

ロージャズ理論の発展とエンカウンター・グループ

——クライアント中心的カウンセリングの動向——

増 田 実

The Development of Rogers's Theory and Encounter Group

——a trend of client-centered counseling——

Minoru MASUDA

The theory of client-centered counseling which was advocated by C.R. Rogers in the early year of the 1940's has developed strikingly in the last three decades. In this development, Rogers has devoted to find new ideas and techniques in counseling. This growing change of the theory is divided into four periods: the period of nondirective therapy, 1940~1950; the period of reflective therapy, 1950~1957; the period of experiential therapy, 1957~1964, and the period of encounter group, 1964~(present).

In this paper, I am going to trace out the main theory of Rogers in these periods. Roughly speaking, in the first period Rogers placed central importance on the client's gradual achievement of insight into himself and his situation, in the second period on the growth of congruence of self-concept and the phenomenological field, in the third period on the development in the process continuum of inter-and-intra-personal living by learning to use direct experience or client's experiencing, and in the fourth period on the basic encounter of person in groups. Nowadays Rogers is going to build new theory in the intensive group experience with all his mind.

I 序

ロージャズ Rogers, C.R. は、1940年代の初期に画期的な論文¹⁾を発表しているが、これを契機として、カウンセリング counseling の理論にひとつ大きな変革をもたらすこととなった。それは、とくにウイリアムソン Williamson, E.G. を代表とする、いわゆる“指示的カウンセリング” directive counseling に対するある種の挑戦であり、人間性本来の成長・発展を試みた序曲であった。

カウンセリングは、アメリカにおいて発展した“人間の成長にかかわるひとつの方法理論”であるが、その起源は、パーソンズ Persons, F. らによって始められた職業指導運動 vocational guidance movement²⁾ に求められる。そこでは、①個人の分析、②職業の分析、③個人と職業との結合、という三つの段階が基本的な要素であった。しかし、個人の分析がじゅうぶんにおこなわれるためには、以後20年を待たねばならず、1930年代以降の教育測定運動の結実に依存することとなったのである。そしてその結果生まれたカウンセリングの理論が、“臨床的カウンセリング”であった。これは、のちに、ロージャズにより“指示的”であると批判されるのであるが、このカウンセリング

の特質は、クライアントのパーソナリティの分析・診断にもとずいてすすめられる点にある。すなわち、ここでのカウンセリングの過程は、①分析 analysis, ②総合 synthesis, ③診断 diagnosis, ④予診 prognosis, ⑤面接 counseling, ⑥追跡研究 follow-up, の六つの段階をとっておこなわれるのである⁹⁾。この六段階は、いつでもこの順序を固執すべきものではないとは述べられているものの、このようにすすめられるカウンセリングは、その主体がクライアントにあるというより、むしろカウンセラー側にあることは否めない事実であろう。そして、カウンセリングは、このような形をとって伝統的にすすめられていたと行うことができるのである。

これに対し、ロージャズは、1940年代以降、これまでのカウンセリングがクライアントの本当の意味での成長をもたらすであろうかと疑問を抱き、新しい理論を展開した。フロイド Freud, S. の精神分析およびホーネイ Horney, K. などの新精神分析学派 Neo-Freudians の理論、ランク Rank, O. の意志療法 Will therapy, タフト Taft, J. J. アレン Allen, F. H. などの関係療法 Relationship therapy などの影響をうけながら、クライアント（人間）には内在する自発的な力があって、それが成長や適応への衝動 drive となることを強調した。このことから、カウンセリングでは、クライアントに対する働きかけをできる限り小さくし、その主体をクライアント自身に委ねようと試みたのである。これは、“非指示的カウンセリング” nondirective counseling とも呼ばれるが、その過程はつぎのようなものである。①個人が助力を求めにやってくる、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、③クライアントの感情を自由に表現させる、④カウンセラーはクライアントによって表現された否定的感情を受容し、認め、または、それを明らかにしてやる、⑤この否定的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感情を認め、受容する、⑦ここで生じる洞察、自己理解、自己受容は、全過程において二番目に重要な点である、⑧この洞察と前後して、どう決心したらよいか、どの方向に進んでいけばよいか、ということがクライアントにわかってくる、⑨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、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きる。まず第一に洞察の拡大深化である、⑪クライアントに、もっと積極的な統一ある行動があらわれてくる、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ちになる。このようにして、新しいカウンセリングでは、カウンセラーの側の主体的・主導的な動きよりも、クライアントの内部の動きを中心にする、分析・診断にもとづく、忠告や批判、説得、是認、激励などは影をひそめたのである。

