

カウンセリングへの現象学的接近

大 沢 博

A Phenomenological Approach to Counseling

HIROSHI OSAWA

1 序

カウンセリングは一人の人間と一人の人間との関係 (a person-to-person relationship) である。カウンセリングは、人間を操作する技術でもなければトリックでもない。それはよい人間関係 (good human relationship) の実践であり、人間理解の過程である。よい人間関係とは何かということは、それ自体厳密に考察しなければならない問題であるが、一応、当事者に精神的健康をもたらし、自己実現を促進し、社会の発展に寄与するような関係であるといつてよかろう。この意味では、一般的なよい人間関係の原理と、カウンセリングの原理は同じであると考えられる。しかしカウンセリングは、日常のよい人間関係と全く同じではない。カウンセリングは、原則として一対一の対面 (face-to-face) 関係であるということのほかに、日常的なよい人間関係と区別されるべき特徴を持っている。その本質的な特徴は、クライアントの人格の成長を助けることだけを目的としているということである。カウンセリングは、カウンセラーの好奇心の満足のために行われるものでもなければ、研究心の満足のために行われるものでもない。あるいは組織や集団に都合のよいようにクライアントの人格の変容をはかろうとするものでもない。カウンセリングを経験することによって、カウンセラーの側に人間を理解することの出来る喜びが生ずることはあろうが、それはカウンセリングの随伴物であって目的ではない。カウンセリングは、クライアントの人格の成長を助けること、すなわちクライアントが自ら新しい方向を目指し積極的に歩み出すことが出来るように援助することを、唯一の目的としている関係である。カウンセリングという人間関係の第二の特徴は、通例上述の目的を遂行するための訓練を経ている個人と、自己の直面している問題を適切に処理することが出来ず、混乱、不安、葛藤というような状態になっているために助力を求めている個人との間に成立するものである。このような目的と性格をもった関係であるので、カウンセリングには次のような条件が必要になる。すなわち、止むを得ない事情がない限りクライアントが要求する期間継続して行くこと、クライアントのために秘密が保持されプライバシーが尊重されることである。なおカウンセリングは多くの場合、学校や施設、企業などの組織の中でのフォーマルな関係であるが、個人が直面している問題を二人でともに探究して行く過程であるので、他のどんなフォーマルな関係よりも密接で深いものになる可能性をもっている。

このような人間関係であるカウンセリングに対する接近は、大きく二つに分けることが出来る。折衷的立場と体系的立場である。折衷的立場の接近とは、種々の体系的な接近からそれぞれクライアントや問題に対して最善のものを選び出し、それをういようとするものである。パターソン (C. H. Patterson)¹⁾ は、折衷的立場を表現しているものとしてウィリアムソン (E. G. Williamson) の論をあげているが、それをさらに引用させてもらえば次の如くである。「……それぞれの技術は、特定の問題、あるいは特定の学生にのみ適用されるものである。一

般的な技術というものはないのであり、むしろ学生が、ある技術が適切であるような問題を持っている時にのみ、その特殊な技術が用いられるべきである」と。

このような立場の接近は、一見したところ正しいもののように思われる。しかしパターソンが指摘しているように、いくつかの批判すべき点がある。第一は技術が強調され、カウンセラーの態度や感情が重視されないことである。第二はこのような立場の接近が、人間を理解することよりも、むしろ人間を操作するように思われることである。第三は、どのようなクライアントに対して、いつ、どのような技術を用いるべきかという基準が欠けていることである。第四は、カウンセリングの一般原理を展開するものではないということである。この第四の点について少し述べるが、一般原理がなければ、カウンセラーを志すものは試行錯誤によって学ばなければならない。カウンセリングは絶えず変化しつつある動的な関係であり、しかも二度と同じ状態を反復することの出来ない一回性の過程であるが、予測不可能な過程ではない。カウンセリング過程の諸研究はその予測可能性を示している。ロジャーズ (C. R. Rogers)²⁾³⁾⁴⁾の研究はその代表的なものであろう。生きている全体としての人間とかかわりをもつカウンセリング過程は、そのまま人生の一過程である。カウンセラーはこのような人生の一過程において、試行錯誤ではなく、基本的に一般原理にもとづいた一貫した態度でクライアントに接することが必要であろう。さらにまた、カウンセリングが単に面接場面だけのクライアントの言動に眼を向けるだけでなく、生活の諸場面での行動の積極的变化を目ざしている以上、この一般原理は一切の人間行動に適用されるものが必要であると思われる。そこで私は、そのような体系的な接近の一つの立場として現象学的場理論 (phenomenological field theory) をとりあげ、カウンセリングの問題に焦点を合わせて考察し、あわせて人格心理学的意義について述べたい。

