 自分の枠組みにとらわれなくて、事実をあるがままに見つめることです。
- 12) 非言語のコミュニケーションに気づきをもつことです。
- 13) 課題達成よりも、達成するプロセスに目を向けることです。

学習、教育という言葉のニュアンスに直接関係が深いと感じられるのは、1)、2)、3)、4)、5)、6)、9)、11)、13)であろう。しかし、実はこの13の項目全体が、人間関係の学習共同体が成立するための要件と言ってよいだろう。Merrittがこの項目を挙げる前に「グループの充実した発達のためには、次のような規範をグループもファシリテーターも守ることが望ましいと考えられます」と述べているように、Merrittがあげる項目は、人間関係を体験を通して、ともに学びあうために必要な観点なのである。Tグループでは、グループの発達と体験から学ぶことは密接に関係している。Tグループは参加型、体験型学習であるため、体験から学ぶことと、そのグループが変化、成長、発達していくことは一体なのである。グループの発達が目的ではないし、学習の単なる結果でもない。また、Tグループは文化的孤島における集中的な人間関係の学習の場である。しかし、それは、日常から切り離されたところに、日常にはない

パラダイスを作りあげ、満足を得るといったものではないし、Tグループでの体験は、特別、特殊なものであり、日常に汎化不能なものでもない。人間関係を学ぶに適した特殊な状況の中で、学びが促進されるという側面と、その学びを日常に汎化可能なものにし、自己に定着させることを促進する側面の両者を併せ持つ学習共同体なのである。グループが生まれ、自分や他者やグループに関わり、気づき、それらが変化、成長、発達し、また、そのプロセスから気づきや学びが生まれる。Tグループとはそのような場だと言ってよい。

ここまでは、Tグループとベシック・エンカウンター・グループのことを述べてきた。焦点を個人カウンセリングに移すことにする。

個人カウンセリングでは人的リソースはカウンセラーとクライアントとに限られている。そのため、筆者の経験ではカウンセラーとしての自己の言動のクライアントに対する影響に注意深くならざるをえない。特に、クライアントに混乱や不安や見捨てられ感などネガティブな影響を与えかねない、そう誤解されかねない場合には高度な慎重さをもって、関わらねばといった観念をもつ。もちろん、それは相手との関係の成熟度や、相手のパーソナリティにより、変化するのではあるが。

Rogers (1980) は人間中心のアプローチに関して、成長促進的な雰囲気を出現させるには、1) 見せかけのないこと、真実、一致、2) 無条件の積極的な関心、3) 共感的理解の3つの条件が必要であるとし、それらの条件は、治療者-来談者、親-子、リーダー-集団、教師-学生、管理職者-職員等、いずれの関係にも適用できる、としている。本論に関係する部分では、個人カウンセリングでも、Tグループでも、その条件の適用に関しては同じであるということになる。一方でロジャーズはエンカウンター・グループの背景にある哲学と態度に関して、こうも言っている。「グループは動いていくであろう。このことを私は確信している。けれどもその動きを私が特定の目標に向けていける、あるいはいくべきだと考えるのは行きすぎであると思う。私の見る限り、このアプローチはその基本哲学において、私が長年個人治療でもっていたものとなんら変わらない。けれども、私のグループにおける行動は一人一人の関係で常にそうしていたものとはまったく異なる場合が多い。私は、このことをグループの中で経験した私自身の成長によるものだと考えている」(Rogers、1970)。ロジャーズは背景にある哲学は個人カウンセリングとエンカウンター・グループとでは変わらないが、実際の行動が異なり、その変化はグループ経験による成長の結果だと言うのである。この行動の変化が具体的に何を指し示すのか、筆者は浅学のため知らない。参考になると思われる記述を挙げる。東山(1992) は、「ロジャーズは自分の感じをクライアントにフィードバックするのに、エンカウンター・グループ以前は、臆病に感じるほど慎重であった。ロジャーズは自分が一番望んでいた自由さを個人カウンセリングよりもグループに感じ

たのである」と述べている。諸富（1997）は、「ロジャーズにとってエンカウンターグループは単に職業上の関心からばかりでなく、『もっと自分の感情を信頼し表現できるようになる』『もっと危険をおかして関係の中に入っていけるようになる』という自分自身の人間としての成長を果たしていく上で必要なものだったのです。ロジャーズは、多くの欠点を持ち過ちをおかす自分を受け入れて、あるがままの自分として存在するならば、自分自身もっとリアルになることができ、他の人とより親密になっていけることをエンカウンターグループで学んだと言っています。『防衛的になるのをやめ、仮面の背後に隠れるのをやめ、あるがままの自分になってそれを表現しようとする。そんな時、私は人生をもっとずっと楽しむことができるのです』とエンカウンター・グループがロジャーズに与えた影響と変化に関して述べている。

東山や諸富が描くエンカウンター・グループが与えたロジャーズの変化、実感は、筆者の経験、実感とも重なる。その影響はエンカウンター・グループから受けたものも、Tグループから受けたものも両方存在する。先に書いたネガティブなフィードバックに対する、筆者の慎重さ、怖れはTグループのトレーナー経験を通して、緩和されていった。Tグループのトレーナーとしての方が、個人カウンセリングのカウンセラーの時よりも、ネガティブとも捉えうるフィードバックに対して自由になることができているのを感じる。もちろん、自分らしく、自由にいることはネガティブ・フィードバックに止まらない。自分の中に起こってくる様々な気持ち、考え、意志などに気づき、表明することに関係する。Tグループにおいて、トレーナーが自由になりやすいのは、他のメンバー、もう一人のトレーナーの、自分とは異なる感覚、気持ち、気づき、言動がグループや関係や個人にとって促進的であると信頼できるからである。そして、トレーナーという役割に縛られず、そこから自由になることが容易になる。東山（1992）は「カウンセラーがグループ・アプローチにより、より自由になってみると、カウンセラーの時に述べていたのと同じようなフィードバックが異なる意味合いを持ち、異なるクライアント像を浮かび上がらせることになる。一面鏡で映し出された姿と多面鏡で映し出される姿の違いのように、クライアントがより立体的、現実的なものとなって映し出され、理解されるようになる」と述べている。グループ・アプローチのファシリテーター経験をもつカウンセラーがほぼ共通にいただく実感であると言ってよいだろう。

そして、その影響は個人カウンセリングのカウンセラーとしての自分にも影響を与え、それ以前よりも自由になれる感覚を、カウンセラーとしても継続的にもつことができている。

ともにいて、ともに学び、ともに成長するという感覚は、個人カウンセリングよりも、Tグループの方が実現、実感されやすいと、原則的には言える。原則的にと、限定的に述べたのは、どのTグループにおいても、どの個人カウンセリングよりも、必ずそうであるとは言えないからである。自分や他のメンバー

がなかなか自由になれず、ある種の懸念を払拭できぬまま終わるグループもあれば、成熟した関係の中で、お互いが自由に、様々なテーマ、関心に対して取り組める個人カウンセリングもある。ただ、やはり、原則的には「学習」・「共同体」という観点からみれば、多様な人的リソースをもち、信頼を基盤に、そのリソースが十分に活かされるTグループは、個人カウンセリングに比べ、学習共同体という名にふさわしいと言えよう。

(4) Tグループの方が多様で、凝縮したライブ感覚をより強くもつ

Rogers (1970) はエンカウンター・グループの過程として、15の局面を挙げている。1) 模索、2) 個人的表現または探求に対する抵抗、3) 過去感情の述懐、4) 否定的感情の表明、5) 個人的に意味のある事柄の表明と探求、6) グループ内における瞬時的対人感情の表明、7) グループ内の治癒力の発展、8) 自己受容と変化の芽生え、9) 仮面の剥奪、10) フィードバック、11) 対決、12) グループ・セッション外での援助関係の出現、13) 基本的出会い、14) 肯定的感情と親密さの表明、15) グループ内での行動の変化、である。これらはTグループにおいても、同じように起こる現象である。ただ、その程度や起こる頻度などの細かな点においては差異もある。Rogers (1970) はTグループ、エンカウンター・グループなどを総称して、「集中的グループ経験」と呼んだ。ロジャーズの名づけの意図とは異なるだろうが、まさに、これほど「多様な出来事が、ある限られた時間内に集中して生まれるグループでの経験」と言うこともできよう。もちろん、このすべてが、一つのグループでいつも起こるわけではないにせよ、この「集中性」(村山、1990) は集中的グループ経験の特徴である。その集中性を村山(1990) は「ジェットコースター」に譬えている。確かにそのような感覚をいただく場合もある。

それとはまた、別に、標題にあげた「多様で、凝縮したライブ感覚」という言葉がぴったりする側面もあるのではないだろうか。筆者は、Tグループを音楽のライブセッション(ジャムセッション)に譬えることができると感じている。音楽のライブセッションでは異なった楽器が他の楽器が奏でる音に反応し、共鳴しながら、一つの音楽を作り上げていく。そのように、Tグループでは、異なった人生を歩み、異なった価値観、感覚をもつ個人が、それぞれの個性を活かしつつ、協働していく過程と言ってもよい。目の前の人と関わりあう直接性、「いま・ここ」での事柄を取り扱う即時性、お互いが影響しあい、応えあう応答性、異質性と共通性とを体験できる多様性、人と直接向き合う時の迫力などを体感し、学ぶことができる。それぞれの人生が交わり、葛藤し、繋がりあい、紡ぎあい、そして、離れていく過程は、日常の人生を凝縮したものである。多様な感覚、感情、考え、意志などが提示される。それは様々な人々に、様々な影響を与える。そして、時には即時に、瞬時に、反応が生まれ、返される。その主体である、その人自身がクリアになり、自分の前に存在しているこ

