

心理療法における関係性についての一考察

ーセラピストとクライアントとの間で起こっていることー

田中亜希子

金城学院大学消費生活科学研究所

A study of Relationships in Psychotherapy
– Experiences Therapists and Clients have –

Akiko TANAKA

Institute of Human Ecology, Kinjo Gakuin University

要約：本研究では心理臨床家へのインタビューによって心理療法という営みについて迫り、セラピスト（以下、Th.）とクライアント（以下、Cl.）の間に何が起こり、癒されるのかについて明らかにしようと試みた。分析の結果からCl.は生の実感が得たいために他者を求め、それが体験できる関係を希求することが分かった。この実感はFromm,E.（1956）のいう愛による再度の合一による孤独の克服であり、不安を癒すための重要な要素である。Th.はCl.が生き物としての実感を取り戻すことを目指し、そこに自分の感覚を役立てる。他者との関係の中で生々しい質感を伴う感覚が照らし返され、生きている実感がCl.にも感じられるようになる。

キーワード：心理療法、関係性、生の実感、アクティヴ・インタビュー、M-GTA、SCQRM
Summary: In this study, I attempted to make it clear what psychotherapists (Th.) and clients (Cl.) go through and how they cured in psychotherapy by interviews with psychotherapists. From the results of the analysis Cl. Will seek others in order to obtain sense of existence. This feeling is Fromm, E. (1956) have stated, is the overcoming of solitude by the union by the "love". He also said that the union by the love is an important factor for heal anxiety for modern people because they have been forced to face strongly to problem of the existence. Therefore, Th. aims Cl. to regain the feeling of "living creatures" by psychotherapy. In addition, Th. That has a sense that has the texture of the same as "creatures", helpful for Cl. Trough reflections of sensations with fresh texture in relationship with Th. as others, Cl. would like also feel alive in the relationship

1. 問題と目的

心理臨床の場ではTh.と Cl.が関係する中で心が変容していく。Cl.が心理療法でTh.に求めるものには人が人とのやりとりの中で体験している事に通じるものがあるのではないだろうか。

鯨岡（2013）は対人関係の間を「接面」と呼び、そこで生じる事が実践の本質的な問題になると述べている。当事者は接面で生じる事を自身の身体を通して感じ取ることができるが、外部の第三者には感知できない。つまり心理臨床で生じる事柄には人間関係の本質的な問題が内包されるだけでなく、当事者である心理臨床家はその問題に肉薄しているのではないか。

本研究では心理臨床家が持つ接面への感覚にインタビューで迫ることで、心理療法におけるTh.とCl.の関係に内包される問題に近づこうと試みた。なお、本研究で述べる「心理療法」は「心理臨床家が来談者との対人関係によって治療的、または支持的に援助すること」とし、「Th.」とは「心理療法に携わる者」と定義する。

2. 面接方法

対象者は臨床経験が20年以上の男女3名と臨床経験15年以上の女性1名の合計4名（A～D）とし、アクティヴ・インタビュー（Holstein & Gubrium、1995）の手法を参考に半構造化面接を実施した。なお、面接は1回を基本としたが1名は追加面接を行った。

3. 分析方法

M-GTAと西條（2007）のSCQRMを参考にして分析を行った。

（ア） 逐語記録を文章単位で解釈する。

（イ） 解釈を元にして意味のまとまりを作る作業を面接協力者ごとに行う。抽出された各概念から概念図を作成し、それぞれの個別モデルを作る。

（ウ） 個別モデルの文脈を損なわないよう配慮しつつ共通概念をまとめ、更にカテゴリーとしてまとめる（結果は4章1節）。

（エ） （ウ）の結果から、全体を包括した概念モデルを作成する（結果は4章2節）。

以上の手順では、文脈に基づいて概念生成する（イ）や（ウ）の過程ではM-GTAの概念生成モデルを用いた。内容を文脈に沿って解釈、整理するには概念生成モデルが適切と判断したためである（木下、2007）。（ウ）から（エ）の過程はSCQRMに基づいて行った。本研究は言語化されていない心理臨床家の感覚に迫る事を析の目的の一つとしており、加えて包括モデルの作成にあたり、常に捨象されたものへ戻って認識する道筋を残すためである。解釈の結果は、面接協力者とは別の心理臨床家2名（臨床経験25～30年）へ分析内容が理解できるかの検討を依頼し、それぞれの臨床経験から十分了解可能であると判断された。