ロージャズのこのようなカウンセリングは、“非指示的”であるとともに、とくにクライアントの成長・健康・適応への衝動、情緒的側面の重視、かれの現在の直接的な経験を強調するところから、“クライアント中心のカウンセリング” client-centered counseling とも呼ばれている。そして、このカウンセリングは、その後理論的な発展を遂げ、30余年を経過した今日では、一人対一人の対面的形態をとるカウンセリング理論を超えて人間解放の科学へと指向し、人間活動のあらゆる分野において人間の基本的態度の出合いを強調する“エンカウンター・グループ” encounter group と名づけられた方法にまで発展している。この発展を四つの時期に分けて、以下あとづけたいと思う。

II 第一期——非指示的心理療法

クライアント中心のカウンセリングの第一期は、1940年より1950年までの間として区別される。

ロージャズは1942年の著書「カウンセリングと心理療法」のなかで、それまでのカウンセリングを「より古い」方法だとして、それがカウンセラーの知的解釈を中心としておこなわれるところから、指示的にならざるを得ないとし、このことから、クライアントの真の成長は期待され得ないと考えた。そして、これに代わる「新しい」方法として、クライアントが自己自身およびかれの置かれている場面についての「洞察」insight に漸次到達することが問題の解決・かれ自身の成長につながるとみて、これまでにない理論を展開するに至った。

ロージャズは、そこでひとつの仮説を提起しているが、それは、「効果的なカウンセリングは、明瞭に構造化された definitely structured, 許容的な関係 permissive relationship から成り立つものであり、この関係によってクライアントは、その新しい方向づけに照らし合わせて積極的な歩みをすすめることができる程度にまで、自己自身についての理解 understanding of himself を得るようになるのである¹⁾」というものである。この仮説について付言するならば、カウンセラーが許容的・非権威的・非介入的な雰囲気をつくることによって、クライアントは、自己自身のペースで自己自身の求める方向に進むことができ、その防衛体制を解放して自己および自己をとりまく場 situation についての洞察が得られるようになるというのである。これは、すなわち、クライアントが自己の感情や知覚を明瞭化し、その問題の解決をみずから明らかにするよう援助することが、真の意味での解決につながるというものなのである。この点について、ロージャズは、つぎのように述べている。「この仮説からつぎのような必然的な帰結が出てくる。すなわち、(カウンセリングにおいて)用いられる一切の技術は、この自由な、許容的な関係、カウンセリングやその他の関係におけるこのような自己理解、さらには、積極的な自発的な行為 self-initiated action へ向かう自然な動き tendency などの展開に向けられなければならない²⁾」。

このような理論および技術を具体みにみるために、ロージャズの著わしたカウンセリングの事例を一部抜萃して掲げよう。このなかから、われわれは、非指示的心理療法の本体が明白に推量されるのである。

S₅₁₈(クライアント) でも、どうしていいのかわからないのです……どうにかなっていきとは思うのですが、それをはっきりさせることができればいいんですが。(ノートを見る)、(間)、アッ、それは、私が話しかけた女の子に関係があるんです。その女の子は、フロア・ショーにストリップをやるのはいけないと言ったので、私は、なぜかの女がそれに反対するのか分析しようとしたのです。きっとかの女は、どんな競争もしたくないのだろう、と思ったのです。かの女は、その女の子が自分よりもすぐれていると感じたか、あるいは、かの女がその点でかくされた欲望をもっており、それをかの女は、自分自身のなかにではなく、他のだれかのなかにそれを非難したのではないのでしょうか。

C₅₁₄(カウンセラー) あなた自身の動機と他の人の動機をちょっと比べてみたわけですか？ うむ。

S₅₁₄ そうなんです。いつもそうするんです。えー、いつも他の人を分析するんです、自分よりもむしろ多くね。(間) えーと、それで、そのことをまとめてみると、あらゆる健全な場を求めて、そのなかに入っていかなければならないと思っているのです。妙なことに気がついたんですが、むずかしい仕方ですら解決しようとしたとき、それは長い道のりでもあると思いますし、真空のなかでの解決であるかも知れませんが、ホッとしたのです(笑う)、それで究極のところにもどって分析してみれば、私たち自身の神経組織をじかに感じとることだけなのですね。それで、それは効果のある解決になるだろうと思えるんですが、同時に外部的な条件によって

