

# C. R. Rogers のパーソナリティ理論

武 田 建

1. 序：「自己」概念の歴史的展望
2. Carl R. Rogers の背景
3. Rogers のパーソナリティ理論の基礎  
有機体とその機能  
「自己」とその機能
4. 最近の来談者中心理論枠組
5. Rogers に対する批判
6. 要 約

## 1. 序：自己概念の歴史的展望

Self「自己」という概念は、心理学の歴史の中で数多くの変遷をたどってきましたが、現在では二つの意味を持つと考えられます。

即ち、第一の概念は、自分自身に対する気持や態度で、我々が自分自身をどう見るか、換言すれば、我々の態度、感情、知覚、評価の対象として「自己」を取り上げる self-as-object です。第二の概念は、その人の行動や適応を支配する各種の心理過程 a group of psychological processes であり、「自己」は対象でなく何かを行う側、即ち思考、記憶、知覚等の心理活動の過程 self-as-process です。

しかし、こうした self-as-object と self-as-process は全く異った心理的な機能をつかさどるもので、別個の名前を用いるべきではないかとの声もあります。或る人々は、ego「自我」と言う言葉で心理的な過程 self-as-process を示し、self「自己」と言う言葉で人が自分自身をどう見るか self-as-object を表わすようにしています。しかし、これは決して全ての心理学者によって受け容れられているものではなく、或る場合は「自己」と「自我」が全く逆に用いられたり、その一つが両方の意味に用いられたり、種々雑多な使い方がみられます。

このように、今日沢山でてきている「自己」や

「自我」の理論もさかのぼってみると、William James (1890) に到着します。彼は、「自己」(self 又は empirical me) とは極めて総括的なもので、その人の身体、性格、能力、職業、家族、友人、敵味方等、全てを含むものと考えました。

James は「自己」を、(1) its constituents 相手、友人、家族等自分の交りの対象となるべきもの、(2) self-feeling 自己の気持、(3) the actions of self-seeking and self-preservation 自己の探究と保存、の三つに分けて説明し、更に「自己」の要素としては、物質的な所有である material self、他者にどう見られているかという social self、精神的な自己である spiritual self、自己概念を規定する pure ego からなると述べています。

1920年代から30年代にかけては、行動主義派も機能主義派も共に「自己」について研究をはじめました。又 Freudian や neo-Freudian の人々の「自我」についての研究が、「自己」の理解を深めさせた事も否定出来ない事実です。しかし、Freud 自身は理論の出発点にエスをとりあげ、「自己」と密接な関係にある「自我」の発生をエスからの分立と考えており、(決して「自我」を軽視するものではないが) 発生的には第二次的な形成と見なしています。この Freud の仮説構成体は、米国に於ては実証的に証明することが困難であると考えられていた為に、その余波を「自己」の研究も蒙ったといえるでしょう。しかし、後年 Freud は「自我の防禦機制」を重要視し、neo-Freudian は「自己」概念 self-concept や自我理想 ego-ideal を強調してきました。更に一部の行動主義者達も、Freud によってたてられた偉大な仮説が臨床的に非常に大きな貢献をしていることを認めだしました。しかし、ほとんどの臨床家の目的は患者の診断と治療にあり、動機づけや認知の研究を主とした実験心理学者のように、

Freud の理論を仮説構成体として実験し実証するまでには至りませんでした。

この間機能主義者は、内観的な研究方法を棄てることなく、一方ゲシュタルト心理学が、その現象学的な接近方法を心理学研究の主流につきこんだことも否定し難い事実です。やがて実証的な行動主義派の人々は、複雑な認知と動機づけの仲介変数と取り組み、それは必然的に、基礎実験心理学の理論と臨床の場から出発した精神分析学的理論との交叉をもたらしました。この様に最近20～30年間に打ち立てられたパーソナリティ理論は、認知的及び動機作用説的な側面と同時に現象学的及び非現象学的な自己概念をも重視するようになりました。

したがって「自己」についての理論は、Adler (1924), Angyal (1941), Freud (1922), Fromm (1939), Horney (1931), Lecky (1945), Maslow (1954), Mead (1934), McClelland (1951), Rogers (1951), Snygg と Combs (1949), Sullivan (1947), Symond (1951) 等数多くの人々によって説かれてきています。この中で、現象学的な接近をする人々として Symond, Snygg と Combs, Rogers 等が代表としてあげられます。

Symond (1951) によれば、「自我」は知覚、思考、記憶等の心理活動を通して、各種の欲求を満足させるものと定義され、「自己」とは我々が、(1)自分自身をどう知覚するか、(2)自分自身をどう思うか、(3)自分自身をどの程度の人間と評価するか、(4)自分自身をどうやって向上させ且つ守ろうとするか、からできあがっていると説明しています。彼によれば、知覚、概念化、評価、向上、防禦等の心理過程は、必ずしも意識的なものでなく、我々人間は自分自身について意識的なレベルで一つの概念を持っていますが、無意識的にはもう一つの全く異った概念を持ち得ると考えられます。つまり我々は、自分自身を知覚する際に、ともすれば防禦的になっていることに気づかないことが多く、我々が自分自身について語るところは必ずしもその真の姿を語っているとはかぎらないというのです。

Symond は、自我と自己の間に何等かの心的交流が存在し、もし自我の機能が充分発揮されて内

なる要求と現実、つまり内外両方の要求を満足させることができれば、それだけ、はっきり自分の姿を見ることができるといえるのです。又逆に、自分は優れた人間だと思えば、それだけ自我はうまく活躍することができると考えられます。つまり彼によれば、自信や自負心は、自我が充分発達し、うまく現実に適応しなければ生れてこないものなのです。

Snygg と Combs (1949) によれば、人間のあらゆる行動は、その人の経験と知覚によって決定され、その現象学的領域は、その人が或る瞬間に意識するあらゆる経験だと考えられます。又人間の意識には低いレベルから高いレベルまで各種の段階があり、それが完全に無意識化することはありません。

このように、彼等の考え方は常識的にいわれているところと極めて類似しており、行動の原因は意識することであり、我々が思考し感じるところが意図となって現われるのだと説明しています。そして、彼等の名付けた現象学的自己 *phenomenal self* とは、現象の場に於いて自分の一部として経験され、独自の特性となったものを指すのです。Snygg と Combs の現象学的自己は、自分自身をどう見るか *self-as-object* と同じようですが、現象学的自己は、対象 *object* であると同時に心理的過程を動かしている側 *self-as-process* でもあります。

Rogers (1942, 1951) は非指示的或は来談者中心のカウンセリング及び心理療法の創始者として有名ですが、彼の説くカウンセリングでは、カウンセラーは科学者が実験をしたり、医師が診断、治療する態度でなく、来談者との極めてパーソナルなまた主観的な関係の中にひたり、人間として交ることが前提とされています。つまりカウンセラーは、来談者を無条件で価値ある存在と認め、彼の状態、行動、感情の如何を問わずそれを尊重していくべきだとし、来談者自身の気持の中に治療者も没入して時々刻々、来談者の感ずるところをそのまま自分も感じとり、その共感し理解しているところを来談者に伝えることが必要だと主張しました。

したがってカウンセラーは、一体これからどこ

に向って行くべきか等、考え悩むことなく、来談者が自分自身になることができるような雰囲気を作り出すことが大切です。来談者にとって完璧な治療とは、自分がどんな行動、態度、感情を示しても、治療者に受け容れてもらえるということがわかってきて、自分の中にある不可解な、時としては危険な気持をも探り出すことができるようになることです。そうすると来談者は、今迄意識にのぼらなかつた、つまり考えるのも怖いこととして拒絶し、自分の心から追い出していたものを理解できるようになります。即ち来談者が、カウンセラーとの交り、つまり彼との関係の中で、自分があるがままに受け入れられたという気持を経験することができれば、その瞬間に、来談者は自分の恐怖、怒り、愛情、憎悪そのものであることを経験できるのです。これが Rogers のいう自分自身を経験する *experiencing himself* の状態であり、自分がその感情そのものである *he is all these feelings* ことを味えれば、来談者の行動は新しく経験された「自己」と一致するように自然に変わって行き、今迄怖がっていたものを恐れる必要はなくなり、むしろ変りつつある、成長しつつある自己の一部として感じるできるようになります。

Rogers のカウンセリングあるいは心理療法が、米国に於て特に学校カウンセラーの中で広く受け容れられるようになった理由を、Hall と Lindzey (1957) 及び Harper (1959) は次のように説明しています。(1) Rogers の説くところは、米国の民主的な伝統と一致するところが多く、来談者は彼自身を治す能力を持った人間であり、治療者も被治療者も全く同等で、前者が後者を教えるといった上下の関係は存在しません。(2) 来談者が、自己を実現し向上発展する可能性を持つという Rogers の考え方は、米国人の楽観的な人生観と相通ずるところが多いと考えられます。(3) Rogers の来談者中心カウンセリングは、未熟で不安定な且つ経験にとぼしいカウンセラーにとっては取りつき易い方法であり、少くとも表面的には比較的容易な治療法と考えられます。来談者中心のカウンセラーは、心理学的な診断や性格構造のダイナミックス等の知識を必要とせず、また、来談者

が、今後歩むべき方向をも示さなくてもよいという意味では責任が軽い方法であると考えられています。単に来談者がより自分自身であることができるような状態を作り出し、彼が自分を理解できるように暖く受け容れることに専念するわけで、許容的で暖く他人を愛することのできる人は誰でも、来談者中心のカウンセリングを実施できると考えられています。(4) その初期の時代に於て、来談者中心の接近法は、精神分析よりも簡単に性格の変容をもたらすことができると考えられました。そして現在ではこのカウンセリング方法で相当長期の治療を行っている理由の一つは、極めて困難な問題を持った来談者が治療を受けに来るようになった為と考えられます。(5) 哲学的な人間理解に基づいている点、調査の為の仮説構成概念をみちびき易い点、難解な用語や概念が少いこと、等が人々の関心を集めたと考えられます。しかし、調査の妥当性、信頼性をめぐって精神分析学派や行動主義派との間にたえず論争が続けられているのも一面の事実です。

## 2, Carl R. Rogers の背景<sup>(註1)</sup>

Rogers は1902年(明治35年)1月8日、Illinois 州の Oak Park に生れ、プロテスタント信仰の厚い、非常に保守的な大家族の子供として育ちました。したがって宗教的な戒律を守り、ダンスや飲酒等の社交生活から遠ざかった孤独な少年時代を送ったようです。彼が12才の時に、家族が農場に移り住み、自然に興味を抱き昆虫採集と動物の飼育に熱中しました。この頃から科学的農業への関心が高まり、Wisconsin 大学に入学後も理科生物関係の科目を好んだようですが、学生宗教運動に参加し非常な感動を受け、更に1922年中国で開かれた国際学生基督者連盟の会議に派遣され六カ月間中国各地を旅行し見聞を広めました。この結果、彼は志を変え、牧師になるため農科から歴史専攻に転科、更に今までの自分の生活範囲であった家庭の束縛から離れ両親の宗教的思想から自らを解放し、1924年同大学卒業と同時に米国に於て最も自由主義的といわれる Union 神学校に入学二年間在籍の後、Columbia 大学に移り大学院で

臨床心理学を専攻しました。ここで John Dewey の哲学的影響を受けると共に、Leta Hollingsworth に臨床心理学を学び、1928年に M. A. の学位を、1931年 Ph. D. の学位を得ました。この間 New York 市の Institute for Child Guidance に於て一年間の実習を行い、Freud 的な独断的且つ推論の多い分析的な接近法と、大学に於ける Thorndike 流の統計中心の考え方の板ばさみを強く味ったようです。卒業と同時に New York 州の北西部にある Rochester 市の児童相談所に心理学者として勤め、後に所長となりました。この相談所の臨床家達は折衷派的な立場の人々が多く、又各種の専門訓練を受けた者の集りで、職員間の討議は毎日実際に接する大人や子供の治療について語られました。こうした経験の中で Rogers は機能主義派のケースワーカーとの接触を通し Otto Rank の影響を強く受け、それが現在の彼の考え方に吸収されていることは見逃せません。1939年に彼が書いた Clinical treatment of the problem child が、彼を学界に送り出す著作となりましたが、それに先き立ち、彼を最初に受け入れたのは心理学者でも教育者でもまた精神医でもなく、ケースワーカーであったことは興味深いことです。

