

二者心理学における共感の再概念化

——関係論的な心理療法における治療関係——

杉原 保史¹

[要約]

本稿は、関係精神分析において二者心理学と呼ばれる視点から、共感について検討するものである。相互共感、オーセンシティブ、役割と自発性、相互分析などの言葉によって関係精神分析においてなされてきた議論と、深い関係性やコ・プレゼンスといった言葉によって来談者中心療法においてなされてきた議論とを照らし合わせ、二者心理学的な視点から共感を捉え直すことを試みる。

[キーワード]

二者心理学, 共感, 関係精神分析, 深い関係性, 治療同盟の亀裂の修復

1 はじめに

心理療法におけるセラピストとクライアントとの間の関係は治療関係と呼ばれ、心理療法の歴史を通して重視されてきた。しかし大雑把に言うと、20世紀心理療法においては、セラピストとクライアントはそれぞれ独立した個人として心理療法に参入するものとみなされていた。そして、両者の関係は、おおむね独立した個人と個人の間を生じる関係として概念化されていた。そこでは、セラピストは独立した個人として客観的にクライアントを観察し、クライアント個人の内界の心理力動や対人関係のあり方について客観的に定式化できるということが前提とされてきた。

21世紀の関係論的な心理療法においては、セラピストとクライアントとの関係は、もはや、そのように独立した個人と個人の間関係とはみなされない。セラピストとクライアントは、セラピーにおけるあらゆる瞬間に相互に影響を与え合うものとみなされる。つまり、両者は相互に影響を与え合う関係の場を形成するものと考えられている。そしていずれもが、その関係の場から完全に独立した「個人」とはなり得ないと考えられている。そこでは、セラピストもクライアントも、互いに相手を観察するが、その観察が完全に客観的なものとはなることはない。自らの観察がいかに客観的ではなく、自らが部分的に寄与しつつ形成しているユニークな関係の中で生じたものであるかに気づくことにより、その観察が相対的に客観化されることはあるだろう。しかし、たとえその場合でも、それはあくまで相対的なことであり、そのことによってその観察者が純粋に客観的な立場を確保できるようになるわけではない。そうした気づきにより、セラピストとクライアントの関係性のあり方は変化するだろうが、観察者であるセラピストがその関係性の中に呑み込まれていることに違いが生じるわけではない。

セラピストとクライアントとの間の関係性や相互作用についてのこのような新しい見方は二者心理学 (two-person psychology) と呼ばれる (Aron, 1996; Wachtel, 2008, 2014)。この見方は、Ferenczi を遠い起源としながら、20世紀末ごろに生じてきた関係精神分析によって大きく推進されてきた。しかし後に見ていくように、二者心理学の視点は、精神分析を超えて幅広い心理療法に適用可能なものであり、また実際に精

¹ 学生総合支援機構・学生相談部門・教授

精神分析を超えて広がりを見せつつある。とりわけパーソン・センタード・アプローチの一部においては、二者心理学的な視点に立った理論的展開が明瞭に認められる。来談者中心療法の対話的なアプローチ、とりわけ「深い関係性 (relational depth)」と呼ばれる概念を中心に据えたアプローチがそれである (Mearns & Cooper, 2017)。精神分析とパーソン・センタード・アプローチにおけるこうした理論的展開が、どの程度、一方からの影響によって生じてきたものなのか、相互影響的なものなのか、それぞれに独立的なものなのかは、私の知識を超える問題である。いずれにせよ確かに言えることは、関係精神分析の一部と、パーソンセンタードアプローチの一部には、セラピストとクライアントの関係についての見方に共通の発展が認められるということである。

本稿は、この新しい理論的視点を関係精神分析にならって二者心理学と呼ぶ。ただし、論考の範囲を関係精神分析の内部にとどめず、幅広い視野からこの新しい理論的視点の示唆するところを検討したい。

さて、本稿の論考の主な焦点は、共感の概念の検討にある。二者心理学の視点に立ったさまざまな論考を、私なりにオーガナイズしながら紹介することを通して、二者心理学の視点からの共感の再概念化に若干でも寄与できればと願っている。

2 二者心理学とは

ここでは二者心理学について解説する。二者心理学の視点は、関係精神分析の発展の中で生じてきたものであるから、まず関係精神分析について簡単に説明するところから始めよう。

2.1 関係精神分析

関係精神分析は1980年代に出現した新しい精神分析の動向である。関係精神分析は、一般に、GreenbergとMitchell (1983) の「Object Relations in Psychoanalytic Theory」(邦題「精神分析理論の展開：欲動から関係へ」)が出发点だとされている。この著書において彼らは、Klein, Fairbairn, Winnicott, Balint, Sullivan, Fromm, Kohut, Loewaldなど、現在、有力な精神分析の論者たちによる理論を検討し、それらを広義の関係性のモデルとしてまとめることができると論じた。そして、従来の「欲動」と中心としたモデルの精神分析と対照されるものとして、「関係」を中心としたモデルの精神分析を描き出した。

また、同時期にHoffman (1983)は、Gill, Levenson, Racker, Searls, Wachtelといった論者の考えを検討し、いずれもが共通して、転移を、単に患者の内側から出現するものではなく、分析家の実際の対人的な振る舞いがそこに何らかの寄与しているものとして論じており、分析家を単に患者からの転移が投影される白いスクリーンとみなす従来の精神分析のモデルを超越していることを指摘した。

