

# 受容及び無条件の肯定的配慮の意味についての考察

—カール・ロジャーズのとらえ方の変化をもとにして—

山田 俊介

## I. 問題と目的

山田(2016)では、カウンセリングにおいてたいへん重視されている在り方、態度である共感的理解について、カール・ロジャーズ(Rogers, C.R.)の著作をもとにして、その意味、性質を整理し、明確化を行った。カウンセリングにおいては、共感的理解と同様に、クライアントを受容することも重視されている。ただし、受容という用語は、かなり多様な意味で用いられており、カウンセリングの学習者にとっては、理解しにくいと感じられたり、誤って理解されていたりする場合も少なくない。受容及びそこから発展した概念である無条件の肯定的配慮(unconditional positive regard)とは、どのような在り方、態度であるかということを正確に理解することは、カウンセラーとしての在り方、態度を身につけていく上で、とても重要であると考えられる。

そこで、本研究では、受容及び無条件の肯定的配慮をたいへん重視している代表的な心理療法家であるロジャーズの著作を分析することにより、受容及び無条件の肯定的配慮の意味、性質を整理し明確化することを目的としている。ロジャーズは受容及び無条件の肯定的配慮をどのようにとらえ、また、そのとらえ方はどのように変化していったのであろうか。これについて、年代を追って著作を分析、整理すること

で、それらの意味、性質の明確化につながると考えられる。なお、本研究では、clientをクライアントと表記しているが、日本語訳の文献によってはクライアントと訳しているものもあり、引用の箇所では、引用文献の表記のまま記述している。また、unconditional positive regardは、無条件の肯定的関心、無条件の積極的関心、無条件の積極的配慮と訳される場合もある。

## II. 受容的態度と“単純な受容”

ロジャーズは心理療法に関する初期の論文(Rogers, 1940)において、「クライアントが批判されることなく受容されるようなラポートのある状況では、人間は防衛することなしに自己自身を自由にみることができるようになり、次第にリアルな自己を認め、かつ認容するようになるのである」と述べ、受容の必要性について触れている。

ロジャーズは1942年に、カウンセリングについての新しい考え方を述べた最初の著書『カウンセリングと心理療法』(Rogers, 1942)を出版する。この本の中で、心理療法関係の基本的特質として、4つの特質を上げている。その1つ目は、「ラポールを生み出し、それを次第に深い情緒的関係へと発展させていくような、カウンセラーの側における温かさや応答的態度」で

ある。そして、「それは、クライアントに向けられる純粋な関心と、クライアントを一人の人間として受容することによって表現されるものである」としている。2つ目の特質は、感情の自由な表現を促進することである。これについて、「このことはある程度まで、カウンセラーの親しみをこめた、相手に関心を寄せる受容的な態度によってもたらされる」、「カウンセラーがクライアントの話を受容すること、そして、あらゆる道徳的あるいは審判的な態度をとることなく、カウンセリング面接のなかで一貫して理解ある態度を示すことによって、クライアントはいつさいの感情や態度を表現してもよいということを認識するようになる」と述べている。このように、心理療法関係の基本的特質にとって受容が重要な意味を持っていることを指摘している。

また、この本の中で、「カウンセラーは否定的な感情を受容し理解したのと同じように、肯定的な感情の表現を受容し理解する。こうした肯定的な感情は、賛同や賞賛によってカウンセラーに受け入れられるのではない。道徳的な価値判断は、この種の心理療法の中には入ってこない。肯定的な感情は、否定的な感情とまったく同じように、その人の人格の一部としてそのまま受容される。成熟した衝動と未熟な衝動、攻撃的態度と社会的な態度、罪悪感と肯定的表現、これら両者を受容することこそが、その人に、ありのままの自分を理解する、生まれて初めての機会を与えるのである。その人は、自分の否定的感情について防衛的になる必要がない。また、自分の肯定的感情を過大評価する機会を与えられるわけでもない。しかもこうした場面では、自己洞察と自己理解が自発的に湧き出してくるのである」と述べている。肯定的な感情と否定的な感情とを全く同じように受容することで、クライアントはありのままの自分を理解するとしている。

1944年にロジャーズは、カウンセリングにおける洞察の発展に関する論文 (Rogers, 1944) を発表する。その中で、「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中で、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」と述べている。その上で、「受容的な態度をもっていることは、重要ではあるけれども、それだけでは十分ではない。用いられる技術もまた防衛的な態度をひきおこさないようなものでなければならない」と指摘している。そして、用いられる技術について、「受容的な考え方と実際に一致する技術は、ただ二つしか存在しない。この二つは、単純な受容 (simple acceptance) - “はい”、“ウムウム”、“わかります” - および感情の認知と明確化だけである。第一のものは説明を要しないが、それは疑いもなく、クライアントが洞察を発見できるような許容的雰囲気をつくりだすのに重要な役割を果たしている」と述べている。このようにロジャーズは、受容的な態度だけでなく、用いられる技術も重要であることを指摘し、役に立つ技術として、感情の認知と明確化とともに、単純な受容を上げている。受容的な態度と技術については、1945年の論文 (Rogers, Dicks & Wortis, 1945) でも、次のように論じている。「カウンセラーの目標は次のように述べられる。問題に関連するそのすべての態度、たとえ以前には抑圧されていたような態度でも、クライアントが自由な気持で表現できるような、暖かく許容する雰囲気をつくりだすこと。クライアントの情動化された態度がいかにショッキングであっても、弱くても、矛盾していても、あるいは望ましくないものであっても、クライアントとその感情に対して純粋に受容的な立場を保持すること。おもに簡単な受容または態度の敏感な反映という技術を用いること。いつさいの探究、質問、批評、賞賛、および解釈を避けること、などである」。

そして、1946年の著書 (Rogers & Wallen, 1946) では、ロジャーズは「カウンセラーが、どのような特殊なテクニックを習得しようとも、カウンセリングの成功は、大部分、彼が確立することのできる雰囲気によって決定されるのである。そうして、この雰囲気は、カウンセラーの

態度から、直接に次々と生まれてくるものである」と述べている。続いて、「カウンセラーがクライアントの統合性を尊敬する態度は、カウンセリングの風土に寄与するところが多い」として、統合性を尊敬する態度の内容として、次の5つを上げている。「1. クライアントの人格的な自律に対する尊敬」、「2. 適応へと向かう人間の能力への信頼」、「3. 全体としての人間への尊敬」、「4. クライアントの相違についての認容と受容」、「5. クライアントが自分というものを理解し受容するのを、援助しようとする欲望」。そして、「これまでに描写されてきたカウンセラーの態度から生みだされるものは、ほんとうに許容的な関係なのである。態度や感情についてのどのような表明も許容され、しかも何ひとつ強要されない風土が作りだされる」としている。このように、統合性を尊敬する態度とそこから生み出される雰囲気、風土の重要性を指摘している。