支えをうけなければならぬでしょうね。そして、それが本当に真剣に考えることであれば、真空のなかでも解決できるけれども、真空のなかでその意味をもちつづけることはむしろ難しいものだと、ちょっと考えていたんです。

C₅₁₅ それで、また、あなたが前に言っていましたように、真空のなかでなにかをしようとすることに以前気がついたというのは、本当に解決しようと望んだことではなくて、解決からもうと離れていきたいということだった訳ですね。

S₅₁₅ うーん。ええ、いろいろな顔があるんですね。（問）えー、私の考えたことに対してどう思いますか？ それに何かつけ加えたいように思いますか？

C₅₁₆ いや、そうは思いません……えー、もっと細かいところをつけ加えることができるかも知れませんが、本当にずっと長つづきする満足になるような考え方だろうと思いますね。間違っていないと思います……それは困難な道で、長い道かも知れませんね。でも……

S₅₁₆ 少なくとも、それが唯一つの道なんですな。

C₅₁₇ 他の方向へゆくよりもその道の方が結局はより多くの満足が得られると強く信じていると考えられている訳ですね。⁷⁾

以上のカウンセリング事例のなかのカウンセラーの発言やそれがかもし出す雰囲気には、クライアントに対する指示や診断、干渉的な反応や表明は見られない。このように、この時期のカウンセリングの理論や方法には、クライアントの成長・健康・適応に向かう自発的な衝動をより多く発動させることに重点がおかれ、カウンセラーの忠告や意見、解釈や批判・批評、とるべき行動の提示などは、かえってカウンセリングの効果を阻害するものとして避けられていたのである。カウンセラーは、治療的・成長的な産婆と見なされ、クライアントの洞察が生じるのを援助する機能として考えられたのである。

このような非指示的心理療法と名づけられたこの時期のカウンセリングは、この間、種々の実証的検討が深められ、その有効性・効果が確かめられるとともに、つぎの段階への礎石を築いていったのである。

III 第二期——反射的心理療法

クライアント中心のカウンセリングの発展の第二の時期は、ほぼ1950年から1957年までの間と考えられるが、この時期にこのカウンセリングの理論は、広範にわたる研究によって体系化されるに至ったのである。すなわち、この時期の大きな変化は、人間行動がかれの知覚による再体制化であると説き、パーソナリティ personality の新しい理論を深め、そこからカウンセラーの強調べき点をクライアントの表明した感情 affection に敏感に反応することにあるとした点である。したがって、ここでは、第一の時期に重要とされた洞察概念・浅薄な言語的受容や明確化は放棄されるようになったのである。

この変化を如実に示す代表的な著書として「クライアント中心的療法」⁸⁾があるが、このなかでロージャズは、“パーソナリティおよび行動の理論” a theory of personality and behavior をあらわし、パーソナリティ理論の新しい局面を展開するとともに、“経験” experience, “情動” emotion, “自己” self, “自己構造” self-structure, “自己概念” concept of self, “真の自己” real self などについて究明し、その概念を明らかにした。そして、これらの諸概念とカウンセリングの関係を追求して、ここから、カウンセラーの役割、クライアントの成長の意味を再考究した。クライアントの成長・パーソナリティの変化は、自己概念と現象的場 phenomenological field の“一

致” congruence にもとづくものであり、この一致をもたらすカウンセラーの機能は、クライアントの人格的脅威の除去をねらいながら、かれの感情に“反射” reflection することであるとしたのである。このようにして、この時期には、“感情の反射” reflection of feeling がクライアント中心のカウンセリングの重要な概念となり、“洞察”，“受容”，“明瞭化（言語的）” にとって代るようになったのである。このことに関し、ラスキン Raskin, N.J. は、つぎのように技術的側面を含めて述べている⁹⁾。