とが感じられる。そのような場であるからこそ、先に挙げた15もの様々な局面、現象が生まれえるのではないだろうか。

この側面は個人カウンセリングではなかなか実現されにくいものである。確かに、個人カウンセリングに多様性がまったくないわけではない。個人は統合されているものの、その内には様々な側面をもっている。個人は多様な側面を統合した存在でもあるからである。「いま・ここ」での事柄ももちろん取り扱うし、お互いが受けた影響に関して、応答することもする。カウンセラーとクライアントという二人の違った人間が向き合うところに異質性と共通性とを感じることもできる。しかし、その多様性の幅、動きのダイナミックさはTグループの方が、個人カウンセリングに勝るといえる。勝ると書いたが、それは必ずしも評価の高低を示すものではない。長い時間のスパンの中で、じっくり、ゆっくり熟成させることもまた意味深いことであると、筆者は考えるからである。評価からはなれた特性の一つとして、個人カウンセリングよりも、Tグループの方が多様で、凝縮したライブ感覚をより強くもつと言えよう。

3. 筆者の経験を通して考えた、個人カウンセリングとTグループの共通点

ここまでは、個人カウンセリングとTグループの相違点に着目してきた。今度は、両者の共通点に関して、筆者が経験を基に考えたことを記していきたい。この共通点は、カウンセラーとしての自分とトレーナーとしての自分との統合的視点、実践への橋渡しとなる部分である。

(1) 関係に生きる

個人カウンセリングはカウンセラーとクライアントとが、契約に基づいた目的に向かって行う協働作業である。それは協働作業であるため、両者の関係がその成果の重要な要因となる。この要因は個人カウンセリングに限定されることではなく、あらゆる組織、グループ、人間関係において一般的に言えることであるとも考えることができる。ラボラトリーメソッドによる体験学習には、コンテンツとプロセスとの観点がある。コンテンツとは、仕事、課題、話題などの内容的側面であり、プロセスとは、そのグループ、対人間、個人の中で起こっている人間関係的な側面である。そして、この両者は車の両輪に譬えられるように、いつも同時並行的に起こっていることである。そのような観点からすれば、人間がいるところには、なすことにはすべてコンテンツとプロセスとがあり、人はいつも関係の中で存在し、生きているのだとすることができる。個人カウンセリングもまた人と人との営みであるから、特別視する必要がないと見ることもできるだろう。しかし、個人カウンセリングにおいては、カウンセラー―クライアント関係は成果を得るための単なる手段や方略ではなく、それ自体が心を見つめ、変化・成長を生む「器」でもある。それを最も明瞭な形

で示したのが、ロジャーズが挙げたカウンセラーの3条件である。この条件は現在ではカウンセリングの学派を越えた共通の基盤であると考えられている。カウンセラーの基本的な態度に関する条件であり、カウンセラーとクライアントとの関係性に直結するものである。ロジャーズは自身の人間中心のアプローチとブーバーの「我と汝」の関係に共通点、一致点を見出していた。Decarvalho (1991) はブーバーとロジャーズとの共通点に関して、「セラピーは純粹に人間と人間の関係なのである。そのことは、まさにブーバーが、『われ・なんじの関係』(I-thou relationship) と述べたことなのである。ブーバーは『役割』を演じるのではなく、他者と真実を話しているという深い、相互的な経験、あるいはふたりの人間が奥深く、意味深いレベルで出会っていることが、治癒的結果をもたらすのだと考えていた。ブーバーはこのプロセスを、『出会いによる治癒』(healing through meeting) と名付けた。それはまた、ロジャーズが、最も効果的なサイコセラピーの瞬間に経験していたプロセスなのだ、とロジャーズは述べる」と記している。その関係性をロジャーズはエンカウンター・グループにおいても実践し、前述したように、個人カウンセリングにおいても、グループ・アプローチにおいても同様に重要なものと考えた。

上記の関係を実存的対話者として、カウンセラーとクライアントとが向き合う関係と言ってもよいだろう。山口(1992)がTグループを定義する際に、「実存的対話者としての自分の生き方を探るトレーニング」と述べているように、Tグループにおいても、この関係性は基盤であり、核となるものである。

個人カウンセリングにおいても、Tグループにおいても、一人一人がまさに真実の自分として、他者との関係を切り結び、その関係を真摯に生きるという点は共通であり、両者の根本的、核心的な部分と言えよう。

(2) 自己実現に向かう力の促進 —成長仮説—

ロジャーズは人間を含む生命体のプロセスに基本的な信頼を置いている。ロジャーズは「人は生来、その有機体の実現化への傾向をもっている」(ロジャーズ全集8. P. 243)と述べたり、「サイコセラピーにおける私の経験からみると、こうした前進する力や、健全な成長へと向かう一定の傾向は、人間に関する最も深い真理である」(ロジャーズ全集12. P. 92)とも言っている。また、Rogers (1970) はGibb (1970) の研究を取り上げ、「『集中的グループ訓練経験は治療効果をもつことが、強力に実証されている。』ギブはこの結論を多くの研究結果から導き出している。そして、これまで述べてきた本書の資料もそれを確証していると私は信じる。私個人は、グループは心理学的な成長促進効果をもつという言い方が好きである。これは<治療的>という言葉が内包する意味を避けるからである」と、ベイシック・エンカウンター・グループやTグループのもつ成長促進効果に関して述べている。ギブとロジャーズは用いる言葉は異なるものの同じ結論に達しているのである。これは一見、前述した野

島や山口の言葉と矛盾するよう感じられるかもしれない。野島（2000）はエンカウンター・グループの「目的は『成長』である。－『訓練』を目的とするTグループ、『治療』を目的とする集団精神療法とは異なる」と述べているし、山口（1992）は「教育の革新として生まれたTグループは、神経症や精神病の治療を目的としている集団療法ではない」とする。しかし、野島、山口の言葉は治療を目的としたものではないとしているのであって、治療的・成長促進的効果をエンカウンター・グループやTグループがもたないとするのではない。

山口（1992）はTグループを「自己成長指向的であると同時に、社会変革志向的な学習の場でもあります」と記している。この言葉はロジャーズの教育や政治への人間中心のアプローチの姿勢とも重なる。エンカウンター・グループもTグループもまた、人間の実現傾向に信を置き、それを単に個人レベルに止めることなく、社会の変革にアプローチしようとした点では共通点をもつ。ロジャーズは個人カウンセリングにより培われた態度、信念をその範囲内に止めず、グループ、組織、社会にその適用を拡大していった。その原理は、個人カウンセリング、グループ・アプローチ、教育、組織改革、社会の変革を貫く、一貫したものである。

（3）対他的コミュニケーション、対自的コミュニケーションを通じ、内的世界の再統合過程や対人関係の成長を促進する

筆者は、個人カウンセリングとは、カウンセラーとクライアントとの協働作業であると考えている。そのように考えた場合、カウンセラーだけでなく、クライアントにも自己の心の内や関係の中で起こっていることを感知し、認識し、関わっていく能力が求められることになる。そして、それが十分に育っていない場合や阻害されている場合にはその成長を促進する援助をカウンセラーが行い、関係の中で育てていくということになる。東山（1982）は「心理療法は、

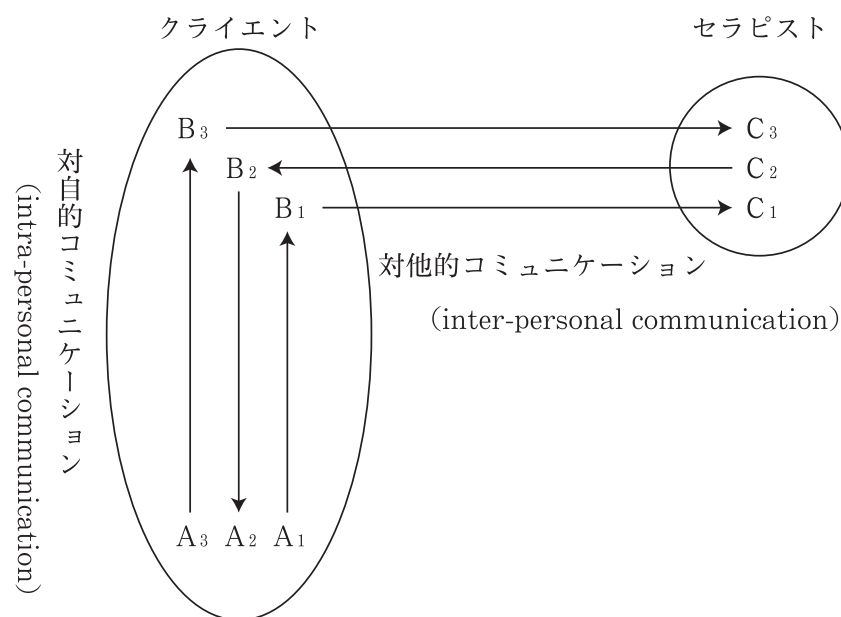


図2 心理療法におけるコミュニケーション図式 (東山、1982)

セラピストとクライアントの対他的コミュニケーション (inter-personal communication)、及び、それによって促進されるクライアント内部の対自的コミュニケーション (intra-personal communication) を通じて行われる内的世界の再統合過程である。対自的コミュニケーションの手段は、言語・絵画・音楽・夢・プレイ・サンドプレイなど多くある」としている (図2)。

この考えを援用すれば、カウンセリングにおけるカウンセラーとクライアントとの協働作業とは、クライアントの内的世界の再統合過程、成長、変容を促進するために、カウンセラー、クライアント双方の心理的なリソースを利用することになる。その際重要なのが「ぴったり感」(岡田、1984、東山、1994など) であると筆者は考えている。もともと「ぴったり感」は箱庭療法において用いられてきたが、箱庭療法だけでなく、外界の出来事や対人関係の中で、個人内に生まれた感覚や感情や考えやイメージなどをキャッチし、表現する際にも重要だと考える。対自コミュニケーションがスムーズに、正確になされている時の感覚を大切にしたいのである。カウンセラーの場合、ロジャースの言う「純粹性」との関連が深い。クライアントの話や夢を聴き、態度や箱庭や描画を観た際に、カウンセラーの中に様々な思いが湧いてくる。それは鮮明な場合もあれば、曖昧な場合もある。変化、流動していく場合もある。それらが、確かに自分の感じていること、気持ち、考えとして言語的に、また、イメージとして、これから自分がクライアントに対して表現しようとしているものと「ぴったり」するのかどうかという感覚である。クライアントの場合にも同様である。これは、ロジャースのいう「十分に機能する人間についての理論」の「B 人は経験を正確に意識の上に象徴化する能力と傾向をもっている」(ロジャース全集 8. P. 243) と関連が深い。そのようなぴったり感をもって、または、ぴったり感に照らしつつ、対他コミュニケーションによってお互いの心理的なリソースを交換しあい、すり合わせていく。そのような過程を通して、内的世界の再統合や対人関係の成長が促進されると考える。

