

## カウンセリングと教化活動

——クライエント中心療法を中心として——

大塚秀高

### はじめに

戦後、我が国に導入されたカウンセリング理論と技法（以下、カウンセリングと省略）は、教育界をはじめとして産業界や宗教界に至るまで様々な分野で広く活用されて発展してきた。「カウンセリング」という言葉はすでに日本語の日常用語として定着しつつあるが、それが日常化したこととその内容理解は必ずしも一致している訳ではない。なぜなら今日においてもカウンセリングに対する誤解は非常に多いからである。その大きな原因は、一般的には戦後の急激な導入によるところの理解不足とカウンセリングの様々な流派による混乱などに集約されているが、我が国の文化風土（個対個の援助関係の成り立ちにくい）とのかかわりもその大きな要因の一つであろう。中でも宗教界における誤解は大きい。とりわけ我が国の仏教界では「仏教カウンセリング」「カウンセリング仏教」という用語が様々な誤解と混乱を二重に招いてきたことはその提唱者である藤田自身による指摘からもうかがい知ることができる。<sup>\*</sup>

本稿の目的は二つある。一つは前述したカウンセリングに対する様々な誤解を晴らすことであり、いま一つは教化研究室における共同研究テーマである「現代的教化」を模索する一つの方法としてカウンセリング（クライエント中

心療法<sup>2)</sup>(client-centered therapy)を取り上げ、カウンセリングが現代的教化の一助(戦後の日本人の「全体」から「個」への生き方の変化に対応する意味で)として活用できるかどうかを改めて検討することである。その意味ではいずれも啓蒙的な意味合いが強く論文としての体裁を著しく逸脱しているかもしれない。予めそのことを断って置きたい。

### 一、カウンセリングに対する様々な誤解

さて、周知のようにカウンセリングは二〇世紀初頭のアメリカにおいて発生した人間科学であり、その歴史は非常に浅い。カウンセリングの語源はラテン語の *consilium* (会議・考慮・忠告・相談・知恵)に由来しているといわれ、現在でもその意味をそのまま継承している。その発達は、大まかに①パーソンズ (Parsons, F.) によって始められた職業運動、②ビネー (Binet, A.) に代表される精神測定運動と個人差の研究、③ロジャーズ (Rogers, C.) を中心とする心理療法への関心の三段階に区分して見ることができる。カウンセリングはこれらの三つの運動が一つに合流(その為カウンセリングの概念規定も実に様々である)する形で発達していった。今日ではその拠って立つ理論(精神力動論・パーソナリティ成長論・学習理論)によっていくつかの流派があるが、いわゆるカウンセリングは前述した第三の「心理療法への関心」以降、職業指導から「カウンセリング心理学」あるいは「心理療法」の一学派へと独立していったことだけは確かである。その独立において重要な役割を担ったのは、本稿でとりあげる「クライエント中心療法」を提唱したロジャーズの『カウンセリングと心理療法』という論文であった。彼の「非指示的療法」(non-directive therapy)という治療論は従来の命令・禁止・訓戒・勇気づけ・カタルシス発散などを伴う「指示的療法」(directive therapy)と鋭く対立し、その是非をめぐって一大論争を呼び起こしている。その後、彼は来談者

(クライエント)の問題解決能力、自己決定能力に完全な信頼を置く「クライエント中心療法」へとその名称を変更している。こうしてロジャーズの「クライエント中心療法」は、単なる心理療法にとどまらず教育界をはじめとして精神医療や社会福祉(ケースワーク)などの関連領域にも多大な影響を与えながら世界に広がっていった。

我が国には戦後まもなく導入されたが、本格的には昭和二〇年代後半になってからのことである。その後は急激な社会変動を背景として、また後述するカウンセリングに対する一面的理解(ただ聞いていればよい)もあって、爆発的な発展を遂げて今日に至っている。しかし、余りにも急激な導入とその一面的理解は様々な誤解や軋轢を生み出した。以下、その誤解を大まかに述べてみよう。

第一の誤解は、人間の示す問題について、その解決に援助をするという一面的理解である。これはカウンセリングに対する最も多い誤解である。確かにそれはカウンセリングの中心部分であるが、カウンセリングの本質は人間の成長と発達及びその開発を大きな目的にしており、人間の示す様々な問題行動や精神病理の解決のみに限定されていない。訳ではない。

