

研究ノート

パーソンセンタード・アプローチと“心もとなさ”をめぐる

“This is me”

—対話空間に生成するプロセスの言語化の試み—

中島由宇・本山智敬¹・中島正雄²・廣木彩³・田中将司

“This is Me”: *Kokoromotonasa* and the Person-Centered Approach

An Attempt to Articulate the Process that Emerges in the Dialogic Space

NAKASHIMA Yu, MOTOYAMA Tomonori, NAKASHIMA Masao,
HIROKI Aya, TANAKA Masashi

Abstract

Psychology professionals interested in the person-centered approach (PCA) and *kokoromotonasa* (an anxious and uncertain intersubjective state that arises in psychological practice) gathered to hold a roundtable discussion led by Prof. Motoyama. After the roundtable discussion, following the example of Rogers, the founder of PCA, each participant reflected on and described what their experience in the dialogic space created by the interplay of PCA and *kokoromotonasa* evoked. They did so using the first-person perspective—as “I,” in their own voice. First-person reflection by psychology professionals was considered meaningful for cultivating an attitude of congruence and aiming toward a more ethical practice.

I. 本稿の位置づけと目的（中島由宇）

1. パーソンセンタード・アプローチと“心もとなさ”が出会うまでの経緯

本稿は、研究者の1人である中島（わたし）が、“心もとなさ”をめぐる自著（中島・櫻井，2025）を，パーソンセンタード・アプローチ（以下，PCA）を専門とする福岡大学人文学部教授本山智敬先生に謹呈したことをきっかけとなされた対話の経験について，対話に参加した研究者各々が記述したものである。

“心もとなさ”とは，心理実践の場で生じる，不安で落ち着かず，もどかしいような頼りないような所在ない心の感じとして，心理職とクライアントのあいだに生じる間主観的な状態を指す。わたしは，抱えがたい曖昧な心の感じを“心もとなさ”という多義的でゆるやかな和語

で措定することによって、その感じを捨象せずに把握しようとし、そこに人のいのちや他者のこころの不確実性や、クライアントや心理職の人としての脆弱性といった実践的な意味を見出そうとしてきた。

そんななか、本山先生のご執筆した『パーソンセンタード・アプローチとオープンダイアログ—対話・つながり・共に生きる』（本山智敬・永野浩二・村山正治編、遠見書房、2023）を偶然手にした。ロジャーズが提唱した「人間理解と人と人とのかかわりについての統合体」（本山、2023a, p.15）である PCA と、「急性期精神病における開かれた対話によるアプローチ」（斎藤、2015, p.19）としてフィンランドで創始したオープンダイアログには表 1 に挙げたような大きく 3 つの共通点があると指摘され、不確実性からはじまる対等な「私」と「私」の共創的なプロセスとしての対話実践の価値と発展可能性が示されていた。

表 1 パーソンセンタード・アプローチとオープンダイアログの共通点

エンパワメントと愛の感覚	クライアントの本来備える力を信頼し、クライアントが自らを助けることを支援する（エンパワメント） エンパワメントされる瞬間の、所有欲のない愛情として身体レベルで把握される「愛」の感覚
プロセスの重視：今この瞬間の関係を大切に	クライアントと援助者である自分とが共にしている今この瞬間の関係を身を置く プロセス重視の対話の実現に「不確実性への耐性」が関与
共創：援助関係における対等性	相互的に、相手を尊重、理解しようとし、自分自身に正直に「私」であろうとすることにより、それぞれの「私」が交流する対等な関係性が築かれ、共創の関係が生じる

（本山（2023ab）をもとに中島作成）

“心もとなさ”を探究していたわたしは、本山先生の実践論に強く共鳴するものを感じ、2025 年 10 月、本山先生とご面識がないのにもかかわらず「無礼を承知で、矢も楯もたまらず」熱のこもった手紙と自著を送った。やはりあまりに不躰であったと反省しはじめた 11 月、大変ありがたいことに本山先生より、『心もとなさ』は、ロジャーズの一致の態度にも共通するものを感じています」と応答をいただき、さらにありがたいことには対話の機会を設けてくださるとご提案をいただき、熱気冷めやらぬままに関心をもつ他の人にも声をかけ、PCA と“心もとなさ”の会合う対話のスペースをセッティングした。

2. 心理職が“This is me”として語ることの意義

“This is me”（「これが私です」）とは、パーソンセンタード・アプローチを創始したロジャーズが一般の読者向けに著した主著『ロジャーズが語る自己実現の道（*On Becoming a Person*）』の冒頭に収められた、ロジャーズが一人称で自分自身の体験について話した講演をもとにした章タイトルによる（Rogers, 2005/1961）。

本稿では、ロジャーズに倣って、心理職である研究者各々が、PCAと“心もとなさ”が織りなす対話空間での経験に喚起されたことを、「私」として、すなわち、一人称で自分らしく感じ省察し記述する。「一人称 (First Person)」とは、一人称の科学を提唱したジェンドリンによれば、「観点」ではなく、自/他、内/外がわけられる手前の有機体と環境の相互作用のプロセスであって、有機体が自らの境界を生み出すことで有機体として生成するプロセスが身体であるという (村川, 2018)。「自分らしい (authentic)」とは、「自由であること」であり、「その人の本質が妨げられず、それにしたがってその人の力が発揮されること」 (本山, 2023, p.17) である。本稿では、「研究ノート」という自由度の高い枠組みを活かし、相互的な関係のプロセスにおいて感じたことをそれぞれできるだけ自由に自分のことばであらわしていこうと試みる。

心理職 (かつ研究者) が、「自分」を外さずに (『自分』を外さない) ことの重要性は対話において本山先生が繰り返し強調されていた)、「私」として感じ省察し記述することにはすぐれた実践的な意義があると考ええる。

まず、「自己が真にあるがままの自己であるということ」 (Rogers, 2005/1961, p.167) を志向する心理実践において、心理職が正直に「私」であろうとする姿勢を涵養し、そうした姿勢を記述し表すことの意義である。増井 (2019, p.87, 97) は、「心理臨床家の基本的な資格」は「面接において、生々しい体温を持った『私』というただの一人の人間にもどる能力」であるとし、心理職などが「天性持っている自分を素直に生き、素直に来談者と接する作業は、結局は来談者が素直な自分に戻りやすいという素直さの相互作用が発生する」と指摘している。「私」とは関係において相互的に生成するものであって、心理職が常に「私」であろうとする姿勢こそがクライアントの「私」を生成する。さらに、そうした心理職の姿勢を記述し表すことが、「語りが語りを生む」、読み手の「私」を喚起する「呼び水」としても作用しうる (やまだ, 2023, pp. 147-148)。

また、今日的な倫理的要請に応えるという意義があると考ええる。オープンダイアログを日本に普及させた斎藤 (2018, pp.533-534) は、オープンダイアログの思想を、他なる人間としての他者への応答責任に立脚した「人間主義」と捉え、オープンダイアログにおける人間主義を「倫理的であることこそが、治療的である」というテーゼに示した。このテーゼの発想は、臨床倫理とは治療や支援と別枠の概念 (場合によっては治療や支援を制限するもの) なのではなく、「むしろ治療者の倫理性こそが、治療の有効性を担保する」というものであり、特に「不確実性の耐性」は、これまで「治療の確実性を高めるという名目でしばしば抑圧されてきた」「患者の自由・尊厳・権利」を尊重するための「最大の倫理的要素」であると指摘している (斎藤, 2018, p.534, 536)。このテーゼは、心理療法の中核に倫理があるとし、「私たちはどのように他者である患者にかかわるべきなのか」と心理療法を倫理の観点から捉えなおす必要があるとする、レヴィナスの「他者」の倫理に基本思想をおく精神分析における倫理的転回のムーブメント (富樫, 2021, p.58, 103) に連なる。富樫 (2021, p.4) は、心理職の専門的行為には「加害性」や「脆弱性」・「可傷性」、「差別的態度」が不可避に内包されているとする。そして、クライアントを前に心理職自身が感じた体験 (「私がクライアントをよくわからない」