2 現象学的場理論

人間の行動は、少なくとも二つの大きな準拠枠 (frame of reference) から観察することが出来ると考えられる。その一つは外部観察者の準拠枠からであり、もう一つは行動している個人自身の準拠枠からである。外部観察者の準拠枠からは、他人の行動とそれが生起している事態を観察することが出来る。そして行動している個人と、彼に作用していると外部観察者がみている事態との相互作用ということで、行動を説明することが出来るように思われる。これが「客観的」接近もしくは「外部的」接近と呼ばれるものである。後者の観察は、行動している個人自身の観点から行動を眺めるものであり、行動しているそのとき、その個人がいかにものごとをみているかという立場に立って、個人の行動に接近するものである。もちろん、行動しつつある個人がものごとをどのようにみているか、知覚しているかを他人が直接知ることは出来ない。言語その他の表現を媒介として接近する以外に方法はないのであるが、無条件に他人の知覚のしかたに深く接近出来るものではない。一定の条件が存在する場合にのみ、行動者自身の知覚のしかたに迫ることが出来るのであると考えられる。その条件については、カウンセリングの心理的条件を述べる際にふれることにするが、ともかくこのような準拠枠からの観察は「現象学的」(phenomenological)、「知覚的」(perceptual)あるいは「内部的」(internal) 接近と呼ばれるものである。

「客観的」準拠枠からの諸研究は、諸種のタイプの行動とそれが生起する条件についてぼう大なデータを積み重ねて来た。その結果、基準的行動 (normative behavior) の予測、すなわち「正常の」「平均の」「典型的な」個人あるいは「児童」「青年」が、一定の状況の下でいかなる行動を起すかという予測は大いに進歩した。しかし現実の、具体的な特定個人の行動に接近するには、このような立場では適切ではない。個人の行動を理解するためには、その個人がそ

のときかには知覚しているか、彼の知覚している世界はいかなるものであるかを知らなければなるまい。ロジャーズは「有機体は経験され、しかも知覚されている場に対して反応する。この知覚の場はその個人にとって「真実」である」という命題を提出している。現象学的立場から人間行動の理論をつくりあげたコムズとスニッグ (A. W. Combs and D. Snygg)⁵⁾の言い方によれば、行動を直接決定している要因は、そのときその個人の知覚の場である。知覚の場とは「活動の瞬間に個人が経験しているところの、彼自身を含んだ世界全体」である。知覚の場は「現象的場」「個人の場」「私的世界」「行動の場」「心理学的場」「生活空間」などとも呼ばれて来たものである。知覚の場には自然、物体、人物などだけではなく、言語その他のシンボル、自他の性格、能力、愛情、憎しみ、恐怖、怒り、同情、あるいは世論、正義、不正など一切のものが含まれる。しかも絶えず変化しつつあり固定していない。このような知覚の場はその個人にとって真実であり、個人はそれにしたがって、あるいはそれにふさわしい行動をする。人々は他人がみている事実即して行動するのではなく、彼自身がみている事実即して行動するのである。外側から眺めると他人の行動は非合理的でまちがいが多く、その知覚の場は誤りを含んでいて、真実というよりも真実の解釈のように思われやすい。しかしそれぞれの個人にとって、行動しているそのときの知覚の場は真実であって、それを疑うことは滅多にない。過去の行動をふりかえったときには、何と非合理的であったのかと思うことがあるが、行動しているそのときの知覚の場は自分にとって真実だったのである。将来に思いをはせて正しい適切な計画を立てても、その時がやって来ると全くちがった行動をすることもある。これも計画を立ったときの知覚の場とそのときの知覚の場がことになってしまうからである。したがって行動もそれに伴って変って来るのである。

