

ゲシュタルトセラピーにおける
『ライブスーパービジョン&セラピー』の方法と効果

岡田法悦

ゲシュタルト・インスティテュート

n.okada@gestalt.co.jp

ゲシュタルトセラピーにおける『ライブスーパービジョン&セラピー』の方法と効果

岡田法悦

The Method and the Effectiveness of “Live Supervision & Therapy” in Gestalt Therapy

Noriyoshi OKADA

現代ゲシュタルトセラピーは、現象学、我-汝の関係、変容の逆説的な理論、場の理論をベースにしながら行われるセラピーであると言われる。そうであるならば、ゲシュタルトセラピーのファシリテーターにとって最も大切な資質は、これら、基本となる4つの理論が身体に染み込んだプレゼンス（存在感、在りよう、姿勢）を持つことであろう。同時に、ゲシュタルトファシリテーターを対象としたスーパービジョンを行う際も、これらの基本姿勢を大切にしながら、今・ここで起きている事象とのコンタクトの中で行われることが適切であると考えられる。筆者は、この仮説のもとに、スーパーバイザーの今・ここに沿い、セラピーと同様のプロセスをもって行うライブスーパービジョン&セラピーの方法を試みた。その結果、スーパーバイザーのプレゼンスに好ましい影響が及び、ゲシュタルトファシリテーターの成長に効果的であることが明らかになった。

キーワード：現象学 現象学的還元 「我-汝」の関係 変容の逆説的な理論 場の理論 プレゼンス

I はじめに

平木（2012）は、心理臨床スーパービジョンの形式と方法として、

1. スーパーバイザーの口頭による報告（主に精神分析で行われる、スーパービジョンとセラピーの並行のプロセス）
2. 面接記録の活用（プロセスの要約記録、あるいは逐語記録を用いる）
3. 音声録音の活用
4. ビデオ録画の活用
5. その他の方法の活用（ライブスーパービジョンなど、スーパーヴァイザーによるセラピーの直接観察と参加、セラピー中に同時進行のスーパービジョンも行われる）

の5つをあげている。（pp.74-85）¹⁾

かねてより、筆者もいくつかの方法でスーパービジョンを行ってきた。例えば、

- ① 上記1のように、スーパーバイザーが関わったクライアントとの過去のセッションの

様子を聴きながら検討する

- ② 上記4のように、グループスーパービジョンの場でスーパーバイザーがファシリテートしたワークをビデオに撮り、再生しながら検討する
- ③ 上記5のライ図スーパービジョンのように、グループメンバーをクライアントに見立ててセッション場面を再現しながら検討するなどである。

これらの方法でスーパービジョンを行う時、筆者は常に不全感を抱いていた。それは、上記①～③のすべてがフリッツ・パールズの言う“about-ism²⁾（～について話すこと）”そのものだからである。about-ism とは、あの時・あそこで起きていること“について”話をすることであり、今・ここで起きていることと直接コンタクトしながらそれを体験し、気づきを得ることとは異なる。

また、①～③は、どれをとっても過去の出来

所属：ゲシュタルト・インスティテュート

事について検討するものである。つまり、スーパーバイザーのクライアントとの関わりの中にある問題を発見し、課題を設定し、その課題をクリアする方法を決める流れに沿っている。これらは、過去に起きたことを検討して、将来のスーパーバイザーの関わり行動を改善することを目的とする営みであり、今・ここで起きていることとのコンタクトではない。加えて、後に詳述する通り、そこに“我－汝の関係”は起きにくい。また、“変容は、なりたい自分になろうと努力するときではなく、ありのままの自分を体験する時にのみ起きる”ことをワークの基本とするバイザーの“変容の逆説的な理論”³⁾とも矛盾する。さらに、変容が自然に起きるのは、ワークをする人自らが、論理的にではなく、体験的・体感的に現象学的還元を体験することによるものであることを踏まえると、知的な“検討”はゲシュタルト的な変容とは相容れないもののように筆者には思える。そして、現代ゲシュタルトセラピーが基盤とする理論に沿った方法を模索する中で、ライブスーパービジョン&セラピーがその矛盾を解消すると筆者は考えたのである。そこで筆者は、スーパーバイザーが、ワークをファシリテートしている今・この現場で起きている自分の感情・感覚の流れを現象学的に体験し、その場でスーパーバイザーとスーパーバイザーが“我－汝の関係”を結ぶ新しい方法を試みることにした。