4. 結果と考察

4-1. 各カテゴリーの結果と考察

この節では（ウ）の個別モデルを総合した結果について述べる。面接ではアクティヴ・インタビューの手法に倣って双方向的なやりとりを行ったため、面接者の発言も接面で生成されたものとして解釈に使用する。見出しの【】内はカテゴリー名、〈〉内は概念名、（）内はその概念について述べている面接協力者を示す。また、文中の斜字は逐語からの引用箇所を示している。

① 【Cl.の心が整う】

これはCl.の心にある未整理のものがあがる程度整うまでに起こる事に関する概念である。

〈1.Cl.が本来持っているものに気づく〉（A、B、C、D）

この項では、Cl.自身に本来的に備るものを掴んでいくことに関してまとめている。

AはCl.の独力だけでなく周りの助けも借りながら環境への適応を目指す方向性を、BはCl.が「野生の勘」という本来人間が持っている見通しを持つ力を取り戻すことを目指している。CとDは混沌とした内界がありながら情緒を実感のあるまとまりとして味わい、発見することを述べている。この概念はそれぞれのTh.が目指す心理療法の方向性と言えるだろう。

〈2.Clらしき形成にThの主観が役立つ〉（B、C、D）

この項では〈1.〉への過程で何が起こるのか具体的に述べている。人の中では色々な事が同時に起こり、自分自身で全て掴んでいるわけではない。複雑に絡まって自分でもよくわからなくなったものがTh.の照らし返しによって解きほぐされ、意識化される部分もある。

Bは、Cl.の嫌な体験を詳しく聞く中で問題の絡まりがほどけ、背景が見えてくると話した。Cは「聞いてくれる人が揃ってくると（中略）自分の情緒的な体験にちょっと区分けができる」と語る。またTh.においても勉強やスーパーヴィジョンを通して自分の体験を揃ってもらうことで徐々にTh.自身が繋るといふ。Dは、絡まりをほぐすやりとりの中で自分らしきも形作られると語る。しかし複雑な問題を持つCl.ではその過程がうまくいかず、Th.にはその複雑な問題に今は触れられないと感じて自然には進まないという。

〈3.Cl.の中に枠組みを育てる〉（A、C、D）

この項では〈2.〉の結果Cl.の中に枠組みができること、また枠組みの方向性をTh.が示す必要性について述べる。Th.が感じた事をCl.に伝え返すことが、Cl.が枠組みを作るうえで拠り所となり、Cl.自身が感じていることを浮かび上がらせるという。

Aは人間を「環境との適応を目指す生き物」と捉えており、適応志向的な性質を顧みずに「学校へ行かなくてもよい」などと伝えることは無責任だと述べる。Cは、情緒体験の区分けを促す言葉は手応えのある「生きたものとして届いて」いないとお互い掴めたと思えないため、「私っていう生身の体にまとわり付くような響き具合」を持つやり取りが必要という。Dは大人が「何を感じているのかっていうことを伝えないと（中略）子供は形になっていかない」と語る。

② 【Th.の武器と守りの力】

このカテゴリーでは、Th.の用いる感覚や枠組みの力についての概念をまとめている。

〈4.Th.が生き物として持っている感覚〉(A、B、D)

この項はTh.に本来的に備わる感覚に関する論述のまとめりである。Th.は、相手の調子や思いを察知できるような誰もが持っている感覚を熟練させて技術として用いている。