1940年に彼は、Ohio 州立大学の心理学教授として迎えられましたが、臨床の場から大学への移行が一つの大きな飛躍を要求し、大学の同僚や大学院生の興味と質問に答えるべく世に出したのが、1942年の Counseling and psychotherapy です。1945年彼は Chiago 大学の心理学教授兼同大学カウンセリング・センターの所長として招かれ、そこで彼は 1951年に出した Client-centered therapy の基礎となる調査、教育、臨床経験を重ねました。1946—47年には米国心理学会会長に選ばれ、1957年に母校である Wisconsin 大学に帰り心理学と精神医学の教授に迎えられましたが、その後も精力的な活動は続けられ、治療過程の概念化、治療関係の諸条件に関する研究が発表され、最近では精神分裂病患者の心理療法と児童の精神衛生に寄与できる教師の養成法等に関心が向けられています。1961年に出された On becoming a person は、彼の最近の傾向を示すものであり、

特に経験或は実存主義的心理療法として注目されています。

Rogers は、1928年以来自分は休暇中を除いて毎週15～20時間来談者をどうすれば助けることができるか、どうすればより良く理解することができるかに捧げてきた。自分にとってはこれが何にもまさる心理学の研究だったと思う。こうした時間、こうした来談者との関係の中から、治療の意義、人間関係のダイナミックス、性格の機能と構造等についての洞察が得られたのだと述べています。

Rogers のパーソナリティ理論は、Snygg や Combs の現象心理学 phenomenology, Maslow や Angyal の全体論 holism と有機体説 organismic theory, Sullivan の対人関係の理論 interpersonal theory, Raimy と Lecky の「自己」理論 self-theory, Rank の will therapy とその後継者である Allen の関係療法 relationship therapy, 及び Taft の機能主義ケースワーク functional casework 等の影響と切り離しては考えられませんし、Freud の無意識の理論を無視することもできないと思われます。

### 3. Rogers のパーソナリティ理論の基礎

Rogers のパーソナリティ理論、つまり「自己」理論の基礎となっているのは、(1) 有機体 organism, (2) 現象の場(或は領域) phenomenal field, 及び (3) 自己 self の三つであります。

- (1) 有機体：生活体或は人間とも訳され得るので、その人の気持、考え、性格等一つ一つを別個に取りあげるのではなく、その全てを含む総括的な存在としての人間を呼ぶもので、その特質は次の通りです。
  - (a) 一つの個体として自分の要求を満そうと現象の場に働きかけます。
  - (b) その唯一の基本的な動機は、本当の自分を経験しそれを保持しより完全な統合に向おうとします。
  - (c) 自分の経験するところを象徴化すれば、そ

れが意識に上り、もし象徴化しなければその経験は無意識の中にとどまるか、或は全く無関心の状態に置かれて無視されます。

- (2) 現象の場： 有機体が経験する全ては現象の場と呼ばれ、その特質は意識の部分と無意識の部分からなり、現象の場を構成する経験が象徴されるかどうかによって意識化の有無が決められます。
- (3) 自己： 現象の場、つまり有機体が経験したものから一応分離して、その人によって意識された自分 (I 又は me) をどのように知覚し、どのように考えているかが「自己」であり、Rogers のパーソナリティ理論の基礎となる各種の機能、特質を持っています。
- (a) 「自己」は、有機体が周囲の環境と接触する際その両者間の相互作用から生れてきます。
- (b) 「自己」は、他の人々の価値観を借り受け、それをあたかも自分の経験にもとづいたものの如く考えたり、他者の価値観を歪めて知覚します。
- (c) 「自己」は、有機体が経験するところと絶えず一致しようと試みます。
- (d) 有機体は、「自己」と一致した行動をとろうとします。
- (e) 「自己」の構造と一致しない経験は、自分に対する脅威として知覚されます。
- (f) 「自己」は、成熟と学習の結果変り得るものです。

こうした Rogers の仮説構成概念は、彼の19の命題 propositions の中で詳しく説明されていますが (Rogers, 1951, pp. 481-533), 最初の7つの命題は有機体に関する現象心理学的なものであり、第8の命題以下が自己概念とその機能に関するものと考えられます。

### 有機体とその機能

I. 個人は絶えず変化している経験の世界に存在し、その人にとっては自分がその経験の世界での

中心である (Rogers, 1951, p. 483)。

Rogers の「絶えず変化している経験の世界」changing world of experience は、Snygg や Combs のように意識的なものだけでなく、むしろ経験されたもののほんの一部しか意識にはのぼらないと考えられています。つまり彼の説明によると、我々は椅子に腰をかけている時、普通お尻が椅子に触れていることを特別に考えないかぎり、つまり象徴化しなければ意識しないのと同じ理屈だということです。たしかに或る一定時には、我々の経験はほんの一部しか意識にのぼることはなく、我々の感覚の中で随分多くのもが意識されずに過ごされてしまいます。しかし時間の経過につれて、もし必要ならば相当多くのもが次々に意識にのぼってくる可能性があることも事実です。Rogers は、「個人の経験する世界」his private world of experience はその人自身だけにしか本当に純粹且つ完全にはわからないと信じてをり、その為に如何に完全な性格テストやその他の測定用具を用いても、どんなに立派な心理学者が診断しても、その当人程完全にその人の「現象の場」をとらえることはできないことを指摘しています。しかし、「完全に自分を理解する」ということは、あくまでもその当人だけが知り得る可能性を持っているだけのことで、一般普通の状態では、我々は経験する感情や思考を歪めて意識している場合が少なくありません。

したがって Rogers の説によれば、その人 (つまり来談者) 自身が誰よりも正しい情報を提供し得るわけで、その人が話すことはとりもなおさず彼の内的経験の象徴化であり、その話すところを温く受け容れ、彼が何を話しても咎がめない態度で耳を傾けることが、その人に経験の内的世界をかくすことなく自由に表現する場をあたえると主張しています。

II. 有機体にとっては、自ら経験し知覚した現象の場があくまでも現実なのであり、有機体はその経験と知覚にもとづき現象の場に反応する (Rogers, 1951, p. 484)。

Rogers の理論によれば、人間は外からの刺激や自分の内的な葛藤そのものに対して反応するのではなく、その人が刺激や葛藤をどう経験しているかに反応するのです。つまり、その知覚経験が本当であろうとなかろうと、その本人がこうだと考え信じているものが彼にとっては現実なのです。したがって、我々の反応を決定するのは極めて主観的な現実といえるでしょう。実際我々が刺激の性質を知っているだけでは他人の行動を予測することは困難で、その人がどのようにその刺激を知覚しているかを充分知らなくてはなりません。一人の人間に対して各種の批評が下され、人々が各人各様の反応を示すのも、結局同じ人間から周囲の人々が異った刺激を受けているのではなく、同じ刺激を受けていてもそれを異って解釈している為と考えられます。しかし同時に、私達が知覚するところはあくまでも仮説であり、その仮説は何度もテストされ実証されてゆくべきもので、現実の生活の中で私達は一回の知覚で経験をそのまま信じることはめったにありません。しかし時としては、或る知覚経験は全然テストされることなく或は誤ってテストされ、往々にしてその本人にとってさえ非常識、非現実的と思われる態度行動をとる場合がでできます。

Ⅲ. 有機体は組織化された全体として現象の場に反応する (Rogers, 1951, p. 486)。

組織化された全体 organized whole とは、個体を不可分の全体として各部の器官が充分な統制のもとに協調して働くと考えられる有機体説 organismic theory の立場を示すものと考えられますが、同時に個体の全体性を強調する生物学的全体論 holism の立場でもあり、心理学に於てこの傾向はゲシュタルト心理学に見られるものです。

Rogers は、部分的に人間を見る segmental approach に極力反対し、刺激と反応を基にした学習心理学の理論のみで人間の心の全てを説明することは不可能であると、*「総括的で組織的な目標指向反応」* total, organized, goal-directed reaction を強調した心理学が必要だと説いています。例えば、来談者が母親に対する敵意を語った

後で、カウンセラーに話してもいない喘息の発作が楽になり、逆に自分の仕事に失敗して苦境に立たされた男が、潰瘍をつくったという現象を徹視的な心理学では説明不可能だと批評しています。従って Rogers によれば、人間の個体は常に全体が一つの組織として働くわけで、或る部分で何か変化が起れば必ずそれが他の部分にも影響すると考えられます。

Ⅲ. 有機体は常に本当の自分を求め、それを実現し、維持し、より高度のものに高めてゆこうとする基本的な傾向を持っている (Rogers, 1951, p. 487)。

この考え方は、Snygg と Combs (1949) から借りて来たものであり、同じ思考傾向は Angyal (1941) や Maslow (1954) にも見られます。即ち、有機体は一元論的存在で、一つの動因が全ての行動に影響を与えると考えると同時に、有機体の目標指向に従ってその性格が形成されるというのです。前者は単一の動因、後者は単一の目標といえるでしょう。彼等によると有機体は、与えられた遺伝的素質に基づき自からを完全に発揮させようとするものと考えられ、Rogers は向上とは肯定的な面のみであり、苦しみを与えたり味わったりするような否定的なものではないことを強調しています。即ち有機体に於ては、その成熟に伴い各部の器官と機能が活動しはじめ、成長し、独立し、種族の繁栄に努め、他からの束縛を逃れ、自主的に行動しようとするものであり、それは意識的な面は勿論同時にまた保温や循環のような、無意識的な自律神経系の機能にも見られると主張しています。彼は、人間は「自己」実現 self-actualizing しようとする存在で、この前向きの動きこそが治療を可能にするものだと述べています。この「自己」実現は、その当事者の努力と苦しみなしには実現し得ないものですが、Rogers は、全ての人間がこの成長しようとする創造的衝動を持っていると信じています。ただ前向きの傾向は何時でも無差別に働くものではなく、その選択の目標がはっきりと知覚され、適確に象徴化される時のみ、見られるというのです。つまり人

間は、自分が前進しているのか、後退しているのかがはっきりしなければ「自己」の実現向上も難しいわけです。しかし正しい象徴が行なわれ、前進と後退の途がはっきりすれば、人は必ず前にむかうと Rogers は信じています。このように彼のパーソナリティ理論は、あたかも彼自身の性格の如く極めて肯定的、楽観的といわざるを得ません。

V. 行動とは、有機体が自分の知覚領域に於て経験している要求を満そうとする基本的な努力である (Rogers, 1951, p. 491)。

第5の命題は、第4の単一の動因の理論と決して矛盾するものではなく、真の「自己」を求めそれを実現し維持し向上させてゆこうとする一つの基本的な傾向をはたす為に、多くの要求が満されると考えられます。要求の或るものは、身体的な緊張として現れますが、必ずしも意識的なもの(例えば飲食排泄)とは限らず、無意識的に緊張を緩和するもの(例えば睡眠呼吸)もあるわけです。Rogers は全ての要求は身体的な緊張を伴うもので、例えば一見心理的な面だけの問題と考えられる愛情に対する要求も、乳幼児の発達過程に於て見られるように身体的な経験を通して感じられるもので、基本的な身体的要求は、文化的に条件づけられて、一見身体的要求とは何等関係のないような要求に転化され得るものだと考えています。この点彼の考えは、学習心理学に於ける二次的動因 secondary drive とよく似た概念を用いています。

この命題に於ても、彼は現象心理学に極めて忠実であり、「経験された」as experienced とか「知覚された」as perceived といった言葉により、行動は現実に対して行なわれるものではなく、あくまで本人が知覚したところに向かって行なわれることを強調しています。例えば金が全てだと思っている人は、実際金が役に立たない場合でも金を貯めることに夢中になり、他のことをかえりみないわけです。その反面、我々の知覚するところが現実と一致している場合も少くありません。しかしこの場合ですら Rogers は、それはあくまで知覚されたもので、現実そのものではないと主張し