等)を、主語を転換して相手の問題として対象化してしまう(「このクライアントはおかしい」等)、クライアントの主体性に対する「植民地化」の機序の問題性を指摘して、心理職が「正直であろうとすること、臨床プロセスを『私』を主語として考えること」が必要であるとしている(富樫, 2021, p.11, 28)。「植民地化」と表現されているように、こうした倫理観は、歴史の連なりにあって現在も終わらぬ植民地主義を批判的に問うポストコロニアル研究の流れにあると考えられ、心理職が「私」であろうとすることは、自らのポジショナリティを問いなおして「同じ人間として出会い直す」(土元ら, 2025, p.167)こと、「傷つきやすい生身の身体をもつ一人称主体として、同じく傷つきやすく制御不能な他者」に出会う(鈴木・三枝, 2025, p.21)ことを志向するものであると捉えられる。

II. 対話の概要と本論の構成(中島由宇)

2026年3月17日、東海大学の中島由宇研究室に本山智敬先生をお招きして、本山先生と対話したい心理職6名(知己も初対面の関係性も含む)が集い、座談会と懇親会を催した。参加者から予め本山先生に事前質問を伝えていた。座談会は予め参加者の承諾を得てレコーディングした。

約3時間にわたる座談会はゆったりとしたペースで進められた。会開催の経緯がゆるやかに語られることから始まり、PCAの学会活動について本山先生と田中先生がざっくばらんにやりとりした。わたしは、心地よいコミュニティの輪にいきなり混ぜていただいたようなうれしさと驚きを感じていた。次いで参加者ひとりひとりの自己紹介がなされた。本山先生が胸襟を開いて話されるのに誘われるように、それぞれの方が安心して自分のことを自分の話したい範囲で話しているように感じられた。本山先生は、それぞれに耳をすませ、「語り手の発言(に込められたその人の存在そのもの)に、最大限の敬意・関心を払い、耳を傾けようと」(永野, 2023, p.71)するPCAの姿勢を体現しているようだった。そのようなていねいなやりとりで1時間20分ほど経過した。後半は、本山先生による三条件に関するご講義があり、適宜なされる質問にていねいに応答してくださった。本山先生は、先生の人生と不可分に編まれた「私の理論」の現時点のエッジをことばにしようとしておられるように感じた。

本稿では、対話の参加者のうち、その体験を言語化したいという自発的な意向をもつ者が、対話の記憶やレコーディングを振り返り、その体験から思いめぐらしたことをそれぞれ記述する、一人称的手法をとった。Lumma & Weger (2023)は、心理現象の動的で微細な主観的側面にアプローチする一人称的手法に近年改めて注目が寄せられつつあるとして一人称的手法を概観、整理し、主観的体験の個人的・伝記的側面を調査することにあるのか(person-centered)、一人称の現象の構造やより微細な次元を調査することにあるのか(phenomenon-centered)に大別し、前者の代表的手法として、研究者自身の経験を探究するオートエスノグラフィやヒューリスティック・インクワイアリを挙げている。特に、共同的な対話空間に生成するプロセスとしての「私」を掬い取ろうとする本稿の試みは、複数の研究者が共同研究として対話し、「個人の経験をつくる複数の声に意識を巡らせ」ることによって個々の研究者が「自己を新たに紡

ぎ出し」,「自身の経験を研究者が選択する形式で表現する」協働的オートエスノグラフィ(土元ら, 2025, pp.62-63)との類似性が高い。本稿も,対話を経た後,統一した形式は定めずにそれぞれの表現したいことを表現したいやり方で記すこととした(ただし,自分以外の発言などに言及する際には,必ず相手に確認し,必要に応じて調整や削除を行うこととした)。「言いつばなし」のオープンエンドで,それをどう受けとめ応答するかは読者にゆだね,集約や総合考察は行わない。

Ⅲ.「響きの対話」が生まれる時(本山智敬)

私の手元に届いた手紙と一冊の本『“心もとなさ”からはじまる心理臨床』(中島・櫻井, 2025)が,今回の座談会企画の出発点となった。私が編集に携わった拙著の私の執筆部分に共鳴してくださったことへの嬉しさと共に,中島由宇先生の手紙の熱い文面に心惹かれた。「心もとなさ」が示している概念は,PCAが大事にしている「一致」の態度に通じるところがあると直感した。私は「一致」に代表される支援者自身の体験へのまなざしとその扱い方にPCAの独自性を感じている。それをPCAとは異なる視点から「心もとなさ」という言葉で丁寧に表現し掘り下げてこられた中島先生が,私のPCAの文章に心を動かしておられる。私はこの先生にぜひともお会いしたいと思った。また,中島先生がご所属の東海大学には,以前から知り合いの田中将司先生がおられることが分かり,私の神奈川行きは決定的となった。

私は学部生の頃にエンカウンター・グループ(以下,EG)に接し,それ以来EGは私の実践と研究の中心となった。当時九重EGを主催されていた村山正治・尚子先生をはじめ,そこでファシリテーターをされていた先輩方とは,今もずっとご一緒させていただいている。その皆さんと過ごしてきた時間は,私の臨床観に大きな影響を与え,私の生き方に染みついている。そのことはすでに自覚していたが,今回の座談会では改めてそれを感じる事となった。

田中先生に案内していただいて座談会の会場となった中島先生の研究室に入った時,真っ先に目があったのは中島正雄先生であった。かなり久しぶりの再会に喜びが溢れてきた。また,中島由宇先生をはじめ,その他の皆さんとは初対面であったが,とても静かで穏やかな方々で,私は緊張しながらも非常に親しみを感じた。

座談会では,私がPCAについて話題提供をしながら対話形式で進めていく予定にしていたが,実際はすぐに本題には入らず,つい雑談風に話し込む形となってしまった。それがなんと,3時間の座談会の半分近くの時間を使うことになったのである。実は,このようなことは村山ご夫妻や先輩方との間ではよく起こる。人と人との間に生まれる空気感のようなものを大事にすると,想定通りには進まないのである。私は,そこには一人ひとりを大事にするPCAの価値観があると思っているが,もたもたとして無計画にも見えるこうした時間の流れは,一般的にはあまり評価されないこともある。しかし今回,参加者の皆さんはそれぞれに,この前半の時間の流れに何かを感じてくださっていた。

PCAについて語り合うとき,単に知的に説明するだけでは,肝心なものが抜け落ちてしまう。その抜け落ちるものとは,私自身である。私が気分よくPCAを「教えよう」としたときは,言

