

カウンセリングにおけるクライアントの  
言語表現とその治療的意味

加 藤 實

**Client Speech in Counseling and  
its Therapeutic Meaning**

**Minoru Katou**

The purpose of this paper is twofold: Firstly, I would like to analyze the language of therapeutic relationships in counseling, and secondly, I would like to analyze what the meaning of that language is in psychotherapy.

It is no exaggeration to say the history of counseling in Japan begins with Carl Rogers because his influence was so powerful. Dr. Rogers originated the nondirective, or client centered approach to counseling which emphasizes empathy and acceptance as the basis of therapy. This is a wonderful approach, but how is the ability to empathize and accept developed, and where is its therapeutic meaning to be found?

In this paper I attempt to analyze, in the context of counseling, what occurs in the mind of the client, and what kind of progress can be seen in the counselor client relationship.

In the context of counseling, the following types of linguistic expression can be observed:

1. Inform
2. Talk
3. Narrate
4. Express poetically

And they have the following therapeutic meanings:

1. 'Inform' refers to a one-sided transference of information.
2. 'Talk' refers to a heart to heart relationship between the counselor and client that provides the client with a refuge through the sharing of inner experience.
3. 'Narrate' refers to a deeper level of revelation of the mind in which self-expression becomes possible. At this level of self-expression, the unconscious is made conscious and self-fulfillment becomes quantifiable.
4. Poetic expression leads to a deeper level than narration, one at which self-inquiry and self-acceptance are revealed.

As delineated above, I have tried to analyze forms of linguistic expression in counseling and the therapeutic meaning of those forms.

## 1 はじめに

S・フロイトによって始められた現代心理療法は、高度に体系化され理論化され権威のあるものとして市民権を得て、精神分析として広く知られるようになった。氏の無意識を背景とする理論は、A・アドラーの個人心理学や、C・G・ユングの分析心理学の流れを作って発展した。精神分析療法は、精神分析的に解釈し、理解し、治療して問題を解決しようとした。即ち、いずれの療法もクライアント<sup>(1)</sup>に指示を与えることにより、問題を解決しようとしているが、治療を実践してみると、そんなに簡単には進まないことがわかる。C・R・ロジャーズ<sup>(2)</sup>はクライアントの心を共感的に、受容的に受け入れることこそ治療の本質と考え、クライアント中心に治療を進めようとした。これが非指示的カウンセリング<sup>(2)</sup>といわれる心理治療であり、広く実践の現場でカウンセラーに受け入れられた。このように、日本のカウンセラーは、ロジャーズのカウンセリングを学んで実践をしてきたセラピストが多い。著者もカウンセリングを始めた頃（昭和30年代後半から）は、ひたすらロジャーズの勉強をして実践に備えたものであった。しかし実践を重ねるうちに、次のような疑問を持つようになった。共感的な心、受容的な心をいかにして作ったらよいか。また、その共感的な心、受容的な心がどのようにして治療に結びつくのか。実践していても不安であった。振り返るに、ロジャーズの非指示的治療法は、治療者の態度を方向付けるもので、なぜロジャーズがこのような、クライアントに対する態度を非指示的であらねばならないと思ったかは、当時科学万能の時代で、すべて因果的<sup>(3)</sup>に現象を理解し、セラピストがクライアントに指示し導くと言う思想背景があったことを考えれば、理解できることである。その後C・G・ユングの分析的心理学<sup>(4)</sup>が、河合隼雄によって日本に紹介され、クライアントの心のありようが臨床的に研究され、カウンセリングを実践する者にとって一つの光明となった。思うに、心理治療のような複雑な有機的力動的現象を理解し、あるべき姿に回復成長させるには、一つの理論、一つの治療法では困難であろう。実践を重ねてくると、セラピストの態度として、C・R・ロジャーズに学ぶところが多いし、クライアントの心のありようについては、C・G・ユングに学ぶところが多い。

ここでは、カウンセリングにおいてクライアントの心に何が生じ、セラピストとの関係の中でどのような進行がみられるか、心的過程の分析を試みることにする。カウンセラーの共感的、受容的で非指示的な態度により構成されるカウンセラーとクライアントの心の交流の「場」で何が起きたかをクライアントの側から検証しようとする。

もともと、心理療法は、クライアントの人格転換を目指すものであるから、心の交流を実現する共感的で受容的な「場」<sup>(5)</sup>をいかにしたら出来るかと言うことが第一の課題となる。次に問題となるのが、その「場」の中でクライアントがどのような体験をし、人格にどんな変化をもたらすか、この経過分析が第二の課題となる。いずれも切り離して理解できるものではない。第一の課題は、E・ジェンドリン<sup>(6)</sup>の研究により体験過程の分析やフォーカシングの技法<sup>(6)</sup>として発展している。従って、ここでは第二の課題であるクライアントのカウンセリング中における体験に焦点を当て分析することとする。

## 2 問 題

クライアントが自分を表現する時、多くの表現形が知られている。代表的なものは、ことばで

あるが、治療場面では、ことば以外の表現も多く用いられている。絵画、書、陶芸、箱庭、遊び、作業、音楽等、心理療法として取り上げられているものは、皆クライアントの心の表現を意図したものである。それぞれ特徴がありクライアントの問題性の程度により、また問題の進行状況により、最も適当と思われるものが用いられている。どの表現法も表現の量と内容によって、その意味するところは違いが認められる。カウンセリングにおいては前にも記したとおり、ことばを用いるのが通常的に認められるところである。