ます。更にもう一つ重要な点は、この命題によれば要求もその充足もあくまで現在という次元で行なわれているということです。この点行動を、何か過去に於て経験したことにより引き起されると考える精神分析学とは対照的であり、彼は有機体は、あくまで現在の緊張を緩和し現在の要求を満そうとしていると考えます。つまり過去の経験は現在の経験の知覚に影響を及ぼしますが、行動はあくまで現在の要求に向っておこされると説明しています。

IV. 我々の情緒は絶えず目的指向行動(goal directed behavior)を伴い、又普通そうした行動を促進すると考えられる。そして我々が、どんな種類の情緒を持っているかがその行動が欲求行動的に(何かを求めて)行なわれるか、或は完了行動的(要求を満した状態)になるかを決定し、情緒の強さは我々がその行動が自分の向上と維持にどの程度大切であり且つ意義があると知覚するかによって決められる (Rogers, 1951, p. 492—493)。

この理論は、Leeper (1948) や Prescott (1938) から影響を受けたもので、目的指向行動つまり目標、要求を満そうとする努力の中に、どんな情緒、感情、気持、態度が含まれているかがこの命題の中心です。

情緒は、不快或は興奮のように活動的なものと、冷静な満足したおだやかなものの二つに分けられると Rogers は述べています。彼によると第一の欲求行動的なものは、決して一部の心理学者のいうように破壊的なものではなく、目的に向った秩序と統制のある行動だと考えられます。したがって、或る限界を越えた異常な場合は別として、普通恐怖が感じられれば我々は危険な状態から逃れようとするし、誰かが競争相手に対抗意識を持てば自分の技量の卓越を目ざします。

情緒の強さは、その人が自己の向上と維持に、その行動がどんな影響を与えるかと知覚することによって決められます。即ち、自分にとって死活の問題と考える行動であるならば当然強い感情を伴います。しかし、たいして自分の利害に関係の

ないことであるならば、情緒的にもたいした起伏はないと思われています。また一般的に、「不安感是有害である」と考えられるのに対し、Rogersが、それと対照的な考え方を持つことは注目すべきことです。ただし彼に於ては、Freudの場合と異り、恐怖 fear と不安 anxiety の概念がはっきり区別されていません。

Ⅶ. 行動を理解する一番良い方法は、行為者の内的準拠枠 (internal frame of reference つまりその人が何をどう見ているか) に従って理解する事である (Rogers, 1951, p. 494)。

この理論と同じ考え方は、第1の命題の説明に於ても述べられています。即ち、Rogersによれば、行動はあくまでその人が知覚しているものに向っておこなわれるもので、行為者が自分自身について又他の人々や事象について何を感じ、どう考えているかは、その当人の目を通して見なければ第三者には本当に理解することはできません。ここに来談者中心のカウンセラーが、来談者の語るところを全て顔面通り受け取ろうとする根拠があるのです。したがって、外的準拠枠 external frame of reference である心理テストの結果や外面的な観察から来談者を理解しようとするよりも、来談者中心のカウンセリングのように受容的で決しておびやかされることのない場所で、来談者が安心して、自由に語る言葉なり態度なりに示される内的準拠枠を通して理解する方がはるかに正確であると主張しています。

Rogersは、現在の心理学の段階に於ては、外的な断片的資料から来談者の問題とその原因を推論することは非常に難しいことで、ともすれば、推論の確かさは誰の教えに従っているか (例えば Freud) という問題になってしまうと批判しています。これに反し、現象心理学の方法によれば、決して上述のような誤りを犯すことがないというのが彼の持論です。ただ Rogersは、決して彼の方法が完全無欠のものであるとはいっておりません。彼によれば、我々のうかがい知ることのできる現象の場は意識内のことのみに限られています。実際に我々が経験するところの大半は無意識

の中にあり、我々が現象の場にありながら意識されていないものを推論しようとすればする程、その推論は複雑怪奇なものとなり、遂には来談者の投射とと思っているものが実はテスト者自身の投射となってしまうと批判しています。しかし、Rogersは、来談者の語るところは必ずしも彼の性格と行動の決定因子を完全に表わしているとは考えていません。またたとえ我々は、「なぜそんなことをしたのか」知っていたとしても、その全てを言葉で表現できるとは限りません。つまり、我々の経験する全てのことが意識されるものでもなく、したがって不完全なコミュニケーションも当然のことです。さらに、もし経験したことのすべてを意識しているとしても、来談者が必ずしもそれを語るとは限りません。それでもなお Rogersは、あくまでも来談者中心カウンセリングの場に於て、来談者の内的準拠枠からその人の性格と行動を理解するのが最良の方法だと信じて疑いません。

以上の7つの命題は、Rogersの有機体に関する現象心理学的理論と考えることができますが、ここで注目すべきことは、はたして彼がどのくらい「現象心理学」に徹しきれたかという点です。Rogersは、SnyggやCombsと異りその理論を意識の中だけに限定せず無意識の存在を有機体の経験の中に認めてをり、それは第8の命題以下に於ける「自己」に関する理論に於てさらに明瞭に示されています。

#### 自己とその機能

Ⅷ. 現象の場として知覚されたものの一部は、次第に「自己」として分立して行く (Rogers, 1951, p. 497)。

Rogersは、現象的自己は現象の場から生ずると主張していますが、この現象的「自己」とは、「私」とか「私自身」としてその人に意識される内的世界のことなのです。つまり彼によると、自己とは自分の存在と機能の意識化といえます。これは自分自身を自己知覚の対象としてとらえるこ



とで、その発生の説明は次の命題でなされています。

K. 自分の周囲の環境との接触、特に他の人々との交りを評価することにより「自己」が形成される。即ち「自己」は、その本人が自分の特性や対人関係をどのように知覚しているか、どのように価値づけているかを示すもので、組織だったしかも流動的な、それでいて一貫した知覚形態である (Rogers, 1951, p. 498)。

未分化の状態にある乳児が成長の過程に於て覚えなくてはならぬことの一つは、自他の識別であり、その識別力の発達とともに自分自身の概念を築きあげてゆきます。そして我々は、この概念化の一こま一こまに、自分にとっての価値の重要性に基づき等差をつけているわけです。したがって「自己」の構造とは、我々が意識的に、或は無意識的に感じている自分自身と環境の中での自分の姿 self-in-relationship to the environment, 及び過去、現在、未来に於て存在すると知覚した「自己」の姿に対する価値体系から成ると考えられます。この価値体系は、直接体験した経験からできあがっているばかりでなく、他の人々 (例えば両親) が持っている価値観を自分で体験したかの如くそのまま自分のものとして借り入れることによって築かれることもあり、Rogers はこの借り入れを *introjection* と名付けています。

Rogers の「自己」形成の発芽である自他の識別とその成長過程の概念は、Freud の自我形成 *ego-formation* の過程と酷似していることは興味深いところです。

X. 我々は自ら経験したことに (善悪、尊卑、高低という) 価値の上下をつけ、その価値は我々の「自己」構造の一部であり、ある場合には有機体がそれを直接経験することもあり、或はまた他の人の持っている価値観をあたかも自分が直接経験したものであるかの如く考え、事実をゆがめて知覚する (Rogers, 1951, p. 498)。

子供は色々の遊びをしますが、ある遊びは両親

から誉められ、ある遊びは叱られます。自分がやりたくてたまらぬ遊びを禁止された子供は、それをやりたいという気持と叱られたくないという気持の板ばさみになります。この葛藤からのがれる為に、子供は自分のイメージや価値観を歪めることにより、自分の気持と両親の意見や環境との間のつじつまを合わせます。例えばある少年は、「自分は良い子供だ」と思い、また両親からも愛されていると考えています。しかし彼は、同時に年下の妹をいじめてばかりおり、そのことで絶えず両親から叱られていると仮定しましょう。こうして叱られることにより、この少年は自分について、(1) 自分は悪い子供である、(2) 父母は自分を嫌っている、(3) 自分は妹をいじめるのは嫌いだ、という三つの考え方の中からどれか一つを持つようになると考えられます。もし少年が3番目の考え方に従って、「自分は妹をいじめるのは嫌いである」と思うならば、彼は自分の本当の気持を否定することになります。しかし、否定された気持は決してなくなったのではなく、本人は意識しなくとも無意識的には色々の方法でその人の行動に影響を与えます。(この点に関する限り Rogers の理論は、Freud の自我の防禦機制の一つである抑圧 *repression* の原理と全く同じであると考えられる。) つまり、無意識内の本当の気持と無理に借り入れられた両親の価値観との間には相変らず絶えざる争いがくり返されているのです。したがって、その人の本当の気持や本来の価値観が、他人からの借りものにとって代られれば代られる程、また借りものを本当の自分のものと思えば思う程、「自己」の中に矛盾を引き起す結果となります。こうした葛藤を持つ人は、緊張感と不安感の強い人で、自分自身が一体何であるか、一体自分は何を求めているかもわからないような状態にあるのだと Rogers は述べています。彼によれば、子供の本来の価値観と、子供が無理に借りてきた両親の価値観との間の葛藤は、両親が子供の誤った価値観には必ずしも賛成出来ないが、とにかくそれを子供の考えとして受け容れてやる許容的な態度をとることによって改善されるというのです。例えば上述の妹をいじている少年の場合親の方で (1) 子供がたとえ誤った行動からでも味

っている気持を純粹に感じとり、(2) 子供の経験しているところがあるがままに受け容れてやり、(3) 同時に親として、子供の誤った行動は家族の一員として示すべきでない困ったことだと感じている気持を自らが受け容れることができれば、子供は両親から拒否される心配がない為に、自分に向けられる脅威を味うことなく、「自分は妹に敵意を抱いているのだ」という気持を安心して認め得るし、「妹をいじめることは、両親の好むところではない」ことをも受け容れることができるようになります。そうすれば、彼の行動は自分の意識の中にある力のバランス、(a) 妹に対する敵意、(b) 妹をいじめることにより得られる満足感、(c) 良い子になって両親に誉めてもらう喜び、のうちどれが一番強いかということにより決められます。Rogers のこの考え方は、Lewin (1951) の場の理論 field theory の中の誘発性 valence に相通ずるものであることは誠に興味深いものがあります。

Ⅶ. 我々が経験するところは、次のいずれかになると考えられる。即ち (a) 象徴化され、知覚され、「自己」と何等かの関係があるように組織化されるか、(b) 「自己」の構造と何等関係がないと知覚され、その結果無視されるか、(c) 「自己」の構造と一致しない経験であるために象徴化されないか、或はされても歪んだ形で象徴化される (Rogers, 1951, p. 503)。

この命題によれば、我々の知覚は極めて選択的なもので、その場その時の「自己」のイメージと一致するかどうかによって我々が体験している経験を知覚するか否かが決められます。仮りに、我々が空腹であるという「自己」のイメージを持っているとするならば、自分達の周囲にある多くの事物の中から食物のみを選び出し他の事物には目もくれないといった現象をさしています。つまり、我々が経験をしているところを認め受け容れるか否かは、その時の「自己」の構造に従って決められると Rogers は考えます。彼によれば、「経験を否定すること」と、「経験を無視すること」は同義ではありません。無視とは一度知覚されますが

自分には何等関係がないと考えられ、そのまま放置されることで、否定或は拒否とは経験が現実存在するのにこれを「あり得ないこと」としたり、あるいは「ゆがめて見る」ことです。ある人は、自分のことを温和でやさしい人間であると思こんでいる為に、他人に対して自分が敵意を抱くことはあり得ないとして自分の敵意を頭から否定し、そうした気持の存在を全く知覚しないかあるいはゆがめて象徴化します。例えば、自分の怒りや敵意の原因を相手に置きかえることにより、それを全く形を変えて表現したり知覚するのです。したがってある人々は、現実と全くかけ離れた「自己」のイメージを抱いてをり、仲々その誤りを修正しようとしなない点を Rogers は指摘しています。例えば、「自分は価値のないつまらない人間だ」という「自己」概念を持った人は、いくら他人から自分の良い点、立派な点、長所、能力を示されても、それ等は自分のイメージと異なる為に頑強に否定し、「自分は駄目なのだ、つまらない人間だ」という「自己」概念と一致するように全てを解釈し、もし会社で昇給すれば、「部長が自分を可愛そうだと思ったからだ」とか、「自分は昇給に価値がない」と思ったり、更にひどくなると自分の周囲に自分がどれだけ無能力であることを示す為に自分ができる仕事すらしなかったり、怠駄になることにより人々の期待を裏切ろうとします。以上の現象は、Freud の自我の防禦機制である抑圧や投射の原理と同じであることを Rogers 自身も認めながら、彼はあえて精神分析学的概念を用いず、Freud の前意識 preconscious によく似た McCleary と Lazarus (1949) の、「下意識での知覚」subception という概念によって説明しています。例えば、我々が原因不明の恐怖（つまり不安）を感じている場合、なぜその不安が起きたかわからないのに動悸を打つことがあります。これが下意識での知覚であり、無意識内での知覚が働いている証拠であると考えられます。また不安感が高まることより不安の本当の原因脅威の経験が意識にのぼってくるのを感知し、これを否定するか抑圧することにより阻止しようとするのです。