葉だけが宙に浮いて、後から思い返すと、私が本当に伝えたかったものはほとんど伝わっていないように感じる。この、他者との関係の中で私自身が抜け落ちないでいること、このことが私の臨床の中心的なテーマである。ロジャーズは「私の人間関係では、私が本当の自分自身でないように振る舞うならば、結局それは、援助にはならないことに気づいた」と述べている (Rogers, 1961/2001, p.20)。また同書の別のところでは、「自分自身になろうとすればするほど、自分に変化するばかりでなく、自分と関係している人たちもまた変化していくのである。少なくともこれは私のもっとも生々しい経験であり、私の私生活や専門職の生活から学んだ最も深い経験のひとつである」(同上, p.25) とも言っている。ここでロジャーズが言わんとしていることを私はまだ十分に理解できてはいない。関係の中で自分自身でいるとはどういうことなのか。自分自身でいることが何故援助的なのか。こうした問いはこれまでも持ち続けてきたし、この先もずっと考え続けていくだろう。

私は自分の考えを論理的に整理し、わかりやすく説明することが苦手である。カウンセリングや EG の中で自分が感じていることや気持ちを言葉にすることも昔からうまくできなと感じていたが、今はそちらの方は以前よりはましになってきたように思う。カウンセリングや EG での自己表現では、言わば「二者関係の言葉」を使っており、私はどちらかと言えばこうした言葉の方が使いやすいのだろう。それは「わたし」と「あなた」の間で通じ合う言葉である。一方、客観的、論理的に説明する時の言葉は主に「三者関係の言葉」であり、「わたし」と「あなた」以外の「第三者」に通じる言葉である。「わたし」と「あなた」の間で「そうそう、この感じいいよね」と通じ合った時、その時の感じがどんな風によかったのかを第三者にわかってもらうには、「三者関係の言葉」で説明する必要があるのである。

しかし、私は「三者関係の言葉」をもっとうまく使えるようになりたいと思うのと同時に、うまく使えるようになったとしてもそれで十分に満足はしないことも知っている。私は、「第三者」に当たる人に何かを伝えようとするとき、その時点で私にとってその人はもはや「第三者」ではなく「あなた」であり、私はその人との間にも「わたし」と「あなた」の関係を作りたいと感じるからである。

今回の座談会で私はとても満たされた気持ちになったのだが、それは私が PCA を「三者関係の言葉」でわかりやすく説明できたからではなく、PCA の話題を通して参加者の皆さんと「二者関係の言葉」を介して何かしら通じ合えた感じがしたからであり、また同時に、参加者の皆さんも心を動かしながらそこにおられたことを私が感じたからである。おそらく PCA のエッセンスが伝わる時は、「三者関係の言葉」で説明するだけでなく、「二者関係の言葉」で「わたし」と「あなた」の関係を作りながら対話が進んでいくのだろう。では、この「二者関係の言葉」を通して何かが通じ合えたときには、一体何が起きているのだろうか。

坂本龍一は、亡くなる数ヶ月前の最後のレコーディングの際のインタビューで、「今回のピアノ演奏では、音と音の間の『ぼわーん』と響いている響きを味わいたくて、わざとゆっくり弾いている。今後はそうした「響きの音楽」をオーケストラでやってみたいと考えているが、自分の技量でそれがかけるか、自信がないですね、まあ努力してみますけど」と言っている (NHK, 2023)。この言葉が私の中にずっと残っていて、このぼわーんとした響きの味わいを対話の世

界でも実現できないだろうかと考えている。「響きの音楽」ならぬ「響きの対話」である。人と人との間で対話を通して何かが響き合うとしたら、それは一体何だろうか。響き合うのだから、どちらかが一方的に響かせるのではなく、お互いに反響し合うような響き方である。

そうした「響きの対話」をイメージしたときに、今の私に一番しっくりくるのが「中動態的対話」(本山, 2024), スピノザ哲学でいう「和合」(本山, 2026)である。今回の座談会ではそれこそ時間が足りず、PCAのエッセンスの話題が中心で、中動態についてはあまり語り合うことができなかったが、私はこの7年ほど、PCAの対話を中動態とスピノザ哲学を通して捉え直すことができないかを考え続けている。対話の中でのこのぼわーんとした響きの味わいは、お互いの「変状のプロセス」を通して生まれるのではないか。そして、そうした「響きの対話」は両者の対等性を保ちながら「和合」、つまりPCAのエッセンスでいうところの「共創」(本山, 2023a)につながるのではないかと考えている。おそらく、「“心もとなさ”を分かち合う対話実践」(中島, 2025, p.13)でも「響きの対話」が生まれている。「自分自身の“心もとなさ”を認め、ひらくことが、あなたの“心もとなさ”と共鳴することによって、他者とともに生きる対話的な関係をつくりだすことが可能にな」(同上, p.14)り、まさにこの“心もとなさ”の共鳴は、対話による響きの味わいそのものである。

次の座談会は、こうした中動態とスピノザ哲学による「響きの対話」をテーマとした語り合いをしたいと考えている。PCAと“心もとなさ”の交流がさらに進み、お互いに理解を深めながら展開していけることを楽しみにしている。

IV. 参加者それぞれの “This is me”

1. 「私」を混ぜる (田中将司)

今回の参加を通して一番印象に残っているのは、座談会が終わって懇親会会場に向かう道すがら、本山先生に“田中先生は、権力をテーマに研究や臨床に臨まれているんですね。”と言われたことでした。確かに私はLGBTQ+や社会的マイノリティを一つのキーワードにして研究に臨んでいて、「私」がオリエンテーションを「人間性心理学」と自身で言っているのも、「そのように言うことで、権力構造や倫理に敏感でいられるように」という、志向性、アイデンティティを述べているというより、目標、宣言をしているという節があります。この話を座談会でしたので、本山先生からこのようなリプライがあったのかと思いますし、それは確かなことだと、「私」自身も思います。

ただ、自覚的でありながらも、なんでこんなに引っ掛かりを覚えたのか、その後もモヤモヤ考えていました。今も結論は出ていないのですが、内省をしてみると、座談会後であった、という場面が私の引っ掛かりに働いたのではないかと。中島由宇先生が上述くださったとおり、座談会では、初めてお会いした方も多かったのですが、人と人が心地よく混ざり合う、一体感のあるような感覚を、今思えば私は経験していました。しかしながら、本山先生は、座談会という場から私をそっと取り出すように、私自身に向けた言葉をかけてくださいました。あんまり「私」を考えていなかった座談会においても、良くも悪くもちゃんと「私」があって、その

「私」とは、座談会のように無意識に場に混ざり合うことと、意識的に取り出されることの往来の中で、ふと輪郭を帯びてくるものなのかな、と考えたり…。全然、言葉にできている気がしません笑。

そういえば、こんな話は前々からよく耳にしていたな、と蘇る記憶もありました。そもそも、中島由宇先生がご執筆くださった冒頭を改めて読むと、私の体験に近いことが理路整然と書かれている気が…。真新しいことではないかもしれませんが、私にとっては新鮮な体験でした。遠方からお越しくださり、多くのことを教えてくださいました本山先生、企画をしてくださいました中島由宇先生、座談会、懇親会の場に混せていただきました廣木先生や中島正雄先生、皆様に、心より御礼申し上げます。