第二の誤解は、カウンセリングは相手に話をさせる。あるいは相手の行状をうまく聞き出すテクニックであるとする理解である。カウンセリングは相手を誘導尋問したりはしない。あくまでも相手を尊重し、自由な雰囲気の中で、相手が自分自身で問題を解決していくことを最も優先する。

第三の誤解は、カウンセリングは主に解答を相手に与える。または助言・忠告・訓戒をすることであるという理解である。教育家や宗教家の陥り易い誤解である。特にロジャーズの提唱する「クライエント中心療法」は、相手が本来的にもつ問題解決能力、自己決定能力を無条件に信頼することであり、助言・忠告はあくまでも参考意見に過ぎないのである。

第四の誤解は、相手の相談や訴えに対して、ただ耳を傾けて聞いていればこと足りるという理解である。カウンセラーはそこでのやりとりが日常会話のように見えても、ただ相手の話を一方的に聞いている訳ではない。カウンセラーは「傾聴」・「共感」・「純粋」という態度を通して、相手が、今、経験している心理過程の中に積極的に参加している。具体的には相手の言葉にならない言葉に耳を傾けているのである。

第五の誤解は、相手の要求を無条件に受け入れるという理解である。カウンセリングは訓練を受けた一人の人間（カウンセラー）と問題解決を求める人間（クライアント）とが相互の信頼関係を基盤として、問題解決を目的に成立している人為的な人間関係であり、当然のことながら基本的な約束事と限界の上に成立している人間関係である。

以上、大まかにカウンセリングに対する様々な誤解を概観してきたが、次に仏教界に見る誤解を改めて指摘しておく。仏教界では「仏教カウンセリング」「カウンセリング仏教」という言葉が大きな混乱を招いてきたことはすでに述べた通りである。「仏教カウンセリング」の提唱者である藤田の本意は、ロジャーズの「クライエント中心療法」を仏教の「縁起観」からとらえなおし、科学的カウンセリングそのものを批判することと今日の既成仏教教団の批判に主眼が置かれていた。すなわち仏教の原点である釈尊に戻って、形骸化している既成仏教教団の再生（現代における仏教の復権）を試みようとのねらいがあった。藤田の仏教からカウンセリングを批判しようとの試みは一応評価できるが、実際は彼の意志に反して前述した誤解の上に①僧侶が実践するカウンセリングが仏教カウンセリングであるとする誤解、②誰でもがすぐに実践できるといふ誤解、③宗派意識をむきだしにする。という弊害などの既成仏教教団が持つ閉鎖的かつ非社会的な体質による様々な誤解を生み出していった。それは今も変わってはいない。<sup>\*\*\*</sup>

\* 藤田清著『仏教カウンセリング』誠信書房

\* \* 藤田清著『仏教カウンセリングの問題』『四天王寺女子大学紀要』（一九六九）

こうした誤解は「仏教」と「カウンセリング」の共通性を指摘できても、理念・方法の違い両者の当然の帰結であろう。そもそも短絡的に「仏教」と「カウンセリング」を結合すること自体に問題があるといわねばならない。そのことは何も仏教とカウンセリングに限ったことではない。近年の「仏教ホスピス運動」も同様の危険性を持っている。孝橋は仏教と社会事業とのかわりについて、①自己犠牲性にとりまわりの愛他的行為や公共的利益になる救済事業を仏教の名において仏教家が行う場合を仏教社会事業と名づけ、時代や社会体制の相違にかかわらずなく、そこに仏教的救済の一連を仏教社会事業とする。②人間と人間関係に生じる様々な問題を我欲・我執の産物とし、社会を構成している各個人が一切の根底に仏教をすえ、その精神に基づいて実践すればすべて解決される。③社会科学が人間性を取り戻す為にはどうしても仏教精神を導入し、それによって社会科学が人間的になりうる。と、仏教と社会科学の短絡的な結合と仏教至上主義的態度を厳しく批判している。<sup>\*\*\*</sup>それは「仏教とカウンセリング」とのかわりについても言えるだろう。両者の目的や方法の違いを認識せずして短絡的に実践することは危険極まりない。