Ⅷ. 有機体の示す大部分の行動様式は、その「人

の「自己」概念と一致したものである (Rogers, 1951, p. 507)。

第11の命題に於て、「自己」の構造と一致しない経験は、象徴化が行なわれないか、もし行なわれても歪んだ形でのみ象徴化されることが述べられました。このことは逆にいえば、有機体が自分の要求を満そうとする際に意識的にはできるだけ「自己」のイメージをこわさないような方法手段をとろうとすることを示すものです。しかし、実際には前述のように、無意識ないし下意識に於て経験の否定が行なわれることも事実です。例えば、敵地を攻撃せよと命令された飛行兵は、何とかしてこの危険な任務から逃れたいという恐怖と欲求を身体では感じていますが、「自分は勇敢な兵士である」という「自己」概念を固く信じている為に、自分のイメージをこわすような恐怖の経験を象徴化するのを拒否してしまうわけです。しかし、その恐怖はこの飛行兵の心の中に存在し続ける為に、「今日はエンジンの調子が悪い」とか、「今日はひどい下痢をしているから駄目だ」と出撃しない口実を見出すのです。この例のように身体的な要求は、存在していても意識的には感じられないことが多く、表面的には絶えず「自己」概念と一致するように自分を欺いてをり、Rogers は、これが神経症のメカニズムだと説明しています。

Rogers の唱える「自己」概念と経験の象徴化の一致の原則は、Lecky (1945) から大きな影響を受けたと考えられ、原理的には生体が環境への適応と生命維持の為にいとむ動的な平衡状態であるホメオステイシス homeostasis のそれと相通ずるものがあります。

もしこの命題の主張するところが正しければ、人間の行動を変えるにはまず「自己」概念を変えることが先決であり、これこそ Rogers の提唱する来談者中心カウンセリングが目ざすところです。この意味に於て彼のカウンセリングは、来談者の「自己」概念中心療法とも考えられます。

Ⅷ. 我々の行動は時によると全く象徴化されていない有機的経験や要求からおきることもあるが、そうした行動は自己の構造とは相容れないもの

で、自分にあるまじき行動、つまり「自己」の一部ではないと考えられる (Rogers, 1951, p. 509)。

この命題までの Rogers は、全ての行動は「自己」概念と一致するように、自分の価値体系と調和できるように行われると説いてきました。しかし実際には、「自己」概念と一致しない行動が生れてくるわけでその場合我々は、「自分にあるまじき行動だった」、「無我夢中だった」、「どうしてあんなことをしたのだろう」、「きっと何かにつかっていたのだ」、「自分の意志に反してやってしまった」等とその行為を説明します。つまりこの場合、我々は何か形だけでも「自己」概念との一致を保とうとして自分自身の目をごまかそうとしているわけです。これは Rogers の言葉を借りれば、「正確な象徴化が拒否された結果、有機体として経験されたものが『自己』概念と一致することなしに実現された」のです。これは有機体にとって意識的にはどうすることもできなかったことで、睡眠中のいびきや寝言と同じことだと考えられます。

XIV. 有機体が、その感覚及び体内諸器官で経験している重要な体験を意識化するのを拒否すると、その結果、経験されたものが象徴化により「自己」の構造のゲシュタルト (全体) の中にはいることができなくなり、心理的不適応の状態を生ずる。この場合、有機体の中には必ず基本的あるいは潜在的な心理緊張が存在する (Rogers, 1951, p. 510)。

この命題を説明して Rogers は、「自己」の構造を我々の経験の世界の象徴化だと考えるならば、その象徴化がきまたげられた時には当然心理的な緊張状態が生れてくると述べています。これによれば、Freud (1922) がエスと自我を、Jung (Munroe, 1955) が意識と無意識を対立させたように、Rogers も明らかに「自己」と「有機体」を対立させて考えています。つまり有機体は、「自己」概念と一致しない経験を意識にのぼらせないようにする一方、「自己」はその構造と一致する経験のみを選び出す力を持っていると考えら

れています。したがって、有機体と「自己の」対立がはげしくなってくると、「自己」は有機体の経験するところをそのまま「自己」のものとするのができず、それを意識化せずに拒否することによって無意識の中にとどめておこうとし、この結果、心理的緊張が高まるわけです。その為個人は増々不安になり、自分の内部での不統一に悩まされ、どちらに向って進むべきかさえわからない状態に陥り、「自分は一体何を恐わがっているのわからない」、「自分でも何を求めているのかすらわからない」、「自分でも決めかねる」、「自分には何の目あてもない」といった気持になります。

こうした不適応の状態を Rogers は次のように説明しています。例えば、子供を拒絶している母親 rejecting mother は、大抵の場合、自分自身を「悪い母親」と思っているどころか、「自分は良い母親であり、子供を愛している」と思いこんでいます。こうした「自己」概念は、第10の命題で述べられているように、一方に於ては自分の経験の正しい象徴化が行なわれている反面、もう一方に於ては他の人の持つ価値観を自分のものとして借りいれて歪んだ象徴化を行っているためと考えられます。したがってこの母親は、自分が子供に対して感じる「好感情」を受け容れることはできませんが、「悪感情」、「不快感」、「憎悪の念」を経験しても、これ等を直ちに拒否してしまう為に、意識された「自己」概念の中にはいってこないわけです。つまり経験は存在してもそれが正しく象徴化されないのです。この場合、母親は子供を愛したいという気持と同時に、子供を拒否したいという攻撃的な要求を満すことによって、自分の心の中の緊張を緩和させたい要求を持っています。ところがこの母親は自分の攻撃的な要求を、「自分は良い母親だ」という「自己」概念と一致する範囲だけしか表現することができません。したがって、子供が悪いことをした時には罰を与えるべきだと考えます。しかしこの母親は、子供の行動の大部分を悪いと考えますから、矯正の為に子供を罰さなくてはならない、つまり、これは愛の鞭であり不当に子供をいじめているのではないと考えることにより、「自己」概念を傷つけることなく子供を拒否するわけです。もし母親が子供に敵

意を含んだ言葉を口にするならば「自分の本心から出たのではない」、「ものの拍子に出たのだ」と弁解するわけです。これが、我々が有機体としてその要求を満そうとする際にその行為や思考が「自己」概念と衝突し、経験を事実として受け容れることができない場合に我々の心の中でおこっているダイナミックスであると Rogers は説明するのです。

XV. 心理的適応とは、有機体のあらゆる感覚及び体内諸器官に於ける経験と「自己」概念とが、絶えず一致していると意識できるような状態に置かれるか置かれそうな場合に存在する (Rogers, 1951, p. 513)。

この命題によると、内的緊張からの自由、つまり心理的な適応は、有機体の経験するところが「自己」概念と一致している時に生れるわけです。例えば、性的な欲望を自分が持っていることや経験していることを認めると同時に、衝動的な性的行為は抑制されなくてはならないという社会の規範をももう一つの現実として受け容れることのできる人は、この命題の説く心理的適応の状態にあると考えられます。こうした適応状態になるには、性的なことに関する「自己」概念が柔軟性に富み、我々の中に性的な衝動と社会の規範に順応して生活していきたいという要求が共存するのを許すことができなくてはなりません。前述の子供を拒絶する母親の場合でも、もしこの母親が自分の心の中に子供に対する嫌悪感が存在するのを認め、好感情と同様悪感情があることをも受け容れることができるような「自己」概念を持ち得れば、子供に対する気持から生ずる心の緊張は消えると考えられます。こうした緊張の緩和は、来談者が本当の自分を経験し、自分自身に対して今迄と違った気持を持つようになることができれば自然におきるものだとして Rogers は述べています。実際、数多くの経験を象徴化せず、それ等が意識にのぼらないように各種の防禦体制を築きあげるのは非常に大きなエネルギーの消費と考えられます。経験の否定に関する Rogers のこの考え方は、抑圧に伴う心的エネルギーの消費に対する Freud の考

えと相通ずるものを持ち合せていることは明らかです。ただ Rogers に於ては、エス、自我、超自我に代って、有機体と「自己」の間の葛藤および一致が問題であり、人間の統合 integration とは、人間の内的外的全ての経験を正確に象徴化し、「自己」概念と一致した一つの体系に組織することだと説いています。つまり、「自己」の構造が有機的経験を意識することができれば、そしてその経験を受け容れるならば、行動や思考の方向づけが可能になり、「自己」実現と向上にむかう力が生れてくると考えられます。

XVI. 「自己」の組織や構造と一致しない経験は自分に対する脅威として知覚され、当人にとってその脅威が強ければ強い程、その構造は「自己」を守ろうとするために硬直してしまう (Rogers, 1951, p. 515)。

「自己」は、自分の心の内外からの脅威に対して、できるだけそれを意識しないようにすることによって恐怖や不安から逃れようとします。その結果、「自己」概念と現実を経験するところが次第にくい違いを生じ、自分の考える自分の姿（つまり「自己」概念）を何とか保とうとする為に、現実から目をそむけ、あいまいなものや無意識化しようと努力するといった悪循環を繰り返します。こうして「自己」は有機体としての経験から離れ、現実との間に溝を作り、その結果が心理的緊張となります。

例えば、子供を拒絶している母親の場合、もしこの母親にあなたは子供をいじめている。つまり、あなたは子供を拒絶しているというならば、その母親は少くともその時には拒絶の経験を完全に否定し、逆にそんなことをいう相手の見方の誤りを攻撃することでしょう。この母親は、「自分は良い母親だ」という自己概念を守る為にたくさんの証拠をあげて弁解することにより、自分に対する脅威である相手の批評を追いはらうべく防禦を固めているのです。これは、「自分は頭が悪い」という「自己」概念を持った人が、たとえ知能テストで良い結果がでて、「テストは間違いだ」と主張して、あくまでも自己概念を守り続けよう

とするのと同じことです。しかし、こうした人々がもし「自己」概念を守ることができなくなった時には、非常な心理的混乱と破滅をきたします。

では一体どうしたらこの防禦体制を打ちくだき、しかも心理的混乱に陥らないことができるでしょうか、Rogers は来談者中心のカウンセリングを通してのみ「自己」と有機体の一致が得られると主張しています。

XVII. 我々の「自己」構造を脅かすものがなければ、我々は自分の「自己」と一致しない経験があることを知覚し、それを吟味し、その経験と結果を受け容れ、同化できるように「自己」の構造を修正することも可能になる (Rogers, 1951, p. 517)。

Rogers の提唱する来談者中心カウンセリングに於ては、カウンセラーが来談者の語るところを完全に受け容れることを強調してをり、その結果来談者は何等脅かされる必要のない状態に置かれるわけです。カウンセラーのこの温い受容的態度により、来談者が今まで無意識の中へ否定してきたか、あるいは歪んで知覚してきた感情を意識のレベルまで持ってくるのが可能になります。即ち、脅威のない状態に置かれると、来談者は序々に今まで自分の心の安定感を脅かすと思って象徴化しなかった感情を探り始めるのです。つまり、カウンセラーが自分を受け容れてくれるという安心感と、カウンセラーとの間に築かれた治療的關係(カウンセリング関係)の支持により、今まで恐わがっていた感情と経験を明るみに出し、それを自己の構造の中にとり入れ同化してゆくのです。