C・G・ユングは、心を構造的に意識と無意識で理解した。意識は心の広がりとして、無意識は心の深みとしてとらえようとした。無意識の構造としては、個人的無意識と普遍的無意識を想定し、コンプレックス、記憶、元型<sup>(7)</sup>、トラウマ等、が存在すると考えている。この無意識の活動が、イメージの形をとって意識の自我に働きかけ対社会的な活動となる。ことばによって表現されるクライアントの心ももとは、無意識からのイメージを自我が意識化し言語化したものである。このイメージ<sup>(8)</sup>の言語化の過程で重要な事柄がみられる。言語化を考える時、通常カウンセリングにおいては話し言葉を考えるが、書き言葉も重要な一面を担っている。ここでは、話し言葉の経過を分析することが大切なこととなる。

話しことばでクライアントが自分の心を表現する時、「話しことば」の内容がいろいろ変化する。即ち、連絡事項の伝達、自分の今の気持ちの表現、感情の表現、等クライアントが意識し自覚しているものを表現する。これが一つ考えられる。次に、クライアントがよく意識化されていない、ぼんやりとした心の緊張を、意識化しながら表現する。これが二番目に考えられることである。更に、その意識化された心の緊張を、筋の通った形ある話として、まとまった内容にしようとする。この話の内容と形がクライアントに受け入れられることが重要な過程となる。これはクライアントがカウンセリング中、自分の言葉を何回も何回も、言い直し自分の心に受け入れられる言葉を探す過程として認識される。このようにして、カウンセリングが進展し深まっていくと、クライアントは自分の表現した言葉によって自分の心をあらためて認識することとなる。表現し、その表現したものをクライアント自身が知ることによって、より深く自分自身を認識する。このようにしてカウンセリングは進められていく。この場合、自分で十分意識されてない自分の心の内的体験を、一つの話として自分の心に受け入れられるように、話を構成していく過程こそ、カウンセリングの中心的心的活動ではなかろうかと考える。

本論においては、このクライアントによって表現された心的内容が一つの話としてまとめられ「物語る」過程の分析とその治療的意味について考えてみたい。即ち、カウンセラーの共感的な、受容的な態度によりクライアントは自分の内的無意識的緊張を、何らかの形で表現し認識することが、どのようにして行われ、それはどんな意味を持つかを、検討することが本論の目的である。

- \* カウンセリングにおける表現の種類とその意味
- \* カウンセリングにおける告げる、話す、語る、詩的表現、謡うこととその治療的意味
- \* 心理療法におけるカウンセリングの場の性格と治療的意味

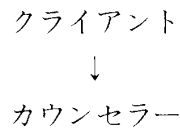
### 3 カウンセリングにおける「ことば表現」

クライアントのカウンセリング場面における、ことばによる表現は、彼の内的経験の姿そのものである。クライアントの内的経験は、彼の自己<sup>(9)</sup>そのものである。ここで言う自己は、ユングの言う意識、無意識の統合された自律的な活動体を指す。意識は自我で統一され身体を介して社会

と相互の関係を持つ。無意識（個人的無意識<sup>(10)</sup>、普遍的無意識を含む）は自律的活動をしているが、その経験の表現は自我を通してなされる。無意識の特異な経験がその深さと内容を異にして、違った姿形で表現される。文字で表せば同じでもその内容はまるで異なる。

### \* 告げること

クライアントがカウンセラーから名前や住所を聞かれて答えるのは、この「告げる」である。医者が病名を患者に知らせる、教師が生徒に文字を教える、報道関係者がニュースを伝える、等は一方的な情報の伝達である。情報を保持している側は、その情報に関しては、明確な意識を持ち自我の統制のもとにおかれている。個人が自分の個人的な感情、欲求、意志によって変更し得るものではない。聞き手にとってもその情報は、一方的に伝達されるもので選択の余地のないものである。



この構図で考えてみると、クライアントの内的経験は、自由さのない事実の伝達にすぎないものである。こうした関係を坂部恵は「垂直の言語行為」<sup>(6)</sup>として論じている。

この関係の治療的意味について考えると、ロジャーズ<sup>(10)</sup>が言う「ラポートの確立」<sup>(11)</sup>が考えられる。ラポートは心理治療を進める上で大切な導入過程である。ここでは、クライアントの発語（発声）に意味がある。意味のない言葉のやりとりのようにみられるが、人に対する関心と信頼を作るものである。

### \* 話すこと

告げるは、人による事実の一方的伝達であると記したが、例え、これが一方的であっても伝達を受ける側が、受容的な開かれた態度で安心感を与える「場」の中で行われれば、やがて、クライアントの心を刺激して、内的活動が働きを開始し、内的経験として意識されるようになる。即ち、クライアントとカウンセラーの内的経験の交流が始まる。

クライアント→カウンセラー→クライアント……

この構図でわかるように、内的経験の相互作用が始まりクライアントは、自分の内的経験の意識化が可能となる。この内的経験はロジャーズの言う（セラピーの過程II・III）感情の自由な表明と自己認知を可能にする。

クライアントは自分の内的体験（感情体験）を表明することにより心的安定を回復することができる。(catharsis)<sup>(12)</sup>同時に、表現されたものを見ることにより、自分の内的状態を知り、自分が何を考え、何に苦しみ、何を喜び、何を求めて生きているかを認識できる。表現したもの（言葉に限らず、作品、行動も同じ）を見ることにより初めて自分を知ることが出来るのである。