続いてロジャーズは、カウンセラーの応答のし方についても取り上げ、援助的な機能を果たす応答には2つの主要なタイプがあるとして、単純な受容と感情の反射を上げている。単純な受容については、次のように詳しく論じている。「単純な受容－カウンセラーは、クライアントが述べていることの単純な受容を表明するのに、たんに、「はい」、「わかりました」、「よくわかります」、「ウムウム」、あるいは、何かこの種の応答で応じるのである。これは、ばからしいほど単純に見えるが、しかしクライアントがきわめて深く自分というものを掘り下げて、重大な意味をもつ素材を苦しんでもちだしているときには、この応答がきわめて多く用いられていることが示されているのである。明白なことであるが、単純な受容の機能は、カウンセラーが、クライアントのいっていることをよく聞いており、クライアントの感情を理解し、しかもそれを受容していること、を示すことなのである。クライアントは、自分の中では、罪悪感や恥辱感を引き起こしたり、あるいは、ばからしく、愚かに感じられたりする素材が、カウンセラーによって容易に受容されるのを見る

ときに、自分というものを自由に表明することができるのである。クライアントはたぶん、情動的な緊張を感じているのであろうが、単純な受容は、それだけで、その緊張を効果的に和らげることができる。それは、クライアントが、自分の苦しみ、恐れ、欲求をすっきり語るように促し、かくしてこれまでクライアントがその問題に直面するようになるのを妨げていた情動的な目隠し皮を取り去るのに役立つのである」。このように、ロジャーズは、単純な受容の機能を高く評価している。

ロジャーズは1946年の論文 (Rogers, 1946) では、カウンセリング過程の中心原理を、「クライアントは自己自身および自己の矛盾した態度のことごとくが受容されたと気づくと、彼は心理的防衛を捨てることができ、情動的な緊張から解放されていることに気づくことができる。そして、これまで習慣的に拒否し抑圧してきた自己自身の側面を調べることにより、新しい、しかも前とはまったく違った自己概念を発展させ、それにより、よりいっそう現実的な基盤にたつて世の中にたちむかっていくことができる。彼は真の自己となって新たに出発する」と述べている。また、1947年の論文 (Rogers, 1947) においても、「自己は、攻撃またはそれらしい脅威を受けないときは、これまで拒否していた知覚を考慮に入れ、新しい分化をとげ、自己を統合しなおして、それらをも含めるようになることができる」と述べている。このように、クライアントは受容が経験されることによって、自己知覚の再体制化が進んでいくとしている。

ロジャーズは1948年の論文 (Rogers, 1948) において、指示的アプローチと非指示的、クライアント中心のアプローチを比較している。その中で、「人間が成長をとげるための最上の雰囲気」は、「人間がそのあるがままに深く受容され、彼自身のリアルなままの私的世界が、評価されることなく、他人によってありのままに理解され、ありのままに受容され、しかもこの理解や受容がその人間に伝えられるとき、この最上の雰囲気が存在している、というように思わ

れる」としている。そして、非指示的、クライエント中心のアプローチの基本的仮説について、「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けられるならば、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、ということである」と述べている。

さらに、1950年の論文 (Rogers, 1950) では、クライエントの能性が効果的に働きだすことを許すような心理的雰囲気を創り出すための条件として、5つの条件を上げている。その1つ目の条件について、「セラピイ的な現象は、セラピストがあるがままのクライエントと、彼の現在の状態のなかに内在している可能性とを受容し尊敬するという態度を、きわめて純粹にかつ深く感じているときに、最も起こりやすいように思われる。このことは、クライエントの現在の態度を尊重するということであり、また、現在の瞬間の態度を、それが絶望の方向へと変わっていくものであろうと、あるいは建設的な勇気へと向かうものであろうと、または混乱した両向性へと向かうものであろうとも、いつでもそのままに受容する、ということなのである。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」と述べている。そして、“尊重する”ということの意味についてさらに詳しく次のように論じている。「他の立場においても、クライエントまたは患者を尊重するといわれている。しかしそれは通常、彼があらわしているものではない人間を尊重しているのである。それはなにか下にかくされているものを尊重することであり、その瞬間において自分自身に見えているままの人間を尊重することではないのである。しかし、クライエント中心療法においては、われわれが最も実り多いものであるとわかっている

カウンセラーの態度は、その瞬間において自分に見えているままの人間を完全に受容することである」。また、4つ目の条件を、「カウンセラーが、これらの基本的な態度を具体化するような技術のみを用いるということである」としている。

以上のように、ロジャーズは心理療法の新しいアプローチを創出する初期から、受容をたいへん重視している。カウンセラーの受容的態度及び共感的理解によって、クライエントは防衛の必要がなくなり、自分の感情や態度を自由に表現し、自由に自己の探求を行い、自己理解を深め、自己知覚の再体制化を行っていくとされている。このことは、カウンセラーの受容的態度及び共感的理解が生み出す脅威のない安全な雰囲気がクライエントの成長力の発揮を促すともいえる。そして、このような受容的態度は、個人の自己指示と自己決定の権利に関する深い確信がカウンセラーの中に存在することによって可能になるとしている。また、このようなカウンセラーの態度とともに、カウンセラーの技術・応答のし方も重視しており、主要な技術として、単純な受容及び感情の認知と明確化・感情の反射を上げている。

### Ⅲ. 内面の在り方としての受容的態度

ロジャーズは1951年に著書『クライアント中心療法』(Rogers, 1951a)を出版する。この本の中で、受容の意義について次のように述べている。「クライアントは、自分自身を価値のない、受け入れられない、愛されるべきではない人間として体験してきたが、心理臨床家とのかぎられた関係の中で自分が受け入れられ、尊重され、愛される人間であるということを理解するようになる」、「クライアントは、心理臨床家が自分に対して示す受容的な態度を体験するにつれて、自分自身に対してもこれと同じ態度をとり、それを体験できるようになる。このように、クライアントが自分自身を受容し、尊重し、好意を持ち、愛するようになるにつれ、こうした態度を他人に対しても体験できるようになるのである」。このように、クライアントは

カウンセラーに受容されることによって、自分自身を受容できるようになると指摘している。

また、ロジャーズはクライアントを受容するあるいは尊重する態度とは異なる態度について次のように述べている。「受動性や関心が欠如したように見える、あるいは巻き込まれたくないように見える態度は、クライアントからしてみれば拒絶されているように感じられる。無関心とは本来の意味での受容とは異なるからである」、「カウンセラーが自分自身と自分がなにをすべきかに関心がある場合、クライアントに対して感じる尊重への集中がどうしてもおろそかになる」、「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るように、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」。さらに、カウンセラーがクライアントの選択にどこまでまかせることができ、どこまでそれを受け入れられるだろうかということを「カウンセラーの根本的な葛藤」として論じている。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？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」、「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—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」と述べ、クライアントの選択を尊重することの困難さと重要性を指摘している。

この本では、「どうすれば心理臨床家は他人を尊重し、受け入れることができるだろうか？」

という問いに、「体験からすると、こうした哲学をもつ可能性が高いのは、まず自分自身の基本的な価値と意義を尊重できる人である。まず自分自身を受け入れられなければ、十中八九他人を受け入れることはできない」と述べている。