例えば、子供を拒否している母親も上述のような環境に置かれるならば、自分も時には子供を嫌っている場合もあることを認め、時としては「自己」概念と一致しない経験があることを認識し、それにより「自己」概念が広げられ、「自分は子供を愛しているが同時にまた、時として嫌っていることもある。しかし、この二つの相反する気持を感じながらも、お互に親子としての交りを通じていくことができる」という気持を持ち得るようになります。

Rogers は、こうした「自己」概念の修正に必

要な二つの要素をあげています。第一の要素は、我々が自からその経験の中に肯定的 positive な面を見出していこうとする積極的な態度で、これは来談者が自分の持つ「自己」概念とその修正をカウンセラーが受け容れてくれたという安心感から生ずるものと考えられます。したがって来談者は、自分にとって安全と思われる速度で、序々に今迄否定してきた経験をさぐりだしはじめると考えられます。第二の要素は、カウンセラーが自分のどんな経験をも、どんな態度をも、またどんな物の見方をも受け容れてくれるという事実に対し、カウンセラーの示すこの許容的な態度と社会的価値観を来談者が次第に受け入れるようになれば、「自己」の経験するところ（つまり自分自身）を受け容れることができるようになると考えられます。この「自己」の経験をあるがままに受け容れるようになるのは、決して面接中だけでなく面接の後でも面接と面接の間にもおこり得るものです。したがって治療の効果として大切なことは、治療者がいなくても来談者が自分の有機的経験をあるがままに見つめ、それを象徴化することにより意識にのぼらせても大丈夫だという安心感を持てるようになることです。

しかし Rogers は、「自己」概念修正の為の条件となるべき要素の分析はまだ極めて不完全であることを認め、来談者中心カウンセリングによってその修正は可能ではあるけれども、その過程の分析は未開拓の状態にあり、学習心理学特に「自己」の学習についての研究にまつところが大きいことを強調しています。

XVIII. 我々が、感覚及び体内の諸器官に於て経験するあらゆるものを、一貫性のある統合されたシステム(体系)の中に知覚し受け容れることができれば、我々は必然的に他者をよりよく理解し、他者を独自の存在としてよりよく受け容れることができるようになる (Rogers, 1951, p. 520)。

来談者中心カウンセリングにより、象徴化を否定された経験が「自己」の中に受け容れられ同化できるようになることの副産物は、他者をよりよく理解し受け容れることができるようになること

だと考えられています。自己防禦が非常に強い人は、自分が否定しようとしている経験をほのめかしたりそれに似た経験を示す人々に対しては攻撃的に出ていくと Rogers は述べていますが、この観察は Freud の自我の防禦機制の一つである「投射」の原理と同じです。Rogers によれば、自分の性的衝動に脅かされている人は、往々にして他人が挑発的な態度を取ったと批難しますが、自分の性的衝動や敵意を受け容れることのできる人は、他人のそうした言語、態度に対してはるかに寛容であることができます。その結果対人関係や社会関係は良くなり、他者との摩擦や衝突は少なくなります。Rogers は、この命題の説くところは個人間のみでなく、集団間あるいは国際的な関係にまで当てはまると主張してをり、より良い適応の為には絶えず「自己」と自分の持つ価値観を分析理解する必要があることを説いています。

このように個人の理解とその心理学的理論を対社会の次元に当てはめた思考過程の単純さと独断性は、Freud がその精神分析の理論を集団の心理学 (Freud, 1921) に当てはめた性急さと極めて類似していることは興味深いものがあります。

XIX. もし我々が、有機的に経験しているものをより多く知覚し「自己」の構造の中に受け容れることができれば、今迄主として事実を歪めて象徴化することにより、他者のものをそのまま取り入れて自分のものとしてきた頑固で融通性のない価値体系を棄て、自分の経験をたえず吟味することにより価値観を修正できるように変ってゆく (Rogers, 1951, p. 522)。

来談者中心のカウンセリングが進められると、来談者は他人の価値観をあたかも自分が経験したもののように無理に自分のものとしてとり入れてきていたことに気づき、それに不満を感じずようになります。でもそれでは「どうしたら良いか」ということになると当惑してしまい、今迄無理にでも自分が従ってきた価値観がなくなったらどうなるかという不安につつまれます。しかしやがて来談者は、今迄とは違ったしかし幼い頃には自分ももっていた新しい経験を始めます。つまり自分

が経験することを、他人の価値観でなく自分の価値判断で評価してゆくようになるのです。自分の感覚に従って、自分の身体で感じたことにより価値判断を下し、経験に基づいて自分の判断をたえず修正してゆくわけですから、誰も「ああしろ、こうしろ」という必要はないわけです。

Rogers は、上から押えつけられて行動するよりも、自分から自由に活動した方が満足がゆくし自分の向上に役立つと主張しています。防禦的な行動にできれば、その場その時は何とか自分を守ることができるという小さな満足は得られても、長い目で見れば絶えず自分を守っていなくてはならぬという不満と不安が生じます。その場かぎりではあるが直ちに得られる小さな満足と長い目で見た場合の満足のいずれをつかもうかと迷い苦しんだ末、来談者が自らの経験に基づいて行動することができるようになれば、それが一番満足のゆく状態になるのです。そうすれば何が正しいか正しくないかといった価値判断を他人から教えられなくとも、何が自分を満足させてくれるか自然に経験することができるようになります。換言すれば、我々は頑固で融通性のない他から押しつけられた価値の基準や体系によるのではなく、自分で価値を経験してゆく過程を信頼するようになります。

ここで Rogers は、明らかに体系 system と過程 process の二つを対立させています。体系は「動かすことのできない、固くなってしまった」ことを意味してをり、過程は、「現在行なわれている動き」を意味するものです。より良き統合と適応の為に我々は経験するところを絶えず評価し、自分の価値観を変更する必要があるか検討しなくてはなりません。動かすことのできない価値体系を作ってしまうと、新しい経験に直面した時にうまく適応することができなくなります。したがって我々がいろいろの経験をし各種の場面に遭遇しながら生活して行く為には、その場その時に対抗できるような融通性を持っていなくてはならないと考えられます。

#### 4. 最近の来談者中心理論枠組

Rogers の理論的枠組は、Counseling and psychotherapy (1942) に示された非指示的カウンセリング技術の重視の時代に於てすでにその発芽は見られましたが、彼のパーソナリティ理論が一応完成されたのは Client-centered therapy (1951) に於てであり、その後彼は強調点を治療者の態度へ移し、その内容は On becoming a person (1961) に示されているように次第に経験的 experiential あるいは実存的 existential なものとなってきています。しかし彼の性格論の中心は、あくまで来談者中心の枠組の中にあり、「自己」理論がその中心であることは、1959年の A theory of therapy, personality and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework にも示されているところです。

Rogers (1959) はこの論文の中で、パーソナリティの基礎となるべき統合的な概念として、(1) 積極的な尊重に対する要求 (p. 223), (2) 自己尊重に対する要求 (p. 224), (3) 価値の状態 (p. 234), の三つを新しく加えています。他の人々から積極的に尊重されたいという要求は、必ずしも生得的なものとは考えられていませんが、全ての人間に見られる要求であり、「自己」の意識が生れるに従って大きくなると考えられます。ただ時として「他者から積極的に尊重されたい要求」valuing process は、有機体の価値づけの過程に圧力をかけ、その結果、有機体が実際に価値づけられた経験以上の尊重を他から求めようとすることもあり得るのです。Rogers によれば、他者から積極的に尊重を得たいという要求が充足された時の満足感と、その不充足からくる欲求不満を経験することから、「自己尊重の要求」が生れてくると考えられます。この要求は、必ずしも他の人々との交りからおこるだけでなく、元来は「自己」を経験することから生れてくるものであり、特にある限られた体験のみがその人にとって価値ある状態となり得るわけです。したがってこの価値ある状態とは、自己尊重をもたらす状態を選び自己

尊重を傷つける状態をさけるのに役立つ条件といえるでしょう。

この三つの概念は、自己と経験の間の不一致、不適応の行動、脅威の経験、自己防禦的な過程、再統合の過程等の説明の基本になるものであり、当然彼のカウンセリング過程に関する理論と直結しています。

即ち彼は、初期の著作（1942）に於て、非指示的カウンセリング過程の十二段階<sup>(註2)</sup>を次のように説明しています。

(1) 来談者が、委託によりあるいは他人のすすめによって助力を求めてやってくる。（彼が助力を求めてくるということは、彼がその問題解決に向って一步を踏み出したことを意味する。）

(2) 助力を与えるという関係であることがはっきり示される。（来談者が自身で問題を解決するのであり、カウンセラーはそれに助力を与えるという関係であることが最初に明示される。いわゆる「場面構成」である。）

(3) 来談者の感情を自由に表現させる。

(4) 来談者の表現した否定的感情を受容し認めまたはそれを明瞭にしてやる。（来談者の述べた内容だけでなく、むしろその奥にある感情を敏感に察知し、それが敵意、憎悪、嫉妬などのいかに強い否定的感情であってもそれを受容する。そのとき来談者は、それを自分のものとして認めさらに表現を励まされる。）

(5) この否定的な感情が十分に表現されると一時的ながらもかすかな肯定的な感情が表現されこれが成長への重大な踏石となる。

(6) カウンセラーは、否定的な感情を受容したと全く同じ態度でこの肯定的な感情を認め受容する。（ただ「受容」accept するだけで「それは正しいことだ」「よいことだ」と「是認」approve あるいは「賞讃」praise するのではない。道徳的価値は、この種の療法に入りこむことはない。）

(7) この洞察、自己理解、自己受容は、全過程において二番目に重要な面である。

(8) この洞察の過程と前後してどう決心したらよいか、どう進んでいけばよいか、ということが来談者にわかってくる。（このさい、悲観的な態

度を伴うことが多い。「これが私だ。これが私のおかれている立場だ。しかし私は、どのように処していけばいいのだろう」と。このときのカウンセラーの任務は、いろいろの進み方をはっきりさせ来談者の勇気の欠乏、恐怖心などを理解してやることであって、一つの方向を強制したり忠告を与えたりすることではない。）

(9) ここに、この方法の最もすばらしい場面が展開される。即ち、わずかではあるがきわめて重大な積極的な行動がはじまるのである。（このような行動が、診断の結果カウンセラーから提示されたものであったとすれば来談者はこれを拒否し、または失敗させたであろう。それが来談者自身の洞察に発し彼自身の衝動からおこったものであるから実を結ぶのである。）

(10) ここまでくるとあとの段階は、ただもっと成長するということにつくる。まず第一に、洞察の拡大深化である。（自己の行動をもっと深く見ようとする勇気が出てくるにつれてもっと完全なもっと正確な自己理解が生まれてくる。）

(11) 来談者に、もっと積極的なもっと統合された行動があらわれてくる。（彼は、もはや恐怖心をもたず自信をもって自己の行動を考えていく。今やカウンセラーと来談者は、新しい意味で協力し彼らの人間関係も最高頂に到達する。）

(12) 助力の必要がだんだん感じられなくなりカウンセリングの関係を終結しようという気持になる。（感謝の気持、満足の気持が表現されて別れがたい絆を感じることは人情の常としてやむを得ないがそれ以上の愛着を断ち切って健全にその関係を終結しなければならない。）

しかし Rogers は、1957年に、The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change という論文を発表し、建設的なパーソナリティの変容がおこる為には次の六つの条件<sup>(註3)</sup>が相当期間存在することが必要であると説いています。

(1) 二人の人間が、心理学的な接触をもっていること。意味深い積極的な人格変容は、ある関係のなかでなければおこらない。

(2) 来談者は、自己不一致 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。「自己不一致」の状態というのは、有機体の現実の経験（経験されたままのもの）と、その経験を表現するものとしての自己概念との間に矛盾があるということである。

(3) カウンセラーは、この関係のなかで自己一致 congruent しており、全体的統合 integrated をもっていること。この「自己一致性」congruence は、前項の自己不一致の反対の状態である。カウンセラーがこの関係のなかで、自由にかつ深く自己自身のありのままにすることができ、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。もっとわかりやすくいえば、例えば、彼が来談者に対して心の底では恐怖心を抱いているのにそれを意識することができないというときは自己不一致の状態であり、それを意識し受容することができる場合は、自己一致をもっているといえるのである。