自分を知ることにより、即ち意識化することにより内的状態が、自律的にまとまりと統一を持つようとして活動が始まる。自己認識がない時は、この自律的内的活動は進まない。

カウンセラーの開かれた受容的な態度によりクライアントは、ありのままの自己表現が可能になり、それが自己認識へと進み、やがて人格の改善成長へと発展する。

カウンセラーの共感・受容→クライアントの自己表現→カタルシス・自己認識  
→人格の改善成長

このように「話すこと」は治療的效果を持っているが、それは上記の通り、カタルシスであり、同時に人格の成長を支援するものであるが、日常生活における精神衛生的な健康回復的要素が強い。勿論、健康な精神生活、社会生活を送る上で必要な働きであることは当然のことである。が、今一步深く考えるとき、C・G・ユングの言う「自己実現」<sup>(13)</sup>に向かう人格転換は、可能性の薄いものと考えられる。

このような特徴を持った表現活動を、坂部恵<sup>(12)</sup>は「水平の言語行為」と呼び幾つかの分析を提示している。

「……原則的に聞き手の自由な反応と応答の余地を予想し聞き手との相互的で平等な水平的関係とその反復ないし捉え返しの可能性をその成立基盤とする……」

このように「話すこと」の言語行為は自由で平等な関係の中で営まれるものである。その内容は次のものが考えられる。

- (1) 自由な意識層での経験
- (2) 個人的無意識・普遍的無意識から発生するイメージに影響された意識層の経験

このように、内的経験のありのままの表現が「話すこと」の中核を成すものである。

しかし、意識層での経験は、自我のコントロールのもと自由に表現出来るものとは限らない。意識的表現も無意識からの影響を受け微妙な変形を受けているものである。無意識からの影響を受けていることはあらゆる言語行動に見られるところであるが、その意識化の程度で分析すれば、クライアントの自覚としては非常に高いものが見られる。無意識からの影響を受けながら意識化出来ずに、本来的な自分の考え、思いとして認識しているところに臨床的には、大きな問題が潜んでいる。無意識心理学においては、この点を意識化することが心理治療につながると考えている。

## \* 語ること

通常のコミュニケーションは、話すこと一聞くことによって目的が達成されるが、その内容は意識的、自覚的なことであって無意識的な自己に関することは次元の違うものとして抑圧されて話すことの範疇に入らない。心理療法において人格転換を果たそうとする場合必要なことは、無意識の意識化による自己認識の拡大である。無意識内の活動（例えば、コンプレックス）による異常行動の誘発は、その無意識内の活動を意識化することにより、異常行動をコントロールできる。即ち、行動改善が進行すると考えられる。これをカウンセリング場面で考えてみると、無意識を源とする内的経験がイメージの形をとって意識に影響を与え、それを意識が感受し、言語化される時、クライアントとカウンセラーは相互に理解を深めたという意識を持つことができる。即ちカウンセリングの進行を確認することとなる。

### 無意識→意識化

この場合、カウンセリング場面においては、自分の無意識を言語化することとなる。言語化することが意識化することである。必ずしも言語化しなくても意識化は出来るが、例えば、図形による表現などは意識化は出来ているが、未だ形の定まらないイメージの段階と理解される。

## 無意識→イメージ化→言語化

無意識の内的経験をイメージとして把握し、それを徐々に言葉として理解していく。この場合の言語化は、単にクライアントがカウンセラーに情報を提供したり、お話をしたりすることと違う。

創造性

↑

無意識の自律性・指向性→イメージ←意識の合理性・客観性

カウンセリング場面において、クライアントがカウンセラーに対してしばしば沈黙することが見られる。これは「切れた」<sup>(14)</sup>のではなくイメージをもとに活発な「創造活動」がなされていると判断される。ここにおいて、クライアントの全人格とカウンセラーの全人格の力動的な相互作用が行われ、新たなイメージが出現し、今まで存在しなかったあらたな世界が創造されるのである。無意識と意識の相克の中から新たな世界が出現するのである。

ここに出現する新たなイメージ世界は、カウンセラーの共感的な受容的な態度によって一つの生命体のごとく変化成長する。

## イメージ→語る（物語る）

無意識から出るイメージは、自己、即ちその人の全人格の補償的活動として受け取ることができ、自己は直接的には、自我と社会との関係のもとで安定した自己を取り戻すべくバランスの役目を持って活動している。従って、自我が合理性倫理性において、過剰に反応すれば自己は、その過剰さを和らげるため、即ちバランスを保つため、自我の行動と相対する働きをとることとなる。このような力関係のもとで心的創造がなされる。これがカウンセリングにおけるクライアントの創造活動である。

この創造活動は、話し言葉による「かたり」としてカウンセラーに受容される。この「かたり」は「はなし」とはその創造性において違いが認められる。

坂部恵<sup>(6)</sup>は「はなし」と「かたり」を比較して次のように述べている。

- (1) 「かたり」は「はなし」よりも統合、反省、屈折の度合いが高いといったゆえんである。
- (2) 「はなしにならぬ」という表現のちょうど対極をなす事例とみなされるべきものに、「かたるに落ちる」という表現がある。……中略……この事実もまた、「はなす」が、素朴な、しばしば内容の真偽や話者の意図の誠実不誠実に無記な行為であるのにひきくらべて、「かたる」がすでに、意識の屈折をはらみ、誤り、隠蔽、欺瞞さらには自己欺瞞にさえ通じる可能性をそのうちにはらんだ複雑で、また意識的な統合の度合いの高い、ひとレベル上の言語行為であることを示すものとみなすことができるだろう。
- (3) 「いわれたままをはなす」は日常生活の中でしばしば出会うが、「いわれたままをかたる」は実際の場面で使われるということは無いし、どこか奇異な感じをとる。……中略……「かたり」が「はなし」にくらべて一般により規模の大きな統合の度合いの高い言語行為である……中略……およそこの世に二つと同じ「かたり」というものは存在しない……