ところで、“This is me”というタイトルの研究ノートにおいて、座談会の経験を話す以前に引っかけたことは、「表現したいことを表現したいやり方で記す」という、中島由宇先生がご準備くださった設定と、続いて頭に浮かんだ、「確かに、研究調に記述することによって、“This is me”が表現できるのか」、ということでした。最近、高松ら（2025）が、心理関係者が多く集い、「ゆめのかげら」という言葉から思いつくあらゆる内容が書かれた、研究雑誌ではない同人誌を発行していたり、哲学者の東（2026）が、「哲学と批評と紀行の融合（p.165）」をさせて本を書いていたりにしています。そのような試みをする両人の背景には、「社会の分断（高松ら、2025, p.97）」に思いを馳せ、「創造の自由（東、2026, p.165）」を取り戻すこと、「平和」へのアプローチの模索があるようです。あえて「社会的ルート」にのみ則らず、不確実性の中で表現を模索する姿勢には、本稿を書く私自身もどこか背中を押されたように思います。

とにかく私は、高松ら（2025）、東（2026）の文章に触れ、「研究雑誌とはこう書くものだ」と思っていた自分自身に、改めて気づかされていたところでした。本稿の意図にも合わせて「自分は何を書くべきか」考えたところ、「書き方に研究雑誌とは思えないものを混ぜる」試みをしてみました。「笑」なんて使うことにちょっとした緊張感…笑。

座談会では「場に混ざる」ことを経験し、本稿では「書き方に混ざる」ことを試みていました。振り返ると、この二つは私の中では同じ方向を向いていたようにも思います。これでもまだ、“Is this me?”と引っ掛かりを覚えるのですが、いくらか満足はしていますし、「私」、ないしは私は、述べた通り、不確実なものであるのかなと思うので、あとは読まれた反応を待ちたいと思います。ぜひ、感想をお待ちしております。また、再度、このような機会をいただいた中島由宇先生はじめとする皆様に御礼申し上げます。

2. 動的な「わたし」に触れていくこと（廣木彩）

私が中島由宇先生たちが始められた、臨床における“心もとなさ”を掲げた第1回目の自主シンポジウム（心理臨床学会第40回大会）に参加者として聴講させていただいたのは、コロナ禍の子育てで臨床を休んでいる時だった。大会プログラムに先生のお名前を見つけ、そしてタイトル、特に副題を見て、「ああ、やはり中島先生だ」と妙に納得したことを思い出す。その時のタイトルは『知的障害をもつ人への心理療法—わたしたちが“心もとなさ”を抱え続けるために—』というものだった。私は「そうそう、そうなんだよなあ」と思ったと同時に、拝読していた

由宇先生のご著書や先生のありようから、この概念が言葉として由宇先生から切り出され、掲げられていることに、納得する思いがしたのだった。当時の私は、オンラインで研修に参加できるという機会に、「リハビリ」だと喜び、周囲をチョロチョロする子どもにいじられてしまわないよう、PCでなくスマホを繋いでポケットに入れ、イヤホンをして参加した。当時の自分のノートを開いてみると、子どものぐるぐる書きに上書きされながらたくさんメモが取られており、当時の気持ちが思い出される。私はシンポジウムで先生方が“心もとなさ”という言葉で表そうとされているものへの共鳴と、この捉えにくく繊細な概念を掲げた集まりにこれだけの人が参加し、共に何かを得ようとしているということに感銘を受けた。その後、ご縁をいただき、私自身も私の“心もとなさ”に向き合う機会へ参加し、『語り合い』といった対話実践・研究にも継続的に携わらせていただいていた。

今回の座談会に参加させていただいたのは、別日に行われた“心もとなさ”の『語り合い』実践の直後であったため、私にとってはそれぞれの体験が触発し合う形となった。座談会でもっとも印象に残り、今もまず思い出されるのは、私にとって、初対面の方が多かった場が一気に“話せる場”となった不思議である。本山先生を始め参加者の半数の先生と初対面であった私は間違いなく緊張をしていたが、本山先生から始まったゆったりとした自己紹介の段階で、気づかぬうちに私は自分の話をずいぶんしていた。話過ぎてしまった感覚がないのは、その場に受け止めていただいている感触があったからかもしれない。その場には、ナチュラルで穏やかで、安心できる空気があり、本山先生はその空気をまとわれてスッと入られ、あっという間にその空気場で場が包まれた感覚がある。

今回の座談会で、私の中での PCA と“心もとなさ”との交差で際立ったのは、セラピストの **Authenticity** である。ロジャーズについて学んだ際に、浅い理解の私が今回考えたような **Authenticity** の観点を得られていたかということ、そうではなかった。私は、臨床を学び始めた初期の段階で、基本としてロジャーズの中核三条件を学んだ。私の理解は、ありようや姿勢である PCA にはマニュアルはなく、セラピスト自身がどのようにその場にいるか、**Being** を説いている、という、ざっくりとしたものであり、当時の私はすんなりとその大切さを理解したつもりになった。そして、その私がイメージしたのは、どのような状況に対しても自己一致し、受容し、共感を示す、動じないまっさらなセラピスト像であり、そのありようは基本であり、かつ、到達の難しい理想像であるようにも感じられていた。

今回、本山先生は受容・共感「プロセス」であり、“心もとなさ”も「プロセス」であると話された。この言葉から私は、受容・共感を、その状態像としてではなく、「プロセス」・動きとして捉えることの意義を感じるようになった。本山先生は中動態についてのご論考で、「傾聴は『能動—受動』の世界で能動態で表されるような、相手に向けて行う行為ではなく、中動態の世界で表されるような、クライアントの語りを聴いているうちに自分自身の中で起こってくる変状のプロセスに丁寧に触れていく行為なのではないか」（本山，2024）と述べておられる。

「相手に向けて」何かを「能動」的に行おうとしたり、あるいは、相手への理解を何かの概念や理念に照らそうとしたりすることではなく、「自分自身の中に起こってくる」動き、「変状のプロセス」に「丁寧に触れていく」行為こそが「傾聴」であるという。すなわち、その「プロ

セス」の射程はその場に身を浸す自分自身であり、このとき参照しようとする先は、相手でも概念や理念でもなく、「わたし」である。ここで、Authenticity は、臨床を学び始めたころの私がイメージした静的なものではなく、もっと動的なものだったのかもしれないということに思い至る。「変状のプロセス」に「丁寧に触れていく」、「わたし」を参照しようとする、その動きの中に Authenticity があるのだということ。そのように考えてみると、PCA が自ずと『わたし』性（園田，2019，p.270）に光が当たるものであることにより深い次元で合点がいく。そして、“心もとなさ”を考えるとときもまた、“心もとなさ”という言葉の軸に「わたし」を参照し、語り合いを通して「自分自身の中で起こってくる」動きに「丁寧に触れていく」という、「わたし」に向けて進んでいく「プロセス」が同様であることに気づかされる。

ここで、PCA や“心もとなさ”を考えるとときに光が当たる動的な Authenticity，『わたし』性には、どのように「触れていく」ことができるのかについても連想が進んだ。“心もとなさ”の『語り合い』実践で私が体験してきたのは、“心もとなさ”という言葉置いて自らを振り返るとき、その「わたし」とは、動じないどころか、しょっちゅう揺らいだり戸惑い悩んでいたりとすることであり、それを語ろうとすると、筋道の通る説明が難しい、うまく言い表せない、掴みきれない、という感覚が度々生じるということであった。しかし、そのような「わたし」たちが語ろうとすることを、相互にわかろうという態度で臨む「場」が設定されることで、柔らかいスポットライトがボンヤリと「わたし」周辺を照らすような感覚があった。それは自分だけが一気に照らし出されて周りが見えなくなるような強い光ではない。ボンヤリと自分を照らす弱い光は、自分の傍にわかろうとして耳を傾けている他者がいることを隠さない。そのような「場」は、語り合うことに答えといえるようなものを与えなくても、確かにそこに参加した私と、その「わたし」のありようをそのまま受け取ろうとしてくれる他者の姿を浮かび上がらせていたように感じている。そして、その他者とは、私と同じであり、かつ、違う「わたし」を持つ他者であると、身をもってわかる場となることを、私はこれまでに体験してきた。