行動がそのときの知覚の場の函数であるということが真実であるならば、人間行動の建設的な方向への変容を根底において期待しているカウンセリングにおいては、クライアントの知覚の場の変容が問題とされなければならない。たとえば、周囲の人間がみな自分を圧迫しているとみている間は、自己防衛のために反抗的行動をするであろうが、自分を理解してくれる人間もいるのだというふうに変容の場が変ってくれば、反抗的行動も限られてくるであろう。あるいは、直面している問題が自分の手に負えないものとみられている間は、その問題を回避しようとする行動が生ずるが、問題の構造が明確になり解決のいとぐちがみえてくれば、とりくみ方がちがってくるであろう。カウンセリングを経験することによりクライアントの行動が変容するのは、現象学的場理論の立場からいえばクライアントの知覚の場の変容によるのである。むしろカウンセリング過程そのものが知覚の場の変容過程であり、クライアントがカウンセラーとともに自己の知覚の場を探究し分化させて行く過程であるといった方がよいであろう。したがって、知覚に影響を与える要因はカウンセリング過程を決定する変数でもある。カウンセリング過程の特質を理解して、効果的にカウンセリングを進めて行くためには、知覚の場の建設的な方向への変容を促進し、あるいは妨害する要因を理解して行くことが必要であろう。

コムズ⁶⁾は、カウンセリング過程に直接関係のある知覚変数を六つあげている。それらは次の通りである。

- (1) 知覚は、知覚が生起する物理的有機体 (physical organism) の状態の函数である。知覚は、知覚のはたらきのない手である物理的有機体に影響を及ぼし、またそれから影響を受ける。
- (2) 知覚には時間がかかる。効果的な知覚は、知覚のはたらきを可能にするための十分な露出を必要とする。
- (3) 経験の機会がなければ、知覚は起り得ない。この知覚する機会には、具体的なものでもよいし、あるいは純粋に象徴的なものでよい。いずれにしても、知覚のはたらきが起るた

めには、なんらかの機会が準備されていなければならない。

(4) 知覚は、個人の価値観 (value) と目標の函数である。個人の価値観と目標は、個人の知覚の場に対して選択的効果 (selective effect) をもつ。他の要因が等しければ、人々は自分に最大の価値をもつような自己の側面ないし生活の側面を、より鋭敏に、また、より効果的に知覚するものである。

(5) 知覚は、知覚している人の自己概念の函数である。自己概念は、知覚の場に対して選択的効果をもつ。人々は知覚すべき自己概念をもっている人間にふさわしいものを知覚するのである。自己概念は、他の一切のわれわれの現実知覚が組織される、正にその中核であると考えられる。

(6) 知覚は、脅威の経験によって重大な影響をうける。この影響には次の二種類があるように思われる。

a. 人は脅威を受けていると感ずると、その知覚の場は脅威の対象にだけ限定され、よく知られているトンネル視 (tunnel vision) という効果を生ずる。

b. 脅威を受けると、個人は現存の自己体制を防衛しようとする。

これら六つの変数のうち、後の方の三つは近年になって漸く注目されるようになったものである。そのうちでも基本的な変数と考えられる自己概念と脅威をとり上げて考察して行きたい。

