

12. 日本のゲシュタルトにはエンプティーチェアがよく似合う

前回は、ゲシュタルトのワークではファシリテーターが「我－汝関係」でいることが大事で、欧米のセラピストたちが純粋に「我－汝関係」を持つために「関係対話アプローチ」を生み出したというお話をしました。この点について、少し詳しくお話ししましょう。

「我－汝関係」は、「私」と「あなた」が溶け合わずに境界線を保ちながら一体化している状態です。ダンスを踊っている2人をイメージして下さい。一人が右足を出したら、もう一人が「あ、右足が出た。ということは、私は左足を引っこめて…」なんて考えながら踊っていたら、足がからまって転んでしまいそうです。何も考えなくても2つのからだが一体になって動いていると、きれいなダンスになるわけです。だからといって2人の身体がドロドロに溶け合って一つになってしまったら気もち悪いですよね。ファシリテーターが、「あなたが何も言わなくても、あなたの気もちが手に取るようにわかる」なんて言っているとき、それは溶け合ったドロドロ状態です。溶け合わずに一体化しているときは、まるで2人でダンスを踊っているような、流れるような自然なワークになります。

さて、欧米のセラピストに話をもどしましょう。彼らは、1990年代頃からゲシュタルトのワークの中で、`わざとらしいこと、をすることをやめようという気もちになりました。理論に沿ったワークをしたり、テクニックを使ってクライアントと関わること、つまりファシリテーターが、何らかの意図をもってクライアントと関わるのは「我－汝関係」ではないと考えたのです。エンプティーチェアを使うこともテクニックの一つということになり、それも捨てて、ただクライアントと向き合って対話をする形のワークをしはじめました。それが「関係対話アプローチ」です。まるで、普通のカウンセリングをしているような感じです。

一昨年、私が大会長をした京都の学術大会に招聘したイギリスのマルコム・パーレットさんに「ロジャーズ的な傾聴と、どう違うんですか？」と尋ねたところ、しばらく考えて「同じです」と答えてくれました。ところが、翌日になって「いや、やはり違う。ゲシュタルトの場合は様々な実験の提案をするし、聴くだけでなくファシリテーターが自分の気もちを伝えます」と答えなおしてくれました。

ま、それはともかく、エンプティーチェアが `わざとらしいテクニック、の一つに入れられてしまったのは、私は納得がいきませんでした。その理由は、こうです。つまり、個が確立している西欧人にとっては、ファシリテーターと向き合って話すアプローチでも、クライアントは自分の気もちをはっきりと感じて比較的自由に自己表現できそうです。一方、つい上下関係を感じてしまう多くの日本人にとってファシリテーターは `先生、に見え、何か言われれば指示されたように感じたり、この場で言っていることと悪いことを、つい選別し

てしまいそうな気がするのです。

西欧は、「I」「You」という主語をかならず使い、お互いにファーストネームで呼び合う文化、日本は「私」「あなた」という主語をあまり使わない文化なのです。私たちの学会の国際顧問、ゴードン・ウィーラーさんは、プラトン哲学に影響を受けている西欧文化について、彼の著書「個人主義を超えて (Beyond Individualism)」の中で次のように述べています。(Wheeler, G. 2000, 岡田訳)

- 1) 一人の個であることは人間関係より大事です。それは関係の背景や絆とは本質的に別の領域に存在します。
- 2) ゆえに、個人は関係の中にいたり新たに関係を結んだりしますが、人間関係自体は真実味が薄く二義的なものです。しっかりと自分を確立した個は、おそらく自分が必要と感じたり自分の状況が命じるまま、自分らしさの本質を変えずに、一つの関係から他の関係へと容易に移ることができます。

私は、多くの日本人にとっては、これは全く逆だと思っています。日本の文化では、儒教と封建主義の歴史に影響されて、

- 1) 一人の個であることより人間関係の方が優先し、人々は本質的に関係のしがらみや絆の中に存在しています。
- 2) ゆえに、一人の個として存在することは集団・組織の一員であることより真実味が薄く二義的なものであり、その人が所属する家やグループ、組織のあり方が個のアイデンティティーの一部を形成します。集団・組織のニーズや状況が個人より優先するので、個人が一つの関係から他の関係へと移動することは難しい

と思うのです。

なので、クライアントがファシリテーターと向き合った瞬間、クライアントは日本社会的な「役割関係」の中に入ってしまい、ある種の「教える⇔教わる」「させる⇔させられる」関係ができてしまいそうです。要するに対等な「我-汝関係」ができにくいのです。私はどんな場でも「先生」と呼ばずに名前でもらうようにしていますが、それでも役割関係みtainな空気が残るのを感じる人が多いです。

私の理想は「透明人間ファシリテーター」です。つまり、私がそばにいることをクライアントが感じずに、クライアントが「自分ひとりでワークをして変化が起きた」と実感できるような場づくりです。それを実現するには、エンプティージャーを使ってワークをすることが欠かせません。2つの椅子を使ってクライアントが自己内対話をする中で、クライアントの2つの声が「我-汝関係」になってワークが進む、そんなイメージです。ファシリテーターの姿はクライアントの意識に上らない、つまりゲシュタルトの言葉でいえば「地に引こんでいる」のですが、これはファシリテーターがクライアントと「我-汝関係」を持つことではじめて可能になります。この点についての詳しい話は、また次回。