このように、「はなし」と「かたり」はその個性的度合いに大きな差があることを示している。別の言い方をすれば、「はなし」は公共性、共通性の高い内容を持ち、一方「かたり」は個別性、独自性の高い内容を持っている。更にこれを無意識の側から考えれば、「はなし」は経験内容が意識的に表現されるのに対して、「かたり」は無意識的経験が洞察的に表現される。従って、「かたり」の内容は無意識と自我の相克の中から創造的に形作られ表現される。カウンセリングにおけるクライアントのカウンセラーに対する自己表現はこのような性質を持っているので表現が滑らかさを失い、訥々としたものになることが多い。

はなすこと→かたること

カウンセリングの回数を重ね、深まるに従ってその内容は「はなし」から「かたり」へと変化する(変化しない場合もある)。意識、無意識の関与とその程度については、意識から無意識に移行し、また意識に復帰する過程は、はなす→かたる→はなすに対応する。

意識→はなし  
無意識→かたり

#### 4 「かたり」の内容とその治療上の意味

かたりは、クライアントの無意識的経験内容にその表現基盤をおいているので、その内容は、当然、唯一性、一回性、前後例のないものとなる。

初めての経験、世界で一回しか出現しない経験を表現するとなると、どんな表現形式となるであろうか。

##### (1) ものかたりの世界

ものかたりについて梅原猛<sup>(4)</sup>は次のように述べている。

「ものかたり」即ち「ものがたり」というのは「もの」が「語る」話なのである。「もの」が「もの」について「語る」のである。「もの」とは何であろうか。既に多くの先人、特に折口信夫が主張したことであるが、「もの」は「もののけ(物の怪)」の「もの」であり、「霊魂」、さらに言えば「怨霊」或いは「幽霊」の類である。

即ち、魂の「かたり」である。「かたり」は前記検証の通り。

クライアントは、カウンセラーの共感的受容的態度に守られて、無意識深く自己探求を始める。そしてそこには意識によって抑圧された無意識の活動が体験的に認識される。コンプレックス、不満、過去の記憶、創造的な働き等が発見される。これがことばによって表現される。この場合の表現形式は「ものかたり」である。

アンリ・エレンベルガー<sup>(5)</sup>はその著書「無意識の発見」において四つの無意識活動を示している。即ち、保存的、分離的、創造的、神話産生的<sup>(15)</sup>である。

「神話産生機能は意識の閶下にある自己の“中心領域”であり内面のロマンスの何とも不思議な制作がここで恒常的に行われている。……中略……無意識は物語や神話の創造に恒常的に関与しているとされる。……」

クライアントのカウンセリング過程が進むに従って言語行為が素朴で直接的なものから統合の度合いの高い、日常生活場面から離れたものへと移行する。具体的には、話が物語化してくる。

物語の内的経験としての特徴は、一つは話の筋が完結することである。もう一つは物事を心に基礎づける (begrunden)<sup>(16)</sup> ことである。即ち、納得すること、腹に収めることである。内的経験が一つの筋のもとにまとまり、心にしっかりと受容され腹に収まれば、心理的安定を招くことが出来る。

クライアントは、カウンセラーの共感的受容的態度に守られて自分の物語を作ろうとする。勿論、クライアントは自分のこうした心の働きを自覚することは出来ないが、「腹に収まった」という経験を自覚することにより物語の進行を知ることが出来る。

クライアントが、カウンセリングの中で自分の物語を作ることが、どのようにして治療に結びつくのであろうか。

カウンセリングが進むに従って、クライアントの言語表現がはなしからかたりに変化してくることを見てきた。かたり、即ち、物語りは、物語の筋 (プロット) をもち、その意味するものは、自然科学的な客観的因果法則に帰納して理解することではなく、心理的基礎付けを得るところである。

ベッテルハイム (bettelheim・B)<sup>(A)</sup> は「昔話は子どもたちを楽しませながら、同時に、自分自身についての目を開かせ、パーソナリティの発達を助ける。一つの物語の中に、浅くも深くとも、さまざまなレベルで理解できる意味を含み、さまざまなやり方で、子どもたちの存在を豊かにする。昔話が子どもたちの生活に、どれほど数多くの多様な貢献をするかということは、一冊の本ではとても扱いきれない。」と物語の意味を指摘している。これはもの語りを聞いたり、読んだり、語ったりした時その本人の心の内的経験の変化について述べているものである。カウンセリング場面で、クライアントとカウンセラーの相互関係の中では物語はどのような変化が見られ、それは治療上どんな意味を持つものであろうか。

富澤治<sup>(B)</sup> は「精神療法という枠組みの中で物語を用いる時、それが一時の気休めにすぎなくなるか、それともその硬直した現実を変容させる契機となるかは、その物語が精神療法的に治療者との間で保護的でありかつ自由なものとして支えられているかどうか、つまりは (患者一人の中に閉じこめられた表現とならず) 治療的な他者に対して開かれているかどうか、患者—治療者の相互主観性に支えられた表現であるかどうかにかかっている。」物語が精神療法上意味を持つためには、クライアントとカウンセラーの間で作る「場」が保護的で自由な雰囲気を持ち、相互に開かれた関係を持つ時、治療的であると指摘している。この場合、既存の物語を聞いたり読んだりするのではなく、物語そのものを作ること、しかもそれは、治療者の心理的支えを得ながら作ることの治療上の意味について検討する必要がある。