Aは、Th.の技術は人が元々持っている感覚を凝縮して用いているという。Bは心理療法の方法を選ぶ時に勘(経験に裏付けられた本能)を使うという。同時にTh.とCl.の調子を考慮に入れるとも述べており、見立てではAの言う感覚を使うと考えられる。Dは、Cl.が楽しそうに話す内容や様子から「楽しいわけないでしょ」などと違和感を覚えた際、少しずつTh.の実感として返していくという。この感覚も相手の様子を察知する力と似ており、それを察知するまでCl.の話を傾聴し、Cl.の持つイメージを共有しようと取り組むことが土台になると推測する。

〈5.Th.が用いる枠の力〉(A、B、C、D)

ここではTh.が活用する枠組みの力についてまとめた。Th.が枠となることで交流が深まること(A、B)、Cl.の自由な表現を保障する枠組み(C、D)、面接室外の枠組み(B、C)がある。

Aは〈2.〉で述べた技術を非日常的に用いることを述べている。枠で区切ることで日常のテーマをTh.として扱うことができると考えられる。Bの話からは二つのことがわかる。一つはアセスメントに基づいた準備によってCl.を見守る枠組みができること、もう一つは専門家という役割や面接の場所の特性をCl.に認識してもらうことで、ある程度Cl.に相談する枠組み(Cのいう「構え」)ができるという。Cは、Cl.の失敗が目に見えていて、助言をしても繰り返す場合は「(Cl.の)動きを見てくれる関係の枠の中で」「従来のスタイルでやっていただく」という。失敗したとしても、その過程を見てTh.が失敗の癖を面接で扱い、Cl.のスタイルを二者間で了解していけると述べる。Dは、Th.の中にCl.像という枠組みを作っておくことが、面接の手がかりや不用意な直面化の備えとして役立つという。また、Cl.のネガティブな情緒をTh.が身体化して追体験した時に、予期せぬ直面化をさせないためTh.の実感として伝えるという。

③ 【繋がり、交流していく】

このカテゴリーは、Th.とCl.のつながりと交流についての概念のまとめりである。

〈6.心理療法が進むための関係の力〉(A、B、C、D)

ここでは心理療法の進行にはTh.とCl.の関係が前提という概念をまとめている。しかし関係は常に良好でなく、「ちょっと信頼が勝る」(A)ことや「ガッカリしても大丈夫」(D)などの危機に耐えながら繋がり続ける必要がある。また人の本質的な部分での繋がりが関係している。

Aは、対人援助職では本質的に同質の人間との出会いが人を癒すと述べる。この場合技術は問題にはならず、ベテランのTh.が癒せなかったCl.を癒すこともあるという。Bは、心理療法が進まない時にはTh.とCl.の力が不十分であることや、関係自体ができていないことが後でわかると語った。Cの語りからは、Cl.にとってTh.が中立的な対象となり、目の前の対象(Th.)

に語りながらCl.の中の対象に語るような状態になるにはTh.との間に関係性ができることが必要だとわかる。Dは「全部わかってもらう」という願望が幻想であったとCl.が気づいたときに、失望はしても関係は切れず続いていくこと、その中で不愉快さや嬉しさを感じるやりとりが、Cl.自身の情緒を受け容れるために必要と述べている。

〈7.心理療法が進まない時の意味〉(B、C、D)

この項では、心理療法が行きつ戻りつする意味についてまとめている。心理療法が進まない間も、進むための準備(B、C)や、意識とは別の水準での交流(C、D)があるという。

〈6.〉と同様に、心理療法の本筋から逸れることにも意味があるとBは話す。関係作りの雑談は、Cのいう「構え」(後述)をお互いに探り合っている段階と考えられ、処世術を考えている間は現実生活を整えることで心理療法を進めるためのエネルギーを養っているとも解釈できる。またCは心理療法に時間がかかる理由を二つ述べている。一つは〈1.〉と同様に身体の内側で起こることを余韻まで味わうことの大切さ、もう一つは味わうための土台が出来るまで時間が掛かることを示している。その土台をCは「構え」と表現しており、両者に心理療法を進めていく気構えが様々な形で表れたものである。「構え」は時間的要請とは無関係であり、「色んな気持ちや考えや見通しや、身体のゆとりも含め、こうピシッって重なったときに腰が据わる」という。Th.は「構え」を作ることで手応えのある言葉をCl.に届け、あるいは受け取る事ができ、Cl.の内側へと丁寧に触れることができる。Dは、ある話題でのCl.の痛みをイメージしてそれに寄り添うのだという。Cl.の痛みTh.が気づき、配慮する中で面接が続いている時には、Cl.が気づいていなくとも別の水準ではCl.に伝わっているはずである。