\*\*\* 孝橋正一「仏教と社会福祉事業」『仏教福祉』第四号 仏教大学仏教社会事業研究所

## 二、カウンセリングとは何か

これまでカウンセリングに対する様々な誤解と仏教とカウンセリングの短絡的な結合の危険性について述べてきたが、カウンセリングと教化活動について論じる前に「カウンセリングとは何か」について、ロジャーズの「クライエント中心療法」を中心にもう少し論を進めてみよう。

カウンセリングは、その発生自体が従来の科学的人間論に対するアンチテーゼとしての意味を持っていた。とりわけロジャーズの「クライエント中心療法」はそのニュアンスが非常に強い。彼の独創的な発想の原点は、当時、アメ

リカにおいて優勢をきわめていたフロイト派(Freud, S.)精神分析の理論と技法並びに統計的心理学の知見と自身の臨床経験との大きなギャップであった。つまり、彼の発想は精神分析学や統計の心理学がその成立の過程で合理的に捨象してきた事柄に注目(この点ではロジャースも科学的人間理解を批判しながらもその範囲を超えていない)することであった。すなわちクライエント中心療法は臨床経験と科学的実証の増加とともに常に変化・発展をしてきたといっても過言ではないからである。その主な発達過程は第一期「カウンセリングと心理療法」、第二期「クライエント中心療法」、第三期「治療的人格変化を可能にする必要十分条件」、第四期「エンカウンター・グループ」の四期に区分して説明されることが一般的である。第一期・第二期については前述した通りであるが、それを要約すると、ロジャースは、まず事実があつて、その発見された事実を最も重要視(フロイトも同じであつた)することから出発している。彼の理論と技法の中心は何よりも彼の「人間観」に見ることができると。例えば、「クライエント」(client)という用語が当時常用されていた「患者」(Patient)に代わって使用されているなどはその反映である。それは従来の間を客観化し操作する医学モデルから自己発見と自己決定をなしうる自発性をもつ人間への絶大なる信頼であつた。彼は(人間という)有機体そのものを、流動しつつあり、常に変化しつつある存在としてとらえ、構造や型としてとらえる立場とは一線を画している。つまり、人間は極度に困難な状況においてさえ、その中につき進み自身を保持するだけでなく、さらにそれに適応し、自身を発展させていく存在であつて、単に刺激に反応する受け身的な存在ではなく、自発的に活動をする存在であるとする。その点、構造的・局所論的な人格把握を特徴とするフロイトとは違っている。彼はそれを「自己実現」と呼び、相手が今まさに経験している(here and now)の感情や経験の意味を正確にかつ敏感に理解し、伝達すること、つまり、相手の「体験過程」に共感的に関与することを基本的な関与の姿勢としている。このことが診断的諸活動の有害性をいたすらに増長させ、「ただ相手の話を聞く」といった誤解へと発

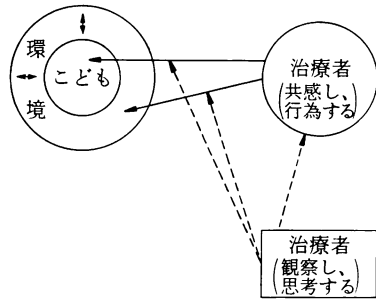
展させてしまった。彼は診断そのものを全面的に否定している訳ではない。診断的態度は人間理解（心理治療）をすすめる上で大きな障害になると主張しているのである。クライエント中心療法の特徴は、相談者がクライエントの現象的世界、その自己を中心とする世界に共感的に関与するということである。いわゆるカウンセリングの基本姿勢である「共感」について、ロジャーズの言葉を引用しよう。「クライエントの私的な世界を、あたかも自分自身のものであるかのように感じとり、しかもこの『あたかも』のように」という性格を失わないこと、これが共感(empathy)なのであり、治療にとって肝要なものであると思われる。クライエントの怒りや恐怖や混乱を、あたかも自分自身のものであるかのように感じとり、しかも自分のいかりや恐怖や混乱がその中にまぎこまれないようにすること……、クライエントの世界がこのように治療者に明らかになり、治療者がその中を自由に歩きまわるとき、彼はクライエントのよくわかっているものを理解していることを伝えうるばかりでなく、クライエントの経験のなかで、ほとんど意識されていないような意味をも口に出して述べることができるのである。」