カウンセリングにおける言語表現がだんだん物語的に変化するのは、クライアントが自分の心を深く見詰め、そこでの経験を表現しようとしていることである。表現することにより、よりよく自己を認識でき、認識することによって、自己が自律的に内的安定を回復するように変化活動が開始される。ここに物語り (私の物語) 創作の意味がある。

もの語りは、経験を心に基礎付けるものであることは、既に見てきたところである。ここで自分の物語を作ることが、即ち内的経験を生きることと同義であることを認めなくてはならない。不適応を起し悩みを多くもつクライアントの物語は、筋の定まらない不安定な受容困難な作品となろう。内的経験の安定と外的行動の安定とは、平行的に進むもので、従って内的経験の現れである物語が治療上意味を持つのである。

個性的で筋 (プロット) の安定した物語をカウンセラーの保護のもと作成するのが治療の具体



的な進め方となる。

## (2) 詩の世界

飯森真喜雄<sup>(6)</sup>は、詩を無意識内容の社会的に公認された表現形と定め、作詩の治療的意味について「詩作行為とは何よりも作者が自分自身の言葉に耳を傾けることによって自己を明らかにし、それを受け入れていくこと、すなわち自己探求と自己受容の過程なのである。」と指摘している。

作詩行為が自己探求と自己受容の過程であるということは、治療的意義を持つことを示している。この治療的効果を持つ作詩行為がカウンセリング進行中にどのように現れるか、

はなし→かたり（物語の世界、筋の存在）→詩（作詩の世界、形の存在）

語りの世界は、話の筋を持った散文形式のものである。詩の世界は社会的に承認された表現形式を持った詩文形式のものである。

若草<sup>(4)</sup> 16歳

私

わかっているけど できない  
 涙が出るのに 止められない  
 自分の全てに自信がもてなくて  
 だれも好きになれない  
 何にもできない  
 ただ 古い毛布にくるまって  
 おまえは最低だと  
 ささやきあっている空気から  
 にげるだけ  
 このまま 消えてしまったらいいのに

不登校の子供の詩である。とりたてて記すほどの特徴はないが、気持ちがよく表れている。自分の心の不満、葛藤の単なる表現ではなく、その底に潜む自分自身の言葉に耳を傾ける。何か聞こえてくる。そしてその言葉を受け入れる。詩は、自分の気持ちの単なる記述にとどまらず、我が心（魂）の叫びに耳を傾け、自分を知り、いたわりの気持ちを持ってそれを受容する過程を表している。この詩を読むと、不登校のこどもが自分を見つめ、自分を知り、自分をもてあまし、救いを求めている自分をいたわっているように感じられる。この自己を知り自己を受け入れる過程が、作詩者の心の中で展開し、治療的効果を生む。カウンセリングの過程でクライアントが、とつとつと語る言葉の中に一編の詩を見つけることができる。即ち、はなしそのものが詩的深まりを持ってくるのである。

ここで詩の治療的意味を考える時、飯森真喜雄<sup>(6)</sup>の言葉が大変重要な意味を持ってくる。「詩とは「読まれる芸術」としてではなく、いま目の前にいる聴き手に向かって発せられた「聴かれる芸術」としてあったように、本来は読むものではなく肉声を通して聴くものであり、それによってはじめて深く伝わる。」これは、詩が紙に書かれたものを読むのではなく、自分の口で声を出して読み上げたものを、自分が聴くことにより、よりよく理解が出来ることを表している。クライ

アントは、自分の内的経験を自分の口で声を出して表現し、その肉声で表現されたものを聴いて自分を理解する。作詩した当人であるから、全て理解されているわけではない。

#### 語る→謡う

語っている時、クライアントは自分の肉声で表現されたものを聞いて、自分の内的経験を知る。肉声は他者に対するコミュニケーションのみでなく、自分に対する伝達の手段でもある。

### 5 「話さないこと」の意味

カウンセリング中にいわゆる沈黙が続くことがある。話さないことは、表現活動を止めていることではない。前に、表現とは創造活動であることを明らかにした。創造とは、全く新しいものを創り出すことで、単に事実を述べるのとは違う。それはあたかも醸造酒をつくることに似ている。穀類果実等を原料として発酵させて作るのである。原材料が微生物の作用で新しいものが生み出されるのである。カウンセリングにおける精神活動もこれと似たところがある。即ち、それは不満、葛藤、欲求、コンプレックス、過去の経験等をもとに、筋を持った新しい物語を作ることである。今まで誰も経験したことのない新しい生き方、新しい世界を構築することである。これがクライアントの物語である。

#### 話すこと→話さないこと

語らないことは、新しい物語が生まれる緊張の過程である。共感と受容の「場」が求められるところである。

語りを無理強いすること→「ものかたり」を「はなし」に引き戻すこと  
「かたり」→「はなし」

新しい物語りが生まれ更にそれが詩的に高まるには、カウンセラーの共感的受容的態度に見守られた時間が必要となる。クライアント単独ではなし得ないことである。カウンセリングが「はなし」の段階から進まない時は、それはクライアント一人の心的エネルギーでは実行が難しいことを示している。カウンセラーの心的エネルギーが加わってこそ、実行が可能となるのである。

#### イメージ→ことば

イメージをことばにすることは、イメージの内容を固定することになる。固定すれば明確にはなるが、その内容はそれ以上でもそれ以下でもない。内容を豊かなものに発展させようとするならば、ことばにせずイメージのまま保持し続けることが重要となる。イメージを保持し続けることは、大変な心的エネルギーが必要となるため、たいていの場合クライアントは、早期に言語化しようとする。またカウンセラーもクライアントと共にイメージの世界を共有することは、大変な心的エネルギーを必要とするので、できるかぎり早く明確な言葉で理解を進めていきたいと考える。ここに不毛なカウンセリングを生産する危険性が潜んでいる。