〈8.Th.とCl.の深い水準での交流〉(A、C、D)

ここでは二者の間だけでなく個人内での交流も含め、心の深い水準でのやりとりについて述べる。深い水準でのやりとりになると技術ではなくTh.の人間観、存在そのものとの関わりがCl.に求められる。そして、二者間と個人内部での交流が起こるまでには、二者の関係性の成立が求められる。深い交流の中では、Th.は自分のものではない情緒を生々しい質感をもって受ける。この生々しい質感は言葉で交わされる事がなくても心理療法の場に影響を与える。

Aは、Cl.が求める水準によっては人生観や人間観のような深い部分でのやり取りが求められるが、直接言葉で議論されることはないという。Cは、Th.がCl.にとって中立的な対象になると、Cl.の話す内容とは別に色々なイメージがTh.に湧いてくるという。これは、Cl.がD.W.Winicottの言う、対象と関係することから対象を使用すること(Abrum,J.,1996)に移行したと考えられる。その場合Th.に求められることはCl.の心的対象を映し出す道具の役割であり、Th.が主体として生き残ることである。Th.がスクリーンと生きている対象と両方の役割をこなすことで、Cl.はTh.の情緒を使って扱う事ができる。Th.はCl.が投げかけた生々しい質感を受け、機を見てCl.へ伝え返すことで、今度は意識の水準と深い水準での交流がCl.の中で起こる。二者間、個人内での交流がこうして起こっていくのではないか。そして〈6.〉で述べたとおり、中立的な対象として開かれていくためには関係性の成立が必要となる。意識されない水準で道具

的に使われるために意識上では人としての関係が必要となることは、人が様々な両義性を抱えた生き物であることに関係していると思われる。ここではひとまずAが語った人間観に基づいて考察を述べる。本来的に環境との適応を目指す人間はひとまず関係成立に努める。その後、相手との深い結びつきを確信した時に初めて和合に向かおうとする本来的な欲求から少し自由になり、個の方向性を発揮できるのではないか。Dも意識とそれ以外の水準でCl.の話を聞いているという。特にCl.が体験しても感じなかった情緒がTh.を圧倒して、「うんざりするなあという情緒を散々体験」するという生々しい追体験をすることになる。それを意識の上で交わすことで、Th.が代わりに感じた情緒をCl.も自分の情緒として感じる事ができるという。

〈9.他者との交流を通して自身を対象化する〉(A、B、C)

これは、自分の事を伝えるためには自分の心を知り整理する必要があることに関する概念である。自分の対象化は意識から離れたものであるほど難しい。従って、相手とやりとりしながら探って自分を知り、自分の内側に触れることで、他者に自分の言葉で伝えられるようになる。

Aは、人間は現実を明確に捉えられず、状況が揃えば想像力や空想で埋めて見るのだと話す。理論化された技法は、その心理臨床家ができないからこそ他者を観察することで発見、言語化できるという。Bも自分を対象化することの難しさと、相手へ話し、返してもらう過程で自分がわかると語る。Cは〈2.〉のように自分が感じていることを伝えるためには自分の内側で起きている事に丁寧に触れることが必要だと述べている。

④ 【Th. と Cl. の取り組み、動き】

このカテゴリーでは心理療法での取り組みや動きに関する概念をまとめた。心理療法の初期ではCl.の主訴や生育歴を聞く。これは情報を整理するだけでなくCl.の現実の捉え方を把握する作業も含まれる。心理療法の導入ではTh.とCl.二人でCl.に向き合って理解していくことになるが、そこではTh.の好奇心、お互いの関心や理解の共有を助けるツールが役立つ。そして、Th.は同時進行的に意識—無意識の水準に心を寄せつつ、主訴理解とCl.理解に取り組む。