Tグループは主に言語により、コミュニケーションが図られる。その際の言語化が、発する側、受け取る側双方にとって、ぴったり感があるのかが重要になる。なぜならば、グループには多様な人間が存在し、多様な感覚、気持ち、考えのもとで、発言したり、フィードバックする。発言する側にぴったり感がないと、その発言はどこか空虚で、真実味の欠けるものになる。受け取る側にぴったり感がないと、拒否したくなったり、混乱したり、相手に合わせてしまうだけのことになる。ただ、すべての発言において、それを求めるのは無理があり、不自然ですらある。筆者がTグループのトレーナーとして、そのことを問題にするのは、個人や関係やグループにとって重要なことが話されている場合や、「いま・ここ」でのプロセスが話題になっているなどの一部の局面である。少なくとも、メンバーにそれを促したり、提案するのはそのような時であ

る。トレーナーとしての自身はできる限り多くの場面で、そのような態度をもってグループの中にいたいと思っている。

対他的コミュニケーション、対自的コミュニケーションを通じて、内的世界の再統合過程の促進や対人関係の成長が起こるといふ側面は個人カウンセリングにも、Tグループにも共通の要素である。

IV. カウンセラーとトレーナーとの個人内統合に向けての視点、実践

1. カウンセラー、ファシリテーターとしての個人内の統合に向けて

カウンセラーとトレーナーとの統合といっても、コンバインドセラピーのようにその両者の構造自体を統合する試みを筆者は行っていない。また、平木(1996)のいう共通因子やシステミックな統合をただちに目指そうというには理論的にも、経験的にも役不足である。本論でこれから、試みようとするのは、カウンセラー、ファシリテーターとしての筆者個人内の統合的視点、態度の探索である。

東山(2003)は心理療法場面での私として、「二律背反の心理療法の原理を実践するために取っている、筆者の心理療法での心の有り様を図式化したもの」(図3)を挙げている。

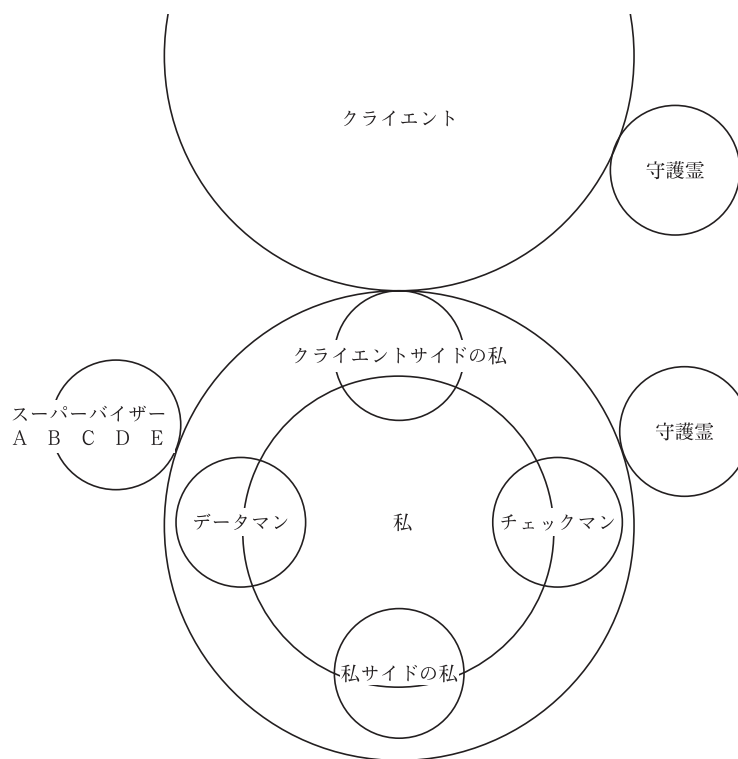


図3 心理療法場面での私 (東山、2000)

そして、それぞれの私を、「私」、「クライアントサイドの私」、「データマン」、「私サイドの私」、「チェックマン」、「スーパーバイザーA B C D E」、「守護霊」と名づけ、その機能を説明している。これは、心理療法場面とされている

が、同様にグループ・アプローチ場面でも適用可能である。きっとグループ・アプローチ場面でも、東山はそうしていたのではなからうか？ このような心の有り様は、カウンセラーとしての自分とトレーナーとしての自分との統合的視点を提供するものである。しかしながら、筆者にはまだまだ自身としてこれを実践できる段階にはいたっていない。それに向かう道がどれであるのかすら、分からないというのが本音である。一つのモデルとして知りつつ、筆者の身の丈にあったことを考えていくことにする。

以下に、筆者がカウンセラーとして、トレーナーとして、個人カウンセリング、Tグループの中で、実践していること、模索中のことを記していく。特に、個人カウンセリングにおいての実践が中心となる。なぜなら個人カウンセリングは筆者個人によって行えるため、実践の自由度が高い。Tグループはそのラボラトリーを複数のスタッフで構成されており、各グループの構成メンバーや状況を考慮して、ラボラトリー毎に話し合いながらプログラミングされ、実施されるとは言っても、複数のスタッフが納得でき、コンセンサスをえられる落とし所が必要になるためである。誤解のないように付け加えると、Tグループが冒険を排除し、ルーティーンで運営されるのではない。それはラボラトリーメソッドの精神に反するとも言える。筆者自身も経験とともにTセッションの中では、随分自由に存在し、動けるようになってきているのを感じているし、セッションだけをとれば、個人カウンセリングでも、Tグループでもほぼ同程度に、自由に、自分らしくいることができていると感じている。先に述べたことは、Tグループではラボラトリーのねらいや方法を尊重して、トレーナーとして居る姿勢と解していただきたい。

2. 個人内統合に向けての視点、実践

ここでは、まずやや包括的なテーマ、視点として、(1) 視座を広くもつこと、多様性を尊重すること、(2) シャトルすること、揺らぎ、相互作用、を取り上げる。そして、そのテーマ、視点のより具体的な適用、実践として、(3) 時間、(4) 目的、見立て、(5) 方法、構造、(6) 外的広がりとの内的深まりとの共鳴の場について論じる。そして最後に(7) 大いなるものというテーマについて触れる。

(1) 視座を広くもつこと、多様性を尊重すること

人は時間、物理的空間、社会的環境、人的環境の中で生きている。そして、それらから様々な影響を受けている。世界は多様な人々に満ちている。また、一個人の心の内も多様である。それは当然のことながら、個人カウンセリング、Tグループに多大な影響を与える。両者は生身の人間が関わる場面であるためである。それらの要因は個人カウンセリング、Tグループの目的、方法、実際に起こることに多様性を生む。同じ展開の個人カウンセリングもTグループも

存在しない。

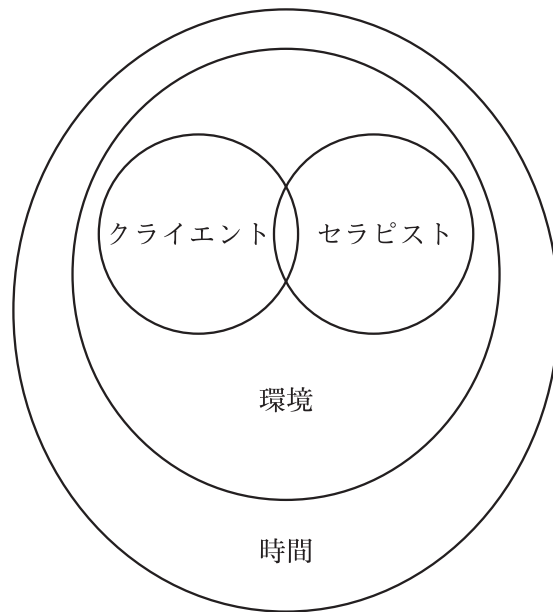


図4 心理療法の変化の範囲 (Clarkson & Lapworth, 1992)

平木 (1996) は個人療法と家族療法の統合方法を述べる中で、Clarkson & Lapworth(1992)の「心理療法はクライアント、セラピスト、時間、環境の4つの変数を考慮して組み立てる必要がある」(図4)との見解を紹介している。そして、「心理療法の変化とその作用(重なり)の範囲を、システィミックな時間と空間(環境)のコンテキストの中にあるクライアントとセラピストの関係として描いており、クライアントとセラピストの領域が離れていると同時に重なっていることは、各システムの内的世界と関係世界の分化とその2つの世界の相互作用の重要性を強調していることだと述べている。また、個人の内的世界はファンタジー、内的対象、表象システムを形成し、関係的世界は対人関係におけるコミュニケーション、言語的・非言語的やりとりなどから成り立っているとしている。この図では細かなサブシステム、上位システムが除外され、時間の流れも平面に描かれて簡略化されているが、すべてのレベルに全体システムが時と空間を共有して働いていることをつけ加えておく」と解説している。この見解に従うと、それぞれ内に複数のシステムをもつ変数4つをすべて考慮して、心理療法を組み立てる必要が生まれる。1つの変数をとってしても、充分多様で、複雑であるため、その全体を考慮することは必要といえども、至難の業とも感じられる。しかしながら、このような見解を知り、自己の個人カウンセリング、Tグループにて、その実現に向けて志向する姿勢が重要なのではないかと筆者は考える。

東山(2003)は「心理療法を行うには知識(理論)・体験・人格・コミュニケーションの技術が必要である」とし、「知識は、『少なく学べば偏見になり、多くを学べば知恵になる』」と述べる。これは知識に関することに止まらず、カウンセラー、ファシリテーターの関心や世界観、人間観にも当てはまること

ではなかろうか。少しでも広く、深い視座を持ち、多様性に関心を示し、尊重し、受け入れる姿勢をもつことが、カウンセラーとしての自分とトレーナーとしての自分との個人内統合の要点であると筆者は考えている。