ほぼ同じ時期に、Stolorowと同僚たちもまた、精神分析における二者システムの視点を強調する論を展開した (Stolorow, Atwood, & Ross, 1978; Stolorow & Atwood, 1979; Stolorow, Brandchaft, & Atwood, 1987)。

1980年代に同時に展開したこうした議論が、総体として関係精神分析を形成していった。ただし、ここで注意が必要なのは、関係精神分析は、対人関係論、自己心理学、問主観性理論、対象関係論などと並び立つ新しい1つの学派の名称ではないということである。関係精神分析は、これらの諸学派と緩やかに関わりながら、これらの諸学派を包み込む大きな傘のような包括的な立場を指すものとされている。

本小論では、関係精神分析の成立にまつわる歴史的経緯については、ここまでとしておく。詳しくはAron (1996)を参照されたい。

2.2 一者心理学と二者心理学

関係精神分析では、一者心理学と二者心理学が区別されている（Aron, 1996; Balint, 1968; Ghent, 1989; Mitchell, 1988; Wachtel, 2008）。この区別においては、基本的に、従来の古典的精神分析に大きく影響された諸理論は一者心理学とされる。そこではクライアント個人（一者）が観察の対象とされており、クライアント個人の内部の心理力動が観察され、記述される。一者心理学では、セラピストはクライアントを外部から客観的に観察して、その個人の心理力動を記述できるということが当然の前提とされているのである。

一者心理学においては、セラピストは個性をもってその場に参加している一人の生きた人間ではなく、クライアントの空想が投影される白いスクリーンであると概ね見なされる。面接室には現実にはセラピストとクライアントという2人の人間がいるわけだが、一者心理学では、基本的に、セラピストは独立した純粋の観察者であり、クライアントのみが観察され、記述され、分析される。クライアントがセラピストに対して抱くイメージや感情は、白いスクリーンに投げかけられた、クライアントの精神内界の産物と見なされる。

一者心理学のこうした見方に限界を認め、その限界を越えようとする動きが、二者心理学をもたらした。二者心理学では、クライアントとセラピストという二者の間の関係が研究の対象である。セラピストは、両者の対人的な場の外部に立つ観察者ではなく、対人的な場への共同参加者と見なされる。いかにセラピストが白いスクリーンに徹しようとし、匿名的であろうとし、自己開示を控え、最低限の自己表出しかしなかったとしても、セラピストはそのように匿名的に関わろうとする人としてクライアントと現実的に関わっているのであり、クライアントと現実的に関わらないでいることはできない。つまり、セラピストを、クライアントの心理力動が投影される白いスクリーンとみなす見方は、理論上の仮想であり、現実にはあり得ない。セラピストはクライアントから影響を受けているし、クライアントはセラピストから影響を受けている。

このような前提に立つならば、セラピストは、クライアントとの相互作用への自らの参与に気づくこと、そしてクライアントのセラピストに対する反応にはセラピストの実際の関わりが何らから寄与している可能性を考慮することが必要になる。純粋の転移も、純粋の逆転移も現実には存在せず、いずれも両者の相互作用によって共同的に形成されたものであると考えられる。

このことは、転移や逆転移の分析は不可能だとか、無効だとかいうことを意味するものではない。そうではなく、転移の分析は、クライアントの側だけに関わる分析（一者心理学）ではなく、セラピストの寄与とクライアントの寄与とをともに検討するような分析（二者心理学）であることが求められるものだということを意味している。同様に、逆転移の分析もまた、セラピストの側だけに関わる分析ではなく、セラピストの寄与とクライアントの寄与とをともに検討するような分析とすることが求められる。もっと言えば、転移には逆転移の要素が含まれており、逆転移には転移の要素が含まれており、両者は常に入り混じっている。このことは、関係精神分析では、転移、逆転移という用語よりも、エナクトメントという用語の方がよく用いられるようになったことの1つの理由である。エナクトメントは、治療において注目され、分析の対象となる重要な意味があるだろうと目される、セラピストとクライアントの相互作用のことである¹⁾。

二者心理学においては、セラピストが、面接室でのクライアントとの相互作用の中で生じるあらゆる現象について、そこへの自らの寄与に気づいていない程度に応じて、その現象の理解は不十分なもの、一方的で偏ったものとなるものと考えられる。その時、セラピストは、セラピスト側の寄与を柵に上げて、一方的にクライアントにその見方を押し付けていることになる。

セラピストは面接室における権威であるから、そのようなことは容易に生じる。面接室の中で起きている現象は、容易に、無自覚に、セラピスト側の視点から社会的に構成される。それゆえ、そのことに自覚的になることが非常に重要である。ある意味では、二者心理学は、社会構成主義を面接室の今ここに常に適用するものだとも言えるだろう。

このように、二者心理学においては、セラピストの逆転移は、特別なエピソードではなく、セラピーのプロセスにおいて常にあるものとして理解されている。古典的な精神分析では、中立性、客観性、匿名性が前提とされており、そこから逸脱する例外的な場合が逆転移として取り上げられるのとは対照的である。

