

2016/5/25

『ゲシュタルトセラピーとは何か』(No.11) …初心にもどって連載中！

11. ファシリテーターは「目的を持たない」のに、なぜお金をもらえるのか…？

前回、ゲシュタルトのファシリテーターは、クライアントと「我-汝関係」でいるというお話をしました。そして、「我-汝関係」でいるときには、ファシリテーターは「治す」とか「癒す」などの目的を持たないとも書きました。

一方、お客様、つまり私たちのクライアントは悩んでいたり、問題を抱えていたり、苦しみや不安を持っています。それを何とかしたくてセラピーやカウンセリングに来ます。つまり、クライアントの側は目的を持っているのです。トレーニングに参加する人々も、(きっと) ファシリテーションの力を付けたいという目的でワークショップに参加します。

カウンセラーやファシリテーターが仕事としてクライアントと向き合う場合、相談料を頂戴します。「～してほしい」という気持ちで来るクライアントに「～してあげない」姿勢で向き合うファシリテーターは、どうしてお金が頂けるのでしょうか…。

昔、「お客様は神様です」と言った芸能人がいましたが、私たちもお金を頂くからには、顧客満足度を高めることが大事です。どんなお仕事も、同じですよ。料金が頂けるのは、お客様が「来ると、いいことあるね」と感じるからです。逆に、「来ても、何もならないじゃん」と感じたら、お金を払いたくなくなります。

私たちの仕事で、そうならないようにする方法は2つあります。ひとつは、クライアントを人間関係で縛ってしまうこと。(もちろん、これは好ましくない方法です。)例えばクライアントが依存し続ける関係をつくったり、「むら社会、的なグループの雰囲気をつくったり、仲間意識をあおってそこから抜けにくくしたり…。

もうひとつは、クライアントが「来てよかった」と満足する関わりをし続けること。(もちろん、これが本来の姿です。)個人的には、クライアントが「自分の力で悩みや問題を解決した」とか、「自分で自分の心を癒すことができた」と思ってもらえたら大成功だと、私は思っています。最終的には、ファシリテーターはいらない人として忘れ去られる居かたこそ、いい関係だと思うのです。

さて、話を顧客満足度に戻しましょう。ゲシュタルトセラピーの場で、目的も対象も持たない『関係』という体験だけをする「我-汝関係」ができれば、本当にクライアントの満足度が一番高くなるのでしょうか。実は、それはわかりません。わからないというのは、クライアントが何を求めてゲシュタルトのワークに来るか、まちまちだからです。それでも、私は「我-汝関係」が一番いいと信じて、個人セッションもトレーニングもやり続けてきました。どんなクライアントにも、適当な時に「私は、あなたに何かをしてあげる人ではありません

せん」という意味のことを伝えます。それでも、一応、ちゃんと仕事になっています。

ただ、今までずっとそうしてきたかという、正直、そうではない時期もありました。駆け出しのころは、良い結果を出したい、クライアントの悩みを解決してあげたい、力のあるファシリテーター／カウンセラーだと思われたいという時期がありました。私のゲシュタルトが「カミソリのように切れがいい」なんて言われて、いい気になっていたこともありました。「それではいけない」と頭でわかった後も、心の方が勝手に「良い結果願望、に」かれてしまう時期もありました。ただ、やはりそれだとうまくいかないことが多かったようです。たくさん失敗を重ねました。そして、次第に目的・対象を持たない関係が持てるようになってきました。その結果、クライアントも私も満足できる回数が増えてきたように感じます。だから、体験的に、それがいいと確信しています。

まあ、私の体験は別として、目的や対象を持たない「我－汝関係」を大切にする背景には、ゲシュタルトの人間観があると思います。「我－汝」に対比されるのが「我－それ関係」です。これは、目的や対象を持つ関係です。日常のほとんどがこの関係で、生活を営む上ではなくてはならない大切なものです。

セラピーやカウンセリング的にも、関わりの手順や落としどころが決まっていたり、技法や理論に沿ってクライアントと関わったりするものは、いくつもあります。つまり「我－それ関係」で行われるカウンセリングやセラピーです。（そして、そういう所の方が繁盛していたりします…。）それが悪いとはいいません。セラピーやカウンセリングは、クライアントが「来てよかった」と思えば、どんな方法であれそれが成功なのですから。

ゲシュタルトは、なぜ「我－汝関係」にこだわるのか。それは人の心を、「我－それ」の「それ」のように「扱い、たくないから」でしょう。クライアントの心を三人称の「それ」として「扱う」のは、相手を一人の人として大事にしていないように感じます。（ワークの中で「扱う」という言葉を使うのは、私は嫌いです。）「我－汝関係」は、哲学的にはもっともっと深い意味があるようですが、単純に言ってしまうとそういうことだと思えます。

ごぞんじのように、「我－汝関係」を言い出したのは、イスラエルの哲学者、マルティン・ブーバーです。来談者中心療法のカール・ロジャーズも、「我－汝関係」を大切にしています。そして、「関係が人を癒す」と言っています。理論や知識、スキルやテクニックが人を癒すのではない。人と人の関わりが人を癒すというのです。（ブーバーとロジャーズの対話が本になっています。「ブーバーロジャーズ対話」（春秋社））。そういう意味では、パールズたちのゲシュタルトセラピーとロジャーズの来談者中心療法は兄弟のようなものということになりますね。

アメリカやヨーロッパのゲシュタルティストたちは、純粋にブーバーの「我－汝関係」をワークに取り入れることをしています。それが「関係対話アプローチ」です。これは、西洋人の文化ではきっと役立つと思うのですが、日本人にはちょっと合わないような気が、私はしています。日本人に合う「我－汝関係」について、また次回。