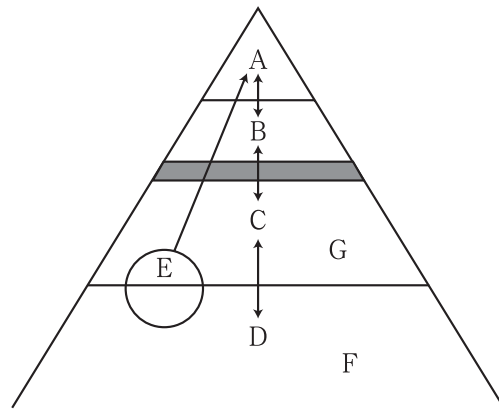
(2) シャトルすること、揺らぎ、相互作用

ゲシュタルト療法では「シャトル技法」という技法が存在する。これは「意識をシャトル（往復）」(Perls, 1973) させる技法である。それは呼吸⇔筋肉、鼻⇔生殖器などの身体各部位間、記憶の再体験⇔「今—ここ」での経験間、感情⇔投射内容間、クライアントの不満の訴え（セラピストの支持を得るための操作）、クライアントの不適切な自己表現（十分なコンタクトとセルフ・サポートの欠如）、クライアントの禁止内容（クライアントの自己妨害）間、話しかける行為⇔自分自身に傾聴する行為間、などの意識の往復である。このように意識をシャトルすることにより、気づきが生まれ、未完結の経験を完結させ、創造的な解決に達するのである（Perls, 1973）。

筆者がここで述べたいことは、このシャトル技法をそのまま実際に使うか否かの問題ではない。統合の視点として、意識の往復という視点を持ち、カウンセラー、トレーナーとして内的に行う。そして、必要、有効と考えれば、自身の応答、関わりとして表出する。あるいは個人カウンセリングにおいてはクライアントにも提案することも行いうる。この意識の往復を時間、環境、関係性などの各要素において行う。それぞれのサブシステム間、上位システムとサブシステム間、それぞれの要素間、全体と部分、目的と方法などの間を意識が往復する、または、揺らぐことが、先ほど述べた「視座を広くもつこと、多様性を尊重すること」の一つの実践的な形ではないかと考えている。

意識の場理論は意識の図と背景の相互作用に着目するものである。その相互作用はゲシュタルト療法のシャトル技法のように、セラピスト、クライアントが意識的に行うものではない。筆者が考える、意識の揺らぎは、意識的に行う行為の部分と、意図されない相互作用やそれが自然に意識の昇ってくる場合との両方が含まれよう。その意味でも、意識の場理論に触れておく必要がある。氏原（1990）は「意識とは一つのダイナミックな動的プロセス」であるとして、「プロセスとしての意識を図式化しようとするれば、必然的に図と背景との相互作用からなる一つの場」ということになるとする（図5）。

図5に関して、氏原が解説していることを、本論に関係する部分のみ記す。Aは「ある瞬間図としてはっきり意識されている部分」、Bは「前意識」、「A Bの部分に合わせて一般にいわれる意識の領域」、Cは「個人的無意識」、「フロイト派のいう無意識」、Dは「集合的無意識」であるとする。矢印⇔は「相互作用」であり、関連する領域が「図と背景としてスムーズに作用しあい、全体として場の安定を保っていること」を示している。そして、「背景の部分は図としてのAの部分で“感じられている”、あるいは“気づかれている”ので



A. 意図(図) B. 前意識 C. 個人的無意識
 D. 集合的無意識 E. コンプレックス F. 元型
 G. 忘れられた記憶
 ↑一方向的作用を示す。↓相互作用を示す。
 なおC、D、G部分はすべてAの背景として働いている。

図5 意識の場 (氏原、1990)

すが、はっきりと“意識”はされていません。(中略) 図と背景の相互作用がスムーズである限り」、つまり図5での \leftrightarrow 、「両方向の作用が保たれている限り、その“感じ”がどれほどかすかなものであっても、場の安定は保証される」と述べている。氏原の見解を参照すれば、個人に対する外界や内界での様々なプロセスに意識的に往復していない場合であっても、各領域の相互作用がスムーズであることが重要となる。

個人カウンセリングやTグループで、そこに関係する個人の意識が、意識の場理論でいう相互作用のスムーズな状態にあることが重要になる。さらにはカウンセラーやトレーナーが意図的に様々なプロセスを意識内でシャトルすることができる。そして、それを対他コミュニケーションにより、クライアントやメンバーとすり合わせることもできるのである。

(3) 時間

ここでは、Ⅲ-2-(2) で取り上げた、個人カウンセリングとTグループの「いま・ここ」への特化のテーマに関して、「視座を広くもつこと」、「シャトルすること、揺らぎ、相互作用」の観点も含めて検討する。

平木(1996)は個人療法と家族療法の統合方法を述べる中で、Seaburn et al.(1995)の3つの要素を挙げている。そして、それは「個人療法と家族療法の統合の要素でもありとされる」とする。本論では、カウンセラーとトレーナーの個人内統合の視点を考えているわけだが、この知見は十分に考慮しなければならないものだと考える。3つの要素のうち、2つは時間に関するものである。第1の要素は「歴史的観点」であり、第2の要素は「今・この観点」である。「第1の要素は、家族療法の多世代間派に代表されるように、システム(個人もそれ以外も)を発達や親子関係など歴史的・世代的(分析的)

観点から理解する方向で、発達心理学や精神分析の理論が貢献している視点である。第2は、システムを、例えば家族メンバーの作る今・このシステム構造やコミュニケーション機能の枠組みから理解する要素で、ゲシュタルト療法や行動療法、家族療法の構造派やコミュニケーション派、集団力学などが貢献している視点である」とする。この両者は一見矛盾するように見えるところが興味深い。

筆者は先に、筆者自身の「個人カウンセリングでは、過去の出来事、経験、感情、感覚、思考、認知などをも取り上げるし、未来イメージを吟味することも少なくない。それとともに、『いま・ここ』での感情、感覚など、クライアント、カウンセラー双方の個人内プロセスやカウンセラークライアント間のプロセスをも取り上げる」と述べた。確かに、ロジャーズやパウルズが強調するように、「いま・ここ」の観点は重要である。人が生きているのは他ならぬ「いま・ここ」であるためである。しかし、「いま・ここ」は過去という背景を持ち、未来の母胎である。人は過去を記憶している。フロイトによると、無意識は無時間性という特徴をもつ。人は未来を予測する、イメージする。それは確かにパウルズが言うように、「いま・ここ」からの逃避である場合もある。しかしながら、人はそのように進化してきた存在とも言える。

個人カウンセリングの中で、筆者は「現在のこの問題が変容していくには、過去の出来事やそれに対するその時点でのクライアントの思いや認知を取り上げ、それを『いま・ここ』のレベルで取り扱う必要を感じる」ことがある。あるいは、「現在のこの問題が変容していくには、クライアントの自己の有り様に関する未来イメージやこの問題がどのように展開していくと想像しているのかを、『いま・ここ』のレベルで取り扱う必要を感じる」こともある。筆者は「いま」は「図」であり、「過去」、「未来」は「背景」なのではないかと考える。もちろん、東山（2003）が言うように、「生き死にと未来は、人智を超えているという意味で神・仏の領域」である。しかし、未来イメージは人の領域である。そして、それは「いま」の背景となっていると考えられる。

そうであるならば、個人カウンセリングにおいても、Tグループにおいても、図である「いま」と背景である「過去」、「未来イメージ」とを広く視座にいれ、それらの相互作用がスムーズにいくことやシャトルすることが、成長、変容に有効ではなかろうか。

Tグループで過去－現在－未来イメージのシャトルを、メンバーに実際に提案することはない。しかし、トレーナーとして、メンバーの過去－現在－未来イメージに関して、視座を広くもち、トレーナーの心の中で、それらを揺らがせて、Tグループ内に存在することはできる。そして、生まれてきた感じや気づきやイメージなどをメンバーにフィードバックすることもできる。

心理的な防衛をせざるをえず、長きに渡って自分の「過去」を凍らせざるをえなかったクライアントは少なくない。個人カウンセリングを通じて、凍らせ

る必要がなくなり、それが溶け始め、「過去」を本当に「過去」にできるようになって初めて、自分が「いま・ここ」に生きていると実感できることがある。「過去」に「いま」の自分が縛られ、それゆえに「未来」もまた「過去」に色づけされてしまっているクライアントも少なくない。「過去」の情動が「いま」解放され、認知が変わり、傷が癒えることで、「いま」の自分に対する評価が変わり、「未来イメージ」も変容する場合もある。一瞬前まで「いま」であった時の「未来イメージ」とその直後に「いま」となった、先ほどまでの「未来イメージ」とをシャトルし、「いま・ここ」での感覚を感じてみる、比較することもできる。

過去－現在－未来という時間の流れを視野に入れ、「いま」のクライアントがその流れ全体に働きかける必要を感じる時もある。その働きかけは同時には行えない。だから、シャトルを行っている時の個人カウンセリングは一見、ギクシャクするように見える場合もある。時間をシャトルしているためである。しかし、カウンセラーが、あるいはカウンセラーとクライアントの両者がシャトルしていることを、そしてその意味を感じていれば、当事者にとってはギクシャクといった違和感は少ないと感じている。むしろそれは、ある時は「つながり」の感覚であるし、ある時は「切り離し」、「解放」の感覚である。

Ⅲ－２－（２）で、個人カウンセリングとTグループの「いま・ここ」への特化についての相違について述べた。相違は事実としてある。しかし、筆者としては、ここで述べたような形で、過去－現在－未来を統合的に考え、カウンセラーとして、トレーナーとして、統合的にとらえ、実践することが可能であるように思える。

（４）目的、見立て

Ⅲ－１－（４）で、個人カウンセリングとTグループの目的の相違について述べた。また、Ⅲ－３－（２）で、自己実現という観点における個人カウンセリングとTグループの共通点についても述べた。この相違点と共通点は一見矛盾するようにもとれる。ここでは、Ⅲ－３－（１）の「関係に生きる」やⅢ－３－（３）の「対他的コミュニケーション、対自的コミュニケーションを通じ、内的世界の再統合過程や対人関係の成長を促進する」の観点も含め、総合的に検討する。