ロジャーズは1951年の論文(Rogers, 1951b)で、心理療法におけるクライアントの自己知覚の再体制化の過程を次のように詳しく説明している。「安全な、保護されている、受容されているという雰囲気の中で、自己体制の固い境界が弛緩してくる。そこには、脅威の下にある一切の体制の特色である固い、頑固なゲシタルトはもうなくなり、もっとゆるやかな、もっと不確かな構図があるのである。彼は、自分の現象の場をもっともっと十分に探求しはじめる。彼は誤った一般化を発見するが、彼の自己構造は、今や十分に弛やかになっているので、その基盤になっていた複雑な、矛盾した諸経験に考察を加えることができる。彼は、今まで意識したことのない経験、彼が自分についてもっていた概念と深く矛盾するような経験を知覚ようになるが、このことはほんとうに彼にとっては脅威なのである。彼は一時、以前の居心地のよいゲシタルトに引きさがるけれども、やがてゆっくりとしかも用心深く動きはじめて、この矛盾する経験を、新しい、訂正されたパターンのなかに同化するようになる」。そして、再体制化を可能にするものについても触れ、「この苦痛にみちた自己知覚の崩壊と再体制化は、セラピーの関係における二つの要素によって可能となる。その第一は、すでに述べられたことであるが、その新しい、暫定的な、矛盾にみちた、あるいは以前には否定されていた自己知覚が、がんこな構造をもつ局面とまったく同じように、セラピストに大事にされるということである。このようにして後者から前者への移行はあまりにも悲惨な自尊心の喪失をともなうことなしに、あるいは古いものから新しいものへのあまりにもおそろしい飛躍の必要もなしに可能となるのである。この関係における第二の要素は、新しく発見された経験の局面に対するセラピストの態度である。クライアントにとってそ

れらは脅威的なもの、わるいもの、不可能なもの、破壊的なものに思われている。しかし彼は、それらのものに対するセラピストの静かな受容の態度を経験する。彼は、ある程度この態度を投射的に取り入れることができ、自分の経験を、自分自身の一部として所有し、同一化し、象徴化し、そして受容することのできるものと見ることができるようになる」と述べている。このように、セラピストからの受容によって、クライアントの自己知覚の再体制化が可能になるとしている。

ロジャーズは1953年の論文 (Rogers, 1953) において、心理療法の過程が軌道にのるための態度的な条件について、次のように述べている。「もしセラピストが、このクライアントのあるがままを深く尊敬し、十分に受容しているという態度を彼自身の内部にもっており、またクライア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かさにみだされて、その人間の核心に対するもっとも深い好意とか愛情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ア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ア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、この過程がすでに止まっていることを確信することができるであろう」。このように、クライアントに対する尊敬や受容を深い好意や愛情と結び付けて述べており、「私たちがセラピストとして、クライアントに対する私たちのポジティブな（またはネガティブな）感情をあまり恐れなくなった」としている。この点について、さらに、「セラピーが進行するにつれて、クライアントの自己自身になるようとする勇敢にして底深いもがきを見るときに、その人に対するセラピストの尊敬と受容の感情は、なにか畏敬の念に近いものに変わっていくのである。その時セラピストの内面には、人間の底深くひそんでいる共通感情—同胞としての愛と呼ぼうか—が深く体験されているのだ

と私は思う。その結果として彼のクライアントに対する感情は、暖かい、ポジティブな、愛情の反応となるのである」と、尊敬と受容の感情が愛情にまで深まっていくことを指摘している。また、セラピストのこのような感情に対するクライアントの受け止め方について触れ、「クライアントは多くの場合、このケースにおけるように、他の人のポジティブな感情を受容することが困難なのである。しかしひとたびそれが受容されると、クライアント側にほとんど必然的に現われる反応は、気持ちが伸びやかになることであり、他人の暖かな愛によって、生活に対決するさいの緊張と恐怖を軽減させることなのである」としている。

以上のように、この時期ロジャーズは、クライアントはカウンセラーに受容されることによって、自分自身を受け入れられるようになることを指摘している。また、クライアントの自己知覚の再体制化の過程を詳しく論じ、それがセラピストからの受容によって可能になるとしている。そして、この時期からロジャーズはカウンセラーの技術・応答のし方の重要性について取り上げることは見られなくなっていく。受容的態度についても「十分に受容しているという態度を彼自身の内部にもっており」(Rogers, 1953) と述べているように、クライアントに対して呈示される態度というよりも、セラピストの内面の在り方として説明されている。さらに、受容をクライアントに対する深い好意や愛情にまで深まっていくものとしている。

#### IV. 無条件の肯定的配慮

ロジャーズは1956年の論文 (Rogers, 1956a) で、建設的なセラピー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. クライアントに対して受容と好感を感じること、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、受容については、次のように詳しく説明している。「受容というのは無条件の自己価値をもった人間として—彼の状況、彼の行動、彼の感情がどのようなものであろうと、価値をもっている人

間としてクライアントに暖かな配慮をもって  
いる、ということである。それは、どのような  
かたちにおいても彼を評価するということから  
はまったく離れて、彼を大事にするというこ  
とである。それは、彼をひとりの分離した人間  
として尊重することであり、彼が彼自身の感情  
を自分の好きなようにもつように、喜んで許す  
ことである。それは、彼の態度がいかに絶望的  
なものであっても、あるいはいかに自信過剰で  
あっても、またいかに強くとも、いかに弱くとも、  
あるいは過去にもっていた他の態度といかに  
ひどく矛盾するものであっても、彼のその瞬間  
の態度を受容するということである。他の人間  
の浮動してやまないすべての局面をこのよう  
に受容するということは、彼にとってはそれが、  
暖かな安全な関係になるということである。  
そして、ひとりの人間として好かれ、大事  
にされているという安全感は、援助関係におい  
て、きわめて重要な要素であると思われるので  
ある」。また、この論文では、無条件の肯定的  
配慮という概念が用いられるようになっており、  
次のように述べている。「最小限のかたち  
では、クライアントは最初から、セラピストの  
彼に対する無条件の肯定的配慮を知覚している  
かもしれない。表現される彼自身のすべての面  
—矛盾、弱点、長所、異常な感情、やさしい感情、  
背徳的な感情、反社会的な感情、恐怖と失望—  
がいっさい、等しく肯定的な配慮で応じられ、  
これらすべての要素が彼の一部であるがゆえに、  
彼が無条件に大事にされていることを発見する  
たびに、上に述べた知覚はたえず強められて  
いく。そのときクライアントは、愛されている  
という経験をだんだんと取り入れていく—その  
愛は、非所有的な、非要求的な、暖かである  
けれども、過度に心配しない、というような  
愛である」。

ロジャーズは1956年の別の論文(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、またそのクライアントがある程  
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

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」と述べている。

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  
の条件を提示している。そのうち3つの条件が  
セラピストの態度条件であり、第3の条件がセ  
ラピストの自己一致・純粋性、第4の条件がク  
ライアントに対する無条件の肯定的配慮、第5  
の条件が共感的理解である。このうち第4の条  
件は、「セラピストは、クライアントに対して  
無条件の肯定的配慮を経験していること」と述  
べられている。これらに続く第6の条件には、  
「セラピストの共感的理解と無条件の肯定的配  
慮が、最低限クライアントに伝わっていること」  
が上げられており、「これらの態度的な条件  
がある程度伝わってなければ、クライアント  
に関する限りこれらの条件はその関係のなか  
に存在していないのであり、私たちの仮説によ  
れば、セラピーの過程は始まっていないのであ  
る」としている。