カウンセリングにおける言葉は、クライアントが自己を探求し自己を知る上で便利なものであるが、同時に自己を固定化し、自己を対象化して自分から引き離してしまうことでもある。

クライアントが自分の悩みをカウンセラーに話し悩みの解消を期待する時、経験あるカウンセ

ラーは、クライアントの話を時間をかけ辛抱強く聞く、時間をかけ辛抱強く聴くことによりクライアントは自分の悩みが何であるかを正しく知ることができる。ことばをコミュニケーションの手段としてカウンセリングを進める場、このような二面性を持っていることに心しなくてはならない。

イメージ→絵画・陶芸・身体動作・音楽・箱庭→ことば

イメージの言葉化を急ぐと内容が浅く、狭く固定化するため治療効果が薄くなる。この点イメージを直接言葉化せず、ことば以外のもので表現することによって、内容を固定化せず、しかも発展性のあるものとして期待できる。

## 6 「話しすぎること」の意味

カウンセリングにおいてクライアントの言語表現の量が多い場合と少ない場合が見られる。多い場合は話しすぎという印象を受けるし、少ない場合は、沈黙、表現拒否の印象を受ける。クライアントのこの二つの態度は言語表現における対極をなすものと思われる。

話さない（抵抗）←○→話しすぎる

話さない、話しすぎるを両極と考えると、それは自我防衛機制を軸に、その強弱で考えることができる。一方心理治療の一環としてクライアントの適応を支援する角度から考えてみると、話しすぎることには、大いに問題を含んでいると思われる。意識の過度な言語化、無意識の過度な意識化が進むと、意識の存在（まとまり）を脅かされることになる。それは意識の統合、まとまり、方向性を乱し、外界への個性的適応を困難ならしめるからである。無意識の意識化は、新しい意識の誕生を意味するもので時間と苦痛を伴うものである。この点カウンセラーの支援のもとに、信頼関係のもとに進められる意味がここにある。

話しすぎる→話さない→自我の再構成

カウンセリングの経過を見ると「おしゃべり」の段階がすぎて、その後続く話の少ない沈黙と思われる時期の後に、新しい事態が展開することが多い。この点、事実とよく適合する。カウンセラーはクライアントとの信頼関係のもとにクライアントの新しい自我の構築に力を注ぐことになる。

## 7 謡うことの意味

はなす、かたるも肉声で相手に伝えられることは同じであるが、ここに同じ肉声にて伝達されるものに「うたう」ことがある。言語化されたものを詠み上げることにより言語の持つ意味の固定性と詠み上げる肉声から出る柔軟性が交錯してイメージを包括的かつ無意識的に深めることができる。

カウンセリングの経過においては、この働きはクライアントの情動を帯びた肉声表現に見ることができる。カウンセラーの意識下の情動に訴えるような響きある肉声が発せられる。これは単なる事実の伝達を越えて、心の叫びとしての働きを有しているものと思われる。肉声に情動が付

帯し無意識の自己が顕在化してくると、それは身体表現された一種の動作（舞）と考えられるのではなかろうか。心身の統合された自己表現ではなかろうか。

言語表現→肉声による表現→自分で聴く→自己理解

このように考えると、自分の肉声を自分で聴いて初めて自分の経験を知ることができるという図式が理解される。

カウンセリングにおいてクライアントの人格転換がなされる時、その表現態度に特徴が見られることはよく経験するところである。意思の伝達としての言語から身体を含んだ自己表現へと変化する。心理治療は身体を含んだ人格転換であることを考えれば、この表現形態の変化はよく理解できるところである。

親が子どもを諭すとき、自分の罪を告白し悔い改めるとき、宗教者が教えを施すとき、人の死を悼むとき、浪曲師が人情話をするとき等を考えてみると、その表現形態は「はなし」や「かたり」でもなく「語る」ことではなかろうか。無意識の意識化を含む変革には単なる知的理解を超えた自己全体の転換が要求される。従って、表現形態も心身を含んだ全体的なものではない。

## 8 カウンセリングの「場」での表現

クライアントの表現形態には、①告げること ②話すこと ③語ること ④詩的に表すこと ⑤語ること がありそれぞれ治療的意味を持っていることがわかった。

しかし、このクライアントの表現はカウンセラーの共感的な受容的な聴く態度に支えられて初めて実現するもので、クライアント単独では表現されるものではない。このカウンセラーに支えられた共感的な受容的な環境を「カウンセリングの場」（以下単に一場と呼ぶ）と呼ぶことにする。この場は、カウンセラーだけで作られるものでないことは、明らかである。カウンセラーとクライアントの共有の場である。クライアントは悩みを持って解決を求めている存在であるから、当初は、主体的に動くことは出来ない。当然カウンセラーのあり方がこの「場」の性格を決定することになる。

きく→はなす

きく姿勢が、はなす（このはなすは①から⑤までを指す）態度をつくりだす。カウンセラーのきく姿勢なくして、はなしは始まらない。どの表現形態にも共通して必要な態度である。カウンセラーのきく姿勢によりクライアントは心理的に安定した状態を維持することができ、自己探求に専念できる。きくとは、二つの側面を持つ。一つは、伝達される事実についてである。事実を耳を傾けることである。二つには、その事実と同時にクライアントから送られてくるその人の気持ち（情動）である。このクライアントの気持ちを受容することが必要となる。二つの側面のうちのどちらに関わるか、によって「場」の性格が全く違ったものとなる。即ち、事実の方に関われば「場」の性格は知的な意識的な情報伝達的なものとなる。後者の気持ち（情動）に関われば、「場」の性格は無意識的な共感的、受容的なものとなる。カウンセリングをする場合は、事実の裏に隠れたクライアントの無意識的な内的感情体験に関わるのが求められてくる。

