カール・ロジャーズの人間観と心理療法観
―パーソン・センタード・アプローチの基盤―

山田　俊介（医学部臨床心理学科）

Abstract:　本研究はパーソン・センタード・アプローチの創始者であるカール・ロジャーズの人間観及びクライエント観、心理療法観を明確化することを目的とする。ロジャーズの著作を整理・検討し、ロジャーズの見方で特に重要であると考えられる内容について人間観及びクライエント観は８つの側面、心理療法観は６つの側面に分けて論じた。また、全体を通して、パーソン・センタード・アプローチは、(1)根底に人間への基本的信頼と、個人の自律性と統合に対する敬意とそれを尊重する哲学が存在すること、(2)統合性をもった全体として成り立っていること、(3)セラピストの人間としての基本的な在り方と深く結びついていることが明らかとなった。

キーワード：カール・ロジャーズ、人間観、心理療法観、クライエント中心療法、パーソン・センタード・アプローチ

Ⅰ．はじめに

心理療法の学習・習得においては、心理療法の方法や進め方に注意が向きがちであるが、心理療法にはセラピストの人間観が大きく関わっている。筆者は山田（2022）において、セラピストの人間観はクライエントへの働きかけに一貫性と統合性をもたらすものであり、心理療法の基盤であることを論じた。そして、それぞれの学派の心理療法についても「心理療法にはある種の人間観が浸みこんでいる。この人間観は当の治療法を初めて用いた人物－創始者－がもつ人間観を反映している」（台、2011、p6）と考えられている。筆者も心理療法を学習する際には、それぞれの学派の人間観に目を向けることが重要であることを指摘した。

そこで、本研究ではクライエント中心療法、パーソン・センタード・アプローチの創始者であるカール・ロジャーズの人間観に注目したい。ロジャーズの著作を整理・検討することにより、ロジャーズは人間及びクライエントをどのように見ているのか、また心理療法をどのように見ているのかを明確化することを目的とする。パーソン・センタード・アプローチに関しては、中核条件である一致、無条件の肯定的配慮、共感的理解というセラピストの態度がよく知られているが、上の明確化によってその基盤にはロジャーズのどのような見方（人間観及びクライエント観、心理療法観）があるかについて理解を深めることができると考えられる。

Ⅱ．人間観及びクライエント観

１．人間の成長力

ロジャーズは自らの新しいアプローチについて紹介した著書『カウンセリングと心理療法』（Rogers, 1942）において、従来の心理療法と比べ、「この新しいアプローチは、人間の成長や健康、適応へと向かう動因について、きわめてより大きな信頼を寄せている」(p32) と表明している。続いて、1946 年の論文（Rogers, 1946b）では、“クライエントの能力の発見”について取り上げ、「クライエントの内部には、その力とその一様性がこれまでまったく認められず、あるいは非常に軽視されていたような建設的な力（constructive forces）が内在していることを発見（discovery）－私はこの言

葉を故意に用いるのであるがーした」(pp44-45) と述べている。そして、「全部とはいわなくてもほとんどの人間に、成長への力 (growth forces)、自己実現 (self-actualization) に向かう傾向が存在し、それがセラピィのための唯一の動機づけとなってはたらくということをいままで知らなかったし、認めてもいなかったのである」(p45)、「クライエント中心療法のセラピストが、人間内部のこのような能力を漸次ますます承認していくということこそ、まさに発見という言葉であらわすべきものであると信じるのである」(p46) としている。このように、ロジャーズはクライエント中心療法の実践を通して、人間の成長する力を実感・“発見”する経験を重ねていっている。Rogers & Wallen(1946) においても、「カウンセラーは、大部分の個人が、順応や再適応のための絶大な能力をもっていることを実感する。治療的なカウンセリングがたのみにするのは、カウンセラーの内部にある力ではなくて、クライエントの内部にある力なのである」（ｐ24）と述べている。さらに、Rogers (1950a) においては、クライエント中心療法の“中心的にして基本的な仮説”として次の仮説を提示するに至っている。「クライエントは彼自身の内部に、彼の生活および彼自身のなかにあって、彼に不幸や苦痛をもたらしている局面を理解する能性ー顕在的にではなくても潜在的にーをもっており、さらにまた、より大きな内部的な安定感をもたらすようなかたちで、自己実現と成熟の方向に向かって、彼自身およびその生活との関係を再体制化していく能性と傾向をもっている」(p247)。

ロジャーズは著書『クライアント中心療法』(Rogers, 1951) では、「生命体は、一つの基本的な傾向と力 (striving) をもっているーそれは、体験のただ中にある生命体自身を実現し、維持し、増進することである」(p321) と述べ、成長する力を生命体に内在するものとして表現するようになる。そして、「心理療法家は、自分がもっとも深く根本的に信頼している基盤が、この人間という生命体の前進的傾向であることに、きわめてはっきりと気づくようになってきている。その信頼は単に、状況の中のさまざまな要因が明確であるときに、成長の方向へと動き出すクライアントの一般的な傾向において明らかであるばかりでなく、その個人が精神病になりかけているとか、自殺せずにいられないというような、きわめて重篤なケースにおいても、劇的に示される。ここにおいて心理療法家は、自分が基本的に信頼することができる唯一の力は、前進的な成長と増進をめざす生命体の傾向であるということに、まざまざと気づかされるのである」（p323）としている。同じように、Rogers(1956b) においても、「このことを成長傾向（growth tendency）とよぼうが、自己実現への衝動 (drive toward self-actualization) とよぼうが、前進的指向傾向 (forward-moving directional tendency) とよぼうが、いずれにしてもこれが生活の主要動機である。そして結局、すべてのサイコセピィはこの傾向に依存しているのである。それはすべての有機体ならびに、人間の生活にみられる衝動 (urge) である。ー拡張し、伸張し、独立し、発達し、成熟したいという衝動である」(p8)、「それはまた、有機体のすべての能力を表現し、活動させ、そのことにより有機体または自己を、拡大したいという傾向である」(p8) と述べている。

また、Rogers (1956a) では、改めてクライエント中心療法の“基本的にして中心的な仮説”をより詳しく次のように提示している。「人間は彼自身の内部にー顕在的にではなくても潜在的にー成長に向かって前進する能性と傾向（capacity and tendency … to move forward toward maturity ）をもっているということである。適当な心理的風土 (psychological climate) のなかで、この傾向は解放され、可能性として止まっていないで、現実のものとなる。それは、彼の生活および彼自身のなかで、彼に不満と苦痛を引き起こしているような局面を経験し理解する能性と傾向のなかに、はっきりとあらわれるのであるが、それによって彼は、自己自身についての意識的な知識の下を掘り下げて、その脅威的な性質のゆえに彼自身に拒否されていた諸経験を探求していくのである。それはまた、もっと成熟したと見なされるようなかたちで、

彼のパースナリティと、生活に対する彼の関係を再体制化する傾向のなかにあらわれてくる」(p46)。そして、それに続いて、「それは、すべてのサイコセラピィがそれに依存しなければならない傾向なのである。それはその存在を否定するような精巧な防衛の背後に深くかくされているかもしれないが、すべての人間に存在するものである、とわれわれは信じているのである」(p46) と述べている。

以上のように、ロジャーズは自らの新しいアプローチを開始したその初期から、人間の成長する力を重視している。そして、実践を積み重ねる中で、成長する力が存在していることへの確信をますます深めていったことがわかる(このことは、ほとんどの人間に存在するという表現から、すべての人間に存在するという表現への変化からもうかがわれる)。また、すべての心理療法は、この成長する力に依存・依拠しているととらえている。

２．人間の実現傾向

人間の成長する力について論じる際に、その後、ロジャーズは実現傾向という用語を用いるようになる。ロジャーズは1959年の論文『クライエント中心療法の立場から発展したセラピィ、パースナリティおよび対人関係の理論』(Rogers, 1959b) において、クライエント中心療法に関する概念について、「できる限り厳密に、これらの構成概念や用語を定義しようと努力」(p179) している。その中で、実現傾向を「有機体を維持し、強化する方向に全能力を発展させようとする有機体に内在する傾向である」(p182) と定義している。また、「この基本的実現傾向が、この理論体系のなかで仮定されている唯一の動因 (motive) であることに注意してほしい。さらに注意すべきは、この傾向をあらわすのは全体としての有機体 (organism as a whole) であり、有機体は全体としてのみ、この傾向をあらわすということである」(p183) と指摘している。

Rogers (1963) においても、実現傾向について、次のように述べている。「実現傾向はもしわれわれが望むならばあきらかに選択的な性質をもち、一定の方向に向かうものであり、建設的になろうとする傾向なのである」(p403)、「人間の中に、一つの中心となるエネルギーの源泉があり、それは人間のある一部分の機能というよりはむしろ有機体全体の機能であると考えるべきであり、その傾向は、有機体の充足や実現や維持や強化に向かう傾向であると考えるのがおそらく最もよいのではなかろうか」(p404)、「実現へと向かう傾向があり、それが、いかなる有機体においても生命の最も本質的なものなのである。その傾向が動機とよばれるものの実体なのである」(p424)。

そして、1977年の著書『人間の潜在力』(Rogers, 1977) では、実現傾向について次のように説明している。「それはすべての有機体は、どの水準においてもその生来の可能性を建設的な方向へと実現しようとする基本的動きをもっている、ということである。人間には、完全な発達に向かう自然の傾向が存在している。この現象について最もよく使用されている用語は実現傾向であり、それはすべての生命ある有機体の中に存在するものである。それこそが人間中心のアプローチがよって立つ基盤である」(p10)。

以上のように、すべての有機体には生来の可能性を建設的な方向へと実現しようとする自然の傾向が存在し、この実現傾向こそがパーソン・センタード・アプローチがよって立つ基盤であることを明確に表明している。

３．クライエントこそ最上の案内人

ロジャーズは著書『カウンセリングと心理療法』(Rogers, 1942) において、面接の進め方について論じる中で、“クライエントこそ最上の案内人”であることを指摘している。すなわち、「クライアントの抱える重大な問題点や苦渋に満ちた葛藤、またカウンセリングが建設的に対処しうるクライアントの心の領域を把握するもっとも確実な方法は、クライアントの感情の様式が自由に現されるままに見守ることである」(p120) としている。つまり、クライエントにとって重要な事柄にたどり着くためには、クライエントの表現についていくことが必要であり、そうすればクライエントが案内して