無条件の肯定的配慮についてはさらに詳しく  
次のように説明されている。「セラピストがク  
ライアントの経験しているあらゆる局面を、そ  
のクライアントの一部として温かく受容してい  
るという経験をしているならば、その受容して  
いる度合いだけ彼は、無条件の肯定的配慮を経  
験しているのである」、「その意味は、受容につ  
いてなんの条件もついていないということであ  
る。『もしあなたがこれこれでありさえすれば、  
あなたが好きです』という感じをもっていない  
ということである」、「それは、『あなたがこん  
なときにはよいが、こんなときには悪い』とい  
うように、選択的に評価する態度とは正反対の  
ものである」、「それはクライアントが好きであ  
るという意味であるけれども、所有的なもの  
ではないし、また単にセラピスト自身の欲求を満  
足させるためのものでもないのである。それは  
クライアントを自分とは別個のひとりの人間と

して、自分自身の感情、自分自身の経験をもつことをゆるされている人間として、好きであるということである」。そして、無条件の肯定的配慮という概念は、「スタンダル (Standal, S.) によって開発された」と述べている。また、無条件の肯定的配慮という用語を理解する上で注意すべき点として、次のように指摘している。「『無条件の肯定的配慮』という用語は不幸な言葉である。というのは、それは絶対的な、あるか・ないかという性質の概念であるかのように聞こえるからである。完全に無条件である肯定的配慮というものが理論的にしか存在し得ないものであることが、その説明からはっきりわかるであろう。臨床的・経験的な観点から最も正確な述べ方をすれば、効果的なセラピストは、クライアントとの接触の多くの瞬間において、無条件の肯定的配慮を経験するけれども、ときどきは条件づきの肯定的配慮しか経験することができない—そしておそらくときには、効果的なセラピーでは起こりそうもないような否定的な配慮を経験するかもしれない—ということになるであろう。こうした意味において、いかなる関係においても、無条件の肯定的配慮は程度の問題として存在するものなのである」。

ロジャーズは1958年の論文 (Rogers, 1958) では、心理療法における変化の過程について論じている。ここでは、「個人が定着性から流動性へ、この連続線の固定の方の極に近い点から“動いている”方の極により近い点に変化する過程の継続的な段階」として、クライアントの表現の性質から7つの段階を設定している。そして、それぞれの段階において、クライアントが十分に受け入れられていると感じられることによって、変化が進展していくとしている。

1959年の論文 (Rogers, 1959a) では、クライアント中心療法に関する概念が明確化されており、そこでは、肯定的な配慮は次のように説明されている。「もし、私が他人の自己経験を知覚することが、私の経験にポジティブな変化を生ずるならば、私はその人に肯定的な配慮を経験しているといえる。一般に、肯定的な配慮は、暖かさ、好きになること、尊敬、同情、受

容などの態度を含むものとして定義される」。また、無条件の肯定的配慮は次のように定義されている。「もし、私がある人の自己経験をそれ以外の自己経験と比べて、肯定的な配慮を持つに値するとか、しないとかいうように、比較することができないような仕方では知覚しているならば、その時私は、その人に対して、無条件の肯定的な配慮を経験しつつあるといえる」。そして、「一般的にいて、受容と尊重することとは、いずれも無条件の肯定的な配慮と同義語である」とも述べている。無条件の肯定的配慮と共感的理解との関連についても触れ、「無条件の肯定的な配慮を十分に伝達するためには、感情移入的理解が常に必要である。もし私があるあなたのことをほとんど知らないか、まったく知らないで、あなたに対して無条件の肯定的な配慮を経験するとしたならば、それはあまり意味がないであろう。というのは、私があるあなたをもっとよく知るようになれば、それほど尊敬できないような面があらわれるかもしれないからである。しかし私があなたを十分に知り、あなたのいろいろな感情と行動を知り、かつ感情移入的に理解していて、なお無条件の肯定的な配慮を経験するならば、これはおおいに意味があることである。それは十分に知られ、十分に受容されているということに近いものである」としている。

ロジャーズは1959年の別の論文 (Rogers, 1959b) で、「他の人やその感情をほんとうに受容するということは、決して容易に成しとげられるものではない」と述べている。そして、「私が他の人を理解し、他の人を受容することができるのは、私が私自身であることができるときだけであり、私が私自身を受容することができるときだけなのです。時には、私がどうしてもそうすることができないような関係があるのですが、そのとき私は、このような関係のなかで生き方が皮相的であると感ずるのです。このような人との私の接触は、とくに援助的ではありません」としている。他者を受容する上で、自分がありのままの自分を受容していることが必要であることを指摘している。また、1960年



の論文 (Rogers, 1960) の中で、ロジャーズはクライアント中心療法における理論的發展について論じている。そこでは、「セラピィを反応のしかたとか技術として記述することから完全に離別することであり、“必要にして”しかも“十分な”、セラピィのすべての条件が、ある関係のなかに起こる態度的変数であるということを中心とするものなのである」としており、セラピストの応答のし方や技術からの離別がはっきりと述べられている。

ロジャーズは1961年に、著書『ロジャーズが語る自己実現の道』(Rogers, 1961)を出版する。その中で、ロジャーズはクライアントを尊重し受容することの困難さについて次のように述べている。「私は目の前にいるこの他者に対して、温かさ、配慮、好意、関心、尊重といったポジティブな態度を経験することができるだろうか？これは簡単なことではない。こうしたポジティブな感情を持つことへの、ある種の恐れを私自身の中にも見出すことがあるし、また人々の中にそうした恐れがあるように見えることもよくある。私たちは、他者への肯定的な感情が自分の中で自由に経験できるようになると、そうした感情のとりこになってしまうのではないかと恐れている。こうした感情は、私たちに何かを要求するようになるかもしれないし、自分が頼りにしてきたものを失わせることになるかもしれないと、そういう結果が生じることを恐れているのである。そして、その恐れに対する反応として、私たちは自分と他者との間に距離をとろうとする。それは、冷淡さ、『専門家的』態度、非人格的な関係となって現れる」、「私は、自分が他者とは違う別の人間であるという強さを自由に感じられるときには、自分を失う恐怖を感じなくてすむので、より深く相手を理解し受容できるようになれることがわかってきた」、「なぜ相手のすべての側面を受容することができなかったのかを考えてみると、多くの場合、私が相手のある種の感情に驚きや脅威を感じていたことに気づくのである。より援助的であろうとするならば、こうした点で自分自身を受容できるように成長しなければならない」。

また、無条件の肯定的配慮についても、次のように説明している。「セラピストがクライアントの内側にあるものに対して、温かく、肯定的で受容的な態度を体験しているとき、そのことは変化を促進する、ということである。それは、その瞬間にクライアントの中で流れている感情がどんなものであっても－恐れ、混乱、苦痛、誇り、怒り、憎しみ、愛、勇気、畏怖などであっても－セラピストがそれを純粹に受けとめようとするということである。それは、セラピストが非所有的な仕方でもクライアントを大切にすることを意味している。それは、条件付きのあり方ではなく、一つの全体としてクライアントを尊重することを意味している。それは、クライアントがある特定の行動をしたときだけ受け入れ、違う行動をしたときには認めない、といったセラピストのあり方とは異なるものである。それは何の留保も含まず、何の評価も含まないような、友好的で肯定的な感情を意味している」。