個人がいかなる行動をするかは、そのときの彼の知覚の場によって決定されるということを述べて来たが、その知覚の場の中でもっとも重要な分化 (differentiation) は自己 (self) である。もし人が自分を一国の首相であると信ずるならば、彼は首相のように、少なくとも彼のもっている首相の概念にふさわしい行動をするであろう。我々が所与の状況の下でいかなる行動をするかは、そのときの状況をわれわれがいかに知覚しているかということと、そのときわれわれ自身をいかに知覚しているかということによって、決定されると考えられる。この知覚されている自己、すなわち現象的自己 (phenomenal self) は、個人が「私」(I and me) として述べられるものすべての体制であり領域であるが、その多くは特定の瞬間において必ずしも重要ではない。指先に注意を向けると、それが自分の体の一部分であることを明瞭に知覚するが、通例このような知覚は個人の行動の特徴的な側面を理解するには役立たない。現象的自己のなかには、その人にとって重要なものもあれば余り重要でないものもある。個人の行動の重要な側面、とくにいろいろな場面で示されるような行動特性を理解するためには、その個人自身にとってもっとも重要な自己知覚だけを含む知覚の場を区別することが必要であろう。コムズとスニッグはそれを自己概念 (self concept) と呼んだ。それは現象的自己の根本的な部分であり、個人にとってすべてのとき、すべての場所における「私」であると思われているものである。コムズとスニッグ⁵⁾によれば、自己概念をはじめて定義したのはレイミー (V. C. Raimy) であるが、彼は次のように述べている。「自己概念は、現在および過去の自己観察から生じている知覚対象であり、多かれ少なかれ体制化されている。…(それは) 人が自分について信じていることである。自己概念は、とくに危機または選択のさいに自分を理解せんとして相談する地図のようなものである」と。このような自己概念、すなわち自分について信じていることは、生来決定されている必然的な型の展開ではなくて、社会的経験の産物であり、他の人々のその個人に対する評価的行動の結果形成されたものであり、「一般化された自己」(generalized self) である。そして知覚の場は自己概念に即して選択され組織される。知覚の場の中に含まれる一切のものは、そのときの自己概念との関係によって意味を獲得するのである。自己概念はかくてパーソナリティの中核である。何故ならパーソナリティは人間行動を決定する個人内部の条件の総体であり、自己概念はもっとも主要な内部条件たる知覚の場の中核だからである。

自己を問題とするとき重要なことは、内観心理学の失敗をくり返さないことである。すなわち自己観察の報告が無条件に自己概念を反映していると考えてはならない。単なる内観法では自己概念に接近することは出来ないであろう。単に内観報告を求めるということでは、防衛機制と自己偽瞞によって自己観察が汚染され、歪曲されるおそれがあるからである。

自己概念がパーソナリティの中核であるならば、パーソナリティの成長を期待しているカウンセリングにおいては、自己概念の変化が最も重大な問題となるべきであろう。レイミー⁷⁾は、クライアントが自己について述べている発言 self-reference を摘出し、判定者に肯定的 positive か、否定的 negative か、両向的 ambivalent かを判定させた。その結果、成功例においてはカウンセリングの進行とともに自己否定が減少し、自己肯定が増加することが判った。またロジャーズ⁸⁾は、クライアント中心の面接を経験したクライアントの自己知覚の変化と行動の変化の関係を述べている。そのクライアントであった一人の女性は、最初の面接では、自分が統一を失い、自分自身でないような気持ちになっており、どんなことにも責任をとることが出来ないという発言をしていたのが、第9回の面接においては、自分自身を知ようになったこと、自己の長所と短所を静かな気持ちで見ることが出来ること、自分が欲求を持っており、その欲求を統制することが出来るという発言をするようになったのである。そしてこのような自己知覚の変容とともに行動も変容したというのである。ロジャーズはこのような面接資料にもとづいて一つの命題を提出した。「ある一定の心理的条件を与えられるならば、その人の自己知覚のしかたを含む彼の知覚の場を再構成することが出来るようになり、この知覚の再構成 (perceptual re-organization) に伴って、あるいはその結果として、行動の適切な変容が起る」と。その一定の心理的条件というのは、自己概念に対して脅威を与えないということである。ここでカウンセリング過程の基本的な知覚変数として、脅威の概念をとりあげたい。

脅威とは、この場合、外部観察者からみでの脅威ではなくて、行動者の自己と矛盾対立するものと知覚される経験である。したがってどんなことが脅威になるかは一概にはいえない。しかし現代社会に生きているわれわれにとって脅威の大部分は社会的なものであるといえよう。天災、野獣、物理的障害物なども脅威となろうが、むしろ他の人々や集団によって脅かされることが多いであろう。社会的な脅威、とくに面と向かっている人間からうける脅威は、それに注意を集中し明確に意識して効果的に処理されるということが少ない。いかなるものであれ脅威のもとでは知覚の場が限定され、現実の経験を十分に知覚することが出来ないの、行動は硬く (rigid) なり、あいまいさを許さない (intolerance of ambiguity) ようになる。知覚の場の限定あるいは狭小化ということは、物事に注意を集中して努力している状態についてもいえることであり、個人の欲求充足に役立ち人格の成長に促進的役割をもはたすのであるが、知覚の場に脅威が含まれている場合には自己防衛という効果も生ずるので、経験に対して知覚の場が開放的でなくなるのである。前述したように自己概念がパーソナリティの中核であるならば、それが脅かされ傷つけられることはパーソナリティが損傷をうけるということになる。個人は脅威によって自己概念が傷つけられないよう、変容されないよう、何らかのかたちで自己防衛しなければならない。すなわち脅威を克服しようとし、脅威を避けようとし、あるいは脅威的な場面を歪曲し否認しようとする。これらの作用は精神分析学が防衛機制と名づけたものである。