くれるということである。従って、「面接のもっとも効果的な手法は、クライアントができるだけ自由に自分を表現できるように援助し、カウンセラーはクライアントの話す内容や面接の方向性を左右するような働きかけや応答は意識的に慎むように努めることである」(p120) とされている。また、Rogers & Wallen(1946) においても、「クライエントの困難を理解するために道案内できるのは、クライエントだけであると仮定しているのである」(p24) と述べている。そして、1961 年の著書『自己実現の道』(Rogers,1961) では、同様のことを別の表現で、次のように述べている。「何が傷ついているか、どの方向に進むべきか、どの問題が重要か、どんな経験が深く隠されているか、それを知っているのはクライアント自身である、ということです。私が自分の賢明さや知識を示したいという気持ちを持っていないのならば、クライアントがそのプロセスを自ら変化の方向に向かっていくのを信頼したほうがいいと考えるようになったのです」(p17)。

以上のように、ロジャーズはセラピストはクライエントの話す内容や方向を導いたり左右することを控え、クライエントの自由な表現についていき、クライエントが進もうとするプロセスを信頼し、尊重することがたいへん重要であるとしている。

４．クライエントの洞察

ロジャーズは著書『カウンセリングと心理療法』(Rogers, 1942) において、「カウンセラーはいかに自己洞察の発展を促進すべきか」(p179) について論じている。その中で、「クライアント側に自己洞察をもたらすための主要な手法とは、カウンセラー側に、最大限の行動というよりも、最大限の自制を要求するものだからである。その主要な手法とは、(中略) 自己洞察的な理解が自ずと発露するまで態度や感情の表現を促進し続けることである。自己洞察は、遅れて表れることが多く、ときとしてカウンセラーが自ら、自己洞察を与えよう、もたらそうとしてする努力がかえって自己洞察を阻害してしまうこともある」(p180) と述べている。なぜ最大限の自制を要求するかというと、「どんなカウンセラーもその応答パターンをクライアントに告げたり、クライアントの性格について講釈したいという耐え難いほどの誘惑にかられるものである」(p180) からであるとされる。カウンセラーが洞察を与えよう、もたらそうとする努力を控えて、「気持ちをそのまま表現できるよう促進しようとする面接のアプローチさえ守っていれば、自己洞察は遅れて表れることもなく、また阻害されることもないのである」(p180) としている。そして、「自己洞察と自己理解は、これらが自発的に起こる場合にもっとも効果的である。カウンセラーが、クライアントを自由にして、明晰に自己が抱える問題を見据えられるような状態にもっていくことができれば、もっとも価値ある自己洞察がクライアント主導で発展していくのである」(p188) と指摘している。

同じように、Rogers(1944) においても、「クライエントが、防衛的である必要のまったくない、自由な状態におかれると、自発的洞察が泡だって湧きおこり、意識化される。すべての自分の態度が純粋に理解され受容され、そして自分自身を防衛したい欲望をひきおこすものが何もないような雰囲気のなかで、クライアントが自分の問題を語りつくしていく時、洞察が展開するのである」(p29) と述べている。そして、「自分自身をいっそうはっきりとみようとするその人の努力によってもたらされたこのような自発的洞察は、深みと真剣さ (sincerity) と個人的な特質をもっており、それらはカウンセラーの側からクライエントに対して洞察を“与え”(give) ようとする試みの中では決して起こらないものなのである」(p25) としている。

また、Rogers(1952b) では、クライエントの洞察に関するクライエント中心療法の見方と精神分析の見方を対比して、次のように述べている。「カウンセリング関係における許容性が真実であり、情緒の解放が達成されたならば、洞察が自然に発展するであろう。クライエントは、自分のかくされていた動機やパターンについての、深い、正確な、意

味のある意識化をするようになる能力をもっている。彼は、もしもセラピストが適切な心理的ふんい気を持続させているならば、自分のおかれている状況が必要とする程度まで、このような意識に到達するのである。この点は強調しておく必要がある。というのは、この考え方は、クライエントはそのような洞察を、専門家から与えられねばならない、という主張をもつ精神分析家の見方とは、鋭い対照を示すからである」(p129)。さらに、「クライエント中心のセラピストは、クライエントはセラピストから与えられることのできるものよりも、自分自身の重要なパターンについて、もっと豊かな、もっと真実な、もっと敏感な理解をするようになるということを経験から示すことができるという見解をもっている。このことは、しばしば苦痛や不快がともなうにもかかわらず達成されるのである。多くの精神分析の大きな特徴とされている個人の能力についての不信は、われわれの経験にもとづくとき、見られないようである」(p129)。

このようなクライエントの洞察を発展させる能力については、その後、クライエントの成長力、実現傾向の一部として論じられることが多くなっていく。1956 年の論文（Rogers, 1956b）では、人間の成長力に関する記述の中に、「すべての個人の中には、彼に苦痛や不満を与えるような自分の生活のいろいろな面を理解し、しかも自分自身の意識の世界の背後を探ってみると、あまりに脅威を感ずるので無意識に追いやってしまっていたいろいろの経験を、理解する能力があることは明らかである」（p8）ということが含まれている。そして、1980 年の著書『人間尊重の心理学』(Rogers, 1980) では、「個人は自己の内部に自己理解や自己概念、基本的態度、自発的行動を変化させていく為の大きな資源を内在させている」（p109）と表現されている。

以上のように、ロジャーズはクライエントの洞察は自然に自発的に発展するものであり、それはセラピストが与えることのできるものよりも、「もっと豊かな、もっと真実な、もっと敏感な理解」をもたらすものであるとしている。そのため、セラピストは洞察を与えよう、もたらそうとすることを自制し、クライエントが自由に経験や感情を表現できるよう促進することが大切になる。そして、それは精神分析の見解との対照的な相違であると指摘している。

５．クライエントの選択の尊重

ロジャーズは著書『カウンセリングと心理療法』（Rogers, 1942）において、クライエントの選択する権利について取り上げ、「たとえクライアントが選ぶ人生の目標と、カウンセラーがクライアントのために選ぶ目標とが食い違っていたとしても、クライアントに自分の人生の目標を選択する権利がある」（p115）と述べている。そして、「個人が自分自身や問題について少しでも自己洞察できるならば、この選択を賢明に行う可能性があるだろうという信念もある」（p115）としている。また、「賢明でなく不健康であるというような選択をクライアントがするならしてもよいとカウンセラーは思っているのか？カウンセラーは自己決定をする個人の権利を純粋に信じているのかどうか？もしそうでなければ、カウンセラーは、われわれが今記述しているような性質の心理療法を満足いくように遂行できるかどうか疑わしい」（p350）と問いかけている。それに続いて、「選択が成長を遂げるようなものではなく、退行的な選択であることもあろう。もしカウンセラーがクライアントに、あらゆる自由のなかでももっとも基本的なこの自由を提供しようとするなら、カウンセラーはまさしく真の意味における自分の限界を自覚すること、すなわち、神のように演じたいという要求から解放されることが必要なのである」(pp350-351) と述べている。この自分の限界とは、「より深い真実は、カウンセラーがその状況をどんなによく知っていても、クライアントこそ望んでいる満足を選択することができる唯一の人間であり、問題を解決できる唯一の人間である、ということである」(p349)。すなわち、カウンセラーはクライエントがどのような選択をすることが望ましいかをクライエントに代わって選択することは不可能なのである。ロジャ

ーズは「心理療法家の役割は判定することではなく、クライアント自身が自分の基本的な態度が自分の人生の目標に沿っているかどうかを判断できるように、そうした態度を明確化し客観化することなのである」(p304) と指摘している。

Rogers(1946a) では、心理療法に関するクライエントの選択について取り上げ、次のように述べている。「自分のおかれている状況のいかなる側面が自分にとってだいじなものなのか、いかなる話題を話したいと思っているのか、いかなる態度を表明しようとしているのか、話し合いがいかなる方向をとるべきなのか、次回の約束をしたいと思っているのかどうか、などということを決定する主導権はクライエントにのこされているのである」(p62)。

そして、著書『クライアント中心療法』(Rogers, 1951) においては、心理臨床家に対して、次のように問いかけている。「心理臨床家はその結果がどうであれ、自ら進んで完全にクライアントに、まかせきっているだろうか？クライアントが自分の人生を整理し、コントロールすることを純粋に奨励しているだろうか？クライアントの選んだ目標が、社会的でも反社会的でも、あるいは道徳的でも非道徳的でも、喜んで受け入れているだろうか？もしそうでないのなら、クライアントにとって心理療法が意味ある体験になるかどうかは疑わしい」(p50)、「心理臨床家は、クライアントが成長あるいは発展よりも退行を選んでも喜んで受け入れるだろうか？また、精神的健康よりも神経症的性格を選んだら？援助を受け入れずに拒否したら？生きるより死を選んだら？私が思うに、いかなる結果が選択されようとも、いかなる方向が選択されようと、心理臨床家が喜んでそれを受け入れるときー心理臨床家はそのとき初めて、建設的な行動をめざす個人の能力と可能性の活力に満ちた力がなんであるかを理解するであろう」(pp50-51)。確かに、ロジャーズが上げたような状況においては、セラピストがクライエントの選択を本当に尊重しようとしているかどうかが根本的に問われるであろう。

ロジャーズは Rogers (1965a) において、「人間は健全な選択能力をもっている」(p103) と述べている。そして、それに続いて、「私はサイコセラピィの経験から、人間がその経験に対して開放的になるにつれて、人間のもっている健全な選択と実行の能力を強く信頼するようになってきた」(p103) としている。さらに、著書『人間の潜在力』(Rogers, 1977) においても、次のように選択能力について取り上げている。「人間中心のアプローチは、次のような前提に立っている。すなわち、人類は外的および内的状況を評価し、自分自身をその脈絡において理解し、生活の次の段階に関する建設的選択をなし、その選択に基づいて行為する能力を持つところの、基本的に信頼しうる有機体であると」(p21)。