本山先生は、「相互共感」という視点について、「相手に渡す」のではなく、「言葉を置くイメージ」であると述べられた。ダイレクトに渡すのではなく、「置く」。それは強いスポットライトを当てるのではない感じと似ており、私がこの座談会で体験した、“話せる場”の不思議と繋がっているように思える。「置」かれた言葉が、その言葉を味わう「わたし」たちに余韻を生み出すように、柔らかい弱い光は、一人のみをあぶり出すことなく、その場を共にする「わたし」たちをぼんやりと一緒に照らしながら、その場を共有する人の『わたし』性をふんわりと自然に刺激するだろう。その時、一人では捉えにくかった動的な「わたし」を、他者と共に「触れてい」こうとする動きが生じていくのかもしれない。

本山先生のご著書『パーソンセンタード・アプローチとオープンダイアログ』（2023b）の副題は、『対話・つながり・共に生きる』である。由宇先生が本山先生にご連絡され、つながりができ、対話の実現に至り、こうして私がわたしごととしてその対話を考えているそのこと自体が、この副題にまさに表れているように感じられる。柔らかい弱い光でそれぞれの「わたし」が出会えるような空気を共に味わい、その空気の流れる“話せる場”を共に作っていきけるような「わたし」でありたいと願う。

3. PCA を生きること、「心もとなさ」を生きること（中島正雄）

本山先生とお会いしたのは約二十年ぶりであった。その二十年前は同じ学生相談のカウンセラーであり、学生相談の集まりでお目にかかっていた。当時は挨拶程度にしか関わりがなく、その後、研修会等でお名前を拝見するくらいであった。最近、ロジャーズのクライアント中心療法について関心をもって文献を調べていたところ、本山先生方が編集された3冊「ロジャーズの中核三条件〈一致〉」・「ロジャーズの中核三条件〈受容：無関心の積極的関心〉」・「ロジャーズの中核三条件〈共感的理解〉」（2015）と出会い、クライアント中心療法が魅力的に見えるようになっていた。その折に、本山先生とお目にかかれる機会があることを聞き、ぜひ参加させていただきたいと思い、今回の企画に参加した。

私は本山先生の話をお聴きなかで、説明をされている先生の佇まいに魅かれた。先生は穏やかでゆるやかな態度でありながら、「軸（芯）がある感じ」を端々に感じさせる態度であった。たとえば、「支援しているのかされているのかわからない状態になっていく」「一緒に何かをやっている」として感じている感覚に PCA が大事にするエッセンスがあると思っている」ときっぱりとおっしゃったことなどである。そこには座談会や座談会後の懇親会のおける先生のおおらかさやゆるやかさとは異なる、ある種の信念や厳しさのようなものが感じられた。

そのようなことを感じながら、座談会の後日に私に思い出されたのは、数年前に逝去したある先生のことであった。その先生（以下、A 先生）は精神科医として病院の精神科に勤務をしていたが、あるときに思い立ち、中間施設（フリースクール、居場所、デイケアや緊急時の宿泊を兼ね備えた施設）を立ちあげた方であった。中間施設を立ち上げる思いや経緯については、「よみがえる親と子」（村瀬，1996）の中に詳細に書かれてあるので本稿では省くが、A 先生のことを表すには言葉をいくつ重ねても足りないくらいである。あえて A 先生の特徴をいくつか挙げるとすれば、話をするときの A 先生はいつも目が輝いていた。そして、その目は、何でも見通すような鋭さがあり、A 先生の前では偽りの態度や安易な言葉は意味をなさないことを直感的に感じていた。したがって、A 先生の前に出るとき私は緊張しないことはなかった。また同時に A 先生のまなざしはあたたかかった。悩みや苦しみを何でも受け止めてくれるようなところの深さが目に現れていた。また別の面では、A 先生は度々怒っていた。目の前に人がいない場面であるが、「ふざけんじゃねえ！」と怒る様子を目にした。怒りの相手は中間施設に在籍する子ども（成人期の在籍者も含む）ではなく、子どもの親に対してだったり、子どもの関係する学校・病院に対してだったり、そして広く社会に対してだったりした。A 先生は常にそれらを相手として戦っていたのであるが、なぜそのように戦っていたかと考えるときに、このように悩み、苦しまねばならない子ども自身の怒りや苦しみがあったと感じる。声をあげることができない子どもの代わりに、子どもの代弁者のように怒りを表していたように感じられる。在籍する子ども全員の悩みや苦しみを一身で抱えていたのだと感じる。そもそも家にも学校にも居場所がない子どもの居場所を作ろうと立ち上げたのがこの中間施設であった。

さて、本山先生との座談会の後に、A 先生のことを思い出した理由を考えてみると 1 点目は本山先生が話された学部生の時のハングリー精神がないという話とそれをエンカウンターグル

ープで大切に扱っていただいたという話を聞いたことが関係していると思われる。というのも私も学部生や大学院生のときに、先が見えない苦しさから何度も A 先生に助けていただいたため、本山先生の話とリンクしたのだろうと思う。そして、2 点目としては私が「一致」「受容」「共感的理解」を体現している人として最も思い描いているのが A 先生であることである。私にとっての理想的な援助者、ということを考えるときに、A 先生を外すことはできない。また、A 先生の「軸がある感じ」と本山先生のそれとが重なって見えたこともある。A 先生と本山先生は臨床のオリエンテーション（A 先生は精神分析）も年齢も全然異なるが、あたたかい目をもちながらも、その人の軸を感じさせるという点で重なりと感じられたことは、自然に A 先生のことを私に思い出させることになったと思われる。

そして、このように連想した無意識的な流れに目を向けるときに、「軸がある感じ」という姿勢は私にとって、PCA を学ぶ上で重要な姿勢かもしれないという感覚があるように意識された。その理由としては、私がカウンセラーとしてクライアントの話を聴く際に、3 条件（6 条件）だけでは、じっくり来ない感じがする時があると感じていたためである。具体的には、3 条件としての私の関わり方が“ふわふわして軽い”と感じるときがあったのである。別の言い方をすれば、それはクライアントにカウンセラーである私が合わせすぎていたということができるかもしれない。その点で「軸がある感じ」は私にとって重要な姿勢であるようにどこかで感じていたと思われるのが理由である。また、私自身のカウンセリング体験だけではなく、ロジャーズ関連の著作等を読んでいて、以下の箇所が気になっていたということも理由としてあると思われる。ロジャーズと交流のあった畠瀬（2020）を以下に引用する。