ロジャーズは1962年のカウンセラーの態度に関する論文 (Rogers, 1962) で、無条件の肯定的配慮について論じている。その中で、「それは、あるがままのクライアントに対する一種の愛といえる。この場合の愛という言葉は、神学者のいう“アガペ”と等しいもので、通俗的な、ロマンティックで、所有欲をともなった意味ではない。私が述べている感情は、温情主義的、感傷的なものでもない。また、表面上はあたりがよくて快い、というものでもない。それは、他の人をひとりの独立した人間として尊重するのであって、彼を支配するのではない。それは、一種の好意である。その好意は強さをもっているが、押しつけがましいものではない」、「内からわきでる積極的な感情なのである」と述べている。また、カウンセラーの態度に対するクライアントの知覚について取り上げ、次のように述べている。「とくに、ひどく障害された人の治療にあたっているうちに、共感がかかわり合いの欠如として、私の側の無条件の配慮は無関心として、暖かさは脅威的な接近として、知覚される可能性があるということを知った。私は、こ

の特殊な人間に対しても、私が彼との関係で経験していることが、彼によって明確に知覚されるように、はっきりとわかるような仕方で振舞ったり、伝えたりしたいものである。私がすでに提起した他の条件と同じように、この原理も、理解することはやさしいが、その達成はむずかしく、また複雑である」。このように、クライアントへの伝達、あるいは、クライアントの知覚に困難がある場合があることを指摘している。

ロジャーズは1966年の論文 (Rogers, 1966) においても、無条件の肯定的配慮について取り上げている。その説明の中で、「セラピストがそのクライアントに、人間的可能性をもったひとりの人間として、彼に深い、純粋な心配りを伝えるということ、彼の思考、感情あるいは行動に対する評価で汚されていない心配りを伝える、ということである」、「それは、ひとりの独立の人間としてのクライアントに対する非所有的な心配りなのである。そこからクライアントは、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」と述べている。また、治療の動機づけのない、慢性の統合失調症の人達との心理療法の経験から、次のように述べている。「きわめて暫定的に私はこういっておきたい。現段階においては、きわめて未成熟な、あるいはきわめて退行的な人との接触においては、無条件の肯定的配慮よりも条件づきの配慮の方が、関係を始めるのに、したがってセラピーが軌道にのるために、より効果的なものであると思われる、と。ある未成熟な、あるいは退行的なクライアントにとっては、無条件の配慮よりも条件づきの配慮の方がより大きな受容を構成するものと知覚される、ということは明らかであると思われる」。ただし、その一方で、「しかし、十分な成熟に到達するためには、やはりセラピストの無条件の肯定的配慮が最も効果のある要素であると、私はなお信じている」とも述べており、重度の障害をもつクライアントと関わる中で、困難や葛藤を経験していたことが感じられる。

ロジャーズらは1967年に統合失調症の心理療

法の研究に関する著書を出版する。その中で、ジェンドリンとロジャーズ (Gendlin & Rogers, 1967) はセラピストの3つの態度条件について取り上げ、次のように述べている。「この諸条件は、表面的な諸行動よりもむしろ、基底に横たわっている諸態度に関係するのである。たぶん、“態度”という言葉よりもむしろ、われわれは、なにか“姿勢”というような用語を、用いるべきなのである。われわれは、セラピストのひとつの行為、もしくは文、の中に表明される、あるひとつのなにか一時的なものについてではなくて、セラピストが行うさまざまな行動すべてに絶えずにじみだしてゆく、あるひとつの続いてゆく“姿勢”について、語っているのである。その姿勢とは、何をするかではなく、どのようにそれをするかである、ということ、明示されているこの諸条件は強調するのである。決定的なのは、言語的な意味ではなくて、個人的な意味なのである」、「これらの諸態度は、セラピストによって容易に獲得されるものではないのであるが、それらの学習は、ひとつの知的な事がらであるよりもむしろ、ひとつの体験的な事がらなのである。このことは、重要ないろいろの意味を含んでいるのである」。

この本の中で、ロジャーズとトラックス (Rogers & Truax, 1967) は無条件の肯定的配慮について論じている。その中で、無条件の肯定的配慮を経験することで、「クライアントは、このようにして、自分自身のいろいろの感情、自分自身の体験過程をもつことを、自由に許されるのである」と述べている。さらに、「自分のクライアントの利己的な、もしくは非社会的な行動に対するセラピストの態度はどうなのか？ 彼は、これを評価なしに受け容れることになるのか？」という問いを取り上げ、次のように述べている。「確かにセラピストは、ひとつの特定の行動が社会的に受け容れられない、もしくは社会的にいけない、彼が自分自身の中では賛成することができないであろうようなものである、そして、社会的なグループの福祉のために有害な行動のしかたである、ということを感じずるかもしれないのである。しかし、効果的なセ

ラピストはたぶん、望ましい行動としてではなく、このクライアントの状況、諸経験、および諸感情の、当然の結果として、彼のクライアントのこの行動についての受容を感じるであろう。そこでセラピストの受容はたぶん、次のような感情にもとづいているのであろう：“もしもわたくしが、同じ背景、同じ状況、同じ諸経験をもっていたならば、わたくしがこのようなやり方で行為するであろうことは、このクライアントの場合にそうであるのと同じように、わたくしの場合にも避けられないであろう”。このように、望ましいものとして行動を受け入れるのではなく、クライアントの背景や諸経験を考えると、“当然の”、“避けられない”結果として行動を受け入れるとしている。そして、「このようにセラピストが、自分のクライアントをとつとび、自分のクライアントのいろいろの思いもしくは行動の、そのクライアントの中での意味もしくは価値をわかろうとしているときに、彼は、賛同もしくは不賛同という反応を感じない傾向があるのである。彼は、現にあるものの受容を感じるのである」と述べている。

また、ロジャーズとトラックスはセラピストの3つの態度の関連について論じている。共感的理解と無条件の肯定的配慮については、「セラピストが、ある高いレベルの正確な共感を達成するということは、重要である。しかしながら、別の人の、瞬間、瞬間の“あり方”に深く敏感であるということは、われわれが、第一にこの他人を受け容れ、そしてある程度までとつとぶ、ということ、セラピストとしてのわれわれに要求するのである。したがって、ある満足のゆくレベルの共感、かなりの程度の無条件の肯定的な配慮もまた、あるものでなければ、ほとんど存在しえないのである」としている。また、共感的理解と純粋性及び無条件の肯定的配慮との関連については、「サイコセラピの、瞬間、瞬間の出会いを通じて、諸経験と諸感情、およびそのクライアントにとってのそれらの意味を、正確かつ敏感に理解するセラピストの能力は、彼が、彼の自己—一致もしくは純粋さと、彼の無条件の肯定的な配慮とによって、

その関係のための背景的な基盤をまず供給してしまったあとでの、そのセラピストの“仕事”として、おそらく記述されるところのものを、構成するのである」としている。そして、3つの態度条件全体としては、「これらの諸条件のいずれも、それがほんとうのものでなければ、その関係において意味のあるものとはとてもなりえないのである。したがってそのセラピストが、これらの点、およびほかの点において、セラピ的な出会いの中で統合されており、かつ純粋であるのでなければ、ほかの諸条件は、満足のゆくような程度まで存在することがほとんどできないであろう。したがって、純粋さ、もしくは一致という、この要素が、三つの諸条件のうちでいちばん基本的であると思われるであろう」と述べている。このように、まず純粋性が前提条件として必要であり、続いて無条件の肯定的配慮が重要となり、この両者を基盤として、共感的理解に取り組みれていくことになると考えている。さらに、3つの態度条件に対するクライアントの知覚についても触れ、「正常な、もしくはやや混乱している人びととの普通の関係において、もしもそれらの諸条件が実際に提供されるならば、このような知覚が存在する、ということは、もちろんのことと思われるのである。ほとんどの人びとは、これらの諸条件が存在するときに、それらを最小限度に覚知するべく、彼らの環境についての十分に現実的な知覚をもっているのである。深く混乱している精神病の人びとを扱う場合には、この仮定は、もちろんのこととすることができない」と述べている。