「この点で、カウンセラーのとり組むしかたは、クライアントの表明した感情について、クライアントとともに積極的に経験するようになることである。カウンセラーは、コミュニケーションしているその人の皮膚の内側にもぐり込むための最大限の努力を払い、内部に入り込もうと努め、その人の態度を観察するのではなくその態度に即して接し合い、その移り変わりの本質にみられるすべての微妙な点までを把握しようと努めるのである。簡単に表現すれば、クライアントの態度のなかに完全に自己を没入しようと努めることなのである。そして、このことに努めているときには、カウンセラーはその他の動きや態度を示す余地はまったくないのである。もし、カウンセラーがクライアントの態度に即して接し合おうと試みるならば、それを診断することもできないであろうし、面接の過程を速めるようには考えないであろう。カウンセラーは、クライアントと同じ人間ではないのであるから、そこでの理解は自然に起ってくるものではなく、意図してなされなければならないのである。そして、これは、クライアントの感情に対するもっとも集中的、経続的かつ積極的な注意力を通してなされるものであって、その他のどのような注意力も除かれるのである。」

このように、この時期のカウンセリングは、カウンセラーがクライアント自身の内部 inner frame of reference に入り込み、その動きを内から理解しようとする方向に変わってきており、ただ単にカウンセリング場面での雰囲気や許容的・非干渉的・非権威的にしていくことにとどまるものではなくてきたのである。それゆえ、ここでは、“感情の反射”を中心とした“共感的理解” empathic understanding が極めて重要な要素とされるようになったのである。このことを具体的にみるために、つぎにカウンセリングの一事例を抜萃してとり上げてみたい。

C(クライアント)：(すすり泣きながら) それは……ご存知のとおり、私が悪かったと思っているのです、でも、あとになって、両親が子どもに向かって、「泣き止めなさい」と言っているのを聞いたときに、まったくそう考えていたのではないんですが、私……なぜ両親が子どもに泣き止めるように言っていたのか、えー、……なんか気持ちを傷つけられる気がするのです。両親は自分で悪かったと感じている、それで、子どもよりも、自分たちの方が本当によく、悪かったと感じているのは誰も他に居ないのではないかと、えー、それは、なんか……私が思うのには、両親は子どもを泣かしていたと、そんなふうに思うんですね。それで……子どもにも悪かったと感じているのでは、多分。客観的に……みれば。えー、それが……それがなんか、私が身体で感じていることなんです。私は、今……本当に今、そう思うんです。それで……

T(カウンセラー)：それは、もっと感情的なものなんですね。つまり、あなた自身のために本当に泣いているように思えるんですね……

C：それから、もちろん、私は……それをかくしているということがわかってきたし、そう感じているのです(泣く)、でも……そして……非常に苦しみながらそれをかくしているのです、それを、こんどは私がかくしていなければならないのです。(泣く)、いま思っていることは、その苦しみからのがれたいことなんです、自分が傷つくなんていうこと考えたくないのです。

T：(やさしく) あなたは、ご自身で感じとっているように、その深いところで、本当に自分で

泣を流したいような感じになっているのですね。でも、それをあなたは外にあらわすことができないでおり、あらわしてはならないのですね、それで、苦しみながらそれをかくしているけれども、それは自分の気持ちにそぐわないし、それから逃れたいのですね。……その苦しみを味わうよりは、むしろ傷つくことを甘んじて受けた方がいいとも感じているのですね。（間）、あなたが強く言いたがっているように見えることは、『傷ついているんですが、それをかくしたい』ということなんですね。

C：それには気づきませんでした。

T：うーん、本当に新しい発見のようなんですね。

C：（同時にことばを出して）本当に気がつかなかったのですね。でも、それは……ご存知のように、それはからだの問題なんです。それは……私、私、私が自分のなかでなんか……末梢神経と、それからなんか押しつぶされているようなもの……を見ているようなものですね。（泣く）

T：あなたのなかの非常にデリケートな部分のようなもの——からだのうえでの——がこわされ、傷つけられているような。

C：そうですね。それでですね、あわれなやつ、という感じがするんです。（間）

T：あなたという人間に、非常に深いあわれみを感じざるを得ない訳ですね。¹⁰⁾

このように、カウンセラーの発言は、クライアントの感情に迫り、その内部からとらえて共感を示すことにのみに注がれているのである。クライアントは、このようなカウンセラーの反応にもなって、「有機体の感覚的 sensory、内蔵的 visceral な一切の経験が、象徴的な水準で自己概念と一貫した関係のなかに同化し、あるいは、同化されるようなものが、それが自己概念になるとき、心理的適応が生じる」¹¹⁾ のである。ここに、クライアントの自己概念と現象的場の一致、パーソナリティの変化が見られるのである。