転移-逆転移の理解は、二者心理学をより深く理解する上で重要であるから、二者心理学における転移-逆転移の理解についてももう少し詳しく見てみよう。

2.3 二者心理学における転移-逆転移と現実

古典的精神分析の理論では、患者がセラピストに対して抱く感情として、「現実に基づくもの」と、「転移的な性質のもの」とが区別されると考えられている。これは、セラピストには何が現実で何が非現実かを判断できるということ、つまりセラピストはそうした判断ができる特権的な立場にいるということを前提としている。しかし、二者心理学が基本としている構成主義の視点からすると、セラピストにこのような特権的な立場は保証されない。セラピストの立場から見た真実は、社会的に構成されたものであり、唯一の絶対的な真実ではない。それゆえ、セラピストの現実ありのままの認識に基づく感情と、歪曲されて捉えられたセラピスト像に基づく非現実な感情という区別は、もはや維持できない。

現代の分析家の多くは、治療関係を他の現実の関係とは区別される特別な関係であるという見方を否定している。Modell (1991) は、治療関係は現実的であると同時に、非現実的でもあって、治療関係のこのパラドキシカルな性質が変化を可能にするのだと論じている。Renik (1998) は、治療関係は完全には現実ではないという Modell の考えをさらに推し進め、治療関係は全くもって現実の関係であると強調している。Renik は、精神分析は、精神分析のルールによる特殊な条件で行われるものであるが、他の役割関係（教師と生徒、医師と患者など）もそれぞれに特殊な条件で行われるものであり、精神分析が他の役割関係以上に非現実をもたらすわけではないと主張している。

逆転移である感情と、そうでない感情との区別を排除する動きもある。そうした区別をすることができるという前提が、構成主義の視点では否定されている客観性を示唆しているからである。

また、転移は、通常、幼少期の重要な他者との関係、セラピー場面における治療関係、クライアントの日常生活における対人関係の3つの領域において観察されるものと想定されている。そしてこれらの3つの領域を結びつける解釈は、精神分析において標準的な解釈の一つとされている (Malan, 1979)。

しかし、二者心理学においては、セラピー場面で現れる相互作用は、セラピストというユニークな人格が関与する中で観察されるものであると考えられるがゆえに、それが患者の日常生活においても必ず現れるだろうとは必ずしも想定されない。セラピー場面で現れるパターンが日常生活においても認められることは実際にしばしばあることだとしても、最初から標準的にそう想定できるとは考えられていない。むしろそれは常にフレッシュにオープンに問われるべき問題であると見なされている。

このように、二者心理学においては、転移や逆転移について、従来の古典的な精神分析とはさまざまに異なった考え方がなされている。こうした考え方は、クライアントと関わるセラピストの姿勢に大きな違いをもたらす。二者心理学の視点を持ったセラピストは、セラピストの姿勢としてオーセンティシティを強調することが多い。次にこれを見ていこう。

2.4 二者心理学におけるセラピストの関わりの姿勢：オーセンティシティ

古典的な精神分析では、中立性・匿名性が可能であると考えられていたために、中立性・匿名性を維持するために感情の即時的な表出を抑えようとしたり、一切の自己開示を避けようとしたりすることが強く求められた。しかし、二者心理学においては、セラピストの匿名性は現実にはあり得ず、セラピストは常にクラ

イェントとの相互作用から逃げられないと考えられている。セラピストは、職業的な仮面の背後に隠れることはできず、ありのままの自分自身としてクライアントとの関わりに参与することを避けられないという認識は、より人間的で自発的な関わりの方針を導く。こうしたことから、二者心理学ではセラピストの治療的な関わりの方針として、オーセンティシティがしばしば強調されている。また、このことと調和して、二者心理学を擁護する多くの論者が、自己開示についてより積極的な議論を展開している（Aron, 1996; Greenberg, 1995; Wachtel, 2011）。

さらには、関係精神分析における論者の一人である Hoffman（1998）は、セラピストの課題は、セラピストの役割上の方針に調和した仕方で振る舞うことと、自己表出的で十分に自発的な仕方で振る舞うこととの間のバランスを取ることに論じた。

このように、二者心理学の視点を持ったセラピストは、オーセンティックにクライアントへの共感を表現する姿勢に立っているのである。

3 共感の概念の再検討

3.1 20世紀における共感の概念化

以上、近年の関係精神分析における二者心理学の視点について見てきた。ここから、これを踏まえて、来談者中心療法における共感の概念について検討してみたい。周知のように、心理療法においては、共感、来談者中心療法において最も早くから深く探究されてきた。とはいえ、共感、セラピストとクライアントの関係とも関わる重要な要因として、幅広く学派を超えて伝統的に重視されてきたものでもある。共感が学派を超えた重要な共通の治療要因であり、治療結果に大きく寄与するものであることは、多くのリサーチから明らかとなっているところである（Norcross & Lambert, 2019）。

共感について検討するにあたって、まず、Rogers（1957）の「人格変化における必要にして十分な条件」を見てみよう。Rogers は1957年の論文において、人格変化の必要十分条件として以下の6つの条件を提示した（表1）。

このうち、セラピストの側の関わり方について述べた(3)(4)(5)の3つの条件は、中核3条件と呼ばれて特に重視されてきた。ここで注意してほしいのは、中核3条件を重視する立場においては、共感、個人としてのセラピストが個人としてのクライアントに対してすることとして捉えられているということである。つまり、共感、セラピストがクライアントに提供する、一方向的な治療的関わりとして捉えられている。