(4) カウンセラーは、来談者に対して「無条件の積極的尊重」unconditional positive regard を経験していること。来談者の経験のすべての側面を——たとえそれが、良いものであっても、悪いものであっても——価値的評価を含まずに（無条件に）その来談者の一部として暖かく受容しているならば彼はそれだけ無条件の積極的尊重を経験しているのである。それは来談者に、自由に彼自身の感情を感じさせ、彼自身の経験をもつように許すことである。それはまた来談者を「愛する」care for ことであるが、それは母親のその子に対するような所有的 possessive な愛し方ではない。それは来談者を、自己とは分離した別個 separate の人間として愛することなのである。

(5) カウンセラーは、来談者の内部的準拠枠 internal frame of reference について共感的な理解 empathic understanding を経験しており、そしてこの経験を来談者に伝達するように努めていること。

(6) カウンセラーの共感的な理解と無条件の積極的な尊重が、最低限にでも来談者に伝達されること。カウンセラーが来談者に対して経験している受容と共感が、来談者によって知覚されるということである。これは、コミュニケーションの条

件といってもよいであろう。しかしこのコミュニケーションは、言語的なものだけではなく準言語的媒介も重要な手段となるであろう。

Rogers によれば、この六つの条件は来談者中心のカウンセリングないし心理療法にとどまらず、いかなる学派の療法であろうといかなる心理的問題を持つ人の場合でも、「建設的なパーソナリティの変容」をおこすためには必ず存在しなくてはならぬものと考えられています。たしかにこの六つの条件がカウンセリング及び心理療法の基本的要素であることは何人も否定し得ないものかもしれません。

しかし、Harper (1959, p. 93) が指摘するように、来談者中心カウンセリング以外の立場をとる人々は、この六つの条件のみで来談者の問題が全て解決できるとは信じていないと思われます。即ち、一般的にはカウンセラーが来談者に共感と積極的な尊重を感じていることを伝え、両者の間に「関係」ができた後でカウンセラーによる方向づけが必要と考えられています。

また Rogers は、六つの条件の中から意識的にカウンセラーの専門知識と訓練を除外しています。つまり、カウンセラーに必要なのは、(1) 統合され、(2) 「自己」と経験とが一致し、(3) 受容的で共感を感じることができることだけであり、心理学、精神医学、医学等の知識は治療の効果の上には役に立たないばかりでなく、むしろ邪魔になると主張しています。この主張は、多くの識者の間に批判の嵐を巻きおこしました。しかし反面、これは Rogers が、知的な面よりも感情面、特に経験的なものが、来談者のみならずカウンセラーにとっても極めて重要であることを明確にしている証拠とも考えられます。

## 5. Rogers に対する批判<sup>(註4)</sup>

Rogers (1942) が非指示的カウンセリングを提唱して以来、彼のパーソナリティ理論と治療方法は数多くの批判と論争の嵐を巻きおこしてきました。特に Rogers は、従来のカウンセリングないし心理療法の方法と技術を指示的であるとし、カウンセラーが権威的態度をとっていると批判した

ことと、治療の為には診断や専門家としての知識は不必要だと主張したことへの反論は、感情的な争いとさえ感じられる程です。そして最近ではその批判の矛先は、来談者中心のカウンセラーは、主観的で人間学的なあるいは哲学的な科学観しか持ちあわせないということに変わってきています。

Thorne (1944) は Rogers (1942) の *Counseling and psychotherapy* と Snyder (1943) の発表した非指示的カウンセリングの一事例に対して痛烈な批判をしました。即ち Thorne は、非指示的カウンセリングの提唱する治療関係、成長の原理、感情の表現を促進する技術等の長所を認めながらも、ケース・ヒストリーをとらないこと、来談者の語るところを全て額面通りに受けとること、他の治療法の長所をも無視する点、皮相的で根本的な原因の分析をしないこと、治療対象に限界があること、客観的な評価ができないこと、折衷派的接近法の可能性のあること等を論じました。

これに対して Snyder (1945) は、ケース・ヒストリーをとることは問題解決の責任をカウンセラーに与ることになり望ましくないし、非指示的方法と指示的方法を併用することは来談者を混乱させることになり、来談者の問題はその機会さえ与えられれば自然に表面にでてくるものであるから非指示的方法は決して皮相的なものではなく、また来談者はカウンセラーから指示を与えられても簡単にそれを実行できるものではないこと等をあげて反ばくしました。

また Meister と Miller (1946) は、非指示的カウンセリングに於ては来談者を非指示的な関係という全く新しい環境に置くことにより、新しいより良い適応ができるように助けるのであるから全く新しい心理療法の体系であり、Thorne (1944) が批判するように従来の心理療法に於ける新しい技術的方法ではないと主張しました。

これらの反駁に対して Thorne (1948) は、5年間非指示的カウンセリングを200人以上の来談者に試み、その結果非指示的カウンセリングは、来談者とラポートをつけ、ケース・ヒストリーを抵抗なくとり、転移関係を許容的にとり扱えるので防禦的行動を少なくし、来談者に可能な範囲で自主

性を与えることができる利点があることを認めました。しかし一面に於てこのカウンセリングの方法は、軽症で一時的な問題には効果的だが重症の神経症や病的なケースには効果が少く、ケースによっては診断を重視しなくてはならぬ場合もあり、非指示的カウンセリングは未だ決して完全無欠な治療方法ではなく、各々の来談者に対してその治療方法を考慮すべきであると主張しました。

Robinson (1946) は、非指示的カウンセリングが来談者の関心を問題の感情的な側面にのみ向け、学習や技能の訓練を無視しがちである点を指摘し、カウンセラーは非指示的な技術の長所と同時にその限界をも知るべきであると主張しました。

*Journal of clinical psychology* (1948, Vol. 4, No. 3. pp. 225-263) は、非指示的カウンセリングに対する批判のシンポジウムを特集とし、その治療理論と技術に対する疑問を発表しました。このシンポジウムの中で Hunt (1948) は、非指示的カウンセリングは全ての来談者に万能であるとは考えられないにもかかわらず、来談者が、このカウンセリングに適しているかどうかを決める診断基準すらもち合わせておらず、更に非指示的カウンセラーが診断的訓練に欠けていることは、大きな社会的責任問題であると批判しました。したがって Louttit (1948) はより適切な訓練コースが必要であると説き、Seidenfield (1948) は、身体的慢性病患者に適用する場合には医学と心理学の両面から接近することが必要であり、非指示的方法と指示的方法の併用が好ましいと主張しました。Ellis (1948) は Rogers (1947) の *Some observation on the organization of personality* について詳細な反論を加えています。

彼の批判の主な点をあげると、

(a) Rogers がテープ・レコーダーを使用し、カウンセリングの過程を研究していることは大変良い方法であるが、これは決して彼の発明によるものでなく Moreno が始めたことで、今ではあらゆる学派のカウンセラーも行っている。

(b) Rogers は、非指示的方法によれば、カウンセラーの言葉により来談者の語るところがさえぎ

られたり歪められることが最少限であると主張しているが、これは単に彼の方法のみでなく、精神分析の自由連想法に於ても考えられたもので、分析家は何度も繰返される分析面接に於ても何もないことが少なくない。またほとんどの学派のカウンセラーが、来談者の語るところをさえぎることを避けてをり、むしろ非指示的な方法に於てこそ、来談者が最初に語ることにカウンセラーが反応（感情ないし内容の反射）する為に一種の指示的接近法となっている。また Rogers は、カウンセラーの暖さと理解を強調するが、これ等を重視しない学派は皆無である。

(c) 来談者の内的準拠枠を通して来談者を理解するのは、決して非指示的方法の独占でなく、自由連想法に於ても同じことがいえる。また Rogers は、テストや診断は心理学者の準拠枠から生れてきたもので除外すべきであると主張するが、それならば非指示的カウンセリング自体も心理学者の考え出したものであり、この方法を用いるカウンセラーがテストと同様に来談者に対する自分の反応の可否をたえず評価していること自体にも問題があるのではないだろうか。非指示的と指示的の違いは、指示的カウンセラーが診断し価値判断をするからではなく、非指示的カウンセラーが、指示的カウンセラーよりも、一層来談者中心であることで、いかなる方法を用いてもカウンセラーは決して価値判断から完全に逃れることは不可能だと考えられる。

(d) Rogers は、余りにも来談者の統合力を過信しているが、実際には、器質的な問題や環境の調整の為に直接的な方法も必要とされる。

(e) Rogers は、非指示的カウンセリングの特徴は必ずしも問題の解決でなく、不必要な緊張からの開放と新しい「自己」概念を持つことであると主張するが、Freud, Horney, Rank 等も「どうしたら問題があっても、それを余り苦しめず生活出来るか」to live comfortably with these problems を治療の目標にあげている。また精神分析学的な接近法も決して患者の「自己」概念をおびやかすものではない。

(f) Rogers は自分の方法を「非指示的」或は「来談者」中心と名づけるが、他のカウンセリン

グないし心理療法の接近法も、決して無暗に「指示」を与えるものでなく、「カウンセラー中心」でもない。

(g) Rogers によれば、適応とは「外なる現実」ではなく「内的な知覚」の問題であると考えられるが、これを文字通りとれば精神病質人格や精神分裂病の患者も内的には自分を適応した人間と見ているから、何等病理的なものではないことになる。また我々の行動は、Rogers の主張するように決して「自分自身をどう見るか」だけでなく、器質的なものや文化的な伝統と所産により、当人の知覚と関係なく影響されることもあり得る。

(h) Rogers はケース・ヒストリーを取ることを非難しているが、現在では他の学派のカウンセラーも、決して不必要なヒストリーを取るものではなく、また出版されている事例のような形で面接が行なわれているのでもない。実際には来談者の主導性にもとづき彼の訴えるところを聞いている。

(i) Rogers は、カウンセラーが環境の調整 environmental manipulation を行うことに反対し、来談者を変えることができるのは彼自身のみだと考えている。そして来談者を受容的な場に置くことにより彼自身にも変化がおきると主張するが、結局これも、カウンセラーが彼なりに環境を操作していることではないだろうか。

Bordin (1948) は、Rogers が自からのカウンセリングを「非指示的」であり「来談者中心」であるから「民主的」な方法だと主張していますが、これは従来の方法が全て「非民主的」なものであるかのごとき感を与え、さらに他の学派のカウンセリングは権威主義的で「カウンセラー中心」のような印象をいだかせる点を指摘しています。Bordin はこうした感情的な論争をなくし、客観的にカウンセリング方法を分析する基準として、(1) 問題解決にあたって来談者に委ねられる責任の程度、(2) 来談者の態度や感情に対しカウンセラーがどの程度の感受性を持っているか、(3) 来談者の態度に対しカウンセラーはどの程度知的な理解にうったえ、どの程度感情を受容し、どの程度情緒的な表現をさせようとするか、の三つの次元を考えました。彼はこの基準に従え

ば、Rogers が主張するほど、彼の方法と他の方法との差異は認められず、従来の「指示か非指示か」という論争は、ともすれば第一次元のみで議論が集中していたものと批判しています。

Perry と Estes (1953) は、従来の指示的カウンセリングでは、来談者の目から見ればカウンセラーが全て自分の問題を理解しその解決策を与えてくれる人と見えるのに対し、非指示的カウンセリングの立場によれば、来談者が自分の問題を客観的に眺め得るように、カウンセラーは自分の個性をなくし鏡のように来談者の態度や気持を反射することだと考えられてきました。しかし本当に良い来談者中心カウンセリングに於ては、カウンセラーは感情全般についての専門家であり、来談者は彼自身の特定のそして具体的な感情の専門家であり、両者は問題解決の為に暖かさや尊敬を基盤とした平等な一線にたって協力すべきであると説いています。ただこの論旨は折衷主義的なものではなく、あくまでも「来談者中心」の枠組の中から出た修正案と考えられます。