IV 第三期——体験的心理療法

クライアント 中心的 カウンセリング の発展の第三の時期は、おおむね、“体験的心理療法” experiential psychotherapy と名づけられよう。この時期の特色は、今日もおひきつづいており、時間的な経過を区切っていつ頃まで、と明確に示すことは困難であるが、ほぼ1957年以降1964年頃までとすることができる。第二の時期から第三の時期への発展の刺激となったことのひとつは、面接への意欲のないクライアント、殊に入院慣性分裂病患者のカウンセリングに際して、新しい問題・新しい難題に遭遇し、これの克服にあったとみられる。もちろん、この刺激以外に、クライアント中心のカウンセリングの理論それ自体の発展的要素が第二期の後半以後に芽生えていたことも、発展への刺激となっている。

この時期の理論を要約することは、極めて困難であるが、その中心になることを簡潔に表現すれば、カウンセラーは、クライアントが“いま経験しつつあること” experiencing に注目し、カウンセラー自身も面接場面において自己の“いまの経験” experiencing を表現することがカウンセリングの働きとして強調され、他方、クライアントは、自己の“直接的な体験” direct experiencing をいかに活用するかを体得することによって、対人的・自己内的 inter-and intra- 個人の生き方の過程連続線 the process continuum に沿って成長していくのであって、そのことがかれのパーソナリティの変化となる、というものである。それゆえ、この時期の焦点は、面接場面におけるカウンセラーとクライアントの“体験過程” experiencing であるということができよう。

この時期の初期の考え方は、ロージャズの著書「人間生成論」¹²⁾などに見られるが、そのなかで

も、1957年の所論“治療における人格変化の必要にして十分な条件” the necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change は注目に価する。ここでロージャズは、これまで強調していた“感情の反射”といった技術を極力避け、カウンセリングにおける重要なことからは、カウンセラーの広範にわたる行動によって伝達されるような一般的な“態度” attitude や“能力” ability に重点をおくようになったことである。そこで、カウンセリングにおける必須の条件として六つのものをあげ、なかでも、“一致”あるいは“純粋性” genuineness, “積極的配慮” positive regard, “共感的理解” empathic understanding の三つが極めて重要だとしている¹³⁾。そして、この基本的な条件があるならば、クライアントの積極的なパーソナリティの変化がおけると述べ、それは、カウンセラーの特定の技術にも、クライアントの特定の問題にも関係なくみられると仮定している。このようにしてカウンセラーは、自分自身の関心や感情をクライアントに伝達することについて、以前よりいっそう積極的になったのである。

その後、ロージャズは、“心理療法の過程概念” a process conception of psychotherapy (1958年)を著わし、カウンセリング過程におけるクライアントのパーソナリティの変化の法則性を概念化している¹⁴⁾。心理療法では、一定の条件があれば一定の結果がもたらされるのではないかと考え、ひとつの過程連続線を想定した。それは、固定性 fixity から変易性 changingness へ、固定的構造から流動性へ、停滞から過程へ、というものである。これらの過程連続線は、段階的に7つに分けられるが、この連続線に沿ってクライアントは、感情の解放 loosening of feelings, 体験のしかた manner of experiencing, 不一致 incongruence と一致、伝達の方法と程度、体験の認知的広がり cognitive maps などが一本の糸のように合流しあうようになりながら、“流れ・動きの総合体” a unity of flow, of motion へと変わっていくのである。そして、このような変化は、カウンセラーの一定の態度、すなわち、前述の六つの条件、なかでも“純粋性”、“積極的配慮”、“共感的理解”があって、クライアントが“あるがまま”に受け容れられている場合にかぎられるというのである。