また、そのような関わり方の結果、クライアントが人格変化を起こすと期待されるわけであるが、そこで注目されているのは、おおむねクライアント個人の人格変化、クライアントの自己概念と体験過程が一致していくという内面的な変化であった。

こうした共感の捉え方は、一者心理学的な見方が色濃く認められるものだと言えるだろう。共感という概

表1. 人格変化の必要十分条件（Rogers, 1957）

<p>(1) 二人の人間が心理的な接触を持っていること。</p> <p>(2) クライアントは不一致の状態にあり、傷つきやすい、あるいは不安の状態にある。</p> <p>(3) セラピストはこの関係の中で一致しており、統合されていること。</p> <p>(4) セラピストはクライアントに対して無条件の肯定的尊重を経験していること。</p> <p>(5) セラピストはクライアントの内的枠組みについて共感的理解を経験していること。</p> <p>(6) セラピストの共感的理解と無条件の肯定的尊重をクライアントに伝達するということが少なくとも最低限達成されること。</p>
--

念は、本来、個人と個人の間の境界を超えた体験の響き合いを意味として含むものであり、二者心理学に親和的な概念であるはずだが、20世紀の心理療法における共感の捉え方には、この時代のモダンな時代精神が色濃く認められる。

しかし、関係精神分析の発展と時期を同じくして、来談者中心療法の中で、共感についてのポストモダン的な新たな捉え方が出現してきた。MearnsとCooper（2017）の「深い関係性（relational depth）」がそれである。以下に見ていくように、MearnsとCooperの共感の捉え方は、きわめて二者心理学的なものである。

3.2 深い関係性：二者心理学的な共感の概念化

MearnsとCooper（2017）は、セラピーにおける「深い関係性」と呼ばれる状態について詳しく論じている。そこでは、高度に達成された中核条件が一つの全体を作り出しており、かつ各条件が互いを高め合うように影響しあっているという。パーソン・センタードのセラピストの多くはこれら3条件を別々の条件として考えるように訓練されているが、MearnsとCooperは、これら3条件は深い関係性という1つの変数の3つの側面であると考えの方が適切な場合が多いと論じている。

そしてその上で、彼らは、関係における深い出会いは、セラピストとクライアントの双方が関与し、相互のやり取りによって双方向的に影響し合う中で生じるものであると論じている。そして、深い関係性の状態が生じるためには、セラピストがクライアントにオープンになるだけでなく、クライアントもセラピストにオープンになることが必要であると論じている。つまり、深い関係性の状態は、セラピストがクライアントを受容すると同時に、クライアントが「セラピストに受容されること」を受容するときに生じるものである。

MearnsとCooperは、深い関係性とは、セラピストとクライアントが共に相手にオープンになっていき、相手をオープンに受け入れながら、自分自身の反応を率直にオープンに表出する状態であり、つまりはコ・プレゼンス（co-presence）の状態であると述べる（図1）。

このような共感の捉え方においては、共感は単にセラピストがクライアントに対してすることではなく、セラピストとクライアントが共同で作り出すプロセスの結果として出現する状態である。共感とは、セラピストとクライアントが相互に治療関係に参加する中で、互いが互いをますます信頼し、互いを受容して、互いに対してオープンになっていくプロセスがもたらす産物なのである。

もちろんこのプロセスをリードする責任はセラピストの側が担っており、その意味ではセラピストとクライアントとは完全に対称的な存在ではない。しかし、セラピスト側がイニシアティブをとって推し進めるこのプロセスにおいて、セラピストとクライアントの寄与は対等なものに見なされる。そこではクライアントは、単にセラピストから共感される受動的な存在ではなく、このプロセスを深めていく上で積極的・能動的

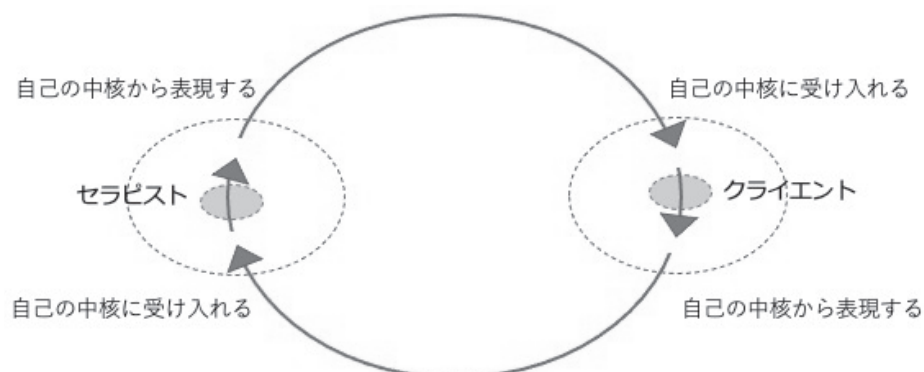


図1. コ・プレゼンス
(Mearns & Cooper, 2017をもとに若干の修正を加えた)