以上のように、ロジャーズはクライエントの選択する権利にたいへん重きを置いており、セラピストはどのような選択であってもクライエントの選択を心から尊重する必要があるとしている。そして、そのような尊重は、クライエントは建設的な選択の能力をもっているという深い信頼に裏付けられている。

６．クライエントの責任

ロジャーズは著書『カウンセリングと心理療法』(Rogers, 1942) の中で、「クライアントの問題や行為に対して負うべき責任の範囲」(p89) について取り上げ、「責任はクライアントに委ねられるのがもっとも援助的であるといえる」(p89) と述べている。また、Rogers (1946a) においては、カウンセリングの「過程は、責任をクライエントにゆだねておくことによりますます促進される」(p62) と指摘している。そして、「クライエント中心的カウンセリングにおいてクライエントが責任をもつ (he is responsible) というのは、まさに言葉の完全な意味においてそうなのである」(p62) と述べている。Rogers (1946b) においても、“成長への力を解放させる要素”の１つとして次のことを上げている。「カウンセラーが、人間は基本的には自らの力で責任をとっていけるものであるという原理にもと

づいて行動し、すすんでその責任をその人間に保持させようとするとき」(p40)。

ロジャーズはRogers (1950a) の中でも、クライエントの責任について取り上げ、「責任もまたクライエントの方に委ねられる－会話の次の話題を選択する責任であろうと、あるいは、彼自身および彼の将来に関するある重大な選択の責任であろうともー」(p249) としている。さらに、Rogers (1950b) では、クライエントの責任についてさらに詳しく次のように述べている。「ある感情を探索するか、それとも触れないでおくか、急いで説明するようにしてゆくか、それともゆっくりしてゆくか、それらを選ぶことについて、責任はクライエントの掌中にあるのであります；自分の経験の中に隠されている関係を発見すること、私どもはそれを洞察と呼んでおりますが、それもクライエントの責任なのであります；自分の新しい理解に照らして、自分が行動するしかたを決定するのは、クライエントの責任であります」(pp16-17)。それに続いて、「基本的にやりたいと思っていることは、クライエントが、自分なりに自分自身の生き方を実感するのを援助することであり、クライエントの生き方に対する責任、もしくはその責任のいくらか、を引き受けるようなことは、やりたくないと思っているのであります」(p19) としている。

ロジャーズはRogers (1956a) においては、クライエントという用語について論じる中で次のように述べている。「おそらくここに、われわれが“患者 (patient)”という用語よりも“クライエント (client)”という用語の方を好む理由を説明する要点がある。セラピストがこの他人を患者－病気であり、多くの場合自分で責任をもつ (self-responsible) ことができない人間－としてみるよりも、クライエント－援助を用いることを選択することができる、自分に責任をもつことのできる人間－としてみていることは明らかであろう」(p45)。

以上のように、ロジャーズは自分自身の人生や自分の問題、行動の選択、心理療法にどのように取り組むかなどについての責任はクライエントに委ねること (それは、クライエントを自分に責任をもつことのできる人間としてみることである) が最も援助的であるとしている。

７．個人の自律性と統合に対する敬意・哲学

ロジャーズは著書『カウンセリングと心理療法』(Rogers, 1942) において、自らの新しいアプローチと、その当時アメリカでカウンセリングの主流であった指示的アプローチとの相違について論じている。その中で、指示的アプローチは、「社会的同調性と、より能力のある者がより能力の乏しい者を指示する権利に高い価値が与えられている」(p116) としている。それに対して、自らの新しいアプローチは、「すべての人間が心理的に独立した存在である権利、自らの心理的な統合性を維持する権利に高い価値が与えられている」(p116) と指摘している。そして、「このようなアプローチを選択することは、個人の自律性と統合に対する深い敬意をともなうものである。それは、個々人がもつ自己決定の権利についての信念をともなうものである。専門職に就くすべての人がこのような人間への信頼をもっているというわけではなく、また、自分の基本的な選択をするという個人の権利に対してこうした敬意を払っているわけでもない」(pp304-305) と述べている。同じように、Rogers & Wallen (1946) においても、クライエント中心のアプローチの特徴の１つとして、「クライエントの人格的な自律に対する尊敬」(p23) をあげている。また、Rogers (1948) では、クライエント中心のアプローチについて、次のように述べている。「適応の問題を処理するこの全体的アプローチは、その人間を、自己理解、自己評価、自己決定の権利と能性をもったひとりの人間として尊重するというフィロソフィーの、徹底的にして詳細な実現化であると見ることができるであろう」(p200)。

そして、Rogers (1950a) では、クライエントを受容する態度について論じる中で、「このような受容はおそらく、個人の自己指示と自己決定の権利に関する深い確信を、自己自身のフィロソフィーのなかに統合しているセラピストにして、はじめ

て可能なことであろう」(p248) と指摘している。また、著書『クライアント中心療法』(Rogers, 1951) においては、クライエント中心のアプローチの習得に関連して、次のように述べている。「その実用的な哲学が、他人の意義や価値に対する心からの尊敬を感じる方向にすでに進んでいる人は、この感情の表現を促進するクライアント中心の技術によりたやすく同化できるのだ」(p26)。　さらに、Rogers (1962) の中では、カウンセラーの一致、無条件の肯定的配慮、共感的理解という態度について論じた後に、次のように述べている。「私が述べてきたような態度は、カウンセラーが、これらの態度を心から受け入れることのできるような人間に関しての哲学をもっているのでなければ、経験されそうもないことは明らかである。これらの態度は、人間と、人間がもっている可能性を大いに尊重するのでなければ、意味がないのである。カウンセラーの価値体系の基本となっている要素が、個人を尊重することでないなら、本当の思いやりや相手を理解しようとする欲求を経験している自分を見いだすことはむずかしいであろう。また、たぶん、真実であることをほんとうに重んじることもないであろう」(p58)。

以上のように、ロジャーズは一貫して、個人の自律性と統合に対する敬意とそれを尊重する哲学の重要性を強調しており、クライエント中心のアプローチを実践するにはそれらが不可欠であるとしている。そして、セラピストが一致、無条件の肯定的配慮、共感的理解という態度を実現するためには、個人を尊重するという哲学、個人の自己指示と自己決定の権利に関する確信を持っていることが不可欠であることを明確に指摘している。また、先にあげたクライエントの選択の尊重やクライエントに責任を委ねるという特徴はこの敬意・哲学の具体的な現われであると考えられる。

８．クライエントの知覚への注目

ロジャーズはRogers (1946b) において、クライエント中心療法の特質を論じる中で、次のように述べている。「時がたつにつれて、われわれはその関係の“クライエント中心性”(client-centeredness) をますます強調するようになった。なぜなら、カウンセラーがクライエントを、彼が自己を知覚するそのままの姿で理解しようとすることに完全にその精神を集中するならば、それはそれだけますます効果的になるからである」(p53)。続いて、Rogers (1947) では、人間の知覚の重要性について次のように述べている。「行動は、器官的なまたは文化的な要因 (organic or cultural factors) から直接に影響を受け、あるいは決定されるものではなく、主として (そしておそらくはそれのみによって)、これらの要因の知覚によって決定されるものである、と。換言すれば、行動を決める決定的な要因は、その個人の知覚の場 (perceptual field) である」(p16)。そして、「行動を決定するのは知覚の場であるとするならば、サイコロジストの主要な研究対象は、その人自身によって見られるままの (as viewed by the person himself) その人間と彼の世界になってくるということである」(p16) と指摘している。

さらに、1951年の著書『クライアント中心療法』(Rogers, 1951) においても、人間の知覚について取り上げ、次のように述べている。「行動には原因があり、行動の心理的な原因となるのは特定の認知 (筆者注：原語はperceptionであり、ロジャーズの他の引用文献の多くでは知覚と訳されている)、あるいは特定の認知様式である。クライアントの認知や行動の力学を完全に知る可能性をもつものはクライアント本人のみである」(p218)、「その体験がどのように認知されたのかを知ることができる唯一の人間はその個人であることは間違いない」(p318)。そして、人間の行動の理解についても触れ、「行動を理解するためのもっとも有利な視点は、その個人自身がもつ内側からの視点 (the internal frame of reference) によるものである」(p327)、「行動は、その人自身の内側からの視点をできるかぎり入手し、できるかぎりその人の眼を通して体験の世界を眺めることによって、もっともよく理解されるように思われる」(p327) としている。このような認識に基づいて、カウンセラーに

求められる態度について、次のように述べている。「カウンセラーの役目とは、できるだけ内部的な視点でクライアントを見る態度を身につけ、クライアントが見ているままの世界を認知し、クライアントが自分がどのように見られているかというクライアント自身の気持ちを理解し、そうしている間は外部的な視点に基づく一切の認知を排除し、クライアントにこの共感的な理解を伝達する、ということである」(p32)、「クライアント中心のオリエンテーションに立つ心理臨床家にとって、クライアントの態度の『内側』に入る、クライアントの心の内側に立つ、という誠実な努力こそ、人間の能力を尊重し信頼するという中核的仮説を実行することに他ならない」(p38)。

また、ロジャーズは1956年の論文(Rogers,1956a)で、建設的なセラピィの過程が始動されるために重要となる要素として、セラピストが１．純粋であること、２．クライエントに対して受容と好感を感ずること、３．共感的に理解しようとしていることを上げている。そして、３つ目の共感的理解について、次のように述べている。「第３の要素はセラピストがたえず理解しようとしていることーその瞬間にクライエントに見えているままに、クライエントの感情やコミュニケーションのすべてに敏感に共感するということーである。“クライエント中心的”という用語の基盤になっているのは、クライエントに思われているままの彼の私的世界（client’s private world,as it seems to him ）に焦点を合わせようとするこの意欲なのである。セラピストの反応（中略）は、ある一定の経験がクライエントに対してもっている正確なにおいと意味（exact flavor and meaning）を、その瞬間瞬間においてとらえようとする努力である」(p44)。