確かにTグループは治療を目的としていない。しかし、成長促進効果があることは認められている。筆者もまた、Tグループでは治療を目的としていないが、メンバーが自己や他者と真摯に向き合う中で、自己成長を遂げていく姿に毎回出会っている。Tグループのトレーナーとして筆者は、メンバーがそれぞれのニーズとねらいを基盤として、ラボラトリーのねらいともすり合わせながら、それぞれの課題に取り組んでいくのを援助しようとする。人間関係の学習や自己成長の促進を援助することが目的となる。

次に、個人カウンセリングにおける目的の問題について考えたい。東山(1992)は「心理療法で自己実現を考える時、ロジャーズに見られるごとく、カウンセラー-クライアントの人間関係が大切になる。ロジャーズがカウンセリングを進展させるカウンセラーの条件とした、有名な三条件の一つに『純粹性』がある。心理療法という時、第一の目的の治療では、治す側(カウンセラー)と治される側(クライアント)とがはっきりしていて、治す側の技量が問題になる。第二の目的になると、カウンセラーとクライアントとの関係性に重点が置かれるが、ここにもカウンセラーの人格のあり方がクライアントの自己実現を進める上で重要な条件になっている。しかし、人間の存在を宇宙規模で考えるならば、自己実現は自己一人のものではなく宇宙の関わりの中での存在であるはずである。カウンセラーとクライアントの関係そのものより大きい存在のなかに含まれる」としている。東山はたましいとの接触をはかり、たましいの救済を考える第三の目的に論を進めていくが、ここでは、第一と第二の目的に絞って考えたい。

カウンセラーが第二の目的である、自己実現を個人カウンセリングの目的として行う場合、その点ではエンカウンター・グループやTグループの原理とは矛盾せず、個人カウンセリングとエンカウンター・グループ、Tグループとの関連に関して、問題を感じることは少ないであろう。個人カウンセリングをクライアント中心療法で行い、その発展に沿って、エンカウンター・グループをも実施するようになったカウンセラーは少なくない。人間中心のアプローチの歴史の発展とともに歩んだカウンセラーは、筆者のように一種の軽い違和感を抱かず、自然に受け入れられるものと考えられる。

筆者の場合、個人カウンセリングに対するスタンスは第一の目的も、第二の目的も、クライアントの必要を基礎にして、カウンセラーのクライアント理解を加味する形で、どちらかを選択する場合もあれば、両方を視野に入れて実施する場合もある、というものである。医療モデルと発達・成長モデルを対立し、相容れないものとするのではなく、選択可能で、統合可能なものとする。個人カウンセリングの目的に関して、筆者自身の好みから言えば、第二の目的に当たる自己実現、自己成長、個性化、全体性の確立と呼ばれるような指向性がぴったりくる。しかし、個人カウンセリングの目的はクライアント中心であることが大切だと考える。クライアントの目的が、症状の除去であるならば、その目的に沿ってカウンセリングを行う。それで目的が達成され、終結を迎える場合もある。また、症状がクライアントの人格の問題と深く、強くリンクしていて、筆者の技能では症状の除去が難しい場合もある。筆者はそのことをクライアントに告げ、人格の成長も視野に入れたカウンセリングを提案する場合もある。当初、症状の除去を目的としカウンセリングが開始され、その目的が達成された時、クライアントから第二の目的に移行して、カウンセリングを継続したい申し出がある場合もある。その場合、カウンセリングの目的に関して、

再契約してカウンセリングを継続する。

見立ておよびそれに基づいた関わりの問題に関して検討する。第一の目的の場合、カウンセラーの技量が問題になると東山は指摘する。筆者はこれをまずは、カウンセラーの専門性の高さを読み替えたいと思う。見立て（「診断的理解と共感的理解の双方を統合したもの」氏原、2000）やそれに基づいて行われる関わりを技量を含めた専門性である。一般的には、ロジャーズは診断的理解を否定したように考えられてきた。しかし、東山（2003）はロジャーズの言葉を取り上げつつ、こう指摘する。「解釈は、いかに正確になされようとも、クライアントによって受容される範囲においてのみ価値づけられる（ロジャーズ全集第2巻、p.30）。（中略）個人についてはまず診断的な研究を行うことが、満足のゆくカウンセリングへの効果的な橋渡しとなる場合がときおりある（同書、p.61）。このようにみえてくると、ロジャーズは、巷で誤解されているように、診断や解釈を全面的に否定しているのではない。それらをクライアントが受け入れ、それらが洞察につながり、クライアントの成長を援助する方向でなされるならば、役に立つ場合があることを認めている。しかし、診断や解釈を相手中心に行うのは難しい。それは、セラピストが診断や解釈によってクライアントに伝えたいことのほとんどは、クライアントにとって受け入れがたい領域にある事柄であるからである。その上、診断や解釈はセラピストによるクライアントのレッテルづけであり、人間的なアプローチとは距離があるからである」。確かに診断的理解には東山が指摘する困難さが存在する。この困難さを乗り越えるためには、氏原の見立てに関する定義、「診断的理解と共感的理解の双方を統合したもの」が参考になる。診断的理解が正確で、それが深く、暖かな共感的理解に支えられ、クライアントが受け入れ可能な形で伝えられる時、カウンセラーから伝えられる見立ては、クライアントにとって、「痛い、自己成長、自己実現にとって必要なもの、課題」との感覚で受け入れられやすいように感じている。また、その課題達成のための大まかな道筋、方法とともに伝えることができると、クライアントはその課題をもって、道を歩んでいこうという決心をしやすいように感じる。もちろん、人生の道はクライアントのものなのだから、カウンセラーの見立て、提案にクライアントが納得し、自分自身が選択の主体となるステップを踏む必要がある。

このような意味での専門性に関して、Tグループをめぐって連想するのは、中堀（1990）のTグループの倫理として挙げられている次の言葉である。中堀は「トレーナーは参加者一人一人を大切にし、配慮をし、トレーニングを計画し、効果的に進めるためにひろい範囲の諸能力をもっていなければならない」とし、リピットらが、ラボラトリー・教育の実施者に求められる能力として挙げているものを紹介している。それは1) 診断の能力、2) 入込み、コンタクトを発展させる能力、3) 企画の能力、4) 介入の能力、5) 倫理的な判断を

下す能力、6) 継続性の能力、7) チーム作りの能力、であり、中堀はこれらがTグループのトレーナーが参考にし、身につけるように努めるべき能力・スキルであるとする。リピットらが挙げる能力はグループ・アプローチに関するものであるため、3)、7) のように個人カウンセリングの範囲を越えるものが含まれるが、それ以外は個人カウンセリングにも該当する専門的な能力と言える。その中に1) の診断の能力が含まれている。この部分は、エンカウンター・グループのファシリテーター観には、あるいは包含されないものであるかもしれないが、筆者の個人カウンセリング観とは逆にマッチする。氏原(2000)は共感的理解と診断的理解との関係を「感ずるためには知らねばならない」としている。「カウンセリングでは、感覚→感情→言語(思考) レベルへの意識の展開が目ざされる。その際、感覚的なものの感情的なものへの移行が最も重要であり、そこではカウンセラーによる共感的理解が大切になる。しかもそれはしばしば考えられるような、(中略) 感応現象的なレベルだけでなく、むしろ知的な理解が物をいうことが多い」とする。筆者の理解が間違っていなければ、感覚→感情→言語(思考) の移行に関して、カウンセラーの診断的理解や人間知が役立つと考えているようである。氏原の考えに基づけば、第一の目的である治療に限らず、第二の目的である自己実現に関しても、診断的理解や見立てという専門性が必要ということになる。

次に取り上げたいのは、Merritt(1992)が挙げる、グループの充実した発達のために、グループも、トレーナー(ファシリテーター)も守ることが望ましいとする規範である。その中には、現在問題にしている専門性に関するものが含まれている。それは、

2) グループの発達のための推進要因と妨害要因とを見極めることです。

4) ファシリテーターも参加者も参加しながら観察することです。グループに起こる状況を正確にとらえて判断した上で、グループがどうなるかを診断してみることです。

5) 個人やグループの中で起こる重要な出来事が浮き彫りになるように考慮することです。

7) メンバー同士がフィードバック(お互いがお互いの言動を受け取って、反応を示しあう)を分かち合うこと。フィードバックは自分の感情を吐露するためではなく、相手への援助のためのものであることを忘れてはなりません。

10) 自他共に刻々と変わる心の動きを把握し、実感して、それに忠実に振舞うことです。

11) 自分の枠組みにとらわれなくて、事実をあるがままに見つめることです。

12) 非言語のコミュニケーションに気づきをもつことです。

13) 課題達成よりも、達成するプロセスに目を向けることです。

などが挙げられると思う。Merrittはこの規範をグループ、トレーナーの両者に求めている。Tグループでは、見立てという言葉は用いられないし、診断という言葉も近年は用いられない。しかし、Tセッション中やふりかえりで、メンバーやトレーナーがグループ、関係、個人のプロセスに関して、理解を伝え合い、検討すること、そのプロセスに関わり、体験から学ぼうとすることはよく行われている。体験学習の循環過程は体験→指摘→分析→仮説化→試行という過程を通して学ぶという理論構成になっているが、それはまさに、ある種の見立てを、現実吟味を通して検証していく過程ということもできるのではないか。

個人カウンセリングの場合はどのように考えればよいのだろうか。この専門性が単にカウンセラー側のみ求められるものなのか、MerrittがTグループに関して述べているように、その当事者すべて（カウンセラー、クライアント双方）に関係するものなのかという点である。筆者はⅢ-3-(1)で述べた「関係に生きる」という側面は、個人カウンセリングにもTグループにも共通する点であると考えている。また、Ⅲ-3-(3)に述べたように、個人カウンセリングとは、カウンセラーとクライアントとの協働作業であると考えている。協働作業では、クライアントの内的世界の再統合過程、成長、変容を促進するために、カウンセラー、クライアント双方の心理的なリソースを利用することになり、対他コミュニケーションによってお互いの心理的なリソースを交換しあい、すり合わせていく。そのような過程を通して、内的世界の再統合や対人関係の成長が促進される。クライアントの意識の場の相互作用はもっとも重要な要因となる。それを専門性と呼ぶかの問題はあるにしろ、クライアントの対自コミュニケーション能力が重要な要因であることには変わりはない。この対自コミュニケーションには感覚、直観、イメージだけでなく、感情、認知、思考、判断などの見立てる機能も含まれる。個人カウンセリングがクライアント中心で行われる限り、クライアントのこのような見立てる力は重要な要素となる。