平等な関係→はなす

〃 →かたる

カウンセラーとクライアントが平等な関係にあるとき、クライアントは心理的束縛を感じるこ  
と無く自己探求をし、その自己イメージを言語化できる。もし不平等な関係におかれると意識的  
緊張が高まり、相互の関係は情報伝達的となる。更に平等な関係が保持されると、相互の心的交  
流が進み創造的活動が活発となる。これはクライアントの表現が「はなす」から「かたる」に変  
化する可能性を持つことを意味する。

自由で主体的行動の許容→かたり

〃 →詩的に表すこと

自由と主体的行動を許すことは、クライアントの言語行動がより創造的になることを意味する。

心理的健康度の高い者と低い者の存在（悩みの有無）→はなす、きくの関係

カウンセリングの場は、そのメンバーに精神的な健康度において差がないと成立しない。精神  
的健康度の低い者から高い者へ話が進む。即ち、低い者が話し、高い者が聴く。

この点場は緊張を持つこととなる。緊張は解消の方向に活動が開始される。やがて安定した場  
が形成される。

援助を求める→カウンセリング

カウンセリングの場が成立するには、クライアントが悩みを自覚すること、と悩み解消の支援  
を求める気持ちを自覚することが必要条件である。不適応者の存在が、即カウンセリングの場を  
構成するのではなく、不適応を悩み、援助を求める気持ちの自覚が必要となる。

時間・場所の限定→カウンセリング

カウンセリングの場の成立には、時間と場所の設定が必要となる。場所を定め、時間を決める  
ことは、クライアントに制限を与えることになる。不自由さを感じるようになる。不自由さを与  
えることは、カウンセリングを進める上で、一見不適切な対応のように見られるが、これによっ  
てクライアントは心理的安定を獲得することができるのである。心理治療の場面における自由は、  
限られた場、限られた時間の中での自由である。

ことば・行動の自由→カウンセリング

カウンセリングの場においては、何を話してもよい、どのような行動も許される。しかしそれ  
は、決められた場所と決められた時間内でのことである。自由を保障するには不自由の設定が必  
要となる。カウンセリングにおいては、不自由と自由は一つのものとしてカウンセリングの「場」  
を構成している。

不自由さ→自由さ→カウンセリングの場の構成

カウンセリングの場は、あたかもクライアントの自我の世界を象徴的に表しているようである。  
カウンセリングは言うまでもなく、クライアントとカウンセラーがいて成立する。カウンセラー

の保護的、共感的、受容的態度によってクライアントの不安定な、不確実な、心理状態は徐々に安定さと自律性を取り戻し成長を始める。こうした変化は、カウンセリングの場の中で行われることである。

カウンセリングの場→クライアントの無意識の世界→適応行動（生活社会）

ことば表現は、その主体のおかれた場の性質と無関係ではない。ことば表現と主体のおかれた場との関係は、「図と地」の関係に例えることができる。しかし、治療的に考えればその目標はクライアントの人格の成長にある。どんな環境であっても適応できる人格の育成こそ目標とするところである。

## 9 まとめと全体的考察

本研究においては、カウンセリング過程のクライアントのことば表現と、クライアントの内的心理活動との対応を多方面から見ていくことにあった。クライアントのことば表現は、クライアント自身の内的状態を示すもので、クライアントを知る上でことば分析は大きな意味を持つ。ことば表現は、心の現れに留まらず、表現が心の有り様に影響を与えるものである。

クライアントの心的状態→ことば表現→クライアントの心的状態

### (1) クライアントのことば表現として考えられるもの

#### ア 告げること

一方的な意志情報の伝達

#### イ 話すこと

カウンセラーとクライアントの自由と平等な関係が持たれることにより、クライアントの意志、欲求、感情、悩み等があるままに表現され、カウンセラーに受容される。

#### ウ 語ること

クライアントの無意識的経験内容を表現基盤として、筋を持った自己を没入させた生き方を示す物語を作成することである。事実の伝達を越えて、自分の生き方をことばで表現することである。

カウンセリング場面では、カウンセラーの保護のもと、クライアントの心を共感的に、受容的に受け入れられて、これにより十分な自己探求と自己受容ができ治療的效果も高まる。

#### エ 詩的に表すこと

きめられた形により自己を表現するもので、自分自身を見つめ、自己探求を可能にし自分自身をより一層知ることとなる。

話しことばで表現される形式が詩的に変化してくる。それだけ表現するとき深く自己探求がなされる。

#### オ 謡うこと

ことば表現するとき、肉声で表現するのは一般的には相手に伝達する為であるが、同時にこれは自分自身に理解させる効果を持つ。クライアントの肉声による表現はカウンセラーへの伝達であると同時に、自分自身によりよく理解させるためでもある。

## (2) 話さない・話しすぎるの関係とその意味

話さないこと、即ち沈黙は、抵抗を意味し自我にとっての危険信号でもある。同様に話しすぎは、意識の層、無意識の層共に過度な表出により個性とまとまりを失いその存在を維持することが困難となる。この意味において危険信号である。

## (3) カウンセリングの場でのことば表現

クライアントのことば表現は、「カウンセリングの場」においてされるものである。「カウンセリングの場」を構成するのは言うまでもなくカウンセラーとクライアントである。クライアントのことば表現を支えるのは、カウンセラーを含むカウンセリングの場である。