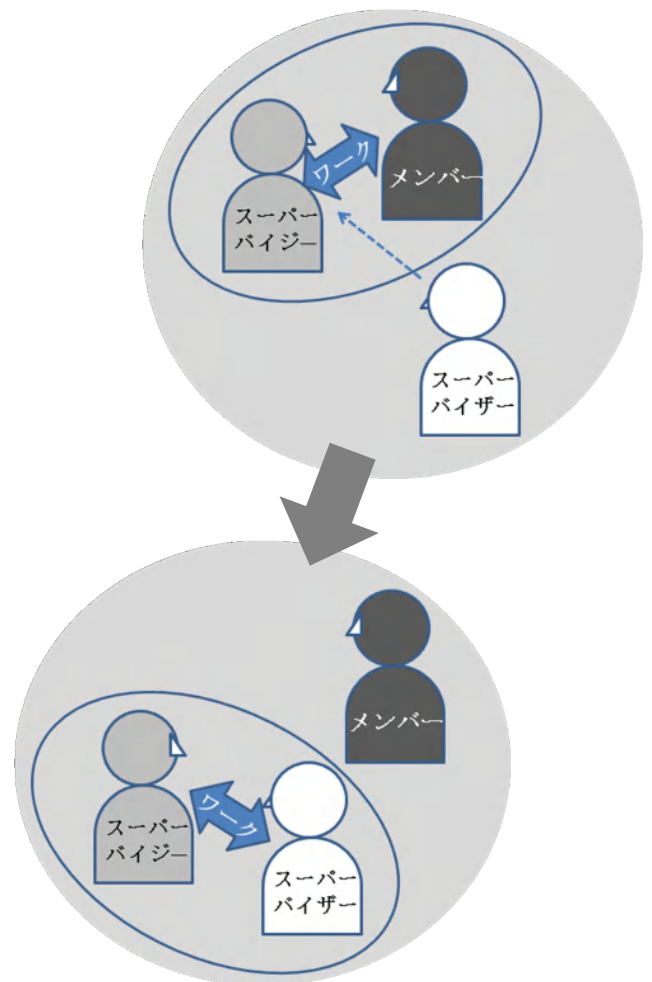
II ライブスーパービジョン&セラピーの方法

ライブスーパービジョン&セラピーの具体的な方法は、以下の通りである。前提として、このワークショップがグループスーパービジョンセッションであり、クライアントのワークがスーパービジョンのために中断される可能性があるとの理解を取ることは大切である。

- ① スーパーバイザーがグループメンバーの1人のワークをファシリテートする。
- ② スーパーバイザーがワークのプロセスを観察しながら、スーパーバイザーがとまどったり、行き詰ったり、あるいは今・ここにいない関わりを持つなど、ゲシュタルト的でないプレゼンスが見えた時に“今、何が

起きていますか？”“今、何を感じていますか？”などの質問をスーパーバイザーに投げかける。

- ③ 今・ここで起きていることが、スーパーバイザーにとって重要なポイントである場合にはワークを中断して、ワーク中の今・ここで起きていることをテーマに、スーパーバイザーがスーパーバイザーの個人ワークをファシリテートする。
- ④ ワークが終わったら、中断したワークを再開して変化を確かめる。ワークを中断したことで、元々ワークをしていたグループメンバーが不全感等を感じる場合には、スーパーバイザーがフォローする。



III 事例

【事例1】

ファシリテーター：スーパーバイザーA

クライアント：メンバーB

スーパーバイザー：筆者（以下S）

Aは、現在ファシリテーターコースのトレーニーであると共に、自らグループをファシリテートする機会も持つ。学び始めた当初から、「自分が生きているのは許されないことである」との思いに強く囚われていた。ワークを重ねることで、その思いは徐々に弱まってはいたが、最終的に“赦す”までに至っていなかった。