このように、クライアントが一定の条件のもとであるがままに受け容れられるなかでパーソナリティの変化が認められるということは、かれの内部的感覚に焦点を合わせることを意味する。ここから、体験過程の概念が生じてくるのである。体験過程は、個人の内部的照合 inner referring の主観的な過程であり、その人の個人的意味づけ personal meanings の感覚をさすものである。それは、何かひとつのものであるよりも、むしろ内面的な感覚 internal sensing の過程なのであり、体験過程という現象は、その個人のすべての感覚 sensitivities を含むものであって、その人の人間性 personness にとって極めて中心的なものである。この体験過程について、ロージャズの理論をさらに発展させたジェンドリン Gendlin, E. T. は、カウンセリングとのかかわりあいにおいてつぎのように述べている。「効果的な治療反応とは、その人がいま気づいているものに照合するものである。しかし、それは、たんにかれの言葉とか思考に照合するのではない。むしろそれは、いまここで感じられているもの、すなわち、かれの現在の体験過程に照合するものである。……かくして効果的な治療的反応は、三つの密接に関連したことがらを旨とするものである。①かれの現在の体験過程に直接的に照合し、また、クライアントがそれに直接的に照合することができるように援助する。②かれにこの現在の体験過程をもっと深く感じさせ、それととり組み、それに直面し、それに耐え、それをのり越えるようにさせる。③その潜在的な意味づけ implicit meaning を、それを正確に叙述するような概念におきかえるよう援助する」¹⁵⁾。

このような体験過程を重視するに至らない第二の時期においては、クライアントがその自己概念

を総合的にしていくことを強調していたが、その考え方は、この第三の時期の体験的心理療法の枠組みのなかに包摂することができる。自己概念がますます統合するということは、クライアントがその体験過程に次第に接近することの一側面であるとみられる。クライアントの体験過程がもっと直接的に利用され、用いられるようになると、かれの自己概念は変化していくであろう。体験過程の理論は、当然のことながら、第二の時期、さらには第一の時期の理論に深い意味づけを与えたものであって、クライアントの内面的な感覚に反応 response することによって、かれの基本的な人間性 essential humanness に応じようとしていることを認め、また、伝達しているのである。体験的心理療法は、今日なお理論構成が深められている。この時点で早急な要約を求めることはなお困難なことであるが、あえてその基本的特質をまとめるならば、つぎの四点が指摘され得よう¹⁶⁾。

- (1) 体験的心理療法は、広範にわたるカウンセラーの行動を含むものである。この広範な活動には、以前の第一、第二の時期においては非効果的と考えられていた“介入的行動” interventive activities (意見や感情を述べ、質問をする、など)も含まれている。
- (2) この立場では、カウンセラーのある種の態度(一致あるいは純粋性、共感的理解、および、積極的配慮)が、効果的な治療関係の樹立および経続のための前提条件として要請される。
- (3) (1)で述べたカウンセラーの柔軟性のある行動は、体験過程という現象のうちに位置づけられる。カウンセリング関係のなかでのカウンセラーの反応 responsiveness は、そこでの相互的な働きあいのなかのカウンセラー自身の直接的な(いまここで)の体験過程にもとずいてなされるのであり、また、クライアントの主観的な(内面の)過程に向けられるのである。体験過程についてここで焦点とされることは、クライアントに対するカウンセラーの直接的・瞬間的な多くの感情がときおり表出するようになることなのである。
- (4) 体験的心理療法は、カウンセラーの扱う基本的な原材料——カウンセラー自身の体験過程——に中心をおくようにみられるけれども、それは、クライアントを統合的な、生物的社会的 biosocial な人間として見なすことにあるのである。体験的心理療における研究や理論構成は、心理療法に含まれる生理的・行動的・社会的・現象学的な関連事象を見きわめ、それらを相互に関連づけようとするところにある。治療における諸現象とその他の対人的・対内的な諸事象との関連が強調されているのである。

V 第四期——エンカウンター・グループ

クライアント中心のカウンセリングの第四の時期は、1964年以降現在に至るまでと区別され得よう。第三の時期に展開した“体験的心理療法”は、なおひき続いて発展しているが、これに“感受性訓練” sensitivity training や T-グループの理論が融合されて、ひとつの新しいアプローチが展開した。これを、ロージャズは、“エンカウンター・グループ” encounter group と呼んでいる¹⁷⁾。エンカウンター・グループは、人間中心のリーダーシップと信頼・理解・出会いの体験を集中的に達成することが目指されているので、“集中的なグループ体験” intensive group experience ともいわれる。この点について、ロージャズは、つぎのように述べている。すなわち、このグループは、「ふつう10人から15ぐらいの人たちとファシリテーター facilitator またはリーダー leader と呼ばれる人をもって構成する。そこでは、場面構成をほとんどおこなわずに、個人的表現、感情の探究、相互のコミュニケーションのための最大限に自由な雰囲気準備する。このグループの焦点は、グループ・メンバー間の相互作用におかれるのであって、その自由な雰囲気のなかで各人のもっている防衛や仮面を脱ぎ捨てるように勇気づけ、グループ内の他のメンバーと直接的で開放的な