な役割を果たす存在と見なされている。

この点について次に考えてみよう。

3.3 相互共感

Mearns と Cooper の深い関係性においては、共感が深まっていくプロセスにおいて、セラピストがクライアントに共感すると同時に、クライアントがセラピストに共感することが想定されている。その意味で、深い関係性における共感とは、相互共感であるとも言える。

これと関連して、発達的な欲求には、共感されたい欲求だけでなく、他者に共感したい欲求もあるということが指摘されている（Surrey, Kaplan, & Jordan, 1990）。

心理臨床の領域において、一般的に、セラピストのクライアントへの共感については多くが語られてきたが、クライアントのセラピストへの共感についてはほとんど語られてこなかった。これはセラピストの支援者としての役割や責任といったことを考慮すれば、当然のことかもしれない。しかしそのことは結果的に、クライアントの重要なニーズをネグレクトし、クライアントをケアされる弱者の地位にとどめるものとなってきたと言えるだろう。実際、臨床場面でクライアントがセラピストへの共感やケアを示したとき、セラピストはそれを素直に受け取って感謝するだろうか？ 現在のセラピストの多くは、そうしたクライアントの言動を居心地悪く感じ、そうした役割の逆転を快く受け入れないのではないだろうか？

しかし、二者心理学の視点に立ち、共感を深めるプロセスはセラピストとクライアントが共にコミットして作り上げるプロセスであることを認めるなら、セラピストはクライアントから受容され、共感され、ケアされることを素直に受け入れることができなければならないということが理解される。セラピストが、面接室の2人のうち自分のみが支援者でありケア者であるという立場を頑なに守り、クライアントからケアされる体験を防衛するなら、共感を深めるプロセスは阻害されることになる。

3.4 職業的役割とパーソナルな自己

心理療法における共感について考える時、セラピストの職業的役割とパーソナルな自己というトピックに触れておくことが適切であろうと思う。これは先に2.4節において触れた Hoffman の議論とも関係することだが、共感の概念と関連してここで再び詳しく検討してみたい。

共感とは、時に、セラピストがクライアントの心理を知るための方法として捉えられてきた。Kohut は、共感を強調したが、「共感とは本質において中立的で客観的なものであり主観的なものではない」という彼の言葉から知られるように、Kohut にとっての共感とは、少なくとも Kohut の初期の理論においては、あくまで分析における観察方法とみなされていたようである。

ともかく、もし共感によってセラピストはクライアントの心理力動を正確に捉えることができると考え、共感によって捉えられたクライアントの心理は純粋にクライアントに関する情報であると思えば、それは一者心理学であると言わねばならない。二者心理学においては、セラピストが共感によって理解したクライアントの心理は、セラピストの個性的な存在への反応として引き出されたものであり、そこにはセラピストの寄与が含まれているものと見なされる。また、それはあくまでセラピストの視点から構成されたものであり、客観的な真実とは言えない。

また、現代の二者心理学の立場のセラピストの多くは、セラピストとクライアントの二者関係を、その二者にユニークなものとして見ている。セラピストは個性を持ったユニークな個人として、オーセンティックにクライアントに関わる。そこでの共感とは、セラピストのクライアントに対する個性的な反応であると考えられる。いかにセラピストが職業的な役割を大事にしていたとしても、ユニークな個性を持ったセラピストがク

クライアントに共感するとき、そこには生身の人としてのセラピストがユニークな仕方で表現されていると考えるのが妥当であろう。

しかし、心理療法に関する現代の理論や研究の多くは、ユニークな個性を持ったセラピストを無視している。心理療法に関する理論や研究の多くにおいて、セラピストは、あたかも理論が命じる役割をただ果たすだけの、交換可能で均質な規格品であるかのように論じられている。

たとえば、精神分析においては、セラピストを中立的で匿名的な存在として、つまり白いスクリーンとして見なすことで、その個性が無視されてきた。また、認知行動療法においては、治療効果はマニュアルに宿るものと見なされ、セラピストの個性は重要な治療的意味を持たないノイズとして無視されてきた。心理療法研究においては、セラピーの技法についてなされてきた研究の数に比べて、セラピストという人についてなされた研究の数は非常に少ない。

しかし、実際には同じ学派に属しており、その学派のセラピーに関して同じ程度のコンピテンスを持つセラピストの間に、治療成果に大きな個人差があること、そしてセラピスト間の治療成果のばらつきは、セラピー学派間の治療成果のばらつきよりもずっと大きいことが、多くのリサーチから明らかにされている(Wampold & Imel, 2015)。これについては、別に詳しく論じたので、興味のある方は杉原(2021a)を参照してほしい。

先に、セラピストは職業的な役割と自発性のバランスを取ることが重要だとする Hoffman (1998) の議論に触れたが、そのバランスを取る上で、セラピストの共感には重要な役割を果たすものとも言えるだろう。共感とは、大きく言えばセラピストの職業的な役割に沿うものだが、それでもなお本質的に自発的なものであるからである。二者心理学の視点は、そして二者心理学に支えられた共感の概念は、心理療法におけるセラピストの個性や自発性の軽視という現状に、重大な疑義を呈するものとも言える。