「ロジャーズ家というのは、大西洋を渡ってアメリカにやってきたような、アメリカでいえば名門中の名門ということになるのですかね。そういう子孫です。それで私、『開拓者魂ってそれ何ですか』と言ったら、（ロジャーズは）4『ガラガラヘビに気をつけろ。俺を踏みつけにする者は許さないというのだよ』と。（中略）『俺を踏みつけにする者は許さない』、これはやっぱり大西洋を渡って、新世界をつくったピューリタンの方たちの心意気というか、誇りというか、魂ですね。私はこの『踏みつけにする者は許さないんだ』というそこは、本当に大切なことだと思います。PCA の原点はそこにあるかもしれません。障害があるからって、『私は福祉の力で生きているから』と、しょぼっとしなくちゃいけないのですか。堂々として、人間として生きる。この豊かな社会でそれらの人たちを守る社会でないとおかしいですよ。そういうふうな踏みつけを許さない、伸び伸びと自分自身というものを開放して生きていくのだ、これが PCA の原点だと思います。」

以上の内容からロジャーズの PCA の原点には、人間やその尊厳を踏みじめるような行為や社会は許さないというような強い意思が前提としてあるように感じられていたことも、「軸がある感じ」が重要な姿勢であるように無意識的に思っていた理由である。これらのことから、「軸がある感じ」という姿勢について今回少し考えてみたいと思う。具体的な問として言えば、「軸がある感じ」という姿勢は、ロジャーズの 3 原則には書かれていない姿勢ではあるが、何によってもたらされる姿勢なのだろうか、ということである。このことを考えるうえで、一つヒントになると思われた、今回の本山先生の話以下に抜粋したい。

数年ぐらい経って、わかんなくなっただけです。PCA が嫌いになったとかそういうことじゃないんだけど、その先自分どういう風に PCA をやっていきたいんだろうっていうのは見えないという、すごくしんどかったんですね。(中略) トンネルはずっと 40 年歳代続いて、それでようやく少しずつですけど、自分が大事にしたいのはこういうことかなというのが、ちょっとまとまりつつあるのが今です。なんとかトンネルの出口は見えただけ。その先どういう風にやっていこうかなっていうのはまだあるんですけどね。オープンダイアログに出会ったのも私にとっては本当に幸運だったんです。オープンダイアログの考えから改めて PCA をこう考え直せたというか、形になって。(中略) 自分なりに何を大事にしながらやっていってるのかなっていうのが、少し形になってきたのと、あと中動態との出会いですね。

この話では、本山先生はそれまで携わってきた PCA がある時に分からなくなり、その暗闇のトンネルは長く続いたということであった。それは「しんどい時期」であったが、その期間を経た後に、オープンダイアログや中動態の考えと出会い、PCA を捉え直す中で、「自分が大事にしたいこと」が「ちょっとまとまりつつある」という現在に至っている。この話は先生が 1 歩 1 歩、人生の歩みを進め、全身での迷いの中に道を拓かれてきた経過がよく分かる内容である。そして、「自分が大事にしたいこと」が「まとまりつつある」というのが「軸がある感じ」に近いニュアンスでもあるように思われる。思い返せば、A 先生も、中間施設を開設する前の時期には相当に悩んだ時期があり、天を仰いでため息をつくエピソード等が上述の本の中に描かれている。自分のこころに向きあいながら、全身で迷いながら歩みを進めるという、PCA を生きるプロセスは、その人に「軸がある感じ」という姿勢をもたらすことにつながると考えるのは見当違いであろうか。ただし、もし仮にそうであったとしても、例えば、自分のこころに向き合いさえすれば「軸がある感じ」が醸成される、ということでもなければ、こころへの正しい向き合い方があるということでもないだろう。こころへ向き合うという点について、今回の本山先生との出会いを企画した中島 (2025) の指摘は示唆的である。中島は知的障害のある人との関係におけるカウンセラーの心もとなさについて記述した箇所以下のように述べている。

「知的障害のある人のこころの世界にたいして、シナソンのように、心理職自身の感じた手ごたえに信をおき、その人に豊かなこころが確かにあると信じることは、なくてはならない出発点です。そのうえで、『合っているかもしれないけど、まちがっているのかもしれない』と、“心もとなさ” ままにありつづけることによって、より安全に、クライアント固有の心的世界に少しでも近づくことが可能になるかもしれません。(中略) 知的障害のある人のこころのわかりにくさに慎重にとどまることには大きな意義があり、まだ見ぬ物語に出会う可能性をひらきます」(中島,2025,p.52)。

この引用箇所の“知的障害のある人”と“クライアント”を“カウンセラーである自分自身”と置き換えたとき、示唆的な内容であると思われる。つまり、“カウンセラーは自分自身に豊かなこころが確かにあると信じ、そのうえで心もとなさままにありつづけることによって、より

安全に自分自身の心的世界に近づいていくことが可能となる、そして自分のこころのわかりにくさに慎重にとどまることはまだ見ぬ自分の物語に出会う可能性をひらく”，という変換である。自分と他者との関係は、そのまま自分と自分の心との関係であると考えたときに、自分の心もとなさ、および自分と自分の心もとなさとの関係に目を向けていくという姿勢は、“ふわふわして軽い”と感じる面接を振り返る際の視点として、私にとって重要かもしれない。本山先生の「軸がある感じ」の佇まいを出発点として、その後の連想をもとに私自身を振り返ってみたが、私のカウンセラーとしての態度について、本山先生の PCA を生きる話と、中島（2025）の心もとなさを生きるという考えをもとに、今後目指していくありようが明らかになったように感じられた。

4. 「ひとり」と「ひとり」がともにあるコミュニティ、その可能性（中島由宇）

(1) パーソンセンタード・アプローチ、とくに「受容」に関する省察

わたしは PCA をしっかり学んだことがない（PCA だけでなく他のオリエンテーションも「しっかり学んだ」と言えるほどのことはない）。PCA のおぼろげなイメージはわたしにとっては「ザ・臨床心理学」であって（精神分析より行動療法より、わたしにとっては PCA が臨床心理学の原型であるイメージが強い）、そのおぼろげなイメージのままに、希求と抵抗、引力と斥力をともに強く感じてきた。

心理職であれば誰でも知っているロジャーズによる中核三条件は、近代社会における人と人の関係の何らかの本質を示す（実現困難な、目指すべき方向という意味での）理念（アイデア）であると捉えられる。半世紀以上にわたり継承されつづけ、あまりに広く膾炙したがゆえに、そこに目覚ましい革新性をみることは難しくなっている。しかし、ロジャーズが提示した当初、「その極端なまでの非介入性が強いインパクト」をもって受けとめられ（滝川, 2004, p.183）、人びとをざわめかせただろう。

わたしのこころも、三条件を前にざわめく。なかでも、わたしを最もザワザワさせるのは「受容（無条件の積極的関心）」という条件である。好悪で言えばあまり好きではない言葉であり、あたたかで受容的な雰囲気を漂わせる人にはある種のうさん臭さを感じてしまう。人は相手に自分を見るのであって、実際にはここでわたしは自分のうさん臭さを感じているのである。他者受容と自己受容は表裏一体であろうから、クライアントを受容しようとする態度には自分自身の受容が必要となる。自分も他者も受け容れるなんてできないと思う自分が、それを可能であるかのように振舞ってしまう自分のうさん臭さを相手に投影するのである。