以上のように、ロジャーズはしだいに人間の知覚に注目するようになり、クライエントを理解するためには、クライエントの内側に入り、クライエントが自分自身や世界を見ているままに理解しようとすることが必要不可欠であるという認識を深めていった。そして、クライエントの私的世界に焦点を合わせようとすること、すなわち共感的理解が、“クライエント中心的”であることの基盤であり、人間の能力を尊重し信頼するという中核的仮説を実行することであると表明するようになる。このようにして、共感的理解は中核条件として発展していったことがわかる。

Ⅲ．心理療法観

１．心理療法の目的

ロジャーズは著書『カウンセリングと心理療法』（Rogers, 1942）において、自らの新しいアプローチと指示的アプローチとの相違について論じている。その中で、指示的アプローチでは、「クライアントが示す問題に努力の焦点を合わせようとする傾向があることが分かる。問題がカウンセラーに認められるような仕方で解決されれば、また症状が除去されれば、そのカウンセリングは成功したものとみなされる」（p116）としている。それに対して、自らの新しいアプローチでは、「その焦点は、問題にではなく人にある。その目的は、ある特定の問題を解決することではなく、個人が現在の問題のみならず将来の問題に対しても、より統合された仕方で対処できるように、その個人が成長するのを援助することである」(p32) と指摘している。また、Rogers（1948）では、クライエント中心的カウンセリングについて、次のように述べている。「この発展しつつある思想の流れにおいては、その強調点は、ますますはっきりと、人間の独立的な、自己指示的（self-directing）な成長を促進するということにおかれるようになってきた」(p197)。さらに、Rogers（1962）においても、「ガイダンスやカウンセリングを含めて、人を援助する大部分の専門職の目的は、そのクライエントの個人の発達、つまり社会化した成熟へ向かっての心理的成長を、発展させていくことである」(p66) と表明している。

以上のように、ロジャーズは心理療法の目的は、特定の問題の解決や症状の除去ではなく、クライエントの成長を援助することであるとしている。

２．クライエントの成長力・実現傾向が働き出す心理的雰囲気の創出

ロジャーズは Rogers（1946b）において、“クライエントの能力の発見”として、クライエントのもつ成長する力について論ずる中で、次のように述べている。「これらすべての力が解放されるためには、たった一つの条件が必要なのである。それはクライエントとセラピストの間に適切な心理的雰囲気が存在するということである」（p48）。また、Rogers & Wallen（1946）の中では、「カウンセラーの基本的な責任は、成長を妨げている力からクライエントを自由にし、自己主導的な発展を可能にするような、雰囲気もしくは風土を確立することである」（p21）としている。同様に、Rogers（1948）においても、「専門家の目的は、人間がもっと適切にもっと十分に自己自身になる（to be himself）ことができるような促進的な心理的雰囲気（a facilitating psychological atmosphere）をつくることなのである」（p197）と指摘している。そして、それに続いて、「人間は、人格的成長に適した心理的雰囲気が提供されるならば、人生に処していくだけの十分な能性をもっている、とする仮説である。それは、個人にのみならず集団にも適用されると思われる仮説なのである」（p199）と述べ、個人だけでなく集団にも適用される仮説として提示している。

“Ⅱ．人間観及びクライエント観”のところで述べたように、ロジャーズは人間には成長する力・実現傾向が存在していると確信するようになった。それに対応して、上にあげたように、心理療法の場において適切な心理的雰囲気が存在すれば、クライエントの成長する力が働き出すという認識・仮説を持つようになる。また、そのことから、セラピストの機能は適切な心理的雰囲気を創りだすことであるとされている。そして、ロジャーズは適切な心理的雰囲気はどのようなものであるかを探求していく。

ロジャーズは Rogers（1948）において、次のような“基本的仮説”を提示している。「その個人に対する完全な尊重の雰囲気が確立され、彼のすべての態度が理解され受容されるような場面がつくられるならば、その人間の能性－自己自身および自己の行動をもっと明りょうに見るとか、自己自身の内部におけるその真実の態度や、彼が他人のなかに知覚する態度に照らし合わせて、責任のある、社会化された行動方向を選択する能性－がいちじるしく解放される」（p199）。また、Rogers（1953）では、心理療法の過程が軌道にのるための条件について、次のように述べている。「少なくともわれわれは、この過程が軌道にのるための態度的な諸条件（attitudinal conditions）についてなにがしかは知っている。もしセラピストが、このクライエントのあるがまま（this client as he is）を深く尊敬（deep respect）し、十分に受容（full acceptance）しているという態度を彼自身の内部にもっており、またクライエントの自己自身および自己の当面する場面を処理する能力に対しても同じような態度をもっているならば、またこのような態度が十分なあたたかさ（a sufficient warmth）にみたされて、その人間の核心（the core of the person）に対するもっとも深い好意とか愛情（liking or affection）にまで高められるならば、そしてまた、セラピストがクライエントのいま経験している感情を理解し、その理解の完全な深さにおいて彼を受容しているということをクライエントが知覚しはじめることができるほど、コミュニケーションの水準が高まっているならば、この過程がすでにはじまっていることを確信することができるであろう」（p72）。さらに、Rogers（1956a）においては、建設的なセラピィの過程が始動されるために重要となる要素として、セラピストが１．純粋であること、２．クライエントに対して受容と好感を感ずること、３．共感的に理解しようとしていることを上げている。そして、Rogers（1956b）では、先の論文と同じセラピストの３つの態度を上げた上で、「私が今述べたような態度をもちつづけ、またそのクライエントがある程度、このような態度を経験することができる場合には、必ず、変化し、建設的な人格的発達が起こってくる。－私はこの“必ず”、という言葉を、長い間いろいろ考えた末にはじめて使用するのである」（p7）と表明している。このように、適切な心理的雰囲気の探求の結

果、しだいにセラピストの３つの態度が必要であることが明確化されていった。

このような考察を発展させて、ロジャーズは1957 年に著名な論文『セラピーによるパーソナリティ変化の必要にして十分な条件』(Rogers, 1957)を発表する。ここでロジャーズは、建設的なパーソナリティ変化を始動するために必要十分な６つの条件を提示するに至る。その条件は次の通りである。「(1) ２人の人が心理的な接触をもっていること。(2)第１の人（クライエントと呼ぶことにする）は、不一致（incongruence）の状態にあり、傷つきやすく、不安な状態にあること。(3)第２の人（セラピストと呼ぶことにする）は、その関係のなかで一致しており（congruent）、統合して（integrated）いること。(4)セラピストは、クライエントに対して無条件の肯定的配慮（unconditional positive regard）を経験していること。(5)セラピストは、クライエントの内的照合枠（internal frame of reference）を共感的に理解（empathic understanding）しており、この経験をクライエントに伝えようと努めていること。(6)セラピストの共感的理解と無条件の肯定的配慮が、最低限クライエントに伝わっていること」(p267)。そして、この仮説、とりわけ３、４、５の条件は、その後も一貫して保持されていく。３、４、５の条件は後に、パーソン・センタード・アプローチの中核条件と呼ばれるようになる。

ロジャーズは1970 年の著書『エンカウンター・グループ』においては、グループの成長力について次のように述べている。「私は、グループはグループの潜在力とメンバーの潜在力を発展させる促進的な風土を自らもっていると信じている。私にとってグループのこの可能性は畏敬に値するものである。その必然的結果として、私はだんだんグループ・プロセスに絶大な信頼を寄せるようになった」(p54)、「私にとっては、グループはひとつの有機体のようであり、知的に定義づけることはできないが、それ自身の発展方向といえるものをもっているように思われる」(p54)、「グループは、そのプロセスにある不健康な要因を認め、そこに集中し、整理したり排除したりして、より健康なグループへと動いていくように思われる」(p54)。このように、ロジャーズは個人だけでなくグループの持つ成長する力についての信頼を深めていく。

1977 年の著書『人間の潜在力』(Rogers, 1977)では、クライエント中心療法の基本的な見解として次のように述べている。「人間有機体はその最も深いレベルで信頼に値するものであること、人間の基本的性質は恐れられるべきものではなくて責任を伴う自己表明で解放されるべきこと、小グループ（治療あるいは教室における）は建設的対人関係を責任と感受性を持って作りあげ、賢明な個人的、集団的目的を選択することができること、以上のことすべては、もし促進的人間が真実さと理解と好意のある雰囲気を作りあげることによって援助するならば達成されるであろうと考えるのである」(p24)。そして、1980 年の著書『人間尊重の心理学』(Rogers, 1980) においては、“パーソン・センタード・アプローチの中心的仮説”を次のように提示している。「個人は自己の内部に自己理解や自己概念、基本的態度、自発的行動を変化させていく為の大きな資源を内在させている、それらは、心理学的に定義可能な促進的態度に出合うならば出現してくる」(p109)。ここで、心理学的に定義可能な促進的態度とは、中核条件である一致、無条件の肯定的配慮、共感的理解を指している。この仮説はロジャーズの晩年まで変わることなく、Rogers(1986)においても“パーソン・センタード・アプローチの中心的仮説”として、同じ内容があげられている。

以上のように、ロジャーズは人間は適切な心理的雰囲気が存在すれば、成長力・実現傾向が働き出すようになると確信するようになった。それに対応して、セラピストの機能は、そのような心理的雰囲気を創りだすことであるとされた。そして、適切な心理的雰囲気について探求していった結果、セラピストに必要でありかつそれさえあれば十分である条件として、一致、無条件の肯定的配慮、共感的理解という３つの態度が導き出された。その後は、これら３つの態度の必要性・重要性への確信を深めていき、“パーソン・センタード・アプローチ

の中心的仮説”として提示され、パーソン・センタード・アプローチの基盤となった。

３．クライエントについての評価

ロジャーズは著書『カウンセリングと心理療法』（Rogers, 1942）において、ロジャーズがカウンセリングを行ったハーバート・ブライアンのケースを紹介・解説している。その中で、クライエントについての評価に関して触れ、次のように述べている。「心理学的な観点から見ると、このクライエントは社会的な感情がまったく欠如しており、他者の人格に何の関心ももたず、あるいは、何の配慮も払っていないために、未成熟であると判定されるであろう。（中略）しかし心理療法の観点からは、こうした評価や判定はなされない。心理療法家の役割は判定することではなく、クライアント自身が自分の基本的な態度が自分の人生の目標に沿っているかどうかを判断できるように、そうした態度を明確化し客観化することなのである」（p304）。