従来、パーソナリティ障害の発生要因としては欲求不満 (frustration) と葛藤 (conflict) という概念が用いられて来たが、この両概念と脅威の概念との関係はいかなるものであろうか。欲求不満はシモンズ (P. M. Symonds)⁹⁾ の定義によれば、生起している欲求の満足に対して、障壁あるいは障害による阻止または干渉である。しかし個人の欲求満足に対する阻止または干渉が、直ちにパーソナリティ障害をひきおこすものであろうか。此の点についてマシロウ

(A. H. Maslow)¹⁰⁾ は、精神病理発生学と脅威の理論を論じたなかで、欲求不満のなかの目標喪失 (deprivation) とパーソナリティに対する脅威の相違を強調しているが、人間行動についての妥当な見解であると思われる。彼によれば、単なる欲求満足の阻止という定義では、有機体にとって重要でない (他の目標で代償され易く、重い後遺症を残すことが余りない) 目標喪失と、パーソナリティにとって、すなわち基本的欲求たる自己実現に対し脅威となる目標喪失を区別することが出来ない。非基本的な欲求の目標喪失は精神病理を発生させるものではなく、脅威がそれを発生させるのである。

葛藤についてはどうであろうか。葛藤の概念についても、欲求不満の概念についてと同じようなことがいえよう。葛藤も二つの型に分けられる。非脅威的なものと脅威的なものである。非脅威的な葛藤は病理発生的なものではなく重要でないが、脅威的な葛藤は病理発生因となりやすいので重要である。パーソナリティ障害を問題にするならば、単なる葛藤概念だけではそれへの接近のために十分でない。マ스로ウを引用すれば「重要な一つ概念は、葛藤でもなければ欲求不満でもなく、両者の病理発生的な本質的特徴、すなわち有機体の基本的欲求たる自己実現欲求の阻止の脅威あるいは実際の阻止」である。

3 カウンセリングの心理的条件

混乱、不安、葛藤という言葉がふさわしいような状態になっている人間に、共通に存在する要因が脅威であるならば、その人たちがそのような状態からぬけ出すのを助けるために必要なことは脅威の除去であろう。カウンセリングはそのような状態にある人たちばかりでなく、すべての人のより一層の人格的成長を根底に期待している活動であるが、人格的成長を妨げると考えられる脅威はいずれにしても除去されるべきであろう。しかし脅威と感ずるあるいは知覚するのはその人自身であるので、相手にとって脅威とならない関係をつくり出すことは容易なことではない。相手と接している自分がいささかでも脅威を感じている限り、意図せずに自己防衛的態度をとり、相手の内部的準拠枠から眺めることが困難となって知覚の場に大きなずれが生じ、相手に自分と一致しない、すなわち脅威の知覚を生じさせるからである。

パーソナリティの成長ということの基本的条件は、パーソナリティの中核たる自己概念が適切な (adequate) ものとなることであるので、カウンセリングにおいては適切な自己概念の発達が目ざされねばならないであろう。自己概念にとって脅威とならない条件はいかなるものか。カウンセリングにおいても最も大事なことはカウンセラーの基本的な人間観であろう。これはカウンセラーが人間についての知識をもっており言語化できるか否かという問題ではなくて、実際に行動に表現される人間観である。個人の知覚の場、とくに自己概念の発達を促進させるためにふさわしい人間観は一体どんなものであろうか。私は、クライエント中心療法の間観がその条件をそなえていると思う。クライエント中心療法の間観は、次の三つにまとめることが出来る。