4 共感の治癒力、共感のほころびの修復の治癒力

以上に見てきたように、関係精神分析と来談者中心療法の2つの異なる心理療法の伝統が、共通して二者心理学の視点を持った共感の概念化を進展させてきた。二者心理学の視点に支えられた共感の概念は、共感をセラピストとクライアントが共同で作り上げていくプロセスと見ている。共感を深めていくプロセスは、相互共感のプロセスであり、セラピストはクライアントから共感されることを受け入れる必要がある。セラピストは、中立性や匿名性が不可能であることを認識し、オーセンティックに、つまり自己一致して、自発的にクライアントと関わる必要がある。ただしその際に、職業的な役割とのバランスを取ることに注意する必要がある。

こうした二者心理学的な共感の概念化を踏まえた上で、来談者中心療法と精神分析の間には、共感の持つ治療力についての考え方に、重要な違いが認められる。一般に、来談者中心療法では、共感それ自体が持つ治療力が強調されている。深い関係性は、それ自体で強力な治癒力を持つものとみなされている(Mearns & Cooper, 2017)。一方で、精神分析では、共感の治癒力を認める立場においても、セラピストの共感には治療過程のいずれかの時点で綻びることを免れることはできないことが強調される。そして、その際のクライアントの失望、落胆、怒り、悲嘆、寂しさなどの体験に共感してそれを修復するセラピストの関わりが重視されている。この共感の綻びの修復の過程にこそ、治癒力が宿るとさえ考えられている。

深い共感の体験そのものに治癒力があるということは直感的に理解しやすいと思われる。ここでは、共感の綻びの修復に治癒力があるという精神分析に優位な見方について説明する。

こうした考え方は、歴史的には、Ferenczi に遡る。Aron (1996) は、Ferenczi の仕事を検討する中で、

以下のように述べている。

（Ferenczi は）分析家が患者にとって「良い対象」やより良い親になる必要があるという単純な見解をはるかにこえた分析過程のモデルを提案している……フェレンツィは、分析家が……トラウマを再創造することに積極的に関与することが避けられないと認めている。分析家は、もともとのトラウマを与えた親とは違って、彼または彼女自身の関与を承認することができ、それを患者と直接話し合うことができ、これを基礎として彼あるいは彼女の関与を変化させるという意味においてより良い親でなければならない（Aron, 1996, 邦訳 pp.226-227）。

こうした考え方は、関係精神分析に影響を与えた多くの論者に引き継がれている。Winnicott の脱錯覚、Kohut の共感不全と変容性内在化、Stolorow と Atwood（1992）の間主観的へだたり、Benjamin（2010）の他者性の承認、これらの精神分析的理論家の概念はいずれも、共感の体験による癒しだけでなく、共感がどこかで綻びる傷つき体験とその修復の過程に注目し、そこに重要な治療的意味を見出すものである。

Safran と Muran（2000）は、二者心理学の視点に立った関係的心理療法を提唱しているが、そこでは治療同盟の亀裂に気づき、それを取り上げて修復する作業が重要なものとして論じられている。治療同盟の亀裂は、ここで共感の綻びと呼んでいるものとかかなり重なるもので、ここでの考察にとっても示唆に富んでいる。

Safran と Muran は、治療同盟の亀裂には、対立型のものと退却型のものの2つのタイプがあることを指摘している。対立型の亀裂とは、クライアントが、セラピストにはっきり不満を述べる、あからさまにセラピーの意義に疑義を呈するなど、セラピストに対立的な姿勢をとるものである。退却型の亀裂は、無難な話題を長々と話す、知的な説明に終始するなど、表面的には従順だが、セラピーにコミットしない姿勢を取るものである。Safran と Muran は、セラピストはそれらの兆候に気づいたら、明確に取り上げるとともに、そうした相互作用における自らの寄与について振り返って検討することが重要だとしている。

このように、共感の綻びの体験をはっきりと取り上げて共感しながら探索することは、共感を深めていく大きなプロセスの一部とみなすこともできるものである。その意味で、共感を深めていくこと自体の治癒力の強調と、共感の綻びを修復することの治癒力の強調は、この大きなプロセスにおける強調点の違いであると見ることもできる。強調点こそ違っていても、いずれの見方もセラピストとクライアントの間の力強く肯定的な修正的關係体験の治癒力に注目していることに違いはない。

5 相互分析の視点

以上見てきたように、二者心理学においては、クライアントとセラピストとの相互性が注目される。そこでは共感とは、セラピストからクライアントに向けられると同時に、クライアントからセラピストに向けられる相互的なものと見なされる。Ferenczi は、こうした考えを追究する中で、さらに進んで、セラピストがクライアントを治療しようとするように、クライアントもまたしばしばセラピストを治療しようとすると考えた。もちろん、セラピーの責任はセラピストにあるので、セラピストの治療努力とクライアントの治療努力が等しく対称的なものとなることは決してない。しかし、それでもなお、セラピー関係が発展する中で、クライアントがセラピストを治療しようとするところがあるという見方には、セラピーを深める上で重要な示唆があると思う。

ここで一つの臨床場面を例に、このことを検討してみたい²⁾。クライアントは、家庭内で情緒的な虐待を

受けて育った女性である。彼女は、セッションにおいて、最近の辛い出来事について話し、泣き出しそうになりながら、なんとか堪えようとしている。その場面で以下のようなやりとりがなされた。