同じように、Rogers(1945) の中でも、「カウンセラーの理解的受容がなければ、セラピィは決して進展しないのだが、カウンセラーは、セラピィ場面に自分自身の意見、診断、評価、示唆、などをもち込むような介入の仕方は、できるだけ避けるのである」（p222）としている。

1948 年の論文『適応改善の方法における二つの流れ』(Rogers, 1948) において、ロジャーズは適応改善のための２つの流れを比較検討している。まず１つ目の流れについて、次のように述べている。「臨床心理学および精神医学における主要な流れ（中略）は、不適応の人間について考える（thinking about）という流れであり、葛藤している不幸な人間を、主として、われわれの研究のための複雑な対象としてみるという傾向なのである。専門のワーカーは、この複雑な対象である患者とかクライエントを評価する人間なのだ、ということは、言葉としては述べられていないひとつの仮説なのであり、しかもそれは弁護の必要すらないものなのである」(p192)。また、「処遇(treatment)の面についていえば、この流れは、診断された病気を“なおす（curing)”ための技術を発展させるという方向に向かっている。その人間のセラピストまたは他人との関係はもちろん、その人の環境条件を処理し、または操作して（managed or manipulated)、不健全であると診断された諸傾向を減少させ、改変し、または反作用を起こさせようとする」(p193)。この流れに対してロジャーズは次のような疑問を指摘している。「まず第一に、それは、その人間自身の自信の基本的喪失、“わたくしはわたくし自身を知ることができないのだ”という痛ましい実感に導く、と私には思われる。(中略) 彼は、自分を評価することができるのは専門家だけなのであり、自分の人間的な価値（personal worth）の測定は他人の手中にある、ということがわかってくるからである。自分が深く自分自身を知ることができる唯一の道は、専門家にきいてみることなのである」(pp194-195)。もう１つは、「もっと広い社会的見地からいっても、私はまた、この発達を不安をもって見るようになった。それは、少数者による社会統制（social control by the few）の哲学に導くのではないだろうか？」(p195) ということである。そして、「われわれは、ある人の能力、動機、葛藤、欲求などの評価について責任をもつことはできない。すなわち、そこに必然的に付随しているその人間にかなりの度合の統制を加えることなしには、彼が達成しうる適応を評価したり、彼がしなければならない再体制化の度合を評価したり、セラピストに依存しなければならない度合を評価したり、そのセラピィの目標を評価したりすることに、責任をもつことはできないのである」（p196）と批判している。１つ目の流れに対して、クライエント中心的カウンセリングに代表される２つ目の流れについては、次のように述べている。「この発展しつつある思想の流れにおいては、その強調点は、ますますはっきりと、人間の独立的な、自己指示的 (self-directing) な成長を促進するということにおかれるようになってきた。（中略）専門家の目的は、人間がもっと適切にもっと十分に自己自身になる（to be himself）ことができるような促進的な心理的雰囲気（a facilitating

psychological atmosphre）をつくることなのである」(p197)。そして、評価に関しては、「この第二のアプローチでは、評価の主体（the locus of evaluation）がクライエントにおかれているということを指摘すれば、私が今述べているアプローチと、前に述べたものとを明りょうに区別する手助けになるであろう。知識の責任ある統合の機能、自己の評価、責任ある選択と計画と行動の機能－これらの評価的な活動のすべてがクライエントに託されており、クライエントは、これらの活動が託される人間として尊重されているのである」(p198)と指摘している。以上のように、２つの流れを比較検討して、「いかなる事象、いかなる方法、いかなるアプローチでも、評価的機能が主として専門家の方にあるならば、それは第一の流れの特色をもつものであり、評価の責任がクライエントの方にあるような場面では、その経験は第二の流れの特色をもつものなのである」(p199）としている。つまり、評価的機能が専門家の方にあるか、それともクライエントの方にあるかによって援助のアプローチが大きく分かれると指摘している。その上でロジャーズは「考えてほしい問題点は、次のことなのである。われわれは、専門家というものを、人間について考え、責任をもって評価する人として疑うことなしに受容するような流れに満足しているのか、あるいはまた、専門家の役割は、クライエントのなかに責任ある評価と責任ある自己性（responsible selfhood)が発達するようにそれを促進するものだ、という可能性を考えたいのであろうか？」(p208）と問いかけている。

ロジャーズは Rogers(1950a）では、セラピィの適切な心理的雰囲気を創りだすための条件について論じているが、その中で評価について次のように述べている。「セラピィを可能にする第二の、必然的に継起する条件は、評価と責任の中心または主体（the center or locus of evaluation and responsibility）をクライエント側に残しておこうとする、セラピストの完全な意欲である。いっさいの判断、いっさいの評価、評価についてのいっさいの変更が、クライエントに委ねられている。カウンセラーは、クライエントについての－または彼の行動についての、あるいは彼の行動または他人の行動の意味についての－いかなる評価をも表現することをしないばかりでなく、感情移入の過程（empathic process）に没頭することによって、このような判断を与えることを避けようとする」(pp248-249)。また、Rogers(1950b）においては、専門家による評価の危険性・問題点について次のように指摘している。「心理的な困難という状況においては、専門家によって評価されるというまさしくその過程が、それ自体、治療的というよりもむしろ有害であるという、かなりの証拠があるということであります。（中略）ある程度まで、自分というものに対する基本的な信頼を失うようになりがちなのであります。本質的にその人は、自分というものを知ることができない、専門家だけが自分を適切に評価できるのだ、という気持をもつようになるのであります。しかも、自分というものや自分の経験を評価する自分の能力に対する自信をそこなうことは、セラピィが基礎をおいているまさしくその基盤をそこなうことなのであります」(p14)、「もしも私が、専門家として、この人の職業上の関係や、夫婦関係や、人格的な行動について、長所や短所を評価し、その人のいろいろの困難の原因を理解し、その人のセラピィのための目標を設定するならば、そのときにはほとんど必然的に、私は自分が、その人の価値を選択している、もしくはその人自身の価値の選択を左右しているのに気づくのであります。（中略）私が見るところでは、セラピィにおいて、何かこのような目標をわれわれのほうで設定する限り、われわれは、価値の領域にはいるのでありまして、ある程度まで、何が正しいかという裁決をくだす者として、われわれみずから、権力を握るわけであります」(p15)。その上で、「クライエント中心のオリエンテーションと、われわれが記述してきている医者－患者の関係とのはっきりした相違は、評価のよりどころにあります。セラピストを評価者とみなすよりもむしろ、自分の行動や自分のいろいろの感情の意味や重要性を、ますます深いレベルにおいて評価する好機

を与えられるのは、クライエントなのであります」（p16）と表明している。

ロジャーズは1951年の著書『クライアント中心療法』(Rogers, 1951）において、共感的理解について論ずる中で、カウンセラーの評価的思考について次のように述べている。「カウンセラーが評価的な言葉を使って思考しているときには、たとえその評価が客観的に正しかろうが間違っていようが、多少なりとも断定的な心の枠組みを想定しており、クライアントを人としてというよりも対象物として眺めており、その程度に応じて人としてのクライアントへの尊重を欠くことになる」(p47)。また、「心理診断に対する確かな反対理由」(p219)をテーマに取り上げ、「われわれは体験を通して、心理力動の診断は不要であるばかりでなく、ある意味で有害あるいは賢明ではないという暫定的な結論に達している」(p219) と述べている。そして、こうした結論に至った２つの理由を、次のように上げている。「第一に、心理診断の過程そのものを通して評価の位置は専門家に置かれるのは確実であるため、クライアントの依存傾向を増し、クライアントの置かれた状況を理解し改善する責任は他人の手の中にあると思い込ませてしまう可能性があることだ。(中略）また、もし評価の結果がクライアントに伝えられた場合、これをきっかけに本人自身による根本的な自信喪失、つまり『自分は自分自身を知ることはできない』という理解を招くかもしれない。人は、専門家のみが自分を正しく評価することができる、それゆえ自分の人格的な価値の測定尺度は他人の手の中にあるという信念を身につけると、多かれ少なかれ人間性を喪失するものである」(p219)。「二つ目の根本的理由は、心理診断には著者には望ましくない、注意深く考察するべきある種の社会的・哲学的影響がともなうことである。評価の位置が専門家の手の中にあると解されると、社会は長期的に見て、少数者による多数の社会的統制に向かうという影響を受ける」（pp219-220)。

さらに、Rogers(1952a) の中でも、評価について取り上げ次のように述べている。「実践においてはわれわれは、クライエントに（to the client）何かをしてやろうとはしない、ということになる。われわれは彼をケースとして診断しないし、あるいはまた彼のパースナリティを評価するということもしない。われわれは治療の処方箋も書かないし、結果としてどんな変化が起こるべきかも決めないし、また治癒と規定されるような目標も設定しない。そんなことはしないでセラピストは、今あるがままのその人に対する純粋な尊敬をもちながら、また接触の間に彼が変わっていくがままに理解をつづけながら、クライエントにアプローチしていくのである」（pp322-323）。同じように、Rogers(1952c) でも、次のように表明している。「だんだん時がたつにつれてわたくしは、クライエントを、対象物（an object）として見ることがますます少なくなり、ひとりの人間（a person）として見ることがますます多くなってきたと思います。わたくしは、わたくしのところにやってくる人についての、いかなる診断的思考をもまったく放棄することが報いの多いことであるとわかってきました。わたくしはこの人間を、強迫性の人だとか、分裂性の人だとか、精神病質の人（psychopathic individual）だとか、あるいはとりわけ、“正常な（normal)”人間だとか見ることに興味を持っていないのであります。わたくしはこの人とある主観的な関係（a subjective relationship）のなかに入ることに興味をもっているのであります」（p268)。