相手の受容的な態度に、わたしはうさん臭さを感じ警戒しながら、強くこころ惹かれもする。わたしは、「ありのまま」のわたしを誰かに受け容れてもらいたい、承認してもらいたい、と切望しながら生きている。しかし、こころ惹かれた瞬間に、そんなふうに甘んじてよいのか、「ありのまま」の今の自分ではなくて、もっと努力して、よりよい自分を目指すべきではないのか、という思いがよぎる。わたしは能力主義的な努力信仰にどっぷりつかって生きてきたので、「自分はこう『あるべきだ』(ought to be) と思っている強迫的なイメージ」(Rogers, 1989/2005, p.156) は深く根づいていて、「ありのまま」の自分を受け容れることを妨げる。

「ありのまま」の自分などみたくもないので、半開きの目で自分と世界をみつめて/目を逸らして生きている。「ありのまま」の自分は、社会に存在するとわたしが信じている価値基準（こうあるのが望ましい、こうあるべき）に照らしてきつと劣っていて/劣っているかもしれない、それを明るみにしたくはないと思っている。社会に存在するとわたしが信じる価値基準は多声的で、A がよいという声もあれば A と対立的な B がよいという声もあって（臨床心理学の領域でそれは著しい）、かつ、つねに流動し、非常に捉えがたい。だからつねに、曖昧な価値基準と照らした自分のありかたにも確証をもてず、これでよいのか/よくないのではないかとおびえている。足場の定まらないわたしは、A がよいという声に誘われてみては、B がよいという声に後ろ髪をひかれて、そんなだから自分は中途半端であるように感じられ、「中途半端」を悪しきものとする声がこだまするなかで、自分を直視することはいっそう恐ろしくなる。

わたしには「ありのまま」に生きたいという思いもある。他者の価値基準に振り回されるのではなく自分らしく生きたいという焦がれる思いがわたしを臨床心理学にひきつけたところもある。「ありのまま」の自分の手応えのようなものを感じられる瞬間も時にはある。実際には、次の瞬間には「べき」の声の波にのまれて、「そうはいっても…」とふらふらするわたしになるのだが、「ありのまま」と感じられるモーメントに敢えてクローズアップしてみる。

「ありのまま」と感じられる瞬間、「これがわたし」と確かな手ごたえを感じられ、なんだかとてもうれしくてところがムズムズして、心地よい、すがすがしくてすっきりとした感じがする。なにかから解放されたような、赦されたような、ぼかぼかとあたたかいものが湧き出てくるような、自分の足が地についてすとと落ち着くような、そんな感じがする。そして、地面から足を離して、はじめての一步を踏み出そうとする。

その一步がものすごくこわい。わたしにとっての価値は、他の誰にもわからない。誰かが認めてくれるわけでも、教えてくれるわけでも、導いてくれるわけでもない。「ありのまま」の自分を誰も認めてくれないかもしれない。この先になにが起こるのか、それも誰にもわからない。不確実性に満ちた未来に起こることの責任は誰も代わりに引き受けてくれない。寄る辺なく、ぼつんとひとりであるような感じ。わたしが臨床心理学を学びはじめた頃に、人が個として生きることを目指しているように見える臨床心理学の実践とはなんて厳しいのだろう、と呆然としたときのことを思い出す。「べき」思考のループと闘っているほうがまだ安らぎがあるかのような気もして、「べき」思考にからめとられているのか、自らそこに向かっているのかわからない。

わたしはロジャーズを深く知らないが、「私は一人の人間として、他者からまったく別個に存在できる (to be separate from the other) ほど強くいることができるだろうか？」(Rogers, 1989/2005, p.53), 「自分自身であるという自由は、驚くほど責任の重い自由なのである」(同上, p.158) といった表現からは、すぐれて個人主義的な、自立した、重い責任を伴う、厳しい個のイメージが浮かびあがる。牧師を目指して神学校で学ぶなかで「ある特定の信条を信じ続けなければならないということはおぞましいこと」と感じ、「思想の自由が制限されないと確信できる分野」である心理学に転向したロジャーズ(同上, p.14)には、自由な個人への強烈な希求が感じられる。

「ありのまま」に、「自分の中にこそ評価の基準と責任の中心がある」(同上, p.55) と感じられる自由な個人として生きようとすることは、とても素晴らしくてとても厳しい。思想の自由を制限せず個人を尊重するということも人間の「信条」のひとつであって、自分らしく生きる個人の尊重 (PCA の最も大事なエッセンスであると本山先生が指摘しておられる (本山, 2023a)) は、臨床心理学の「信条」の中核とわたしは感じる (ゆえに、わたしにとって PCA は「ザ・臨床心理学」なのである)。同時に、ここに臨床心理学と実践の問題が集積している。例えば、ひとつには責任の問題があって、自己責任論が跋扈する現代において、臨床心理学の実践が問題の個人化を強めることによって自己責任論に加担してしまうリスクがあることはしばしば指摘される (わたしの関心のある障害分野にひきつけられれば、障害があるとされる人や家族の「障害受容」の心理支援は、障害という問題を社会が引責することを妨げうる)。本論でより注目したい問題は、個人を生きる/生きざるをえない近代的な生のかなしみである。

(2) 「わたし」という「場」、 「わたし」と「わたし」のコミュニティ

精神分析家のコフトは、「人間が最も苦悩するのは、自分の周りに何もなくなってしまうこと、完全に孤独になってしまうこと」であるとし、「他者が自分をどう体験するかということと関係なく自分を体験することができない」という人としての本質を「悲劇の人」と表した (富樫, 2016, p.13, 80-81)。コフトが指摘するのは、屹立した個として生きることの苦悩とその原理的な不可能性である。個として生きることはあまりに苛酷で難しいことなので、心理療法においては、セラピストは力強く頼もしく在って、クライアントを守り包みこむ「父」や「母」の機能を担うことが (程度の差はあれ) 必須となる (対等性を目指す心理療法にはこうした非対等性が含まれ、セラピストの備える権威、強い信念、カリスマ性、あたたかい人間味、包容力といったものが心理療法に寄与するウェイトは小さくない)。しかし、「他者が自分の価値を永遠に承認してくれるはずはないし、重要な他者が強くとも自分が強いわけではないし、どんなに似ている他者でも、完全に同じであるはずもなければ、ずっと傍にいてくれるわけでもない」 (富樫, 2016, p.77)。「悲劇の人」としてのわたしは、その先どう生きてゆけばよいのだろう。

今回の座談会で本山先生が語る PCA のコミュニティ (エンカウンターグループを含む) のありようや、先生が座談会の当日醸した「場」の雰囲気、「その先」へのひとつの示唆があると感じた。人と人のそれぞれ対等な個をたいせつにしながら (突出した「父」や「母」をつくらないう周到に意識されているように感じられた)、時に親密につながりかわりあう、どこかさざりとしたありようは、「君子の交わりは淡きこと水のごとし」という言葉を彷彿とさせ、まさしく「バラバラで一緒」 (村山, 2023, p.30) と感じた。

座談会のなかで、田中先生が PCA のコミュニティで「人間の境界がなくなる感じ」を経験したと語るのに応じて、本山先生は、「僕もそんなに多くはないんだけどエンカウンターグループの経験の中で、終盤のほうで、メンバーの一人が語ってるんだけど、グループが語っているような感じがして」という経験があったと語り、「そこでいろんな相互作用が生まれてくるなかで、この場、場みたいなものが (※「場」を強調して)、こう、生まれてくる、っていうのか