関係——基本的な出会い basic encounter——を可能にするようにする。このようにすれば、ひとりひとりがふつうの社会的関係や職場の関係のなかで達成されるよりも、はるかに深く自分自身と他の人間を知るようになる。すなわち、開放的雰囲気、思いきった冒険、素直さなどが、信頼感を湧かせ、それがその人の自己認識を深め、自己欺瞞の態度を改め、もっと革新的で建設的な行動を実際に試み、それをとり入れることを可能にする。その結果、日常の生活場面で他の人とよりいつそう適切で効果的な関係をもつことができるようになる」¹⁸⁾。

このようなグループ・アプローチは、大学その他の教育機関、産業界、矯正機関、教会、保養施設などの場ですすめることができ、アメリカでは、学生、教授、カウンセラー、心理治療者、企業の幹部、非行青少年、中途退学者、夫婦、麻薬常用者、服役犯罪者、看護婦、教師その他の教育者などが広く参加しており、地域的には、フランス、イギリス、オランダ、日本、オーストラリアなど世界的に拡がりつつあるといわれる。

この運動を支える理論としては、レヴィン派およびクライエント中心のカウンセリングの考え方がもっとも卓越しており、ゲシュタルト派およびその他の精神分析派の理論が補助的な役割を果たしているが、その焦点となることは、集団内の体験を通して、過去の経験と個人の成長の力動性を探究しながら、人間関係技術の特別な訓練をすること、表現的な動きを通して創造的に表現すること、個人間の基本的な深い出会いやその関係に心を向けることにある。そして、このグループアプローチからは、個人の認知的な学習 cognitive learning ばかりでなく、個人の変化 personal change がもたらされるのである。この点に関する実際の仮説を、ロージャズは、つぎのように要約している¹⁹⁾。

- (1) 自由が多く、厳しいかたちで構成されていないから、個人は、しだいに防衛的でなくなり、見せかけの様相がなくなる。
- (2) 個人は、より直接的に、グループの他のメンバーと感情の根源 feeling basis において結びつくようになる（基本的出会いに入る）。
- (3) 個人は、自己自身についても、また、他のメンバーとの関係についても、より正確に理解するようになる。
- (4) 個人は、自己の態度や行動を変えるようになる。
- (5) 個人は、ひきつづいて、日常生活場面で他の人たちとより効果的な関係をもつようになる。
- (6) 最少限に構成された場面で、そのグループは、当惑、分裂、断絶などから、より相互に信頼しながら、凝集された雰囲気をもつように移り変わっていく。

このような集中的なグループ体験を強調するエンカウンター・グループの過程は、今日まだじゅうぶんに定着されるに至っていないが、ロージャズの体験にもとづいてそれをみれば、つぎの15の局面 phases をもっといわれる²⁰⁾。

- (1) どうどうめぐり miling around
- (2) 個人的なことがらの表明あるいは探究への反抗 resistance to personal expression or exploration
- (3) 過去の感情についての叙述 description of past feeling
- (4) 否定的な感情の表現 expression of negative feelings
- (5) 個人にとって意味のあることがらの表明および探究 expression and exploration of personally meaningful materials
- (6) グループ内での個人相互の直接的な感情の表明 the expression of immediate interpersonal

feelings in the group

- (7) グループ内での治療的能力の発達 the development of a healing capacity in the group
- (8) 自己受容と自己変化への開始 self-acceptance and the beginnings of change
- (9) 見せかけの態度や行動の打破 the cracking of façades
- (10) 個人的フィードバックの獲得 the individual receives feedback
- (11) 対決 confrontation
- (12) グループ外での援助的関係 the helping relationship outside the group sessions
- (13) 基本的な出会い the basic encounter
- (14) 積極的な感情や親密さの表明 the expression of positive feelings and closeness
- (15) グループ内における行動の変化 behavior changes in the group