以上のように、この時期からロジャーズは受容という用語とともに無条件の肯定的配慮という用語を重要な概念として用いるようになる。そして、建設的なパーソナリティ変化の必要十分な条件を提示し、その中でも、セラピスト側の3つの態度条件を重視している。そのうちの1つが無条件の肯定的配慮である。このことは、セラピストの反応のし方や技術を重視する見解から離別することでもある。また、ロジャーズはクライアントの体験のし方や体験過

程に注目するようになり、セラピストから受容されることによって、クライアントは自分自身の感情や体験過程を自由にもつことができるようになり、また体験のし方が固定性から流動性へと向かう変化が促進されるとしている。この時期、ロジャーズは統合失調症の心理療法とその研究に熱心に取り組んでいる。その経験から、セラピストの3つの態度条件が存在しても、重度の精神障害の人ではそれを知覚することが困難な場合があることを指摘している。

#### V. グループへの適用

ロジャーズは1970年に著書『エンカウンター・グループ』(Rogers, 1970)を出版する。その中で、「私は、参加者がそのグループに積極的に参加していてもそうでなくても、彼自身を受け容れる」、「沈黙あるいはまったく発言をしない人の場合、それが苦痛や抵抗を表わしているのではないと確信できるならば、私はそれを受け容れることができる」と述べている。また、グループ全体の受容についても触れ、「私はグループとグループ内の個人に対して大きな忍耐度をもっている。最近何年か繰り返し学んできたことは、グループをそのままに受け容れることが究極において非常に報いが大きいということである」としている。このように、エンカウンター・グループにおいては、個々のメンバーの受容だけでなく、グループそのものを受容することが重要であることを指摘している。

ロジャーズは1977年に著書『人間の潜在力』(Rogers, 1977)を出版する。その中で、無条件の肯定的配慮について取り上げ、「もちろん、このような無条件の配慮をいつも感じ続けることは不可能である。誠実な治療者は、しばしばクライアントに対してそれと非常に異なった感情、例えば否定的感情を持つ時もある。それゆえ、治療者はクライアントに対して無条件の肯定的配慮を持つべきであるというように『当為』と見なしてはならない。それは、もしこの態度的要素がその関係の中に適度な頻度で存在しなかったならば、建設的なクライアントの変化は起こりにくいだろうという、単なる事

実を言っているのである」と述べている。そして、セラピストの3つの態度条件を比較して、「治療者たちは極めて敏速に、よりすぐれた敏感な聞き手になり、感情移入的になることを学習することが可能である。それは、態度であるとともに、部分的には技術でもある。しかし、よりありのままになり、より好意的になるためには、治療者は体験的に変化しなければならないし、これは長い期間と、もっと複雑なプロセスを要する」としている。また、ロジャーズはパーソン・センタード・アプローチの立っている前提について説明する中で、次のように述べている。「他者の成長を促進する人間は、次のような時、これら諸能力の解放を助けることができる。それは真実な人間として他人にかかわり、自分自身の感情を所有し、それを表明できる時であり、他者に対する非所有の好意と愛を経験する時であり、他者の内的世界を受容的に理解する時である。このアプローチが、個人またはグループに適用される時は、なされる選択、追求される方向、とられる行為は、個人的には建設的な方向が増大し、社会的には他者よりも現実的な調和を保つ方向に向かうということが、時代を越えて見出される」。このように、3つの態度条件は個人だけでなく様々なグループにも適用されるものであることを指摘している。

ロジャーズは1980年に著書『人間尊重の心理学』(Rogers, 1980)を出版する。その中で、共感的理解と受容との関連について触れ、次のように述べている。「共感的理解から生じる第二の結果は、受け手が価値、思いやり、存在を受けとめられた感じを持つ事です」、「他者の認知する世界を正確に感じとることは、あなたがその個人の価値を認め、彼の世界を認めるのでなければ、即ちその個人を大切に思うのでなければ不可能であります」、「共感の最高の表現は受容と批評しない事です。もしもあなたが相手を批判的に見ているなら、彼の内的世界を正確に知覚することは不可能だからであります」。このように、相手の内的世界を正確に感じとろうとすることには、相手を大切に思い、相手の世

界を尊重しようとする態度が伴っているとしている。また、ロジャーズは1986年にD.ラッセルとのインタビューに応じている (Rogers & Russell, 2002)。インタビューの中で、無条件の肯定的配慮についても触れ、「無条件の肯定的関心も誤解されています。クライアントを大切に思い、クライアントを認めるというのは、クライアントの行為を何でも認めることではありません。クライアントの核となるものを、真に大切にすることを意味します」と語っている。

この時期、ロジャーズは、エンカウンター・グループや異文化間の緊張の解決などに取り組んでいる。その中で、個人に対する受容だけでなく、グループを受容することが大きな意味を持つことを指摘している。また、セラピストの3つの態度条件は、個人に対してだけでなく、様々なグループにも適用され、建設的な変化を促進するとしている。

## VI. まとめ

ここまで、ロジャーズが受容及び無条件の肯定的配慮をどのようにとらえ、また、そのとらえ方がどのように変化してきたかについて整理してきた。それをもとに、受容及び無条件の肯定的配慮について、その意味するもの、もたらすもの、実現と学習、純粋性や共感的理解との関連の4つの点から整理し、考察を行う。

### 1. 受容、無条件の肯定的配慮とは

ロジャーズは受容について、「受容というのは無条件の自己価値をもった人間として—彼の状況、彼の行動、彼の感情がどのようなものであると、価値をもっている人間として—クライアントに暖かな配慮をもっている、ということである。それは、どのようなかたちにおいても彼を評価するということからはまったく離れて、彼を大事にするということである。それは、彼をひとりの分離した人間として尊重することであり、彼が彼自身の感情を自分の好きなようにもつように、喜んで許すことである。それは、彼の態度がいかに絶望的なものであっても、あるいはいかに自信過剰であっても、また

いかに強くとも、いかに弱くとも、あるいは過去にもっていた他の態度といかにひどく矛盾するものであっても、彼のその瞬間の態度を受容するということである。他の人間の浮動してやまないすべての局面をこのように受容するということは、彼にとってはそれが、暖かな安全な関係になるということである。そして、ひとりの人間として好かれ、大事にされているという安全感は、援助関係において、きわめて重要な要素であると思われるのである」(Rogers, 1956a)と説明している。また、無条件の肯定的配慮については、「その瞬間にクライアントの中で流れている感情がどんなものであっても—恐れ、混乱、苦痛、誇り、怒り、憎しみ、愛、勇気、畏怖などであっても—セラピストがそれを純粋に受けとめようとすることである。それは、セラピストが非所有的な仕方クライアントを大切にすることを意味している。それは、条件付きのあり方ではなく、一つの全体としてクライアントを尊重することを意味している。それは、クライアントがある特定の行動をしたときだけ受け入れ、違う行動をしたときには認めない、といったセラピストのあり方とは異なるものである。それは何の留保も含まず、何の評価も含まないような、友好的で肯定的な感情を意味している」(Rogers, 1961)と説明している。そして、受容と無条件の肯定的配慮は一般的には同義であると述べている。受容及び無条件の肯定的配慮には、次のような性質、特徴がある。