〈10.Cl.の捉え方をTh.が捉える努力〉(B、C、D)

この項はCl.の現実認識を捉えようと努めるTh.について示す概念である。関わりの見通しを立てるためにTh.はCl.の話を聞き、訴えの捉え方を把握することに、面接の初期は時間を割く。言葉の水準以外にも、Cl.が暗に心理療法へ懸けてくる思いについてもアンテナを張り、Th.がどの水準で心理療法を展開していく事が必要かの見通しを立てることに役立つという。

Bは心理面接を受けるCl.の認識をTh.が理解することを大事にしているという。また、家族歴を聞く中でもCl.の持つ家族イメージがわかり、捉え方のパターンが見えると語る。Cは、うつ病などのエビデンスベースドに説明される診断を持つCl.であっても「どういう生活を作って、今生きているかって話は人によってぜんぜん違う」、そこを捉えないうちに心理療法を進められないと話す。Dはその人の捉え方は話す様子からも見て取れるという。また「何もその人の事が見えていないと、さてそこから話がどう広がっていくんだろうって自分でも聞けない」と述べており、話を聞くにも〈5.〉のようにCl.の認識枠を捉えることが重要だと考えられる。

〈11.心理療法の進行を支えるもの〉(B、C、D)

この項では、心理療法の進行や、Cl.の理解を支えるものについて述べる。Th.とCl.がお互いに向ける関心や、通訳のようなツール、Th.の好奇心などが心理療法の進行を支える。

Bは、Th.自身の素朴な好奇心をCl.が自分を理解することに利用していると述べた。Cは、お互いに関心に向け合うことが会い続けるモチベーションに関係すると語る。そして、Th.自身を知りたいという、Bのいう好奇心もモチベーションとなるという。Dは、Cl.理解を助ける共通に使えるツールを見つけるとよいという。ツールを用いた表現はTh.がCl.を知るためだけでなく、Cl.が自分を知って表現する、自分を物語ることに役立つのだという。

〈12.お互いにわからない状態〉(B、C、D)

ここでは、お互いにわからない状態について述べている。わからなさは誰しも怖いため、理解を目指して進む動機になる。しかし急いで状況を収めようとする、結局何も変わらず自分の形もわからないまま刺激に反応するだけの「アメンバーちゃん」になってしまう。

Bの「きっと何かわかんないから不安だったとか、怖いのが自分でわかってるから(心理面接に)来るんじゃないか」という語りから、互いにわからない状態の怖さや不安が心理療法で探索する動機にもなることがわかる。Cは、Cl.の内側で何が起きているのかよくわからない時に、不愉快を収めてひとまず収束はすることもできるが、わからなさはそのまま残り「自分の内側の構えは何も変わってない」、そのため同じ状況になれば繰り返すという。このようなわからなさには〈1.〉でも述べた、丁寧に二人で触れて味わうという時間の掛かる作業が必要という。早急に事態を収めようとする方法は人間存在に寄り添うための枠組みには馴染まないと推察する。Dは、会っていても何者かわからない、中身も外見もなく、まだ形も定まらずにその場の刺激に反応することで生きているCl.を「アメンバーちゃん」と表現している。これはCの語りでも見られた「自分の内側の構えが何も変わってない」Cl.と同じ状態と考えられる。

〈13.Th.の同時進行作業〉(A、B、C)

この項では、心理療法において、Th.の取り組みが様々な水準で同時進行的に行われていることに関する概念をまとめた。同時進行の作業は、〈8.〉で述べた意識と前意識、無意識といった様々な水準でのやりとりや、生育歴の把握をしながら現実志向的な方法をCl.に伝えるやりとりが行われることもある。また、Cl.の問題に取り組む過程では、Cl.の自己理解にも取り組むことが必要になってくる。100%周囲の人だけが悪いという問題はまずなく、Cl.と周りとの関係で生じたはずである。そのため関係の中でCl.の役割に触れることは必然的である。しかしながらCl.の力がまだ十分でない場合には、問題の核心に触れない方法も必要になってくる。