## (4) 物語の世界

カウンセリングの世界は、物語の世界である。クライアントが自分の物語を作ることである。カウンセラーの暖かい眼差しに守られて、物語を作り物語を生きることである。物語は無意識の世界から沸き上がるイメージを、意識が認識をし、ことばで表現したものである。そこには、無意識からのイメージと意識との交わりと相克が認められる。

カウンセリングは、ことばを用いて自己を表明し、表明することにより自己を明らかにし、自己を知ることができ、抵抗を感じながらも受容し、結果的に自我の成長へとつなげることが出来る。この一連の過程を、カウンセラーの支援のもと進められるのであるが、このときことば表現の形態が変化するのがわかった。ことば表現の形態は、ことばが変わるだけでなく、ことばを発するクライアントの心の変化を表していることがわかった。その変化の方向は、心的安定の道であり、その具体的姿は物語の世界である。カウンセリングによって外的には、悩みを解消し社会適応を増進させるのであるが、内的には、自己発見自己受容を経て心的安定を得んとする。それは自分の物語を作ることによって実現される。

人は、表現することによって自己を表すが、同時に表現することによって自己を作り成長させる。

ことば表現は、自己の内的状態像を知る手がかりを与えてくれるばかりではなく、ことば表現が、自己を刺激し成長を促すこととなる。このようにことば表現にはその働きに二重性が見られる。

ことばとして表現される前の段階にイメージがある。心的内容がイメージの段階では変化に富み内容が豊かに変化する可能性を秘めている。しかるに、一旦ことばとして表現されると、その内容は明確化されるが固定化し変化成長の道は断たれる。ことば表現を焦ると内容が貧弱なものとなる。ことば表現を怠ると心的内容が定まらず、自己の成長はない。早くても遅くても問題が生じる。

クライアントはカウンセラーの保護のもと自由に自己表現をする。自己表現の主たるものは言語表現である。この言語表現がいろいろと複雑である。多種多様である。しかもその表現形態によって治療的意味が異なることがわかってきた。今後はこの違いをカウンセリングの具体的なケースで確認実証していきたい。

## 引 用 文 献

- A. Bettelheim(1976), *the uses of enchantment meaning and importance of fairy tales*  
『昔話の魔力』波多野完治・乾侑美子共訳 評論社 P 30
- B. Ellenberger, H・F (1970) *the discovery of the unconscious the history and evolution of dynamic psychiatry*  
『無意識の発見上 力動精神医学発達史』木村 敏・中井久夫監訳 P 366『神話産生機能』弘文堂
- C. Gendlin, E・T (1982) *focusing*  
『フォーカシング』村山正治・都留春夫・村瀬孝雄訳
- D. Rogers, C・R (1965) *process of counseling and psychotherapy content*  
『サイコセラピーの過程』(ロジャーズ全集第4巻)伊藤博編訳 P 4～8
- E. 坂部 恵 (1990)『かたり』P 36～39『かたりとはなし』P 40～41『垂直の言語行為・水平の言語行為』弘文堂
- F. 富澤 治 (1988)『芸術療法2実践編』徳田良仁・大森健一・飯森真喜雄・中井久夫・山中康裕監修 岩崎学術出版社 P 132～133「物語療法の理論と実際」
- G. 飯森真喜雄 (1988) 同上 P 108～109「詩歌療法の理論と展開」
- H. 石川憲彦・内田良子・山下英三郎 (1993)『子どもたちが語る登校拒否402人のメッセージ』世織書房 P 23『若草16歳 私』
- I. 梅原猛 (1995)『もののかたり』淡交社 P 9 「「もの」が「もの」をかたる一靈魂が靈魂を語る」

## 註

- 1 clinet……ここではクライアントと記す。
- 2 非指示的カウンセリング non-directive counseling
- 3 当時のアメリカ心理学会は自然科学の影響を強く受けて因果的法則的対象的にとらえるのが当然とされていた。
- 4 ユング (jung, carl gustav 1875-1971) を日本に紹介したのはなんといっても河合隼人であろう。臨床に携わる者は河合の紹介するユング理論により実践力を養うことが出来た。
- 5 「場」ここではカウンセリングの面接場面を考えている。
- 6 フォーカシング focusing 焦点付けと訳されている。E・T・gendlin によって導入された。
- 7 元型 Archetype ユングにより導入された。
- 8 イメージ ここでは無意識心理学の立場に立ち内界の表現としてとらえる。
- 9 自我, 自己の概念はユング心理学による。
- 10 個人的無意識, 普遍的無意識の概念はユング心理学による。
- 11 ロジャーズのレポートの確立
  - I ラポートの確立
  - II クライアントの感情の自由な表明
  - III クライアントの自発的自己の認知 (spontaneous self)
  - IV 責任ある選択
  - V 解釈の同化
  - VI 独立心の成長
- 12 カタルシス catharsis 「浄化」を意味するフロイトによって導入された。
- 13 自己実現 self actualization
- 14 「切れた」心理的關係
- 15 無意識活動の四つの側面 アンリ・エレンベルガーによる
  - (1) 保存的機能 fonctions conservatives 大量の記憶を記録すること
  - (2) 無意識の分離的機能 fonctions dissolutives 二組の現象群を包括するもの



(3) 無意識の創造機能 fonctions creatives

(4) 神話産生機能 fonctions mythopoetiques 無意識は物語や神話の創造に恒常的に関与している

16 物語とは事柄を心に基礎づける為のものである—神話学者ケレニーのことば