カウンセラー：ここでは泣いても大丈夫ですよ（感情に体験的にアクセスするよう促す）。

クライアント：泣いたら先生は迷惑に思うでしょう？

カウンセラー：あなたが泣くとき、僕はあなたの涙と一緒にいたいと思います。

クライアント：本当ですか？（強い疑惑）

クライアントは、成長過程において、自分の辛い体験を親に話すと、怒られたり、動揺した親をケアしなくてはならなくなったりする経験を重ねてきた。そのため、彼女は安心して親に辛い体験を話すことができなかった。カウンセラーは、彼女は成長過程において、親の前で否定的感情に触れることに不安を感じるようになり、否定的感情に触れることを回避する学習をしてきたものと考え、それを修正する体験が有用であろうと考えた。カウンセラーは、そうした理解に立って、クライアントが辛い体験を話しながら、ありのままに感情に触れることができるよう促すことを試みた。またそれと同時に、辛い体験を表現しても受け入れられ、共感される関係性の体験をしっかりと体験するよう促すことを試みた。別の言い方をすれば、感情体験へのエクスポージャーと、今この関係性の体験へのエクスポージャーを同時並行的に行おうとして、上に示したような働きかけを行った。

これに対して、クライアントは「本当ですか？」と、カウンセラーの反応に疑いの目を向けてきた。この発言をどのように考えるかがここでのポイントである。

カウンセラーは、最初、次のように考えた。クライアントは、過去の経験から、ケア者の前で辛い感情に触れると、ケア者は怒るだろう、ないしは動揺するだろうと予想するようになっている。今もそうした予期が生じている。そうであれば、クライアントは、カウンセラーの言葉通りに受け取って、辛い体験に触れて泣いても本当に大丈夫なのだろうかと不安になるだろう。ここでクライアントには、そうした不安を避けてこれまでのパターンを守るか、不安ながらも新しい体験に向かっていいものか、葛藤が生じているだろう。そこでカウンセラーは、この葛藤体験に配慮し、サポートすることが重要であろうと考えた。そうすると、この場面でカウンセラーは次のような解釈を伝えることが有用だということになるだろう。

「あなたは、泣いても共感されず、むしろ迷惑がられるような環境で育ったために、泣いたら相手が迷惑がるのではと不安になるのですね。泣いている自分を受け入れてもらえるとは簡単には信じられないのですね。」

このコメントは、クライアントが、カウンセラーの言葉を疑うことによって、感情体験に触れることを回避していることを示唆する、抵抗の解釈だと言うこともできるだろう。

一方で、相互分析の視点に立つと、クライアントの「本当ですか？」という言葉は、カウンセラーに対するクライアントからの暗黙の解釈ではないかという見方もできるかもしれない。クライアントのこの言葉の背後には、次のような思いがあるのかもしれない。

「先生は、私が泣くことに身を委ねたらどんなに大変なことになるかを想像することも理解することも出来ず、それを自分が受け入れられない可能性を認められないのですね。あくまでクライアントを受容できる強くて有力なカウンセラーとして振る舞わないと不安なのです。」

カウンセラーが、クライアントの「本当ですか？」を単に抵抗の表れとして理解するなら、その理解は一者心理学的な理解だと言えるだろう。二者心理学の視点に立てば、クライアントの疑いの言葉は、「自分にはクライアントが泣くことを受け入れられる」というカウンセラーの構えには防衛的な要素があるのではないかと示唆するものとして理解できるかもしれない。

このように、一者心理学においてクライアントの「抵抗」と見なされているものの多くは、二者心理学においてはカウンセラーの気づきを拡張しようとするクライアントの努力、つまりクライアントによる暗黙の解釈として見ることができるかもしれない。

もしカウンセラーがクライアントの暗黙の解釈に気づかず、気づいても真剣に考慮しないなら、クライアントがカウンセラーの解釈を真剣に考慮する可能性は低下するだろう。まずカウンセラーがモデルとなり、クライアントからの暗黙の解釈を受け入れ、振り返って検討すること、そしてそれをクライアントに役立つようにシェアすることが重要であろう。

このように、相互分析の視点は、セラピーにおける共感を深める上で有用なものとなりうるものと考えられる。

6 終わりに

以上、二者心理学を紹介し、二者心理学の視点から共感について考えてきた。二者心理学においては、セラピストは、もはや単なる職業的役割の遂行者であるとは見なされない。むしろ、生きた一人のユニークな人間としてクライアントと関わるものであり、そうであることを避けられないものと見做される。それゆえ、二者心理学の視点に立った心理療法では、職業的役割とのバランスを取りながらも、ユニークな個人としてオーセンティックに、ある程度、自発性を発揮しつつクライアントに関わるセラピストの姿勢が認められる。

クライアントと関わるセラピストのオーセンティックな反応として重要なものに共感があるわけだが、また二者心理学においては、共感とは、単にセラピストがクライアントに対して行うものではなく、セラピストとクライアントとが共同で作上げるプロセスと見なされる。本稿では、この共同のプロセスについての理解を深めるために、深い関係性、コ・プレゼンス、相互共感、相互分析などのトピックを取り上げ、さまざまな角度から検討してきた。

こうした検討を通して、二者心理学的な視点に裏付けられた共感の概念が多少なりとも明確になれば幸いである。

[注]

- 1) ただし、徹底的な二者心理学においてはエナクトメントという概念も疑問視される。というのは、二者心理学の視点を徹底すれば、セラピーは最初の瞬間から最後の瞬間まで全てが相互交流とみなされるわけだから、セラピーの中の特定のエピソードを切り出して、そこだけをエナクトメントと見なし、また相互交流と見なす見方が成立しないからである。これについての議論はAron (1996) の第7章を参照のこと。
- 2) この事例のエピソードは、複数の類似した事例から共通するやりとりを一般化して取り出したものである。

[文献]

- Aron, L. *A meeting of minds: Mutuality in psychoanalysis*. The Analytic Press, 1996. 横井公一監訳 こころの出会い：精神分析家としての専門的技術を習得する. 金剛出版, 2020.
- Balint, M. *The basic fault*. London: Tavistock, 1968.