以上のように、ロジャーズはセラピストがクライエントを評価することについて危険性・問題点を明確に指摘し、反対している。クライエント中心のアプローチにおいては、評価的機能はクライエントに委ねられ、セラピストは共感的理解の過程に集中することによってセラピストの評価が入ることを避けようとする。そして、このような考え方の背景には、人間の自己指示の能力への信頼やクライエントの選択の尊重、個人の自律性と統合に対する敬意・哲学といった人間観やクライエント観が存在している。

４．クライエントへのコントロール・操作

ロジャーズは著書『カウンセリングと心理療法』（Rogers, 1942）の中で、自身の新しいアプローチについて、「心理療法とは個人に対して何かをなすことでもなければ、自分について何かをするように個人を仕向けることでもない」(p32) と述べている。これは、心理療法はクライエントを一定の方向に導こう・変化させようとしたり、クライエントに何かをさせようとしたりするものではないということを意味していると考えられる。同じように、Rogers(1945) では、「カウンセラーの機能は、化学的試薬という機能よりも、むしろ、触媒の機能に似ている」(p222) と述べている。また、Rogers(1946b) においては、「他のセラピィにおいては、セラピストの技術がクライエントに働きかけるのであるが、それとちがってこのアプローチにおいては、セラピストの技術は、クライエントが活動しやすいような心理的雰囲気をつくりあげることに集中される」(p49) と述べている。これらは、クライエント中心のアプローチは、クライエントを直接的に変化させようとするのではなく、クライエントが自由に活動できる心理的雰囲気を創りあげることに集中することを表している。

ロジャーズは 1951 年の著書『クライアント中心療法』(Rogers, 1951) において、クライエント中心のカウンセラーに最適と思われる態度について論ずる中で、「カウンセラーがクライアントを自分自身をコントロールする能力をもつ一人の人間として受け入れていることに他ならない」(p27) と述べている。そして、「心理臨床家はその結果がどうであれ、自ら進んで完全にクライアントに、まかせきっているだろうか？クライアントが自分の人生を整理し、コントロールすることを純粋に奨励しているだろうか？」(p50) と問いかけている。また、Rogers(1952c) では、「わたくしとの関係のなかで、わたくしは彼に、恐れたり、憎んだり、愛したり、失望したりする完全な自由を彼にもってもらいたいのです。私は彼に、彼が望むどんなことでも考え、どんなようにでもあり、どんなことでもすることができる自由をもってほしいのです」(p270) と述べている。さらに、Rogers(1966) においては、無条件の肯定的配慮について次のように述べている。「それは、ひとりの独立の人間としての（as a separate person）クライエントに対する非所有的な心配り（non-possessive caring）なのである。そこからクライエントは、彼自身の感情と彼自身の体験過程をもつことを自由に許されているのである」(p262)。

一方で、ロジャーズは Rogers(1946b) の中で、「クライエント中心的カウンセリングは、それが本当に効果をもつことができるためには、謀計（a trick）や道具（a tool）であってはならないのである。それは、クライエントに自らを導くのにまかせるように見せかけながら、巧妙な方法で彼を導いていくというのではない。効果的であるためには、それは純粋（genuine）でなければならない」（pp53-54）と指摘している。同じように、Rogers(1959) においても、次のように指摘している。「セラピィの関係は、クライエントが各人各様に利用するものであるけれども、クライエントの特殊性に応じて関係を巧みに操作する（manipulate）ことは不必要であり、かつ援助的でもないということである。このような操作は、セラピィの経験のなかでもっとも援助的であり、しかも重要な局面を破壊してしまうように思われる。すなわち、そのような局面とは、セラピストとクライエントの二人の間の純粋な関係（genuine relationship）なのであり、その相互作用のなかで互いに自己の能力の限りをつくして、自分自身になろうと努力することなのである」(p212)。

1977 年の著書『人間の潜在力』(Rogers, 1977) において、ロジャーズは“援助専門職の政治”について論じている。ここで政治とは、「権力・支配・決定権というものを獲得するか、使用するか、放棄するかの過程である」(p6) としている。そして、対人関係の政治という視点から、３つの中核条件それぞれについて吟味し、いずれの態度もクライエントを支配したり、操作したりするものではないことを示している。その上で、「クライエント中心療法における政治とは、治療者がクライエント

をコントロールしたり、クライエントに代わって決定してやることを意識的にしないで、避けることである。それは決定の主体者と、この決定の結果に対する責任を明確にすることにより、クライエントによる自己所有とその達成を可能にする方策を促進するものである。それは政治的に、クライエントが中心とされている」(P20) と指摘している。そして、「人間中心の見地が、治療者・患者関係についての既成概念を根本的に変えたことは言うまでもない。治療者は変化の『産婆役』となり、その創作家ではなくなった。彼女は治療者の応答の正しさといった小さなことでも、一個人の将来を決定するような大きなことでも、最終の権威はクライエントの手中におくのである。評価、決定の中心は明らかにクライエントの手中にある」(p21) と述べている。また、「たいていの心理療法の手法は、権力と支配に関する尺度上に位置づけることが可能であろう」(p28) として、次のように位置づけている。「尺度の一方の極には正統フロイト派と正統行動主義者が位置し、彼らは『その人たちに良かれとして』する独裁主義的またはエリートによる支配の政治を信じ、人々に個人の地位にふさわしい良い適応か、幸福か、満足か、生産性か、あるいはこれらすべてを得させることができると考える」(p28)、「尺度の他方の極には、クライエント中心、体験過程派、人間中心などの立場が位置し、彼らは人間の可能性と自律性、行動の方向づけを自らが選択する権利、その治療関係の中で究極の責任を自らが負うこと、などを一貫して強調し、治療者個人はその関係の中で真実であるが根本的には触媒の役割をとるのである」(pp28-29)。

以上のように、ロジャーズはクライエントが自分自身をコントロールする能力をもっていることを信頼し、クライエントがどのようにでも自由に在れること・方向づけることを尊重しようとしている。そのため、セラピストがクライエントをコントロールすること、巧妙に導いたり・操作したりすることは、援助関係を損なうものとして、避けられる。そして、このようなとらえ方は、セラピストの態度(中核条件)に深く結びつき、反映されている。また、このようなとらえ方の背景には、人間の成長する力・実現傾向への確信やクライエントの選択の尊重、個人の自律性と統合に対する敬意・哲学といった人間観及びクライエント観が存在している。

５．人と人との真実の対話・出会い

ロジャーズはRogers(1952c) において、「わたくしがその関係のなかに入りこんでいくのは、科学者としてではなく、また正確に診断し治療することのできる医師としてでもなく、ひとりの人間としてある個人的な関係 (a personal relationship) のなかに入っていくのである。わたくしがただたんに彼をひとつの対象物 (an object) として見るかぎり、クライエントはただ対象物となってしまう」(p271) と述べている。同じように、Rogers(1956a) でも、セラピストは「クライエントがその成長のために用いることのできる個人的な関係 (a personal relationship) のなかに入っていく、ひとりの人間なのである」(p45) と指摘している。また、Rogers(1960) では、「クライエント中心のセラピストは、セラピィを、クライエントもセラピストも参加している、二人の人間の真の対話 (a true dialogue) であり、可能性になる (becoming one's potentialities) という過程であると見ている」(p149) と述べている。

ロジャーズはRogers(1964) において、クライエント中心療法に関する新しい認識について次のように述べている。「クライエント中心療法の始まったころにはそれほど強く存在していなかったものであるけれども、きわめて特異な特質となってきたものである。それは深い人間的な関係 (a deep human relatioship) が今日の人間の最も渇望している要求のひとつであるという認識である」(pp304-305)。それに続いて、「ブーバー (Buber, M.) がわれ・なんじの関係 (I-Thou relationship) と名づけているものの意義がこのように認識されているがゆえに、クライエント中心療法においては、セラピストの自己、セラピストの感情がより多く用いられるようになり、純粋性が前よりも強調されるようになり、しかもそのためにセラピスト

の見解、価値、あるいは解釈などをクライエントに押しつけることはない、というようになってきたのである」(p305) と指摘している。

そして、Rogers(1965b) においては、セラピストが一致することで、「セラピストがクライエントと、人間対人間という基盤にもとづいた、直接の個人的出合い (a direct personal encounter) に入っていくことを意味している」(p92) と述べている。同様に、Rogers(1966) でも、一致について、「彼がそのクライエントとの直接的な人間的出会い (a direct personal encounter) に入りこみ、人間と人間という基盤 (a person-to-person basis) の上でクライエントに会う、という意味なのである」(p259) と指摘している。さらに、1980 年の著書『人間尊重の心理学』(Rogers, 1980) の中で、ロジャーズは人と人との真実の出会いの重要性について次のように述べている。「私が自己を一致させ真実でありうる時、他者を援助することが多く、他者が本当に真実で一致している時、私を力づけることが多いのです。それらの瞬間に於てひとりの人の中にある深い真実が他者の中にある真実に出会い、ブーバーが言うところの記念すべき『我－汝の関係』が生じるのです。そういった深い人間的出会いはしばしば生じるものではありません。しかし、それが時折生じることなくしては、私達は人間として生きていけないのです」(pp17-18)。

以上のように、ロジャーズは、セラピストはクライエントを対象物として見るのではなく、ひとりの人間として、人間対人間という基盤にもとづいた、直接の個人的出合いに入っていくとしている。また、そのためには、セラピストの一致・純粋性が不可欠である。そして、そのような関わり合いの中では、深い人間的出会いが生じる可能性がある。