以上で見るかぎり、この過程は、第三期でみられた体験的心理療法のプロセスと極めて類似していることが知られる。グループの形態をとりそのなかにおりながら、個人は、固い閉ざされた自己から柔軟な開かれた自己へ、他人とかかわりのない自己から他人との関係のなかに入って行く自己へ、冷やかで信頼のない関係から暖かい相互信頼の関係へ、不確実・否定的な感情の表明から積極的で自信に満ちた表現へ、否定的な自己認識から積極的・肯定的な自己認識へ、と変わっていくのである。言い換えるならば、集中的なグループ内の体験を通して、個人は、そのパーソナリティを著しく変革していくのである。

ロージャズは、このようなグループ・プロセスについて客観的な解明を試みているが、以上の利点がこのなかに数多く現われること指摘するとともに、その問題点についても言及している。たとえば、配偶者どうしがこのグループに参加した場合、その生活上の緊張が公開されたり、男女混成のグループでは、そのなかでの“暖かさ” warmth が別の意味にとられたり、このグループの経験が新しいメンバーに対し本質からはずれたことを押しつけようとしたりすること、などがあげられる。しかし、エンカウンター・グループは、現代社会の人間関係を再人間化 rehumanizing するものとして極めて効果のある方法だと強調している。そして、このことに関してつぎの三点が考えられていると述べている²¹⁾。

- (1) エンカウンター・グループは、非常に効果的な経験をもたらすものであり、したがって、科学的な検討に値するものである。
- (2) エンカウンター・グループは、現代の生活のなかにある孤立 isolation に対して即応するひとつの文化的な試み cultural attempt である。
- (3) エンカウンター・グループは、達成 fulfillment への道を開くものである。

— 註 —

- 1) Rogers, C. R. : The Process of Therapy, J. of Consult. Psychol., 1940, 4, PP. 161~164
- 2) Vocational guidance movement は、1908年パースンズらによってボストンに創設された職業局 the Vocational Bureau of Boston によって始められたといわれる。
- 3) Williamson, E. G. : How to Counsel Students, New York, McGraw-Hill Book Co., 1939
- 4) Rogers, C. R. : Counseling and Psychotherapy, Boston, Houghton Mifflin, 1942, PP. 30~45
- 5) Rogers, C. R. : op. cit., 1942, P. 18
- 6) Rogers, C. R. : op. cit., 1942, P. 18
- 7) Rogers, C. R. : op. cit., 1942, PP. 411~412
- 8) Rogers, C. R. : Client-Centered Therapy, Its current practice, implications, and theory,

- Boston, Houghton Mifflin, 1951
- 9) Rogers, C. R. : op. cit., 1951, P. 29
 - 10) Rogers, C. R. and Dymond, R. F. : Psychotherapy and Personality Change, Co-ordinated research studies in the client-centered approach, The Univ. of Chicago Press, 1954, PP.326~327
 - 11) Rogers, C. R. : op. cit., 1951, P. 513
 - 12) Rogers, C. R. : On Becoming A Person, A therapist's view of psychotherapy, Boston, Houghton Mifflin, 1961
 - 13) Rogers, C. R. : The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change, J. of Consult. Psychol., 1957, 21, PP. 95~103
 - 14) Rogers, C. R. : A Process Conception of Psychotherapy, American Psychologist, 1958, 13, PP. 142~149
 - 15) Gendlin, E. T. : Experiencing : A variable in the process of therapeutic change, Ameri. J. of Psychotherapy, 1961, 15, PP. 233~245
 - 16) Hart, J. T. and Tomlinson, T. M. : New Directions in Client-Centered Therapy, Boston, Houghton Mifflin, 1970, P. 20
 - 17) Rogers, C. R. : Carl Rogers on Encounter Group, New York, Harper & Row, 1970
 - 18) Rogers, C. R. : A Plan for Self-Directed Change in an Educational System, Educational Leadership, 1967, 8, PP. 717~731
 - 19) Hart, J. T. and Tomlinson, T. M. : op. cit., 1970, P. 294
 - 20) Rogers, C. R. : op. cit., 1970, PP. 15~37
 - 21) Hart, J. T. and Tomlinson, T. M. : op. cit., 1970, PP. 311~312