そのように考えた場合、カウンセラーだけでなく、クライアントにも自己の心の内や関係の中で起こっていることを感知し、認識し、関わっていく能力が求められることになる。そして、それが十分に育っていない場合や阻害されている場合にはその成長を促進する援助をカウンセラーが行い、真実の「関係」の中で育てていくということになる。

カウンセラーとしても、トレーナーとしても筆者は、クライアント、メンバーの目的を尊重することを基盤にして、カウンセラー、トレーナーとしての自分の目的意識とすり合わせていくことを基本としている。見立ては、外的状況や内的状態などのプロセスや今後の展開可能性、予後を理解することであり、その見立てを、共感的な応答や関わりを通して、目的達成や実存的な関係の成立に活かしていくことは、カウンセラーとしてもトレーナーとしても共通に必要な

なことであると考え。これが現時点での、目的、見立てに関する筆者の統合的視点としたい。

(5) 方法、構造

Ⅲ-1-(1)で個人カウンセリングとTグループの構造の相違について述べた。全体の構造としては確かに、そこで述べたような差異がある。しかし、ある側面、視点を取り上げると、そこには共通点やカウンセラーとトレーナーとの統合的視点が存在する。

Tグループはグループ・アプローチである。しかし、それは個人や対人関係という要素を抜きにしてグループにしか焦点を当てないといったものではない。むしろ、ベシック・エンカウンター・グループとともに、「個人の人格的成長」(山口、1992)がねらいの一つとされている。それと共に、コミュニケーションをはじめとする一対一の関係性も積極的に取り上げられる。自分と相手とが真摯に向き合うことも重要な要素とされる。ロジャーズは、ブーバーの「我と汝」の関係と、ベシック・エンカウンター・グループにおけるある種のピーク体験との共通性、類似性を説いたが、それはTグループにも当てはまる。そして、Tグループにおいて、一対一の真摯な関係が展開されている時、他のメンバーは単なる傍観者ではない。他のメンバーが「器」となり、「支え」、「背景」となって、その一対一の真摯な関係が成立するとも言える。

Tグループの研究会での事例検討やTグループのコ・トレーナーから、筆者は個人フォーカスの傾向の強いトレーナーだと言われることがある。確かに、個人内プロセスや関係性に関心が高く、そこに意識が向かう傾向、その部分に介入する傾向が強いと筆者自身も実感している。

個人カウンセリングは、その場においてはカウンセラーとクライアントとの一対一の関係である。しかし、その個人の背後には多くの人々がいる。人は多くの人々との関係の中で生き、自分を成り立たせている。個人カウンセリングが、個人内のプロセスのみを問題にし、対人関係を全く取り上げないことは考えがたい。もちろん学派により、個人内のプロセスや内的対象と対人関係、家族、社会という外的対象との重視・強調のバランスは異なる。

筆者の個人カウンセリングは、比較的、外的な人間関係や人的リソースをも取り上げる方だと、自分自身考えている。詳しくは後に述べるが、学校カウンセリングやグループ・アプローチの実践により、外的な人間関係もまた個人カウンセリングの重要な要素であると感じたためである。筆者が外的な人間関係を積極的に取り上げる場合の一例を挙げる。関係念慮とまではいかないが、自己評価が低く、自分のアクションに対して、他者から思ったような言葉や反応が返ってこず、後までずっと気になって他のことがなかなか手につかず、気持ちも落ち込み、「きっとあのことで自分のことを嫌らわれたに違いないとずっ

と考えて、自分が嫌になる」、などと話すクライアントに対して、外的な、現実の人間関係を積極的に取り上げることがある。例えば、次のような提案をする場合がある。

Co (カウンセラー)：あなたがそう思ったとき、相手の人はどんな様子でしたか？

Cl (クライアント)：見ていません。

Co:そうですか。そんな時は、自分の中で、いろいろな思いや気持ちがグルグル回っていきますよね。

Cl：そうなんです。どんどん落ち込んでしまって…

Co：自分の中で回っていると、悪い方ばかり考えてしまいますよね。

Cl：ええ。自分が嫌になっていって…

Co：そうですね。今度、もしよかったら、もしできれば、そんな時に自分の中で、グルグル回すのではなくて、相手と自分の間でグルグル回してみませんか？

Cl：どういうことですか？

Co：まずは、気になった時、自分の中に入らずに、まずは、相手の表情や声の調子に思いを向けてみてください。

Cl：相手の表情や声にですか。

Co：そうです。そして、表情や声の調子がどんな風なのか、「あー、なんて嫌なやつだ」。そう言っていそうなのか、そうでないのかを、感じてみてください。

Cl：見る、聞くだけでいいのですか？

Co：はい。まずは見る、聞くだけでいいです。

Cl：それならば、できそうです。

Co：できるときだけで、やってみようと思った時だけで、いいですからね。

Cl：はい。やってみます。

こんな調子である。関係念慮の人には行わない。こうはいかないからである。だが、もう少し軽い人ならば、これだけのことで変わるきっかけとなることがある。この提案に相手が納得できていないようだと、どう納得できないのか尋ねる。話を聞き、一緒に納得できるところまで話し合うこともある。提案を捨てることもある。クライアントがやるといっても、できない場合もある。どういふことでできなかったのか尋ねる。そして一緒にまた作戦を練り直す。

このようなことは個人カウンセリングの中でずっと以前からやっていたわけではない。ラボラトリーメソッドの実習「話し、聴く、観る」や、Tグループの際にある状況を複数のメンバーで、それぞれがどう観ており、聴いたのかを検討するような場面に出会ってから、始めたことである。だめで、もともとと

思い試してみたのだが、意外とそれが変化を生む場合があることに気づいた。これは、Tグループで行われていることを個人カウンセリングに応用してみた一例である。誤解のないように付け加えれば、Tグループのトレーナーがこんな風に誘導的にメンバーに関わることはまずない。また、カウンセラーとしての筆者が個人カウンセリングの中で、いつもこのような指示的、誘導的なことばかりを行うわけではない。技法レベルだけでなく、発想をトレーナーとカウンセラーとの間でシャトルさせることができる。Tグループでは、実際に起こっていることをデータとして收拾し、それを現実吟味することが体験から学ぶ重要な方法と考えられている。そのような発想を個人カウンセリングに応用することもできる。あるいは、逆に、個人カウンセリングにおける発想をもって、Tグループのトレーナーとして行うこともできるし、ある技法を実施してみることもできなくはない。

個人カウンセリングとTグループの構造や方法を全面的に統合させようとするには無理がある。しかし、それぞれのエッセンスや発想や技法をよく理解し、統合的に自己内に納めていくことは可能であろう。

(6) 外的広がりとの内的深まりの共鳴の場

ここでは、Ⅲ-2-(1)で論じた「意識レベル」、「現実吟味」のテーマ、Ⅲ-2-(3)で取り上げた「学習共同体」としてのTグループ、Ⅲ-2-(4)の「多様で、凝縮したライブ感覚」、Ⅲ-3-(1)の「関係に生きる」、Ⅲ-3-(3)の「対他的コミュニケーション、対自的コミュニケーションを通じ、内的世界の再統合過程や対人関係の成長を促進する」の観点に関して、「外的広がりとの内的深まりの共鳴の場」という視点から検討する。

平木(1996)は個人療法と家族療法の統合方法を述べる中で、Seaburn et al.(1995)の3つの要素を挙げている。その一つが「生態システムの観点」である。この視点は「例えば、システム内外の複数の要素の相互作用を重視し、例えば、家族とそれを取り巻く社会システムは相互依存的相互交流を繰り返して時間と空間を共有し、バランスを維持したり、進化したりしながら共存すると考える(Imber-Black,1988)」ものであり、この視点の特色は、「問題の発生と解決に関わるシステムのあらゆるレベルの相互作用に積極的な関心を示し、問題のアセスメントにも解決にもシステムの資源を活用しようとするところであろう」とする。

Tグループに関して、Ⅲ-2-(4)で、「多様で、凝縮したライブ感覚」という側面について述べた。これは、Tグループが、異なった人生を歩み、異なった価値観、感覚をもつ個人が、それぞれの個性を活かしつつ、協働していく過程であり、目の前の人と関わりあう直接性、「いま・ここ」での事柄を取り扱う即時性、お互いが影響しあい、応えあう応答性、異質性と共通性とを体験できる多様性、人と直接向き合う時の迫力などを体感し、学ぶことができる

場であるとの視点である。それはまさに、「外的広がり」と内的深まりの共鳴の場」としてのTグループの側面である。また、Ⅲ-2-(3)では、「学習共同体」としてのTグループを取り上げた。Tグループは、信頼を基盤に、多様な人的リソースが十分に活かされる場であり、「人間関係を学ぶに適した特殊な状況の中で、学びが促進されるという側面と、その学びを日常に汎化可能なものにし、自己に定着させること促進する側面の両者を併せ持つ学習共同体なのである」とも述べた。これもまた、「外的広がり」と内的深まりの共鳴の場」としてのTグループの側面である。Tグループは個人カウンセリングに比べると、意識レベルの関わりや現実吟味に重点を置くが、個人内のプロセスの把握や促進とともに、対人間やグループのプロセスの把握や促進とを両立させようとする。その意味でTグループは「外的広がり」と内的深まりの共鳴の場」と言ってもよい。「視座を広くもつこと、多様性を尊重すること」、「シャトルすること、揺らぎ、相互作用」を通じて、「外的広がり」と内的深まり」を共鳴することができるトレーナーとしてありたいと願う。

Ⅲ-2-(1)、Ⅲ-2-(3)、Ⅲ-2-(4)では、個人カウンセリングとTグループの相違点として、この側面を取り上げたわけであるが、これから、「外的広がり」と内的深まりの共鳴の場」という視点から、カウンセラーとしての自分とトレーナーとしての自分との統合に関して個人カウンセリングの場合を考えていきたい。