\*\*\*ロジャーズ『カウンセリングの理論』（伊東訳編）誠信書房

この「あたかも」のように」ということが失われたとき、それは共感ではなく同情になる。それを具体的に図示すれば次のようになる。\*\*\*

\*\*\*村瀬嘉代子「子どもの精神療法における治療的展開」『治療関係の成立』星和書店

カウンセリング関係は何等かの問題解決を求める相手とその問題解決に応じる専門家との人為的な契約関係であり、日常的な人間関係とはいささか趣を異にする。いわゆるカウンセラーは前述した共感的態度の他に観察的態度の矛盾した二つの態度を同時に持ちながら対応している。具体的にはカウンセラーが「共感し行為する」（あたかも）のように）の態度のみを強調すれば、カウンセリング関係そのものは非常に距離感のない（ややもすれば同情に陥り



### 三、カウンセリングと教化活動

易い) かかりとして成立してしまう。また問題の原因、或は因果関係をことさら「観察し思考する」態度を取れば、それは非常に冷たい事務的なかかりとして成立してしまふ。つまり、カウンセリングは常にこの布置図にみる矛盾することがらを同時に進めていかねばならない人間関係である。このことは教化活動(菩薩行に限定すれば)についてもいえるだろう。われわれが仏陀を「追体験」するとき、瞑想体験のみが重視されすぎると、衆生の為にといい大乘仏教の理想は、単にそれを想うという行為にのみ留まってしまふ。また逆に社会的活動のみが重視されすぎると、われわれの主體的な立場が確保されにくく、後述する世俗の意識に埋没してしまふ恐れがあるだろう。

これまでカウンセリングに対する誤解、そして、ロジャーズの「クライエント中心療法」の特徴を中心にして、カウンセリングの特徴を大まかに述べてきた。カウンセリングが「現代的教化」の一助として成立するかどうかを検討する前に、まず両者の共通点を検討してみよう。周知のように、仏教は積尊の四門出遊にいわれるように、人間存在の不安定性、すなわち、生・老・病・死という人間の根本苦悩の解決をその出発としている。真言密教もその範囲を越えるものではないだろう。また仏教に限らず世界のあらゆる宗教(新宗教も含む)が解答を与えようとしているのは、正にこの人間存在の不安定性の問題解決に他ならない。

教化活動とは、この積尊によって体得された世界、つまり、生・老・病・死という人間の根本苦悩の解決、特に



「死」の解決方法を人々に教え知らしめることであろう。「現代的教化」もその連続線上にあるといっても過言ではない。実はカウンセリングも部分的（宗教と比較して）ではあるが、この人間存在の不安定性に深くかかわって発生してきた。その歴史の起源はヨーロッパに求められる。フロイトによる精神分析学やいわゆる統計的心理学の発生（カウンセリングを発生せしめた先学）は、一九世紀末のキリスト教の救済機能への失望に端を発しているからである。ヨーロッパに興った近代社会の成立は社会構造の急激な変容をもたらし、人々の生活意識にも大きな影響を与えた。ヨーロッパで、各種の神経症や心身症（今でいえば）が飛躍的に増加し始めたのは、この頃である。（この間の事情についてはエレンバーガーの『無意識の発見』木村・中井訳弘文堂に詳わしい）。当時のヨーロッパの人々にはや既存の宗教に救いを求めようとはしなかった。一見、科学的技法に見せかけた当時の「催眠術」に多くの人々が期待を寄せていったことを見てもそれは明らかである。しかし、余りにも部分的・機械論的な精神分析の人間論は、その後、多くの批判を浴びることとなった。ロジャースの「クライエント中心療法」もそれへの批判であった。その意味では宗教（仏教）もカウンセリングも人間存在の不安定性の解決方法をそれぞれのやり方で提出してきたといっても間違いではないだろう。またそれは近代科学についても同様であろう。そこに両者の共通点と相異点をみる事ができる。藤田が積尊を偉大なるカウンセラー（私も否定はしない）として見る理由の一つでもある。確かに対機説法に特徴づけられる積尊の教化活動とカウンセリングの個別的対応の方法は類似してはいるが、仏教は基本的に、全ての社会的現象を幻想の投影であり所産とし、社会生活として現れる人間の活動を幻として否定する立場を基本とする。とりわけ大乘仏教はすべての現象を言葉によって構成された世界としてとらえ、徹底した現実否定、あらゆる社会的な現象は疑わしきものとして否定する立場から展開しており、人間の現実的な営みを対象的にとらえるカウンセリングとは全く違う。また藤田は「仏教カウンセリング」の具体的実践を「菩薩行」に求めるが、菩薩の行為とカウ