Bもトレーニーであるが、今回はクライアントグループの一員である。今回、ある人に対する怒りについてAとワークをしている。

… … …

B：（エンプティーカーチェア上の相手に対して）…
それで、私がせっかく説明してあげているのに、あなたは途中で別の話をし始めるんだよね。

A：そう言いながら、今、身体の中に何を感じていますか？

B：え？ なんか、そう言われたら急に腹が立ってきた。お腹のあたりが、何かこう、グラグラしてきた。

A：（瞬間的に幾分上体を反らせ、少し上ずった声で）あの…、さっき“せっかく説明してあげているのに”と言っていましたよね。その“せっかく”というのは、どんな気持ちなんですか？

S：いったんストップしてください。Aさん、今、Bさんが“お腹のあたりがグラグラしてきた”と言ったときに、今・ここで凶になっているBさんのその感情じゃなく、さっきの“せっかく”というところに飛びましたね。Aさん、今、何を感じていますか？

A：あの…、なんか、ドギマギと言うか、ドキドキしています。

S：Bさん、ここでワークを中断して、私がAさんと関わっても大丈夫ですか？

B：あ、はい、大丈夫です。

S：ありがとうございます。Aさん、そのドギマギとドキドキを味わうように感じて下さいね。

A：はい。

S：その感覚に口があって話せたら、何て言い

そうですか？

A：“あ、やばい”という感じと…、“怖い”…。

S：その怖い感じは、身体のどの辺で感じていますか？

A：上体全部です。

S：上体全部の感覚を感じて下さいね。上体は、何て言っているのでしょうか？

A：逃げたい…。

S：その逃げたい気持ちを感じながらBさんに何かを言うとしたら、何て言いたいですか？

A：怒らないで！ 怖い…。

S：怒られそうで怖いんですか？

A：怖いです。すごく…。（手と腕が細かく震え始める。）

S：手が少し震えていますね。その震えを感じて下さいね。少し大きく震わせるようにしてみてください。

… … …

この後、Aの恐怖心のワークがしばらく続いた後に、生きることへの罪悪感へと感情が推移し、それを感じつくしたことで、このワークの結果として、長年の課題であった“自分が生きていること”を“赦す”に至った。

Aからは後に、このワークによって、

- “怒り”を受けとめられるようになった
- 自己肯定感が強まった
- ワークをファシリテートする際に、以前より自然体になった自分を感じている

という報告を受けている。

【事例2】

ファシリテーター：スーパーバイザーC

クライアント：メンバーD

スーパーバイザー：筆者（以下S）

Cは現在ファシリテーターコースのトレーニーである。Dは、テーマなしに、今・ここでの気づきからワークを始めている。

… … …

C：気持ちが悪いんですね。今の感じを身体の感覚として味わって下さいね。今は、何を感じていますか？

D：なんか、気持ち悪い。（腹に両手をあてて）この辺がギューっと…。それに、なんかド

キドキしてるし。

C : 私から見ると、さっき言った“気持ち悪い”と、今言ってる“気持ち悪い”とでは、なんか声が違っているように聞こえるんだけど、どんなふうに気持ち悪いんですか？

D : いや、それは、さっきも苦しかったんだけど、さっきは、そんなにしっかり感じていなかったからわからなかったというか…。

C : つまり、最初は感じ始めたばかりだから、本当は気持ち悪い感じが身体の中にあっただけ、あんまり強く感じなかったのに、もう一度感じて下さいって言ったら、その感じが前より強く感じられるようになって…。それからドキドキしてるって言ったのは、前より気持ち悪さが強かったからドキドキしたのかな？