Aは、Cl.の生い立ちから今日に至るまでを理解しながら差し当たり現実志向的なことを伝えるという、両面の作業のどちらか片方だけでは上手く進まないという。〈9.〉のようにCl.のこれまでの主観的体験へ丁寧に触れる作業をしながら、〈5.〉のようにCl.の現実認識がTh.の中に出来上がることで、よりCl.に合った方法をTh.が提示できるようになるからと考えられる。Bの語りでは主訴理解と自己理解が同時作業ということ事が受け取れる。Bは心理療法の過程を

お化け屋敷に例えている。お化けという怖いものが見える事や、中は暗く簡単に進めない事に象徴されるCl.の話を解きほぐす過程は、お化けを見せていた自分の癖や、周りの環境、対人関係などについて知る過程でもあり、必然的に同時進行になる。Cは〈8.〉で述べた意識と前意識の水準での作業が同時進行的に進むと述べる。それは二者間の交流と個人内での交流が同時に進むことでもあり、様々な水準に対して同時に心を寄せる能力がTh.に求められる。

⑤ 【人間の本质に関するもの】

このカテゴリーは、人間の本质に関する記述についてのものである。人が人に迫るための方法論である心理療法において、その本質を掴んでおくことは非常に重要なことであろう。

〈14. 身体性、人間の本来の側面〉(A、B、C、D)

これは、人間の生き物としての側面が表れやすい身体性について、または本来の自分を取り戻すことについてまとめた項である。

CとDは情緒を味わうという言葉で心理療法の中の身体性について語っている。特にCは心理療法における身体性をより詳しく語っており、その一つが「手応え感」だった。「手応え感」のある「生きたものとして」の言葉が相手へ届き、その時には「私ってという生身の体にまとわり付くような響き具合」が伴うという。Th.はこの「手応え感」、例えば腑に落ちるような感覚で関係を確かめる。むしろその感覚でしか確かめられない。そのような生々しい質感を伴う感覚を通じてのみCl.という存在と繋がりを確かめられ、Th.を通してCl.も自分の存在を確かめられるはずである。〈1.〉で述べたように、心理療法はCl.が本来的に持つものを整理する中で自分という存在の形が浮かび上がるものだとすれば、二者間で身体性の伴う体験を積み重ね、Cl.が自分という存在に触れる事に心理療法の本質の一面があるのではないだろうか。そうであれば、AやBのような人間存在に関する語りもまた心理療法の本質に近づくための重要な文脈を持つと考えられる。AやBが持つ人間の本质に関する方向性が、Cl.が触れるべき生き物としての自分への気づきをもたらすと考える。〈1.〉のように、Aは人間には環境に適応していく方向性と環境に対して支配や破壊に繋がる方向性の両方を持つと捉えている。この考え方は、Fromm.E. (1947) のいう人間の実存的二分性と重なる。Frommは二分性の否定はできないが、様々なやり方で対応できると論じている。そのやり方は今までに述べたとおりである。

〈15. 生き物のイメージ〉(C、D)

この項では生き物のイメージによる表現が見られたものをまとめている。CとDが共に木を使って表現しており、木の持つ生き生きとした質感が重要な意味を持つと考える。

Cは構えについて、場合によってはエネルギーを吸収できるくらいの柔軟さが必要であると語る。それは何千年も立って水を吸い上げる木のようなイメージで、ゆとり、潤い、瑞々しさと表現できるという。DはCl.の自己受容について折れて形が変わった木に例えている。傷つき、つまずき、その人は変化していく。戻れないが決して喪失体験ではなく生き続けており、以前の違いも含めて自分自身だと受け入れることが必要だという。それは「幹が折れて穴が開いて形が変わった木でも芯には水が通う」というイメージで、「綺麗な所ばかりじゃなくて、汚

くって汚れてしまったり、折れてしまったりっていう部分も含めてその人自身」と語る。

〈16.両義性、多義性〉(A、C、D)