筆者のカウンセラーとしての経験に大きな影響を与えたものには、上にあげたTグループやベイシック・エンカウンター・グループなどのグループ経験がある。それに加えて、和歌山県教育研究センターでの委嘱相談員としての、教師へのスーパーヴィジョン経験も大きい。その詳細に関しては、楠本(2000)に記した。ここで再度取り上げるのは、個人カウンセリングに外的要因が大きな影響を与えうることを検討したいためである。

和歌山方式のスーパーヴィジョンシステムの特徴は、教育委員会、学校などの学校教育システムとカウンセリングの発想とを統合している点である。学校カウンセリングはその名の通り、学校現場で行われるカウンセリングであり、外的枠組みである「学校」に多大な影響を受ける。そして、学校教育に関する教職員の「教育観」、「児童・生徒観」などの内的枠組みにも影響を受ける。そのような外的・内的枠組みとカウンセリングの外的・内的枠組みをすり合わせ、統合的に理解し、実践する必要があるが、学校カウンセリングにはある。

スーパーヴィジョンの実際における、スーパーヴァイザーとスーパーヴァイジー(教師)との役割分担、協同作業として、楠本(2000)を再整理すると、以下の点が挙げられる。スーパーヴァイザーの役割として、1) 関わりに活かしやすいケース理解、2) 関わりの方針の素案、スーパーヴァイザーとスーパーヴァイジーとの協同作業として、1) 学校全体として基本方針の検討、2) 教

職員の役割分担に関する基本的理解のすり合わせ、3) 関わりの創造とその検討、スーパーヴァイザーの役割として、1) スーパーヴァイザーと学校との橋渡し、2) ケースに関する、学校内でのスーパーヴァイザー的役割、である。また、和歌山方式の委嘱相談員の経験から筆者が学んだこととして、1) お互いの発想の異同を知る、2) リソースの活用、3) 共有化できる新たな言葉、見方、枠組、4) 枠を守ること、柔軟な枠を持つことー現実に行えることを見つけるー、5) 遊戯療法的発想ー行動レベルの関わりの深みを考えるー、6) システム全体の中で、を挙げた。これらはすべて「外的・内的現実を統合的に理解し、関わること」、あるいは、「外的広がりとの内的深まりの共鳴の場」にまつわることである。

個人カウンセリングは、その現場においてはカウンセラーとクライアントとの一対一の関係である。しかし、その個人の背後には多くの人々がいる。人は多くの人々との関係の中で生き、自分を成り立たせている。例えば、学校カウンセリングでは、カウンセラーの背後にも、クライアントの背後にも多くの人々がいる。スクールカウンセラーには、担任、管理職などの教職員が大きく関連してくる。クライアントの児童・生徒には家族、友人などの関係者がいる。そのような他者を意識し、時には現実に関係者と関係をもちつつも、心への丁寧な関わりの一方法として個人カウンセリングを実施するのは学校カウンセリングの要件の一つとなる。その際、その児童・生徒を取り巻く現実（外的現実）とその子の心の中（内的現実）の人間関係との両者を、スクールカウンセラーが統合的に理解しておくことは、見立て、関わりにおいて重要であると考えられる。「和歌山方式」はチームによる教育相談であり、その肝は複数の人間が密な連携、協力のもとに、一人もしくは複数の児童・生徒やその保護者などの関係者をサポートしようとするところである。「和歌山方式」はグループや組織の視点を導入し、グループや組織の力を有効活用する個人カウンセリングと言ってもよいだろう。これは単に「和歌山方式」という枠組みを越えて、学校カウンセリングの特徴と言ってもよいと筆者は考える。学校カウンセリングでは、組織やグループの視点、力を意識し、それを有効活用することがその結果を左右する。

主に、クライアントの個人内プロセスに関わり、成長を援助する場合にも、外界からの影響は無視できない。例えば、他の児童・生徒がサポートティブな場合と関係が悪かったり、薄かったりする場合とでは、個人カウンセリングにおけるクライアント自身の成長が両者で同程度であったとしても、クライアントの学校復帰に大きな影響を及ぼすことがある。クライアントの外的現実と内的現実の関連、一致・不一致、その意味を統合的に理解することで、理解や関わりの質を広げ、深めることができる。

「外的・内的現実を統合的に理解し、関わること」、または、個人カウンセリングを「外的広がりとの内的深まりの共鳴の場」とみなすことは、学校カウ

セリング以外の個人カウンセリングにも適用できることである。例えば、安定的・継続的な構造として家族療法を行っていなくても、個人カウンセリングの中で必要に応じて家族面接を併用する場合がある。そのような実践を行うことは、個人カウンセリングに関して、「外的・内的現実を統合的に理解し、関わること」、「外的広がりとの内的深まりの共鳴の場」との感覚がその基礎にあるため、ということもできよう。

筆者の個人カウンセリングでは、「外的・内的現実を統合的に理解し、関わること」、「外的広がりとの内的深まりの共鳴」、「外的現実との内的現実とのシャトル」を視野に入れ、実践している。例えば、親からの青年の自立、女性の家族からの自立など個の確立がテーマになる場合、個の確立は家族との関係性を抜きには考えられない。外的現実としての家族の言動や関係、内的現実としての家族への思い、内的対象としての家族と、現在テーマとなっている問題・課題は密接に関連する。実際に、家族に対してどう振舞うのかと、家族に対して、どのような気持ち、イメージを抱いているのかは密接につながっている。つながっていない場合はその乖離が問題となる。個人カウンセリングで、そのようなテーマを取り上げる際には、過去における出来事に対する認知の変更、修正や感情の解放、修正などが必要な場合がある。また、実際のコミュニケーションや行動を修正するのが効果的な場合もある。それらの一方のみで、課題が達成される場合もあるが、その両者を同時並行的に取り扱わなければならない場合も少なくない。

「外的・内的現実を統合的に理解し、関わること」を目指し、個人カウンセリングが「外的広がりとの内的深まりの共鳴の場」となるためには、カウンセラーとクライアントとが「関係」に生き、「対他的コミュニケーション、対自的コミュニケーションを通じ、内的世界の再統合過程や対人関係の成長を促進する」との視点が必要になる。「ぴったり感」のある対自的コミュニケーションと対他的コミュニケーションにより、カウンセラーとクライアントとがその「関係性」を基盤として協働作業することにより、個人カウンセリングは「外的広がりとの内的深まりの共鳴の場」になりうる。人間は世界に一人しかいない独自の個でもあり、関係的存在、社会的存在でもある。そのような個人を対象にする場合、個人カウンセリングにおいても、「外的広がりとの内的深まりの共鳴」という視点は不可欠であると、筆者は考える。

カウンセラーとして、トレーナーとして、個人カウンセリング、Tグループを「外的広がりとの内的深まりの共鳴」の場と考え、自らの意識をできる限り、外に広く、内に深く持つことを志向したく思う。それが、カウンセラーとしての自分とトレーナーとしての自分の統合の一要素となると考える。

(7) 大いなるもの

個人カウンセリングのカウンセラーとTグループのファシリテーターとの、

個人内の統合はシステミックな統合以外にも、トランスパーソナル方向での統合が考えられる。これは個人カウンセリングやTグループにトランスパーソナルな実践を直接的に導入しようとするものではない。しかし、トランスパーソナルな視点や意識をもって、個人カウンセリングやTグループの場に居ることは可能であり、そのようなスタンスでの統合も可能である。

東山（1992）は心理療法の第三の目的として「心と言うよりたましいへの接触をはかり、たましいの救済を考える」を挙げる。そして、「たましいの働きということまで心理療法に含めて考えると、心理療法のモデルは、治療者という『個人』が、個人の力によって患者を治すというモデルとはまったく異なる。たましいは治療者という個人、患者という個人を越えて働くものである（河合、1986）。このような考え方は、自己実現や実存というこれまでの心理療法の目的を超えたところに心理療法の目的を設定している。（中略）心理療法の目的を超実存的なレベルに設定すると、セラピストとクライアントのトランスパーソナル体験の有無が実際の心理療法に大きな役割を演じることになる」と述べている。筆者は個人カウンセリングやTグループの実践において、よく言えば慎重、悪く言えば臆病なところがある。東山の「心理療法の目的を超実存的なレベルに設定すると、セラピストとクライアントのトランスパーソナル体験の有無が実際の心理療法に大きな役割を演じることになる」という言葉を読むと、とてもではないが自分の、個人カウンセリングの目的やTグループでのファシリテーターとしての意識の有り様を超実存的なレベルに設定することなど、できそうにない。

諸富（2001）は、トランスパーソナル心理療法を以下のように定義する。

ある心理療法がトランスパーソナル心理療法であるか否かを決めるのは、そこで用いられる心理学的アプローチやテクニックではない。または、それは、そこで扱われる内容（コンテクスト）でもない。

トランスパーソナル心理療法にとって決定的に重要なのは、人生や心に対するセラピストの姿勢、ものの見方、枠組みである。いかなる観点（立脚点）に立って、セラピーに取り組むか、である。あるセラピストが、『症状の除去』『問題解決』『現実適応』といった観点からではなく、『魂の世話』（ヒルマン、ムーア）とか『サイコスピリチュアルな成長』（ロウアン）といった観点に立ち、そこを立脚点としてセラピーに取り組むならば、いかなる技法を用い、いかなる問題を扱おうと、それはトランスパーソナル心理療法となるのである。

Miller（1988）は教育における、トランスミッション（伝達）、トランスアクション（交流）、トランスフォーメーション（変容）という3つの立場の相互関係を以下のように説明する。

一つの立場を選べば他の立場をとることができないという、排他的な競合的選択の関係にあると見ることもできよう。しかしながら、ここで採用したいもう一つの可能性は、一つの立場が他の立場を内部に含み入れていく包含関係にあると見なす方向である。この見方に従えば、トランスアクションは、問題解決の過程で応用しうる基本的知識の保持を目的としたトランスミッションを含むものとして考えることができるし、さらにトランスフォーメーションは、トランスアクションの強い認知的な志向をもっと広いホリスティックな包括的視野のなかに位置づけて生かすことができよう。とすれば、三つの立場は次のように同心円状に図式化することができる（筆者注：図6）。