ンセリングにおけるカウンセラーの行為は、その目的・内容が全く違っており、菩薩行を敢えて「仏教カウンセリング」という名称で規定する必要はない。また広沢は菩薩行について「仏陀に対する解釈と追体験の過程」として定義する中で「菩薩はあらゆる方面での社会的活動に向かう理論的根拠を有するが、余りにも世俗に埋没すると、世間の営みの中に生き続けることを仏教に則る行為と短絡的に解する傾向が生じる。仏教の理念を反映させる為に菩薩は社会活動を行うべきであるのに、大乘仏教の歴史においては、それとは逆に菩薩の行為に世俗的常識が無反省に反映し宗教的行為が世俗化するという本末転倒がしばしば行われた」と、大乘仏教の世俗化（墮落）の歴史と仏教から「現代」を批判する視点の不足を厳しく指摘しているように、われわれはわれわれの立場で、現代という時代を、そしてそこに生きる人々の在り方を客観的（孝橋が批判する仏教至上主義に陥らぬために）に理解（その為には、現代の知への柔軟な回路を必要とする）すると同時に、自身の苦からの解放を超えて他者の苦の解放へと向かう根拠をいかにして獲得するかを具体的（現代科学を超えた△カウンセリングを含む▽）に模索することが必要であろう。それが「現代的教化」ではなかるうか。言葉を変えれば教義の現代化（教義を平易に説くという意味ではない）ということになるだろう。つまり、仏教の問題提起とその解決を実践するという問題である。後述するが仏教を、科学文明による様々な欠陥に対する補完物的役割にしてはならない。人間は部分的には生きることができない存在である。要は圧倒的に現代を支配する科学文明全体に対する批判、そこに生きる人々の在り方に対する批判（例えば、合理主義的価値観や経済性追求の価値観）を、その為の教化が求められる。確かにカウンセリングは個別的人間理解や問題解決の技法としては極めて有効であり、戦後の日本人の「全体」中心から「個」中心への生き方の変化を敏感に察知した新・新宗教の在り方を見ても学ぶべき点があるが、前述したように、あくまでも我々は我々の立場で、現代という時代をとらえていくことが大前提になればそれこそ安易な迎合でしかない。

## おわりに

これまでいわゆるカウンセリングの歴史的発展経過とその中心的存在であるロジャーズの「クライエント中心療法」について、特に「現代的教化」とのかかわりについて論じてきたが、私は基本的にはカウンセリングはカウンセリングであって、教化活動とは全くその目的を異にしており、例えそれが現代人に有効な手段（仏陀の知慧として学ぶ姿勢としては必要であるが）であつても短絡的に導入すべきではないと考える。すでに述べたようにカウンセリングは近代社会の成立とともに発生しているが、我が国における近代化はヨーロッパのそれとは質を著しく異にする。我が国の場合はヨーロッパ的なものを、半ば自ら求め、余儀なくしてきた。また近代科学が、宗教との対立・相克を経て発展してきたという歴史に対して、日本人の場合はこれを宗教とは切り離して輸入した。つまり、科学と宗教との対立が生じるモメントは両者とも非常に乏しい。この違いは救いを求める人々の態度にも決定的な相違をみる。ヨーロッパでは、科学と宗教の分業が成立し、近代化によって生じた様々な不安の解消を科学に求めたが、我が国では科学も宗教も人々の不安に応えるものとしては必ずしも機能（日本人独得の心性による退行現象によって）している訳ではない。カウンセリングも同様である。私が恐れるのは我々側の主体性の問題である。現代を、科学技術による近代文明の危機ないしはその欠陥としてとらえて、今こそ心の時代であり、宗教の時代であるとして、そこに宗教（仏教）の役割を見いだそうとする今日の既成仏教教団の安易な姿勢に対する素朴な疑問である。何をもって現代を「精神的不毛」「精神的危機」とするのか全くわからない。また同和問題一つを取り挙げて、我々側の主体的な反省として具体化されている訳ではない。現代における我々の役割とは一体何であろうか。我々は真剣にそのことを考えて見る必要があるだろう。それなくしては現代的教化などは展開しない。