ここは両義的、多義的な記述が見られるものをまとめた。人の存在自体が両義的、多義的であるゆえ、一つの概念としてまとめることに意味があると考えたためである。

Aは、生育歴を理解しながら現実志向的な事を差し当たり伝えていくという心理療法での取り組みを述べ、片一方だけでは上手くいかないと語る。また、環境との適応目指す方向性と環境を支配し破壊する方向性の両面があるともいう。Cは、Clは自分がどう感じているかを丁寧に触れる事でようやく自分の事を人に言えるようになるという。Dは人が育っていくには文字や情報、一律な教育だけでは育っていかず、情緒に触れる過程が必要だという。そして触れる瞬間と情緒的な交流のある関係が続いていく、点と線、空間と時間の両方の軸が大切なという。

4-2. 総合考察

今節では個別モデルの結果から分析した(エ)包括モデルを述べる。

4-2-1. 心理療法の深まりを描くストーリーライン

これらの結果は、心理療法が深まっていくストーリーラインに並べ直すことができる。

まず①【Clの心が整う】事とは、心理療法においてThが目指す方向である。ThはClが現実で過ごすために、本来的な人間存在としての力や方向性を取り戻すように取り組む。Thは見立てに基づく準備をして、Clの表現を受け取り照らし返す作業を続ける。Thは自分の感覚に基づいて返すことで、Clは自分の心を言い表す「ピタッと合う」言葉を手に入れ、自分の輪郭を確かめることができる。ずれることや全く違うことも同様に大切な体験である。その繰り返しから問題が整理され、自分らしさが浮かび上がる。そこではThが持つ人間の本質についての方向性と人間存在への配慮が、Clの拠り所となる。④【ThとClの取り組み、動き】では、心理療法の初期において、ThはClの主訴や生育歴の聞きとりからClの現実の捉え方やClらしさを掴むように努める。主訴の理解とClの癖の理解は同時並行的に行われる。ThはとりあえずのCl像を持ち、Clのわからなさに向き合う。そこでは、Thが持つClへの関心、未知への関心、そしてClのThへの関心が心理療法を進める。そしてThが感じた生々しい情緒を受け取って届けるための構えには柔軟さが必要である。Thは意識やそれ以外の水準にも同時に気持ちを寄せて、二人でClの存在に迫ろうと取り組んでいく。このような過程の中では②【Thの武器と守り】が用いられる。Thの武器とは、Clの調子や語りの違和感に気がつく人が本来的に持つ感覚のことである。相手のことを察知する感覚を凝縮して用いる所や様々な枠組みを用いてClを守ることに心理臨床の専門性がある。Thによる照らし返しと枠による守りによってClの心の探索が進むと、二者間で③【繋がり、交流していく】ことが起こる。人は現実の全てを捉えられているわけではなく、自分の事ですら一部しか把握できない。ClはThとの関係を通して自分の事を知り、整理するのである。その関係性は不安や疑惑、危機によって揺らぎ、変化もあるが、持ち堪えて繋がり続ける事が非常に重要である。また出会いそのもの

も重要で、本質的に同質な人間との出会いで癒される人もいるほど、関係性には人間の深い部分も強く関わる。心理療法が進まない様に見える時にも関係性が影響している事がある。関係作りなどの準備や、別の水準での交流が進んでいることなど様々であり、意味がある。深い水準で交流する準備が整った場合には、意識、前意識、無意識といった様々な水準で、二者間・個人内での交流が起こる。ここでは技術よりもTh.の人間観、存在そのものがCl.に求められている。Cl.はTh.を道具的に扱うが、交流が起こるまでにはTh.とCl.の関係性の成立が必要、という両義的な状況となる。このような深い交流の中ではTh.は自分のものではない情緒を生々しい質感をもって体験している。これは言葉でやり取りされなくても、Th.がそれを感じ、理解していることで面接の場に影響を与えている。徐々に深まっていく心理療法の中で⑤【人間の本质に関するもの】が重要な要因として存在している。そこで起こることは主観の世界であるため、接面にいない第三者には確かめることができないが、身体性を手がかりに考察を試みる。自己感覚が未統合状態のCl.は、Th.の感覚を通して本来の自己感覚、身体性を取り戻す。その際、必然的に普遍的な生命の存在にも触れるはずである。そこにはCl.自身も当然含まれており、Th.を通して自身の本来的な部分、すなわち身体感覚に気づく。二者の間が身体感覚という生々しい実感によって繋がることでCl.は本来の自分を取り戻すのではないだろうか。