Rogers (1955) の *Persons or science? A philosophical question* と題した論文に対する批判が、*American Psychologist* (1956, 11, pp. 153-157) に掲載されています。この批判的見解の大意を要約すると次の通りです。Strupp は、Rogers の考えている治療についての考えは主観的であるとして、治療とは主観の中に客観的基礎を与えるものであることを強調しています。Castore は、Rogers (1955) の迷いはまったく個人的なものにすぎないもので、今日の心理療法の科学は、Rogers が考えるよりもっと進んでいることを強調しています。Lake は、第一の批判として、Rogers の好んで用いる主観と客観、感情と認知、意識と有機体などの概念は現在に於てはすでにのり越えられているものであり、批判の第二点として、Rogers の好んで用いる自己受容とか自己実現への衝動といった神秘主義的概念が操作的行動的用語で規定することができないならば、心理療法の科学化に害悪を及ぼす以外の何ものでもないこと、批判の第三点として、治療に於ける学習は知的に教えることのできない学習であることを強調しているのは神秘的であること等を批判

しています。Merrill は、Rogers が科学の伝達はそれを主観的に受け入れる人のみに伝達されると考えるのに対し、近代科学文明はその賛否にかかわらず一定の集団の社会的構造を容赦なく変容してしまうと反論し、また有機体が経験に対して取捨選択をすることなく完全に開放されることは、生物学的には完全な不活動ないし破壊を意味すると述べています。

最後に Bellak のみが Rogers に賛意を示し、米国心理学が独創性を抑圧し、偏狭化し、現在歩んでいる方向に不安を覚えるという見解に同意し、このような偏向の背景にはアメリカ心理学が実験主義でないを受け容れない偏狭さや強迫的態度をもってからのだと攻撃しています。

Ellis (1955) は、非指示的カウンセリングは有効な方法ではあるが、明らかにその限界があることを指摘し、その方法が余りにも解釈を軽視し、来談者に必要な情報を与えることすらも拒んでいる場合も少なくなく、カウンセラーに融通性が欠け表面的な接近法にとどまり、来談者の深い問題をあつかう際には有害或は無力な方法であると批評しています。更に Ellis (1959) は、Rogers (1957) の *The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change* と題する論文に対し批判を発表しています。これによると、建設的なパーソナリティ変容をおこす絶対条件というものは存在し得ないと考えられ、Rogers のあげている条件は望ましいものではあるが、この他にもパーソナリティの変容をきたらす条件は存在するはずで現在の段階では「必要にして十分」というよりも、「良いものはどれでもとる」という態度の方が望ましいと主張しています。

以上のように Rogers に対する批判は主に彼のカウンセリングの方法に対するものですが、MacLead (1947) は、Rogers を含めて全ての現象心理学的接近法は、単なる科学的質問の問題にしかすぎず、その方法は重要な理論構成体の基礎を提供し得るけれどもその答はあくまで心理学者、理論家、臨床家によって推論されるべきものと主張しています。

Smith (1950) は、現象心理学、プロジェクトヴ・テスト、臨床面接、行動観察等、その方法

が主観的であれ客観的であれ、心理学の理論構成体に関して面接知識を得ることは難しく、科学的探究はあくまで理論を下す為の根拠を発見するにすぎないと主張しました。したがって Smith は、人間が彼の見たままの内的世界 private world を明かにする為には、彼自身からも隠されている部分を推測によって補足する必要があると述べています。

Johnson (1964) は、Rogers の説くところは学ぶべき点が多く、彼の来談者中心カウンセリングは治療の核心をついているが決して人間のパーソナリティとカウンセリングの全てを示しているとは思えないと批判的見解を述べています。即ち Johnson は、Rogers のパーソナリティ理論は人工衛星の打ち上げに使うカプセルのようなもので、Rogers によれば、人間はそのカプセルという殻の中で「法悦の境地」trance like feeling にひたり、「この世のものでないような経験」out-of-this-world quality を持つことが究極の目的と考えられていると述べています。つまり彼によると、Rogers は人間を自分だけで満足ができる全能者のように考え、カウンセリングは宇宙飛行士を地球から遠くはなれた軌道に打ち上げ、そこで彼が全ての圧迫から逃れて一人で生きて行くことができるかどうか、Can I be strong enough as a person to be separate from others? ということがカウンセリングの中心になっていると批評しています。Johnson によれば、Rogers は人間の対人関係を主観的な内的知覚の世界でのみ考え、来談者とカウンセラーの関係を一時的な現実から遊離したものと考えていると批判しています。そして対人関係の心理学にもとづき、単に来談者中心だけでなく来談者とカウンセラーの関係を重視した responsive counseling (1945) を提唱しています。

Rogers の人間観は極めて楽観的で生善説的であるとの声が多く、事実、彼のパーソナリティ理論の中心に於ても「人間の唯一の動因は成長発展しようとするものである」と述べています (Rogers, 1951a, p. 487)。

Walker (1956) は、Rogers は Rousseau の思想から影響を受けていると論じましたが、Rog-

ers (1957b) 自身は Rousseau との一致は単なる偶然で、彼は直接 Rousseau の流れを汲むものではないことを明かにしました。畠瀬稔 (1964, p. 342) が論ずるように、Rogers の人間観は Freud に対する批判から生じたもので、Freud が人間をその深層に於て反社会的で攻撃的な敵意に満ちた存在ととらえるのに反し、Rogers はきわめて肯定的な人間観を持っているといえるでしょう。ただ拙稿に於て度々指摘されたように、Rogers のパーソナリティ理論の中には自我の防禦機制に見られる概念が相当とり入れられていることは否定し難い事実と考えられます。

Wyle (1961) は、Rogers を含めた多くの「自己」理論とそれに基づく調査研究を検討した結果、ほとんどの自己概念は極めてざさんであり、その概念構成体系が未だ明確に規定されていない点を批判しています。またほとんどの理論が無意識に於ける「自己」概念を無視してをり、これが行動の予測を困難にしていると主張しています。一方意識化された「自己」概念に於ては、主観的な側面が余りにも強調されているため、客観的な過程の測定が難しく、今後学習、動機、知覚等に関する基礎研究の助力を必要とすると考えられると述べています。さらに、「自己」理論を強調する理論家達の間には統一のとれた一致した概念は見受けられず、現在の段階ではどの自己理論も全ての面で科学的であるとはいえない状態です。しかし Wyle は、こうした批判は単に現象心理学の分野のみならず他の学派のとなえるパーソナリティ理論にも当てはまることをも明記しています。

以上のように、Rogers のカウンセリングとパーソナリティ理論に対する批判を検討してみますと、Bordin のように論争をより記述的次元に展開させたもの、Perry と Estes のような修正案、Johnson のように彼の理論をさらに発展させたもの等見られますが、他のほとんどの批判はむしろ正面から対立し、各自の立場を固守するのみでそのまま平行線をたどる感情的な論争に終始し勝ちです。しかしこの中にあって、Leeper と Madison (1959) が Freud の精神分析と Rogers の来談者中心カウンセリングの間に多くの共通点があることを勇敢に指摘していることは注目すべき

ことだと思われまゝ。

Rogers は、今日に於てもなお彼の理論を最終的に完成されたものとしてではなく、未完成 tentative なものとして発表しています。このことは、今後 Rogers 自身或は彼の後継者が彼の理論を修正し得る可能性を示してをり、現に Perry と Estes の修正案のように、さらには Freud 自身が彼の理論を訂正し改良し、また彼の後継者達が彼の理論の中に大幅に社会、文化的な側面を導入したように、Rogers の今後の理論は注目に価するものです。そして彼をはじめ全てのパーソナリティ理論の統合は、さらにその後にくるべき問題としてしか考えられないのが現状かと思われまゝ。

## 6. 要 約

Rogers はその初期に於て技術面の充実を目ざし、パーソナリティ理論には大して注意をはらっていないかのように、むしろ「理論は治療の邪魔」といった態度をとっていました (Hall and Lindzey, 1957, p. 497)。しかしカウンセリングの技術が一応完成されると、Rogers は来談者の語る内容の心理的意味を説明し、来談者を人間として理解する為に組織立った概念の理論化に手をつけました。もとより、Rogers のパーソナリティ理論は彼独得の非指示的ないし来談者中心の治療方法を通して来談者とカウンセラーの間に結ばれた関係に於ける経験の中から生れてきたものですが、同時に Union 神学校に於て接した自由主義的な神学思想や、Columbia 大学に於て William Kilpatrick を通じて受けた John Dewey の哲学的影響と臨床心理学者としての基礎訓練、さらに、権威的な精神分析的接近法への反撥等を無視することはできません。また彼が最初に勤めた Rochester 児童相談所に於て各種の背景を持つ臨床家と共に働き、特に Otto Rank の will therapy の影響が彼の受容的な治療態度にとり入れられたことも見逃せません。また Angyal (1941), Maslow (1954), Lecky (1945), Snygg と Combs (1949) 等、現象心理学派の人々の考え方に強く印象づけられていることは明白です。

臨床家のパーソナリティ理論は、Rogers のみでなく、Freud (1917, 1933, 1940) をはじめ、Jung (1917), Adler (1924), Rank (1917), Horney (1937), Sullivan (1947) 等多数ありますが、そのいずれもが治療の場に於て心理、社会的な問題の解決の為に、患者ないし来談者と治療者との関係と彼等の語る言葉という同じ媒介を通しながらも各々異った概念化と治療技術を生みだしています。

精神分析的な接近方法を取る人々は、患者の語るところを顔面通りに受けとることはなく、その背後にある内容は無意識的なものであり決して直接観察できるものでもなく、推論と演繹により分析解釈されるべきであるとの立場にたっています。

これに対して Rogers は、来談者の語るところがその人を理解する鍵でありその人のみが本当に自分を理解できるのであり、カウンセラーは来談者の内的準拠棒を通して彼を見るべきであると力説しています。したがってカウンセラーの方から質問し、分析し、解釈し、説明することは全く不必要なことで、パーソナリティはその人が語るところに現れると考えます。

Rogers の理論の中心である「対象としての自己」self-as-object は、意識のレベルで経験されるものであり、その経験はカウンセラーに直接はつきりと伝えられ得るものなのです。したがって、「対象としての自己」に関する限り無意識は全く無用の概念であり一般常識の考え方とさして違いのないものといえるでしょう。これが、Rogers の理論が、米国に於ては心理学者よりも教育界或は一般の人々の間に受け入れられる原因の一つだと、Hall と Lindzey (1957, p. 498) は指摘しています。

しかし Rogers は、彼の命題に於ても示しているように決して無意識を無視しているわけではありません。唯、無意識の活動範囲は「主体(或は過程)としての自己」self-as-process である有機体に限定されてをり、経験の意識化を否定し、否定しきれない経験は歪めて知覚するという防禦的な形を取ると考えています。この面に於ける Rogers の概念化は、精神分析学の考え方と相当接近

してきています。つまり精神分析学も、Rogers の「自己」理論も、不適応の人間を何かの理由の為に、強力な心理過程を否定し無意識の中に押しこめていくか、少くとも本来の形とは違った姿の表現しかできないでいると考えています。そして、この無意識化された過程がパーソナリティに大きな影響を与えていると説明します。

ただ Freud は、上述の現象が人間の全ての心理的な問題の原因であると主張するのに対して、Rogers は、問題の原因はその人が周囲の環境なり自分自身の知覚を正しく行なわないからだと考えます。したがって Rogers は、受容的な非指示的カウンセリングの場に来談者を置くことにより、また治療関係の支えにより、来談者が脅威から開放され安心して自分自身の状態を理解し、より満足のゆく生活にむかって進めるような条件を与えることを目標にしています。

Rogers は、人間が、「自己」を実現し向上させようとする衝動を持っていることを信じ、自己決定の経験を重視し、来談者が周囲の賞罰という圧迫から開放され、カウンセラーの尊重と共感を感じ取ることができれば、豊かな思考が行なわれると信じています。