６．心理療法のアプローチの社会的含意

ロジャーズは著書『カウンセリングと心理療法』(Rogers, 1942) において、自らの新しいアプローチと、その当時アメリカでカウンセリングの主流であった指示的アプローチとの相違について論じている。その中で、「非指示的な観点では、すべての人間が心理的に独立した存在である権利、自らの心理的な統合性を維持する権利に高い価値が与えられている。一方、指示的な観点では、社会的同調性と、より能力のある者がより能力の乏しい者を指示する権利に高い価値が与えられえている。こうした観点は、心理療法の技術のみならず、社会哲学や政治哲学とも重大な関係をもっているといえよう」(p116) と述べている。同じように、Rogers & Wallen(1946) では、「本書の目的のひとつは、カウンセリングの手法の社会的な含意について、カウンセラーの深い思考を促すことであり、また、より権威主義的な従来のカウンセリングのオリエンテーションと比べるとき、民主主義的に方向づけられたクライエント中心のアプローチが効果的であることを、指摘することなのである」(p28) と表明している。その中で、「カウンセリングもまた、その含意するところによってはーすなわち、人間を“処理すること”、人間を指導すること、人間を配置すること、その人のために“その人の問題を解決してやること”ではー権威主義的でもありうるし、あるいはー前途に横たわる諸問題に、自立的かつ知性的にとりくんでゆくことができるように、個人を解放することではー基本的に民主主義的であろう」(p28) と述べている。そして、「非指示的カウンセリングと民主主義との間に、あるひとつの生き方として、密接な関係があることは明らかであろう。こういうタイプのカウンセリングの特徴はすべて、民主主義の原理でもある。クライエントの参加は、自発的であり、自己主導的である。カウンセリングの雰囲気は、人間に対する尊敬、寛容、相違の受容、自分自身の行為に責任を引きうける人間の能力、および成熟に向かって成長する自由、にもとづいて打ち建てられている」(p27) としている。

1948 年の論文『適応改善の方法における二つの流れ』(Rogers, 1948) においては、“３．クライエントについての評価”で詳しく述べたように、ロジャーズは適応改善のための２つの流れについて比較検討している。臨床心理学および精神医学における主要な流れであり、専門家がクライエントを

評価する第１の流れについて、ロジャーズは「もっと広い社会的見地からいっても、私はまた、この発達を不安をもって見るようになった。それは、少数者による社会統制（social control by the few）の哲学に導くのではないだろうか？」（p195）と述べている。そして、「これまでは、われわれの文化は、主として第一の仮説に依存していたと思われる。社会的承認、権威、資本などは、一般的にいって、心理的問題についての専門家が人間を評価する人でなければならず、危機的問題をもっている人間を導く重要な責任をとらなければならない、という観点を支持しようとしている」（p205）としている。その上で、もし第１の流れの仮説が正しければ、「そのときには、われわれの向かっている広範囲の方向は、ある型式の完全な社会統制というかたちに表現されることになるであろう。多数の人びとの生活を、みずから選択した少数者によって管理するということが、その当然の結果となるであろうと思われる」（p208）とその危険性を指摘している。これに対して、クライエント中心的カウンセリングに代表され、評価の主体がクライエントにおかれる第２の流れの仮説が正しければ、「そのときわれわれは、デモクラシーの方向に導くようなパースナリティとセラピィの心理学、すなわちデモクラシーというものをより深い、もっと基本的な用語でだんだんと規定しなおしていくような心理をもつことができるようになるであろう」（p208）と述べている。

同様に、1951 年の著書『クライアント中心療法』（Rogers, 1951）においては、心理診断について論じる中で、次のように述べている。「心理診断には著者には望ましくない、注意深く考察するべきある種の社会的・哲学的影響がともなうことである。評価の位置が専門家の手の中にあると解されると、社会は長期的に見て、少数者による多数の社会的統制に向かうという影響を受ける」（pp219-220）。また、Rogers(1953) の中では、ロジャーズは人間性の核心はポジティブなものであることを述べた後に、次のように指摘している。「このような見解は、現在の文化にとってあまりにも異質的なものであるから、それが受け容れられるだろうとは思っていない。またその意味もあまりにも革命的なものであるから、徹底的な探求をしないかぎり、これもまた受け容れてはもらえないであろう」（p93）。そして、その背景として、「全体としてみるならば、素人のひとびとはもちろんとして専門家の見地も、人間のありのまま（man as he is）の、その基本的な本質は、コントロールするか、あるいはカバーをかけておくか、あるいはその両方にしておくのが一番いいのだ、という考え方がある」（p94）としている。

それから 25 年程経った 1977 年の著書『人間の潜在力』（Rogers, 1977）においても、ロジャーズはアメリカの文化について次のように述べている。「われわれの教育システム、企業や軍の組織、その他多くの文化的勢力が個人の性質に関して、個人は信頼できない－指導され、教えられ、賞と罰を与えられ、賢明で地位の高い人に統制されなければならない－という見解をとっている」（p11）。そのため、「クライエント中心療法の基本的前提を述べるだけでも、それが、挑戦的な政治的発言になる」（p12）と指摘している。また、「心理療法における伝統的医療モデルは大部分人間中心ということに対立していることが見出される」（p38）としている。そして、「この統合された人間中心のアプローチの効果自体が、専門家、管理者、その他に対して脅威を及ぼすものとなり、それを挫折させようとする歩み－意識的にも無意識的にも－がとられることになる。それは、あまりにも革命的であるからである」（p38）と述べている。

晩年の論文（Rogers, 1986）でも、ロジャーズはアメリカの文化について次のように述べている。「ほとんどすべての教育、政治、経営、そして多くの宗教、多くの家族生活、多くのサイコセラピーは、人間に対する不信感にもとづいている。そこでは、人間は適切な目的を選ぶ能力がないと考えられているので、目標は設定してやらなければならないのである。人間はその選択された道から外れないように、この目標に向かって誘導されなければならない。（中略）人間は本来、罪深く、破壊的で怠

慢であり、あるいはその三つを兼ね備えているとみなされるー常に監視が必要な人のように」（p164)。これと対照的に、「パーソン・センタード・アプローチが人間への基本的信頼にもとづいていることが、実践と理論、それにリサーチを通して明らかになっている。このことはおそらく、現代の文化のなかの大部分の学派と最も大きく異なっている点であろう」（p164）と指摘している。

以上のようにロジャーズは、心理療法のそれぞれのアプローチに内在する社会的意味に目を向けることがたいへん重要であると指摘している。そして、専門家がクライエントを評価し目標を設定するようなアプローチは、少数者が大多数の人を統制するような社会につながるという強い危惧を繰り返し表明している。また、ロジャーズが生きたアメリカ社会の文化の大部分は人間に対する不信感に基づいているととらえている。これらとは対照的に、パーソン・センタード・アプローチは人間への基本的信頼を基盤としており、民主主義のいっそうの深化につながるとしている。従って、クライエント中心療法やパーソン・センタード・アプローチの実践はアメリカ社会において、たいへん革新的・挑戦的な取り組みであったといえる。

Ⅳ．おわりに

これまで、ロジャーズが人間及びクライエントをどのように見ているか、また心理療法をどのように見ているかについて、特に重要であると考えられる内容をいくつかの側面に分けて論じてきた。そこで、おわりにあたって、これまで見てきたロジャーズの著作の内容から、全体として浮かび上がり明確になったことを上げる。１つ目に、パーソン・センタード・アプローチの根底には、人間への基本的信頼と、個人の自律性と統合に対する敬意とそれを尊重する哲学が存在するということである。ロジャーズは人間の成長する力・実現傾向を確信するとともに、個人の自律性と統合、自己指示と自己決定の権利をたいへん重んじていることがはっきりと感じられる。

２つ目に、人間観及びクライエント観、心理療法観、セラピストのクライエントへの態度や関わり方は、互いに深く結びついており統合性をもった全体として成り立っているということである。そのため、パーソン・センタード・アプローチは、それらを切り離すことはできず、全体として機能し、クライエントに働きかけているといえる。従って、パーソン・センタード・アプローチのある一部だけを技法として取り出して用いようとすれば、パーソン・センタード・アプローチの本質は失われてしまう。また、パーソン・センタード・アプローチと他の心理療法のアプローチを折衷することも容易にできるものではない。鑪（2018）は「モザイク的な折衷的なやり方は、心理臨床家自身をバラバラのモザイクにしてしまい、結果的にはクライアントの統合よりも、心のなかの分裂をさらに促進させ、モザイク的にしてしまう可能性がある」(p16) とその危険性を指摘している。また、河合（1986）も「それぞれの学派の理論は、強烈な個性から生じてきたものとして、それなりの integration をもっている。そこで、いろいろな学派からいいところを取ろうとしても、それは著しく integration を欠いたものとなり、一人の人間が自分の全存在を賭けることが困難となるのではなかろうか」(p147) と述べている。パーソン・センタード・アプローチにおいても、統合性をもっているからこそセラピストは自分が全存在としてクライエントと向き合うことが可能となる。

３つ目に、全存在としてということに関連するが、パーソン・センタード・アプローチはセラピストが単に心理臨床の場で用いるアプローチというものではなく、セラピストの人間としての基本的な在り方と深く結びついたものであるということである。人間への基本的信頼や、個人の自律性と統合に対する敬意とそれを尊重する哲学、人間への基本的信頼に基づいた社会の実現を目ざそうとする意識などは、セラピストが心理臨床の場面に限って意識したり働かせたりすることのできるものであるはずがない。最後に、そのことをたいへん明確に表明しているロジャーズの言葉を紹介したい。「パーソン・センタード・アプローチとは存在の様

式（a way of being）なのである。これは単なる技術や方法ではなくて、ひとつの基本的な哲学なのである。人がこの哲学を生きるとき、それは、その人自身の可能性の発展をさらに拡大させる。人がこの哲学を生きるとき、それはまた、他者に建設的な変化が起こるように働きかける。この哲学は個人にちからを与えるのである。そしてこれまでの経験の示すところでは、このちからを個人が感じたときには、それは個人の変化のため、また社会の変化のためのちからとして用いられることになるのである」(Rogers,1986,p166)。

引用文献

河合隼雄　1986　心理療法論考　新曜社

Rogers,C.R.　1942　Counseling and Psychotherapy:Newer Concepts in Practice. Houghton Mifflin.（末武康弘・保坂亨・諸富祥彦訳　2005　ロジャーズ主要著作集１：カウンセリングと心理療法－実践のための新しい概念－　岩崎学術出版社）

Rogers,C.R.　1944　The Development of Insight in a Counseling Relationship. Journal of Consulting Psychology,8, 331-341.　（古屋健治訳　1966　カウンセリング関係における洞察の発展　伊東博編訳　ロージャズ全集４：サイコセラピィの過程　岩崎学術出版社　Pp.11-36.）