4-2-2. まとめ

分析の結果から、人は生きている実感を得るために人を求め、その質感を掴むために関係を希求すると言えるだろう。

この実感は人が癒されるための重要な要素を持つ。人は理性を発達させた代わりに、自然と一体化をしていた原初的な状態を永遠に失い、新しい人間的な調和（理性）を発展させるしなくなった（Fromm,E.、1956）。人間は孤独からくる不安を克服する必要に迫られており、それは世界との再度の合一によって成される。他者との関係の中で得られる生々しい実感は「愛」による再度の合一による孤独の克服であり、不安を癒すものとなる。つまり、心理療法ではTh.を通して普遍的な生命の存在に触れる事でCl.は癒され、本来的な自分を取り戻すと考えられる。この際Th.は人間に本来的に備わっている感覚を用いてCl.との交流を体験し、時には言語と情操の解離を違和感として察知することができる。これはBuberのいう「感得」（斉藤、2003）の感覚のように、開かれた人と人の中で言葉のない対話が生じているからかもしれない。このようにTh.が本来的な人間についての知識や感覚を備えつつ、関係に開かれていくことで心理療法という専門的な交流が可能になると考えられる。

5. 今後の課題と展望

Buberは「関係性を築いて共鳴し合わなければ、生命というものは把握できない」（斉藤、2003）と述べ、Weizsacker,V.v.（1946）は、人間は他者との関わりの中でしか生きている事を実感できないと説明している。従って関係性の中でのみ浮び上がる普遍的な生命の存在について、今後も「接面」（鯨岡、2013）に依拠した研究を重ねていきたい。

【引用文献】

- Abram, J. (1996). *The Language of Winnicott : A Dictionary of Winnicott's Use of Words by Jan Abram. H.Karnac (Books) Ltd.* 館直彦 (監訳) (2006). ウィニコット用語辞典. 誠信書房
- Fromm, E. (1947). *Man of Himself. An Enquiry into the Psychology of Ethics*, Rinehart and Company, New York. 谷口隆之助、早坂泰次郎 (訳) (1955) 人間における自由. 東京創元社.
- Fromm, E. (1956). *The art of loving*. Harper & Brothers Publishers. 鈴木昌 (訳) (1991) 愛するということ新訳版. 紀伊国屋書店.
- Holstein, J.A. & Gubrium, J.F. (1995). *The Active Interview*. Sage Publications. 山田富秋、兼子一、倉石一郎、矢原隆行 (訳) (2004). アクティヴ・インタビュー—相互行為としての社会調査. せりか書房.
- 木下康仁 (2007). ライブ講義M-GTA—実践的質的研究法 修正版グラウンテッド・セオリー・アプローチのすべて. 弘文堂.
- 鯨岡峻 (2013). なぜエピソード記述なのか「接面」の心理学のために. 東京大学出版会.
- Michael Bloor & Fiona Wood (2006). *Keywords in Qualitative Methods A Vocabulary of Research Concepts*. Sage Publications of London. 上淵寿 (監訳) (2009). 質的研究法キーワード. 金子書房.
- 齊藤啓一 (2003). ブーバーに学ぶ. 「他者」と本当にわかりあうための30章. 日本教立社
- 西條剛央 (2007). ライブ講義・質的研究とは何か SCQRMベーシック編. 新曜社.
- Weizsacker, V.v. (1946). *Anonyma.Francke*. 木村敏 (訳) (1995). 生命と主体—ゲシュタルトと時間／アノニヌーマ. 人文書院.