1. 個人はそれぞれ価値ある人間である。したがっていかなる個人も価値ある人間として尊敬され価値を認められるべきである。
2. 個人はそれぞれ彼自身に対して責任をとることが出来る。個人は適当な条件のもとでは、彼自身にとって最善の、もしくは正しい決定や選択をすることができるし、そうするであろう。
3. 個人はそれぞれ自己指示、自己の価値観と目標の選択、自己決定の権利をもっている。

此の間観は、世の中には価値のない人間がおり、尊敬されるべきでない人間がいるという人間観とは相容れない。いかなる条件においても自分に対して責任をとることが出来ない人間もいるという人間観とも相容れない。さらに、自己指示、価値観と目標の選択、自己決定の権

利をもっていない人間もいるという人間観とも相容れない。クライアント中心療法の間観を単に言葉で述べ、記憶することは容易である。しかし言語水準においてではなくて、行動水準における人間観がカウンセリング場面におけるクライアントの経験を決定し、知覚の場の分化発展を規定するのである。カウンセリングは、クライアントを独自性をもち自律的な生きている一人の人間として尊敬し、ありのままにうけいれることによって進行する。強制や威圧はカウンセリングの正反対である。カウンセリングはクライアントの特徴を分類することでもない。クライアントを対象とみることは主客二元論であり、禅において二元論的思考が個人の経験の自由を妨げるものとしてきらわれるのと同じように、カウンセリングにおいても動きつつある経験の意識化を妨げ、知覚の場を限定するので、適切な自己概念の発達を妨げるものと考えられる。カウンセリング乃至心理療法の心理的条件を最も鋭くとらえ言語化したのはロジャーズであろう。ロジャーズは「治療における人格変容の必要にして十分な条件」¹¹⁾を六つあげている。

1. 2人の人間が、心理学的に接触していること。
2. 第一の人——この人をクライアントと名づける——は不一致 (incongruence) の状態にあり、傷つきやすい、あるいは不安の状態にあること。
3. 第二の人——この人をセラピストと名づける——は、この関係の中で一致 (congruent) しており、統合している (integrated) こと。
4. セラピストは、クライアントに対して、無条件の積極的な尊重 (unconditional positive regard) を経験していること。
5. セラピストは、クライアントの内部的準拠枠について共感的理解 (empathic understanding) を経験しており、そしてこの経験をクライアントに伝達するように努めていること。
6. セラピストの共感的理解と無条件の積極的な尊重を、クライアントに伝達するということが最低限に達成されること。

このような条件が脅威のない雰囲気を作成するものであろう。

第三の条件としてあげられているセラピストの一致ということは、ロジャーズが最近ますます強調していることであるが、セラピストが自由でかつ深く自己自身であり、彼の現実の経験がその自己意識によって正確に表現されるということである。無条件の積極的な尊重とは、クライアントを受容れることについて何も条件をつけないことであって、たとえば「あなたがかくかくである場合にだけ、私はあなたを尊敬する」というような感情を持っていないことである。クライアントの良い、積極的な、成熟した、自信のある、社会的な感情を受容すると全く同じくらいに、彼の悪い、消極的な、未熟な、自信のない、反社会的な感情を受容することである。また共感的理解とは、クライアントの知覚の場を、あたかも自分自身のものであるかのごとく感じとり、しかもこの「あたかも……ごとく」(as if……) という性格を失わないことである。

カウンセリングにおいてもっとも重要な条件は、カウンセラーの基本的な人間観であり、それと直結する態度および感情であると考えられるが、そのような条件が行動化されなければ意味がない。カウンセラーの態度を行動化する方法を技術と呼ぶことが出来るかもしれない。その技術は単純なものとみられやすいが実行することは必ずしも容易ではない。まずカウンセラーの基本的な活動あるいは技術としてあげられるものは傾聴 (listening) である。傾聴するということは音波を受動的に耳に入れる以上のことであり、また伝達される言語の通達の内包 (informative connotations) を理解する以上のことである。傾聴するということは、バーバラ (D. A. Barbara)¹²⁾ が述べているように一つの art であると思われる。カウンセリングは、クライアントの話が「真実」であるかどうか詮索することではなく、傾聴することによって、