#### (1) 内面に存在する姿勢・状態

ロジャーズは初期にはセラピストの技術・応答のし方も重視しており、「単純な受容」という技術も重んじている。しかし、その後ロジャーズは、セラピストの技術・応答のし方を重視する見解からは離別していく。そして、セラピストの3つの態度条件を重視するようになる。これらの態度は、クライアントに呈示される行動や態度というよりも、セラピストの内面に存在する姿勢や状態である。受容及び無条件の肯定的配慮は、尊重すること、暖かな配慮と好意を寄せることであり、それはまた内から湧き出る

肯定的な感情であり、愛（非所有的な、非要求的な、暖かであるけれども過度に心配しないというような愛）とも呼べるものである。

#### (2) 無条件であること

クライアントの状態、行動、態度、感情がどのようなものであろうと、ありのままのクライアントが受容される。また、クライアントが知っている通りの、見えているままの自己も、以前は否認されていて新しく発見された自己も、ともに同じ暖かさや尊重をもって受け入れられる。このように、表現されるクライアント自身のすべての面が等しく肯定的な配慮で応じられる。さらに、クライアントの自己自身及び自分の直面する場面を処理する能力、現在の状態の中に内在している可能性なども含め、可能性をもった人間として肯定的な配慮が寄せられる。

#### (3) 評価から全く離れている

受容及び無条件の肯定的配慮は、評価するところから全く離れており、選択的に評価する態度とは正反対のものである。それは、何の留保や評価を含まず、クライアントの思考、感情、行動に対して評価で汚されていない配慮を寄せるということである。従って、受容とは是認や否認を含むものではなく、賛同や賞賛によって受け入れられるのでもない。ロジャーズとトラックスは、「セラピストが、自分のクライアントをとうとび、自分のクライアントのいろいろの思いもしくは行動の、そのクライアントの中での意味もしくは価値をわかろうとしているときに、彼は、賛同もしくは不賛同という反応を感じない傾向があるのである。彼は、現在あるものの受容を感ずるのである」(Rogers & Truax, 1967)と指摘している。

#### (4) “持つべきである”と見なしてはならない

効果的なセラピストは、クライアントとの関わりにおいて、無条件の肯定的配慮を多くの瞬間に経験するであろう。しかし、無条件の肯定的配慮をいつも感じ続けることは不可能であり、いかなる関係においても、無条件の肯定的配慮は程度の問題として存在するものなのであるとロジャーズは述べている。そして、セラピ

ストはクライアントに対して無条件の肯定的配慮を持つべきであるというように“当為”と見なしてはならないと指摘している。

2. 受容、無条件の肯定的配慮のもたらすもの  
ロジャーズは受容及び無条件の肯定的配慮はクライアントに次のようなことをもたらすと考えている。

- ①ひとりの人間として好意と尊重を寄せられているという安全感をもたす。この安全感は、援助的關係において極めて重要な要素である。
- ②自分の感情や態度を自由に表現してもよいと認識するようになる。
- ③心理的防衛をする必要がなくなり、それを捨てることができ、情緒的な緊張から解放される。
- ④自分自身の感情と自分自身の体験過程をもつことを自由に許されていることになる。
- ⑤自己概念の固く防衛的な構造を緩めることができる。
- ⑥自分自身の様々な側面・要素をもっと十分に、もっと深く探求することができるようになる。
- ⑦これまで自分にも隠されてきたような自分の感情や態度、自己の諸要素に気づき、はっきりと認識し、それを十分に経験することができるようになる。
- ⑧新たに気づかれた自分の感情や態度、自己の諸要素は、自分自身の一部として自己概念の中に包含され、受け入れられるようになる。
- ⑨上のようにして、自己知覚の再体制化が進み、「かれは、彼が有機体的にそうである人間と、自分自身がそうであると知覚する自己との間に、さらに統一と統合を成しとげることができる」(Rogers, 1966)。
- ⑩体験の仕方という点では、固定性から流動性へと向かって変化していく。
- ⑪気持ちが伸びやかになる。生活に対決する際の緊張と恐怖を軽減させる。
- ⑫セラピストの受容、無条件の肯定的配慮の

態度を経験するにつれて、少しずつ自分自身に対して同じような態度をとるようになっていく。そして、クライアントが自分自身を受容し、尊重し、好意を持ち、愛するようになる。

- ⑬受容、無条件の肯定的配慮の態度がクライアントによって知覚される必要がある。最小限にでも知覚されていなければ、効果的であり得ない。ほとんどの人々は、これらの態度が存在すれば、それを知覚する。しかし、深く混乱している精神障害の人びとでは、そのように仮定することはできない。

### 3. 受容、無条件の肯定的配慮の実現、学習

ロジャーズはセラピストが受動的であったり、自分が何をすべきかに関心がある場合や、評価的な言葉を使って思考している場合には、クライアントへの尊重を欠くことになるとしている。また、受容をめぐる、どこまでクライアントに選択をまかせることができ、どこまでクライアントの選択を受け入れることができるかが問われることになることを指摘している。さらに、他者に対して暖かさ、配慮、好意、関心、尊重などの肯定的な感情や態度を経験することに恐れを持つ場合もあり、その恐れに対する反応として、他者との間に距離をとろうとして、冷淡さ、『専門家的』態度、非人格的な関係となって現われることもあるとしている。そして、ロジャーズは、「私が他の人を理解し、他の人を受容することができるのは、私が私自身であることができるときだけであり、私が私自身を受容することができるときだけなのです」(Rogers, 1959b)、「私は、自分が他者とは違う別の人間であるという強さを自由に感じられるときには、自分を失う恐怖を感じなくてすむので、より深く相手を理解し受容できるようになれることがわかってきた」(Rogers, 1961)と述べており、セラピストがありのままの自分であり、その自分を受け入れることができていること、相手とは別の存在として自分の感情や欲求を尊重できていることの必要性を指摘して

いる。

また、ロジャーズは、「他の人やその感情をほんとうに受容するということは、決して容易に成しとげられるものではない」(Rogers, 1959b)とも述べている。そして、受容が可能になるためには、セラピストが個人の自己指示と自己決定の権利に関する深い確信を、自分の哲学の中に統合している必要があるとしている。また、自分自身を受け入れられ、自分自身の基本的な価値と意義を尊重できる人である必要があるとしている。

受容及び無条件の肯定的配慮の学習に関しては、ロジャーズはセラピストの3つの態度の学習は、知的な事がらであるよりも、体験的な事がらであるとしている。そして、「よりありのままになり、より好意的になるためには、治療者は体験的に変化しなければならないし、これは長い期間と、もっと複雑なプロセスを要する」(Rogers, 1977)と述べている。