な」,「それこそ中動態の文脈で言ったら,相手との関係のなかで捉えていけないんだよね。相手からなにかやっぱり影響を受けるわけだけど,そこで自分はどんなところの動き,反応をしているのかっていう,そこに目を向けていく。なので『場が語っているような』っていうのも僕のなかの体験であってね」と述べておられた。本山先生によれば,言語学的な中動態とは「主語がその座(=場)となるような過程」(当日資料より)を表し,中動態的には「場」とは「わたし」にあって,ひとりひとりそれぞれの「わたし」=「場」を生きながら,ひとりとひとりが「場」にともにあるありようが,本山先生の語る PCA のコミュニティであるのだろうかと考えた。十分に理解できているか心もとないが,本山先生の語る「わたし」とは,独我論的に確かな唯一の「わたし」であり,かつ同時に「自然」に溶け込んで安心してなにかの一部となって揺蕩うているような感じとして,その感触を捉えた。さらに,本山先生によると,中動態的な「自己受容は,他者を許すことでも私を肯定することでもなく,『わたし』の営み(変状)にただ目を向けること」(当日資料より)であるという。そうしたありようがどのような生き方として体现されるのか,わたしにはまだしっかり腑に落ちてはいない。それでも,「ああ,それでいいのか」というような,先に論じてきた「受容」を前にして感じたわたしの苦しさや気負いが,さらさらとほどけていくような心持ちがする。

座談会の直前,わたしは人生で初めて,あるエンカウンターグループに参加した(本山先生効果で,参加する勇気が出た)。そこでも似たような「場」を体感し,わたしにとってのエンカウンターグループは幸運なことによき始まり出しとなった。とくにここに残ったのは終わりのときであった。なにかを思い出したように急ぎ足の人も,名残惜しそうにしながら立ち去る人も,さまざまありながら三々五々解散していく。ひとりひとりが,ひとりに帰っていく,少し寂しくていとおしく美しい光景だった。ひとりでは在れないがひとりで在る寂しい「悲劇の人」が,ここには棲むことができるのかかもしれないと思った。

註

- 1 福岡大学
- 2 放送大学
- 3 法政大学小金井学生相談室
- 4 引用者による付記

引用文献

東浩紀 (2026). 平和と愚かさ. ゲンロン叢書.

畠瀬直子 (2020). 南山大学人間関係研究センター公開講演会～PCA の道: 源流をたどる～ 村山正治氏×畠瀬直子氏×飯長喜一郎氏公開対談. 人間関係研究, 20, 1-37.

飯長喜一郎(監修) 坂中正義・三國牧子・本山智敬(編) (2015). ロジャーズの中核三条件〈受容: 無条件の積極的関心〉 カウンセリングの本質を考える 2. 創元社.

Lumma, A. & Weger, U. (2023). Looking from within: Comparing first-person approaches to

studying experience. *Current Psychology*, 42, 10437-10453.

増井武士 (2019). 来談者のための治療的面接とは——心理臨床の「質」と公認資格を考える. 遠見書房.

本山智敬 (2023a). パーソンセンタード・アプローチとは何か——7つのエッセンス. 本山智敬・永野浩二・村山正治(編) パーソンセンタード・アプローチとオープンダイアログ——対話・つながり・共に生きる. 遠見書房, pp. 14-27.

本山智敬 (2023b). パーソンセンタード・アプローチとオープンダイアログの出会い——対話の本質とは何か. 本山智敬・永野浩二・村山正治(編) パーソンセンタード・アプローチとオープンダイアログ——対話・つながり・共に生きる. 遠見書房, pp. 34-48.

本山智敬 (2024). オープンダイアロードと中動態——パーソンセンタード・アプローチとの共通点から. シンリンラボ第 16 号. https://shinrinlab.com/feature016_01/

本山智敬 (2026). 人と人の和合を促す中動態. 日本心身医学協会研修会資料. (未公開).

村川治彦 (2016). 主観性と一人称の科学——生きる身体とプロセスとしての知. 末武康弘・諸富祥彦・得丸智子・村里忠之(編) 「主観性を科学化する」質的研究法入門——TAE を中心に. 金子書房, pp. 33-44.

村瀬嘉代子 (1996). よみがえる親と子——不登校児とともに. 岩波書店.

村山正治(監修) 本山智敬・坂中正義・三國牧子(編) (2015). ロジャーズの中核三条件〈一致〉 カウンセリングの本質を考える 1. 創元社.

村山正治 (2023). 自分自身になるコミュニティ——福岡人間関係研究会の活動を中心に. 本山智敬・永野浩二・村山正治(編) パーソンセンタード・アプローチとオープンダイアログ——対話・つながり・共に生きる. 遠見書房, pp.28-33.

永野浩二 (2023). 聴くことと率直さ. 本山智敬・永野浩二・村山正治(編) パーソンセンタード・アプローチとオープンダイアログ——対話・つながり・共に生きる. 遠見書房, pp. 71-74.

中島由宇・櫻井未央 (2025). “心もとなさ”からはじまる心理臨床. 金剛出版.

中島由宇 (2025). 出発点としての“心もとなさ”という発見. 滝川一廣(監修) 中島由宇・櫻井未央(編) “心もとなさ”からはじまる心理臨床. 金剛出版.

NHK (2023). NHK MUSIC SPECIAL 坂本龍一 Playing the Piano in NHK & Behind the Scenes. (2023 年 1 月 5 日放送).

野島一彦(監修) 三國牧子・本山智敬・坂中正義(編) (2015). ロジャーズの中核三条件〈共感的理解〉 カウンセリングの本質を考える 3. 創元社.

Rogers, C.R. (1989). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin Company. 諸富祥彦・末武康弘・保坂亨(訳) (2005). ロジャーズが語る自己実現の道. 岩崎学術出版社.

斎藤環 (2015). オープンダイアログとは何か. 医学書院.

斎藤環 (2018). 「新しい人間主義」の潮流, 四大思想——オープンダイアログ/ユマニチュード/ハームリダクション/ハウジングファースト. 精神看護, 21(6), 532-541.

園田雅代 (2019). あとがき. 飯長喜一郎・園田雅代(編) 私とパーソンセンタード・アプローチ. 新曜社. pp.269-273.

- 鈴木ちひろ・三枝（石田）まり（2025）. 地域に開かれた障害者の就労の場が人々の共生社会への意識に与える影響——「生産性」によらない就労継続支援 B 型作業所の価値. 共生学研究, 2, 21-41.
- 高松里・西木聡・都能美智代・本山智敬・井内かおる・北田朋子・中山幸輝（2025）. 紙媒体同人誌の実践と特徴——コミュニティ形成の諸要因. 日本人間性心理学会第 44 回大会発表論文集, p.97.
- 富樫公一（2016）. 不確かさの精神分析——リアリティ, ト라우マ, 他者をめぐって. 誠信書房.
- 富樫公一（2021）. 当事者としての治療者——差別と支配への恐れと欲望. 岩崎学術出版社.
- 滝川一廣（2004）. 心理療法の基底をなすもの——支持的心理療法のばあい. 村瀬孝雄・村瀬嘉代子(編著) ロジャーズ——クライアント中心療法の現在. 日本評論社, pp. 175-188.
- 土元哲平・桂悠介・サトウタツヤ(編)(2025). オートエスノグラフィー・マッピング——「私」からはじめる研究手法を知るための地図. 新曜社.
- やまだようこ（2023）. 語りが語りを生む共同生成. 大内雅登・山本登志哉・渡辺忠温(編著) 自閉症を語りなおす——当事者・支援者・研究者の対話. 新曜社, pp. 137-149.