ものごとをクライアントがみるようにみようとするのである。傾聴というこの art の実践には、訓練、精神の集中、真の意味の理解を要するが、その根底には聴き手の積極的参加がなければならない。傾聴はクライアントの知覚の場に接近する手段であるばかりでなく、クライアントに対する関心と尊敬の基本的表現でもあろう。実際、クライアントの発言は重要であり傾聴に値するものである。しかしカウンセラーのクライアントに対する尊敬を表現し、クライアントの知覚の場に接近する活動は傾聴だけではない。いわゆる単純な受容、感情の反射 (reflection) および明瞭化 (clarification) があげられよう。とくに感情の反射と明瞭化は、カウンセラーがクライアントを理解しつつあることを伝達するもっとも適切な方法であらう。

4 人格心理学的意義

個人の知覚の場が行動の直接の決定要因であるという仮説にもとずいて、カウンセリング過程をクライアントの内側から眺めてみようという基本的立場を述べて来たのであるが、このような立場の接近がパーソナリティ研究上どんな意義をもっているであろうか。

第一に考えられることは、パーソナリティの研究はその人間と研究者の協力によってのみ深く達成されるものであるということである。パーソナリティの研究は研究者のパーソナリティの函数であるということである。外部的準拠枠からの観察、例えば心理測定、質問紙、というような方法は研究者のパーソナリティの関与の度が比較的稀薄であらうが、パーソナリティの中核が自己概念であるとするならば、それに対して脅威を与えない条件を創造出来る研究者の態度が必要になってくる。パーソナリティの中核に接近するには、自らのパーソナリティを相手のパーソナリティの成長の「道具」としななければならないと思われる。

第二には、知覚の場が行動の直接の決定要因であるとするならば、パーソナリティの研究は外部準拠枠からのいわゆる客観的接近よりも、彼の内部的準拠枠から接近することが必要になってくる。その人間についての多くの資料をあつめた事例史をとることよりも、彼が自分を、周囲の人物を、自分の過去や未来をどのようにみているか、彼とともにみようとすることになる。外部的準拠枠からの測定や評価などは最少限にすべきであるということになるし、性格分類なども適切でないということになる。

第三に、或る一定の心理的条件のもとでは知覚の場が建設的な方向に変容し、行動が変容するという考え方は、パーソナリティの研究上さらに大きな問題を提起する。それはパーソナリティをつねに動的にとらえなければならないということである。固定したパーソナリティ特性や能力を強調する考え方から、パーソナリティ特性や能力の変容が可能であるという考え方に移行し、変容の条件を心理学的に探究することが課題になってくる。

本論文で展開した立場は、コムズ、スニッグ、ロジャーズなどの理論にもとずいたものであるが、このように人格心理学上大きな意義をもっていると思われる。このような立場からの接近は容易なものではないが、パーソナリティの内部に深く接近するのに最も効果的なものである。

参 考 文 献

1. Patterson, C. H. Counseling and psychotherapy : Theory and practice. Harper and Brothers, 1959.
2. Rogers, C. R. Counseling and psychotherapy. Houghton Mifflin Co. 1942.
3. Rogers, C. R. Some of the directions evident in therapy. In "On becoming a person". Houghton Mifflin Co. 1961.
4. Rogers, C. R. A process conception of psychotherapy. In "On becoming a person"

- Houghton Mifflin Co. 1961.
5. Combs, A.W. and Snygg, D. Individual behavior. Harper and Brothers 1959.
 6. Combs, A.W. Counseling as a learning process. Journal of counseling psychology. 1954. 1. 31~36.
 7. Raimy, V.C. Self-reference in counseling interviews. Journal of consulting psychology. 1948, 12, 153~163.
 8. Rogers, C.R. Some observations on the organization of personality. American psychologist 1947, 2, 358~368.
 9. Symonds, P.M. The dynamics of human adjustment. Appleton-Century-Crofts, Inc. 1946.
 10. Maslow, A.H. Motivation and personality. Harper and Brothers. 1954.
 11. Rogers, C.R. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. Journal of consulting psychology. 1957. 21, 95~103.
 12. Barbara, D.A. The art of listening. Psychologia : A international journal of psychology in the orient. Vol 4. No.2. 1961, 63~70.