- Benjamin, J. Can we recognize each other? Response to donna Orange. *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 2010, 5 (3), 244-256.
- Ghent, E. Credo: The dialectics of one-person and two-person psychologies. *Contemporary Psychoanalysis*, 1989, 25, 169-211.
- Greenberg, J. R., & Mitchell, S. A. *Object Relations in Psychoanalytic Theory*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1983. 横井公一監訳 精神分析理論の展開：欲動から関係へ。ミネルヴァ書房, 2001.
- Hoffman, I. Z. The patient as interpreter of the analyst's experience. *Contemporary Psychoanalysis*, 1983, 19, 389-422.
- Hoffman, I. Z. Ritual and spontaneity in the psychoanalytic process; A dialectical-constructivist view. Hillsdale, NJ: Analytic Press. 1998. 岡野憲一郎・小林陵訳 精神分析過程における儀式と自発性：弁証法的——構成主義の観点。金剛出版, 2017.
- Malan, D. H. *Individual Psychotherapy and the Science of Psychodynamics*. Butterworth-Heinemann Ltd., 1979. 鈴木龍訳 心理療法の臨床と科学。誠信書房, 1992.
- Mearns, D. & Cooper, M. *Working at relational depth in counselling and psychotherapy. 2nd Edition*. SAGE Publications, 2017. 田中行重・斧原藍訳「深い関係性」がなぜ人を癒すのか：パーソン・センタード・セラピーの力。創元社, 2021.
- Mitchell, S. A. *Relational concepts in psychoanalysis*. New York: Basic Books, 1988. 鎌幹八郎監訳 精神分析と関係概念。ミネルヴァ書房, 1998.
- Modell, A. H. A confusion of tongues or whose reality is it? *Psychoanalytic Quarterly*, 1991, 60, 227-244.
- Norcross, J. C. & Lambert, M. J. Eds. *Psychotherapy relationships that work. Volume1: Evidence-based therapist contributions*. Oxford University Press, 2019.
- Renik, O. The role of countertransference enactment in a successful clinical psychoanalysis. In Ellman, S. J. & Moskowitz, M. Eds. *Enactment: Toward a new approach to the therapeutic relationship*. Northvale, NJ: Aronson, 1998, 111-128.
- Rogers, C. R. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 1957, 21, 95-103. 伊藤博編訳 パースナリティ変化の必要にして十分な条件。In ロジャース全集 4 サイコセラピーの過程。岩崎学術出版社。1966, 117-140.
- Safran, J. D. & Muran, J. C. *Negotiating the therapeutic alliance: A relational treatment guide*. The Guilford Press, 2000.
- Stolorow, R. & Atwood, G. E. *Faces in a cloud*. New York; Aronson, 1979.
- Stolorow, R. D. & Atwood, G. E. *Context of being: The Intersubjective Foundation of Psychological Life*. Hillsdale, NJ: Jason Aronson, 1992.
- Stolorow, R. & Atwood, G. E., & Ross, J. The representational world in psychoanalytic therapy. *International Review of Psychoanalysis*, 1978, 5: 247-256.
- Stolorow, R., Brandchaft, B. & Atwood, G. E. *Psychoanalytic treatment*. Hillsdale, NJ: Analytic Press, 1987.
- 杉原保史 心理療法におけるセラピストのパーソナルな自己について：職業的——個人的な関係としての治療関係。京都大学学生総合支援センター紀要, 2021a, 50 : 1-14
- Surrey, J. L., Kaplan, A. G., & Jordan, J. V. Empathy revisited. *Work in Progress*, 1990, No.13. Stone Center, Wellesley College, Wellesley, M. A.
- 富樫公一 精神分析が生まれるところ：間主観性理論が導く出会いの原点。岩崎学術出版社, 2018.

- Wachtel, P. L. *Relational theory and the practice of psychotherapy*. Guilford Press, 2008.
- Wachtel, P. L. *Therapeutic Communication. 2nd Edition: Knowing what to say when*. Guilford Press, 2011. 杉原保史（訳）心理療法家の言葉の技術 [第2版]：治療的コミュニケーションをひらく 金剛出版, 2014.
- Wachtel, P. L. *Cyclical psychodynamics and the contextual self: The inner world, the intimate world, and the world of culture and society*. Routledge/Taylor & Francis, 2014. 杉原保史監訳 統合的心理療法と関係精神分析の接点：循環的心理力動論と文脈的自己. 金剛出版, 2019.
- Wampold, B. E. & Imel, Z. E. *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. 2nd Edition. Routledge, 2015.