一方精神分析学派をはじめ他の非現象学的な立場の人々は、Rogers は、人間の能力を過大評価しすぎると批判し、専門家の指示なしに、不適応状態にある人々が新しい行動の形態を作り出すことは難しいと主張し、両方間で烈しい論争がくりひろげられました。ただ、その多くは各自の立場のみを固守して正面からぶつかる感情的な批判であり、ほとんどが平行線をたどって現在に至っています。ただその中で、Bordin, Perry と Estes, Johnson 等は Rogers の立場をさらに発展させた修正案的な試案を提供しています。

しかし Rogers は、他からの批判に対して、かたくなまでに自己の立場を主張し、折衷主義を拒み、強靱な意志力を持って自分の道を歩んでいます。したがって彼と他のパーソナリティ理論の結合は、遠き将来のことかと思われまゝ。ただ、Rogers の今後が如何であろうとも、彼が現象心理学に於ける自己理論の上のこした足跡は偉大なものがあり、その理論体系は多くの研究の指針と

なっており、彼の来談者中心の非指示的カウンセリングと共に、長く心理学の歴史の中で重視されるべきものであることは疑う余地はありません。

註 1) 本節は、Rogers, C. R. This is me. in C. R. Rogers. On becoming a person. Boston: Houghton Mifflin, 1961, pp. 3-27. に基づいて書かれたものである。

註 2) Rogers (1942) の 12 の段階の邦訳は、伊東博著、カウンセリング、誠信書房、1963年、pp. 140-141 を引用した。

註 3) Rogers (1957) の 6 つの条件の邦訳は、伊東博訳編、カウンセリングの理論、誠信書房、1962年、第7章による。

註 4) 本節は引用原著の他に、次の文献に負うところが大きい。

伊東 博、折衷的カウンセリング、沢田慶輔編、相談心理学、朝倉書店、1957年、pp. 114-134。

島瀬 稔、クライアント中心療法の発展史、島瀬 稔・阿部八郎編訳、来談者中心療法、ロージヤス選書第七巻、岩崎書店、1964年、pp. 293-372。

## REFERENCES

Adler, A. The practice and theory of individual psychology. Translated by P. Radin. New York: Hartcourt Brace, 1924.

Angyal, A. Foundations for a science of personality. New York: Commonwealth., 1941.

Bordin, E. S. Dimensions of the counseling process. J. clin. Psychol., 1948, 4, 240-244.

邦訳、伊東博訳編、カウンセリングの基礎、誠信書房、1960年、第13章。

Carter, J. W. Jr et al. Symposium: Critical evaluation of nondirective counseling and psychotherapy. J. clin. Psychol., 1948, 4, 225-263.

Ellis, A. A critique of the theoretical contributions of nondirective therapy. J. clin. Psychol., 1948, 4, 248-255.

Ellis, A. New approaches to psychotherapy techniques. J. clin. Psychol., 1955, 11, 208-260.

Ellis, A. Requisite conditions for basic personality change, J. consult. Psychol., 1959, 23, 538-540.

Freud, S. A general introduction to psychoanalysis. Translated by Joan Riviere. New York: Garden City Publishing Co., 1943, (First German edition, 1917.)

Freud, S. Group psychology and the analysis of ego. Translated by James Strachey. New York: Bantam Books, 1960, (First German edition, 1921.)

Freud, S. The ego and the id. Translated by Joan Riviere. London: Hogarth Press, 1950, (First German edition, 1922.)

- Freud, S. New introductory lectures on psychoanalysis. Translated by W. J. H. Sprott. New York: W. W. Norton & Co., 1933., (First German edition, 1933.)
- Freud, S. An outline of psychoanalysis. New York: W. W. Norton & Co., 1949, (First German edition, 1940.)
- Fromm, E. Selfishness and self-love. *Psychirtry*, 1939, 2, 507-523.
- Hall, C. S. and Lindzey, G. Theories of personality. New York: John Wiley, 1957.
- Harper, R. A. Psychoanalysis and psychotherapy. New York: Prentice-Hall, 1959.
- Hathaway, S. R. Some consideration relative to non-directive counseling as therapy. *J. clin. Psychol.*, 1948, 4, 226-231.
- Horney, K. The neurotic personality of our times, New York: W. W. Norton, 1937.
- Howie, D. Some theoretical implications of Rogers' non-directive therapy. *J. gen. Psychol.*, 1950, 42, 225-241.
- Hunt, W. A. Diagnosis and non-directive therapy. *J. clin. Psychol.*, 1948, 4, 232-236.
- James, W. Principles of psychology. 2 vols. New York: Holt, 1890.
- James, W. Psychology, briefer course.  
邦訳, 今田 恵訳, 心理学 (全二冊), 岩波書房, 1940年。
- Johnson, P. E. Clinical psychology for the paster. *J. clin. Psychol.*, 1945, 1, 262-271.
- Johnson, P. E. Responsive counseling and non-directive counseling. Unpublished manuscript, 1964.
- Jung, C. G. Collected papers on analytical psychology. Translated by C. E. Long. New York: Moffat, Yord & Co., 1917.
- Lecky, P. Self-consistency: a theory of personality. New York: Island Press, 1945.
- Leeper, R. W. A. motivational theory of emotion to replace "emotion as disorganized." *Psychol. Rev.*, 1948, 55, 5-21.
- Leeper, R. W. and Madison, P. Toward understanding human personalities. New York: Appleton-Century-Crofts, 1959.
- Lewin, K. Field theory in social science: selected papers on group dynamics. D. Cartwright (Ed.) New York: Harper, 1951.
- Louttit, C. M. Training for non-directive counseling: a critique. *J. clin. Psychol.*, 1948, 4, 236-240.
- Maslow, A. H. Motivation and personality. New York: Harper, 1954.
- McCleary, R. A. and Mazarus, R. W. Automatic discrimination without awareness. *J. of Personality*, 1949, 18, 171-179.
- McClelland, C. C. Personality. New York: William Sloane, 1951.
- Mead, G. H. Mind, self and society. Chicago: Univ. of Chicago Press, 1934.
- Meister, R. K. and Miller, H. E. The dynamics of non-directive psychotherapy. *J. clin. Psychol.*, 1946, 2, 59-67.
- Munroe, R. L. Schools of psychoanalytic thought. New York: Dryden Prese, 1955.
- Perry, W. G. and Fstes, S. G. The collaboration of client and counselor. In O. H. Mowrer. Psychotherapy: theory and research. New York: Ronald Press, 1953, Chapt. 4, 95-119.
- Prescott, D. A. Emotion and the educative process. Washington: American Council of Education, 1938.
- Rank, O. Truth and reality. Translated by Julia Taft. New York: Alfred A. Knopf. 1936, (First German Edition, 1929.)
- Rank, O. Will therapy. Translated by Julia Taft. New York: Alfred A. Knopf, 1936, (First German Edition, 1929.)
- Robinson, F. P. Are "non-directive" techniques sometimes too directive? *J. clin. Psychol.*, 1946, 2, 368-371.
- 邦訳, 伊東博訳編, カウンセリングの基礎, 誠信書房, 1960年, 第12章。
- Rogers, C. R. The clinical treatment of the problem child. Boston: Houghton Mifflin, 1939.
- Rogers, C. R. Counseling and psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1942.
- 邦訳, 友田不二男訳, カウンセリング, (ロージャス選書第一巻), 岩崎書店, 1951年。
- Rogers, C. R. Significant aspects of client-centered therapy. *Amer. Psychologist*, 1946, 1, 415-422.
- 邦訳, 伊東 博訳編, カウンセリングの基礎, 誠信書房, 1960年, 第6章。
- Rogers, C. R. Some observation on the organization of personality. *Amer. Psychologist*, 1949, 2, 358-368.
- 邦訳, 伊東 博訳編, カウンセリングの理論, 誠信書房, 1962年, 第2章。
- Rogers, C. R. Client-centered thereapy. Boston: Houghton Mifflin, 1951. (邦訳は次の四冊になっている。)
- 友田不二男訳, 精神療法, (ロージャス選書, 第2巻), 岩崎書店, 1955年。
- 友田不二男・堀 淑明訳, 遊戯療法・集団療法, (ロージャス選書, 第3巻), 岩崎書店, 1956年。
- 友田不二男訳, 人格の心理と教育, (ロージャス選書, 第4巻), 岩崎書店, 1958年。
- 西園寺二郎訳, カウンセリングの訓練, (ロージャス選書, 第6巻), 岩崎書店, 1962年。
- Rogers, C. R. and Dymond, R. F. (Eds.) Psychotherapy and personality change. Univ. of Chicago Press, 1954.



邦訳, 友田不二男訳, 人格転換の心理, (ロージャス選書, 第5巻), 岩崎書店, 1957年。

Rogers, C. R. Persons or science? A philosophical question. *Amer. Psychologist*, 1955, 10, 267-278.

邦訳, 伊東博訳編, カウンセリングの理論, 誠信書房, 1962年, 第3章。

Rogers, C. R. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *J. consult. Psychol.*, 1957, 21, 95-103.

邦訳, 伊東博訳編, カウンセリングの理論, 誠信書房, 1962年, 第7章。

Rogers, C. R. A note on "the nature of man". *J. couns. Psychol.*, 1957, 4, 199-204.

邦訳, 伊東博訳編, カウンセリングの基礎, 誠信書房, 1962年, 第6章。

Rogers, C. R. A process conception of psychotherapy. *Psychologist*, 1958, 13, 142-149.

邦訳, 畠瀬 稔・阿部八郎編訳, 来談者中心療法, (ロージャス選書, 第7巻), 岩崎書店, 1964年, 第1部, 第4章。

Rogers, C. R. A theory of therapy, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.) *Psychology: a study of science*. Vol. III. Formulations of the person and the social context. New York: McGraw-Hill, 1959, 184-256.

邦訳, 畠瀬 稔・阿部八郎編訳, 来談者中心療法, (ロージャス選書, 第7巻), 岩崎書店, 1964年, 第2部, 第7章。

Rogers, C. R. Significant trends in the client-centered orientation. In D. Brower & L. E. Abt (Eds.) *Progress in clinical psychology*. Vol. 4, New York: Grune & Stratton, 1960, 85-99.

Rogers, C. R. On becoming a person: a therapist's view of psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1961a.

Rogers, C. R. A theory of psychotherapy with schizophrenics and a proposal for its empirical investigation. In J. G. Sawson, H. K. Stone, and

N. P. Dellis. *Psychotherapy with schizophrenics*. Baton Rouge: Louisiana State Univ. Press, 1961b.

Seidenfeld, M. A. A clinical appraisal of the use of non-directive therapy in the care of the chronically ill. *J. clin. Psychol.*, 1948, 4, 244-248.

Smith, M. B. The phenomenological approaches in personality theory: some critical remarks. *J. abnorm. soc. Psychol.*, 1950, 45, 516-522.

Snyder, W. U. Dr. Thorne's critique of non-directive psychotherapy. *J. abnorm. soc. Psychol.*, 1945, 40, 336-339.

邦訳, 伊東博訳編, カウンセリングの基礎, 誠信書房, 1960年, 第10章。

Snygg, D. and Combs, A. W. *Individual behavior: a new frame of reference for psychology*. New York: Harper, 1949.

Strupp, H. H., Castore, G. F., Laks, R. A., Merrill, R. M. and Bellak, L. Comments on Rogers' "Persons or Science". *Amer. Psychologist*, 11, 153-157.

邦訳, 伊東博訳編, カウンセリングの理論, 誠信書房, 1962年, 第4章。

Sullivan, H. S. *Conceptions of modern psychiatry*. Washington: William Alanson White Foundation, 1947.

Symond, P. M. *The ego and the self*. New York: Applenton-Century Crofts, 1951.

Thorne, F. C. A critique of non-directive methods of psychotherapy. *J. abnorm. soc. Psychol.*, 1944, 39, 459-470.

邦訳, 伊東博訳編, カウンセリングの基礎, 誠信書房, 1960年, 第9章。

Thorne, F. C. Further critique of non-directive methods of psychotherapy. *J. clin. Psychol.*, 1948, 4, 256-263.

邦訳, 伊東博訳編, カウンセリングの基礎, 誠信書房, 1960年, 第11章。

Wylie, R. C. *The self concept*. Lincoln, Nebraska: Univ. of Nebraska Press, 1961.