### 4. 無条件の肯定的配慮と純粋性、共感的理解との関連

ロジャーズは1959年には、「無条件の肯定的な配慮を十分に伝達するためには、感情移入的理解が常に必要である。もし私があなたのことをほとんど知らないか、まったく知らないで、あなたに対して無条件の肯定的な配慮を経験するとしたならば、それはあまり意味がないであろう。というのは、私があなをもっとよく知るようになれば、それほど尊敬できないような面があらわれるかもしれないからである」(Rogers, 1959a)と述べている。しかし、その後には、「セラピストが、ある高いレベルの正確な共感を達成するということは、重要である。しかしながら、別の人の、瞬間、瞬間の“あり方”に深く敏感であるということは、われわれが、第一にこの他人を受け容れ、そしてある程度までとうとぶ、ということ、セラピストとしてのわれわれに要求するのである。したがって、ある満足のゆくレベルの共感、かなりの程度の無条件の肯定的な配慮もまた、あるのでなければ、ほとんど存在しえないのである」

(Rogers & Truax, 1967)、「共感の最高の表現は受容と批評しない事です。もしもあなたが相手を批判的に見ているなら、彼の内的世界を正確に知覚することは不可能だからであります」(Rogers, 1980)と述べている。確かに、相手の内的世界を正確に感じとろうとすることには、相手を大切に思い、相手の世界を尊重しようとする態度が伴っていると考えられる。

純粋性については、「これらの諸条件のいずれも、それがほんとうのものでなければ、その関係において意味のあるものとはとてもなりえないのである。したがってそのセラピストが、これらの点、およびほかの点において、セラピイ的な出会いの中で統合されており、かつ純粋であるのでなければ、ほかの諸条件は、満足のゆくような程度まで存在することがほとんどできないであろう。したがって、純粋さ、もしくは一致という、この要素が、三つの諸条件のうちでいちばん基本的であると思われるであろう」(Rogers & Truax, 1967)と述べている。真実でなければ意味を持たないということから、純粋性が最も基本的なものであり、前提であると考えている。そして、純粋性と無条件の肯定的配慮とが背景的な基盤を供給した後に、共感的理解に取り組まれることになるとしている。

### 引用文献

- Gendlin, E.T. & Rogers, C.R. 1967 The Conceptual Context. In Rogers, C.R., Gendlin, E.T., Kiesler, D.J. & Truax, C.B. eds. *The Therapeutic Relationship and Its Impact: A Study of Psychotherapy with Schizophrenics*. University of Wisconsin Press, Pp.3-21. (概念上の位置づけ 友田不二男・手塚郁恵訳 1972 ロージャズ全集別巻1：サイコセラピイの研究－分裂病へのアプローチ 岩崎学術出版社 Pp.13-47.)
- Rogers, C.R. 1940 The Processes of Therapy. *Journal of Consulting Psychology*, 4, 161-164. (高柳信子訳 1966 セラピイの過程 伊東博編訳 ロージャズ全集4：サイコセラピイの過程 岩崎学術出版社 Pp.3-10.)
- 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 ロージャズ主要著作集 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：サイコセラピイの過程 岩崎学術出版社 Pp.11-36.)
- Rogers, C.R., Dicks, R. & Wortis, S.B. 1945 Current Trends in Counseling: A Symposium. *Marriage and Family Living*, 7 (4), 82-86. (伊藤博訳 1967 カウンセリングにおける現代の傾向－シンポジウム 伊東博編訳 ロージャズ全集14：クライアント中心療法の初期の発展 岩崎学術出版社 Pp.111-128.)
- Rogers, C.R. 1946 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アント中心のカウンセリング 伊東博編訳 ロージャズ全集4：サイコセラピイの過程 岩崎学術出版社 Pp.61-68.)
- 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 Organisation 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：クライア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. 1950 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アント中心療法の構成 伊東博編訳 ロージャズ全集14：クライア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. 1951a 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. 1951b Perceptual Reorganization in Client-Centered Therapy. In Blake, R.R. & Ramsey, G.V. eds., Perception: An Approach to Personality. New York: Ronald Press. Pp.307-327. (伊藤博訳 1967 クライアント中心療法における知覚の再体制化 伊東博編訳 ロージャーズ全集8: パースナリティ理論 岩崎学術出版社 Pp.51-85.)
- Rogers, C.R. 1953 Some Directions and End Points in Therapy. In Mowrer, O.H. eds., Psychotherapy: Theory and Research. The Ronald Press, Pp.44-68. (伊東博訳 1966 セラピーにおける方向と終極点 伊東博編訳 ロージャーズ全集4: サイコセラピーの過程 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. New York: Grune and Stratton, Pp.199-209. (伊東博訳 1967 クライアント中心療法の現在の観点 伊東博編訳 ロージャーズ全集15: クライア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 ロージャーズ全集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. 1958 A Process Conception of Psychotherapy. American Psychologist, 13, 142-149. (西園寺二郎訳 1966 サイコセラピーの過程概念 伊東博編訳 ロージャーズ全集4: サイコセラピーの過程 岩崎学術出版社 Pp.141-184.)
- Rogers, C.R. 1959a 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, Pp.184-256. (畠瀬稔他訳 1967 クライアント中心療法の立場から発展したセラピー、パースナリティおよび対人関係の理論 伊東博編訳 ロージャーズ全集8: パースナリティ理論 岩崎学術出版社 Pp.165-278.)
- Rogers, C.R. 1959b Lessons I have learned in Counseling with Individuals. In Dugan, W.E. eds., Counseling Points of View. University of Minnesota Press, Pp.14-26. (伊東博訳 1967 カウンセリングの立場 伊東博編訳 ロージャーズ全集15: クライアント中心療法の最近の発展 岩崎学術出版社 Pp.69-126.)
- 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, Pp.85-99. (伊東博訳 1967 クライアント中心療法の特徴 伊東博編訳 ロージャーズ全集15: クライア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 ロージャーズ全集6: 人間関係論 岩崎学術出版社 Pp.45-69.)
- Rogers, C.R. 1966 Client-Centered Therapy. In Arieti, S. ed., American Handbook of Psychiatry, Vol.3. Basic Books, Pp.183-200. (伊東博訳 1967 クライアント中心療法 伊東博編訳 ロージャーズ全集15: クライア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. & Truax, C.B. 1967 The Therapeutic Conditions Antecedent to Change: A Theoretical View.

- In Rogers,C.R., Gendlin,E.T., Kiesler,D.J. & Truax,C. B. eds. *The Therapeutic Relationship and Its Impact: A Study of Psychotherapy with Schizophrenics*. University of Wisconsin Press, Pp.97-108. (変化に先だつセラピイ的な諸条件：あるひとつの理論的な見解 友田不二男・手塚郁恵訳 1972 ロージャズ全集別巻1：サイコセラピイの研究－分裂病へのアプローチ 岩崎学術出版社 Pp.171-193.)
- Rogers,C.R. 1970 *On Encounter Groups*. Harper & Row, Publishers. (畠瀬稔・畠瀬直子訳 1970 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 *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. & Russell,D.E. 2002 *Carl Rogers : The Quiet Revolutionary*. Penmarin Books. (畠瀬直子訳 2006 カール・ロジャーズ：静かなる革命 誠信書房)
- 山田俊介 2016 共感的理解の意味についての考察：カール・ロジャーズのとらえ方の変化をもとにして 香川大学教育学部研究報告, 第I部, 145, 13-30.