このようにホリスティック教育では、閉じられた視野やものの見方を広く開いていこうとする。アトミズム的な限定された狭い視点を、より包括的な、自己から宇宙までの〈つながり〉を見渡す視野へと開いていくのである。

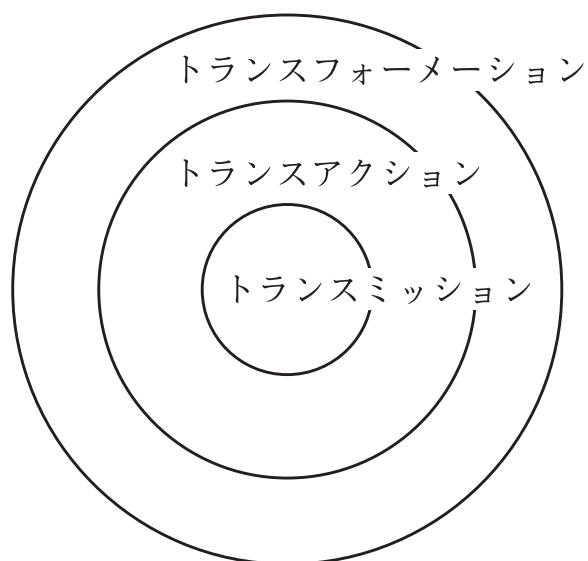


図6 トランスミッション、トランスアクション、トランスフォーメーションの関係図（Miller, 1988）

筆者は、症状の除去も問題解決も現実適応も自己実現も個性化も心理療法の目的としている。また、Tグループにおいても体験から学ぶ、自己成長などを主な目的とし、多様な視点をもってその時々に対応している。しかし、「魂の世話」、「サイコスピリチュアルな成長」との観点に立って実践しているとは言い難い。諸富の定義にあてはめると、筆者はホリスティックでトランスパーソナルな個人カウンセリングを行っているとは言えないし、Tグループの中で、ホリスティックでトランスパーソナルなコンテキストをもって存在しているとも言えない。

しかしながら、このホリスティックという視点、トランスパーソナルという視点、あるいは大いなるもの、神、仏という存在に開かれていること、開かれようと志向していることが、カウンセラーとトレーナーとの個人内統合の、一

つの方向やセラピストの有りようであろうことは確信できる。今後の大きな課題の一つである。

V. 今後の課題

本論は、カウンセラーとトレーナーとの個人内統合に関する、ラフスケッチである。文献研究や事例研究や実証的研究により、実証性があり、説得力のある、整合性の高い論にしていかなければならないことが、今後の大きな課題であることを実感している。本論では、論の展開が恣意的にならないことを、できる限り気をつけたつもりではある。しかしながら、恣意的になっていないかの恐れを感じつつ、論を閉じることにする。本論について、ご批判、ご教示をいただければ、幸いに思う。

引用文献

- Bion,W.R.,(1959) : Experience in Groups,8,Basic Books,New York. 集団精神療法の基礎. 池田数好訳. 1970. 岩崎学術出版社.
- Clarkson,P. & Lapworth,P.(1992) : Systemic integrative psychotherapy In Dryden,W.(Ed.),integrative And eclectic therapy: A handbook. Buckingham:Open University Press.
- Decarvalho(1991) : The Growth Hypothesis in Psychology. Mellen Research University Press. ヒューマニスティック心理学入門 -マズローとロジャーズ-. 伊東博訳. 1994. 新水社.
- Garfield,S.L.(1995) : Psychotherapy -An eclectic-integrative approach (2nd ed.). New York:John Wiley & Sons.
- Gibb,J.(1970) : The Effect of Human Relations Training, in A.E.Bergin and S.L.Garfield.eds., Handbook of Psychotherapy and Behavior Change (New York:John Wiley & Sons), chap.22, pp.2114-76.
- グローリアと3人のセラピスト -「来談者中心・ゲシュタルト・論理」療法の記録-. 1980. 日本・精神技術研究所.
- 東山紘久(1982) : 遊戯療法の世界 -子供の内的世界を読む-. 創元社.
- 東山紘久(1992) : 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.
- 東山紘久(1992) : 心理療法の基礎問題. 河合隼雄監修. 岡田康伸・田畑治・東山紘久編. 臨床心理学3心理療法. 創元社.
- 東山紘久(1994) : 箱庭療法の世界.誠信書房.
- 東山紘久(2000) : スーパーバイザー自身の問題. 現代のエスプリ. 至文堂.
- 東山紘久編著(2003) : 心理療法プリマーズ. 来談者中心療法. ミネルヴァ書房.

- 平木典子(1996)：個人カウンセリングと家族カウンセリングの統合. カウンセリング研究. 日本カウンセリング学会. 29(1). p68- 76.
- 星野欣生(2003)：ファシリテーターは援助促進者である. 津村俊充・石田裕久編. ファシリテータートレーニング－自己実現を促す教育ファシリテーションへのアプローチ. ナカニシヤ出版.
- 伊藤義美(2002)：パーソンセンタード・グループ・アプローチ. 伊藤義美編. ヒューマニスティック・グループ・アプローチ. ナカニシヤ出版.
- 河合隼雄(1986)：宗教と科学の接点. 岩波書店.
- 小谷英文(1990)：集団心理療法. 小此木啓吾・成瀬悟策・福島章編. 臨床心理学大系. 7. 心理療法2. 金子書房.
- 楠本和彦(2000)：和歌山方式による教育相談体制の特徴－委嘱相談員の経験から学んだこと－. いじめ防止教育実践研究. 4. 広島大学学校教育学部附属教育実践総合センター.
- Merritt ,R.(1992)：学習者を援助する人について－教育、宗教、そして人間性の回復－. 津村俊充・山口真人編.人間関係トレーニング－私を育てる教育への人間学的アプローチ. ナカニシヤ出版.
- Miller,J.P.(1988)：The Holistic Curriculum. Toronto-CANADA：OISE press. ホリスティック教育－いのちのつながりを求めて－. 吉田敦彦・中川吉晴・手塚郁恵訳. 1994. 春秋社.
- 村山正治(1974)：学生へのグループ・アプローチの意義. 厚生補導. 94. p4-17. 文部省大学局. 第一法規出版.
- 村山正治(1990)：エンカウンターグループ. 上里一郎・鑪幹八郎・前田重治編. 臨床心理学大系. 8. 心理療法2. 金子書房.
- 村山正治(1993)：エンカウンターグループとコミュニティ－パーソンセンタードアプローチの展開－. ナカニシヤ出版.
- 諸富祥彦(1997)：カール・ロジャーズ入門－自分が“自分”になるということ. コスモスライブラリー.
- 諸富祥彦(2001)：トランスパーソナル心理療法とは何か－その定義、条件、セラピストの姿勢. 諸富祥彦編著. トランスパーソナル心理療法入門. 日本評論社.
- 長尾博(1988)：青年期境界例との治療的共同体とコンバインド・セラピーの試み. 心理臨床学研究. 6 (1). 日本心理臨床学会.
- 中堀仁四郎(1990)：Tグループの倫理. 人間関係. 7. 南山短期大学人間関係研究センター紀要.
- 中村和彦(2003)：グループ・ファシリテーターの働き. 津村俊充・石田裕久編. ファシリテータートレーニング－自己実現を促す教育ファシリテーションへのアプローチ. ナカニシヤ出版.
- Norcross,J.C.& Arkowitz,H.(1992)：The evolution and current status of

- psychotherapy integration. In Dryden,W.(Ed.)Integrative and eclectic therapy: A handbook. Buckingham:Open University Press.
- 野島一彦(2000): .エンカウンター・グループのファシリテーション. ナカニシヤ出版.
- 岡田康伸(1984): 箱庭療法の基礎. 誠信書房.
- Peris,F.S.(1973): The Gestalt Approach & Eye Witness to Therapy. Science and Behavior Books, Ins. 倉戸ヨシヤ監訳.日高正宏・井上文彦・倉戸由紀子訳. 1990. ナカニシヤ出版.
- Rogers,C.(1970): Carl Rogers on Encounter Groups. Harper & Row. 畠瀬稔・畠瀬直子訳. 1982. エンカウンター・グループ ―人間信頼の原点―. 創元社.
- Rogers,C.(1980): A Way of Being. Houghton Mifflin Company. 人間尊重の心理学. 畠瀬直子訳. 創元社.
- ロジャーズ全集8. パースナリティ理論. 伊東博編訳. 岩崎学術出版社.
- ロジャーズ全集12. 人間論. 村山正治編訳. 岩崎学術出版社.
- Seaburn ,D.,Landau-Stanton,J. & Horwitz,S.(1995):Core techniques in family therapy.In Mikesell,R.H.,Lusterman, D. & McDaniel, S. H. (Ed.), Integrative family therapy:Handbook of family psychology and system theory. Wasington, D.C.:American Psychological Assocation.
- 津村俊充(1992): 体験から学ぶということ ―体験学習の循環過程―. 津村俊充・山口真人編.人間関係トレーニング ―私を育てる教育への人間学的アプローチ.ナカニシヤ出版.
- 氏原寛(1990): 心の一生 ―ユング派に依るこころの原風景.ミネルヴァ書房.
- 氏原寛(2000): 共感的理解と診断的理解. 氏原寛・東山紘久(2000). エッセンシャル臨床心理学. ミネルヴァ書房.
- 氏原寛(2000): 共感的理解と診断的理解. 氏原寛・村山正治共編(2000). ロジャーズ再考. 培風館.
- 山口勝弘(1978): グループ・アプローチと個人カウンセリングの効用. 学生相談<特集>学生相談活動の実際.厚生補導.144. p34- 40. 文部省大学局. 第一法規出版.
- 山口真人(1992): Tグループとは.津村俊充・山口真人編. 人間関係トレーニング ―私を育てる教育への人間学的アプローチ. ナカニシヤ出版.
- 山本一恵(1985): “いまここ” の意味とその記述に関する一研究. 人間性心理学研究. 3 ,71-81.

<付記>

本論は、2003年度南山大学パツへ研究奨励金「I-2-A (特定研究助成・一般)」の助成による成果の一部である。