Rogers,C.R.　1945　The Non-Directive Method as a Technique for Social Research. American Journal of Sociology, 50, 279-283.（畠瀬稔訳　1967　社会的研究の技術としての非指示的方法　畠瀬稔編訳　ロージャズ全集６：人間関係論　岩崎学術出版社　Pp.221-233.）

Rogers,C.R.　1946a　Psychometric Tests and Client-Centered Counseling. Educational Psychological Measurement,6,139-144.　（浅野満訳　1966　心理テストとクライエント中心的カウンセリング　伊東博編訳　ロージャズ全集４：サイコセラピィの過程　岩崎学術出版社　Pp.61-68.）

Rogers,C.R.　1946b　Significant Aspects of Client-Centered Therapy. American Psychologist, 1,415-422.　（伊東博訳　1966　クライエント中心療法の特質　伊東博編訳　ロージャズ全集４：サイコセラピィの過程　岩崎学術出版社　Pp.37-59.）

Rogers,C.R.＆Wallen,J.L.　1946　Counseling with Returned Servicemen. McGraw-Hill.（手塚郁恵訳　1967　復員兵とのカウンセリング　友田不二男編訳　ロージャズ全集 11：カウンセリングの立場　岩崎学術出版社　Pp.1-170.）

Rogers,C.R.　1947　Some Observations on the Organization of Personality. American Psychologist,2, 358-368.（伊藤博訳　1967　パースナリティの体制についての観察　伊東博編訳　ロージャズ全集８：パースナリティ理論　岩崎学術出版社　Pp.3-33.）

Rogers,C.R.　1948　Divergent Trends in Methods of Improving Adjustment. Harvard Educational Review,18, 209-219.（伊藤博訳　1967　適応改善の方法における二つの流れ　伊東博編訳　ロージャズ全集 14：クライエント中心療法の初期の発展　岩崎学術出版社　Pp.191-208.）

Rogers,C.R.　1950a　A Current Formulation of Client-Centered Therapy. Social Service Review,24, 442-450.（伊藤博訳　1967　現時点におけるクライエント中心療法の構成　伊東博編訳　ロージャズ全集 14：クライエント中心療法の初期の発展　岩崎学術出版社　Pp.244-263.）

Rogers,C.R.　1950b　What Is to Be Our Basic Professional Relationship?　Annals of Allergy,8,234-239,286.　（手塚郁恵訳　1968　われわれの基本的な専門の関係はどのようなものであるべきか？　友田不二男編訳　ロージャズ全集 16：カウンセリングの訓練　岩崎学術出版社　Pp.11-23.）

Rogers,C.R.　1951　Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and

Theory. Houghton Mifflin.（保坂亨・諸富祥彦・末武康弘訳 2005 ロジャーズ主要著作集２：クライアント中心療法 岩崎学術出版社）

Rogers,C.R. 1952a Client-Centered Psychotherapy. Scientific American,187,66-74.（伊藤博訳 1967 クライエント中心のサイコセラピィ 伊東博編訳 ロージャズ全集 14：クライエント中心療法の初期の発展 岩崎学術出版社 Pp.322-336.）

Rogers,C.R. 1952b Dealing with interpersonal conflict. Pastoral Psychology,3(28),14-20;3(29),37-44.（畠瀬直子訳 1967 対人関係の葛藤 畠瀬稔編訳 ロージャズ全集６：人間関係論 岩崎学術出版社 Pp.117-143.）

Rogers,C.R. 1952c A Personal Formulation of Client-Centered Therapy. Marriage and Family Living, 14,341-361.（伊藤博訳 1967 クライエント中心療法の私的な記述 伊東博編訳 ロージャズ全集 14：クライエント中心療法の初期の発展 岩崎学術出版社 Pp.264-321.）

Rogers,C.R. 1953 Some Directions and End Points in Therapy. In Mowrer,O.H. ed.,Psychotherapy. Ronald Press,Pp.44-68.（伊東博訳 1966 セラピィにおける方向と終極点 伊東博編訳 ロージャズ全集４：サイコセラピィの過程 岩崎学術出版社 Pp.71-115.）

Rogers,C.R. 1956a Client-Centered Therapy: A Current View. In Fromm-Reichmann,F. & Moreno, J.L. eds., Progress in Psychotherapy. : Grune and Stratton, Pp199-209.（伊東博訳 1967 クライエント中心療法の現在の観点 伊東博編訳 ロージャズ全集 15：クライエント中心療法の最近の発展 岩崎学術出版社 Pp.41-58.）

Rogers,C.R. 1956b A Counseling Approach to Human Problems. American Journal of Nursing, 56, 994-997.（大西匡哉訳 1967 人間の問題に関するカウンセリングによる一考察 畠瀬稔編訳 ロージャズ全集６：人間関係論 岩崎学術出版社 Pp.3-16.）

Rogers,C.R. 1957 The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change. Journal of Consulting Psychology 21,95-103. In Kirschenbaum, H. & Henderson, V. L. eds., 1989 The Carl Rogers Reader. Houghton Mifflin.（伊東博訳 2001 セラピーによるパーソナリティ変化の必要にして十分な条件 伊東博・村山正治監訳 ロジャーズ選集（上）：カウンセラーなら一度は読んでおきたい厳選 33 論文 誠信書房 Pp.265-285）

Rogers,C.R. 1959 A Theory of Therapy, Personality, and Interpersonal Relationships, as Developed in the Client-Centered Framework. In Koch,S. ed., Psychology, a Study of a Science. Vol. 3. Formulations of the Person and the Social Context. McGraw-Hill,Pp184-256.（畠瀬稔他訳 1967 クライエント中心療法の立場から発展したセラピィ、パースナリティおよび対人関係の理論 伊東博編訳 ロージャズ全集８：パースナリティ理論 岩崎学術出版社 Pp.165-278.）

Rogers,C.R. 1960 Significant Trends in the Client-Centered Orientation. In Brower,D. & . Abt,L.E. eds., Progress in Clinical Psychology. Vol. 4. Grune and Stratton, Pp85-99.（伊東博訳 1967 クライエント中心的立場の特徴 伊東博編訳 ロージャズ全集 15：クライエント中心療法の最近の発展 岩崎学術出版社 Pp.129-155.）

Rogers,C.R. 1961 On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Houghton Mifflin.（諸富祥彦・末武康弘・保坂亨訳 2005 ロジャーズ主要著作集３：ロジャーズが語る自己実現の道 岩崎学術出版社）

Rogers,C.R. 1962 The Interpersonal Relationship: The Core of Guidance. Harvard Educational Review 32,416-429.（畠

瀬直子訳　1967　対人関係：ガイダンスの核心　畠瀬稔編訳　ロージャズ全集６：人間関係論　岩崎学術出版社　Pp.45-69.）

Rogers,C.R.　1963　The Actualizing Tendency in Relation to “Motives” and to Consciousness. Paper Given at Nebrask Symposium on Motivation,Feb,21 and 22　（浪花博訳　1967　動機および意識との関連からみた実現傾向　村山正治編訳　ロージャズ全集12：人間論　岩崎学術出版社　Pp.397-427.）

Rogers,C.R.　1964　Introductory remarks, Symposium on the Future of Client-Centered Therapy.　Paper given at APA Symposium on the Future of Client-Centered Therapy.（伊東博訳　1967　クライエント中心療法の未来についてのシムポジゥム　伊東博編訳　ロージャズ全集 15：クライエント中心療法の最近の発展　岩崎学術出版社　Pp.298-309.）

Rogers,C.R.　1965a　A Humanistic Conception of Man.　In Farson,R.E. ed., Science and Human Affairs. Sience and Behavior Books,Pp18-31.（村山正治訳　1967　人間性にもとづく人間観　村山正治編訳　ロージャズ全集12：人間論　岩崎学術出版社　Pp.87-111.）

Rogers,C.R.　1965b　The Therapeutic Relationship: Recent Theory and Research. Austaralian Journal of Psychology 17,95-108.（畠瀬直子訳　1967　治療的関係：最近の理論と研究　畠瀬稔編訳　ロージャズ全集６：人間関係論　岩崎学術出版社　Pp.89-113.）

Rogers,C.R.　1966　Client-Centered Therapy. In Arieti,S.ed., American Handbook of Psychiatry,Vol.3. Basic Books,Pp183-200.（伊東博訳　1967　クライエント中心療法　伊東博編訳　ロージャズ全集 15：クライエント中心療法の最近の発展　岩崎学術出版社　Pp.255-297.）

Rogers,C.R.　1970　Carl Rogers On Encounter Groups.　Harper & Row.（畠瀬稔・畠瀬直子訳　1982　エンカウンター・グループ：人間信頼の原点を求めて　創元社）

Rogers,C.R.　1977　Carl Rogers On Personal Power: Inner Strength and Its Revolutionary Impact.　Delacorte Press.（畠瀬稔・畠瀬直子訳　1980　人間の潜在力：個人尊重のアプローチ　創元社）

Rogers,C.R.　1980　A Way of Being.　Houghton Mifflin.（畠瀬直子監訳　人間尊重の心理学－わが人生と思想を語る－　創元社）

Rogers,C.R.　1986　A Client-Centered/Person-Centered Approach to Therapy.　In Kutash,I. and Wolf,A. eds., Psychotherapist’s Casebook. Jossey-Bass,Pp197-208.（中田行重訳　2001　クライエント・センタード／パーソン・センタード・アプローチ　伊東博・村山正治監訳　ロジャーズ選集（上）：カウンセラーなら一度は読んでおきたい厳選 33 論文　誠信書房　Pp.162-185.）

鑪幹八郎　2018　心理臨床家のアイデンティティと現況　鑪幹八郎・名島潤慈編　心理臨床家の手引き：第４版　誠信書房　Pp.1-19.

台利夫　2011　心理療法にみる人間観：フロイト、モレノ、ロジャーズに学ぶ　誠信書房

山田俊介　2022　カウンセリングと人間観　香川大学大学院医学系研究科臨床心理学専攻心理臨床相談室紀要、１、45-51.