S : ちょっとストップ。Dさん、Cさんの話を聞いていて、今どんな気持ちですか？

D : なんか、ちょっとイライラしてきた。わかってもらえてないっていうか…。

S : DさんよりもCさんの方が、たくさんしゃべっているように、私には聞こえています。Cさんはどんな気持ち？

C : ちょっと焦ってるというか…。

S : で、その焦りは身体のどのあたりで感じていますか？

C : (胸のあたりに手を当てて) この辺かな…。

S : じゃ、その感覚を味わうように感じて下さいね。Dさん、ここでワークをいったん中断しても大丈夫ですか？

D : ちょっと気持ち悪いけど、大丈夫です。

S : Cさんのワークが終わった後、まだ気持ち悪かったら言って下さいね。Dさんのワークを続けますから。

D : わかりました。

S : Cさん、胸の所は、今はどんな感じですか？

C : なんか、ジリジリしていて…自分を責めているみたいな感じです。

S : じゃ、そのジリジリしている感じそのものになったつもりで、自分を責めてみて下さい。

C : あんた、ちゃんと理解してないよ。ダメじゃん。よく聴かなきゃダメじゃん。ちゃんと聴きなさいよ。

S : 言われている方のCさんは、そう言われてどんな感じですか？

C : パニックってます。

S : 身体のどの辺に、どんな感覚がありますか？

C : なんか、頭のまわりがグルグルしてます。

S : その感じを味わうように感じて下さいね。

… … …

この後、責める自分と責められる自分の対話をていねいに進めると、“人の話をちゃんと理解できていない”と思い込んでいる自分と“理解できないことを認めない私”の葛藤が強く表れ、責める声は、さらに“理解できない私がいることを人に気づかれてはならない”、“そういう私は存在してはならない”と自己否定の度合いを増していった。また、その自分を他者に知られないために、言葉による説明を多用する自分に気づいた。

このワークは、次の機会に続けることにして、今回はここで終了し、先程中断したDのワークのフォローを行った。

Cからは後に、このワークを通じて、

- “人の話をちゃんと理解できない”と思い込んでいる自分とそういう自分を認めない自分の間に距離があることに気づいた
- “〇〇な私”と“〇〇しない私 (do not な私)”に分けておくことで安心することに気づいた
- 不安になると言葉 (説明) が多くなるが、そのことに今までは気づいていなかったなどの報告を得た。

IV 考察

1. スーパービジョンから派生したワークで自分の存在に初めてOKを出したA

事例1では、AがクライアントBの怒りの表出にたじろぎ、今・ここから目をそむけたように見えたところでSが介入し、ワークを中断した。ファシリテーターがクライアントに対して持つ現象学的な関心の大きな部分は、クライアントの“今・ここ”との関わりの中にどのような“地の構造”が働いているかである。その関心を満たすためには、ファシリテーターが今・ここで起きていることとコンタクト (接触) し

続けることが必要である。そして、地の構造を推察するには、クライアントが今・ここに居続けることに対して示す抵抗がどのようなものかを観ることが大切である。これは、Aがファシリテーター、Bがクライアントという構図においても、スーパービジョン&セラピー・セッションという設定におけるSがファシリテーター、Aがクライアントという関係においても同様である。

ワークを中断した時点で、Aは身体の中に恐怖感を見出した。これが、Aが感じている抵抗であり、この抵抗が“今・ここ”とのコンタクトを妨げているようである。この抵抗をじっくりと体験することによって、これが地の構造の中で、自分を“生きてはいけない存在”と思い込む過去の選択とつながっていることをAは再確認した。怒りに向き合う場面になるといつも生じるこの恐怖は、ファシリテーターとしてのAがクライアントと向き合う上では大変不都合であるとA本人が感じており、過去数年にわたってワークをし続けてきたことであった。

スーパーバイザーSは、クライアントBによる“急に腹が立ってきた”“お腹の中がグラグラしてきた”との感情表出に接した際のAの表情、次にAが“あの…、さっき‘せっかく説明してあげているのに’”と言っていましたよね”と言ったときに今までと声音が変わったこと、および上体をそれまでより少し反らしての発話の様子にAのプレゼンスの変化を感じて介入した。

このように、スーパーバイザーもスーパーバイザーも、ファシリテーションの現場という、まさに今・この時間と場のプロセスの中で起きていることに接し、その体験を深めることができるのが、ライブスーパービジョン&セラピーの効用であると考えられる。

このような介入の後には、Aがクライアント、Sがファシリテーターとして、今・ここで起きていることを体験し続けるワークをするのであるが、結果として、Aは自分が“生きている”ことを赦すことができたのである。これによって、今後、ファシリテーターとしてのAがクライアントと向き合う時のプレゼンスに、好ましい影響が及び、変化が起きるであろうことが推測される。

2. 不安になると言葉が多くなり説明的になる 自分に気づいたC

事例2では、Dと関わる際のCは、Dの“気持ち悪さ”を受けとめるにあたって、“気持ち悪い”と言っているCとではなく、あたかも“気持ち悪い”という言葉の発話の仕方やその意味とコンタクトしようとしているようにSには見えた。これは、Cが“つまり、最初は感じ始めたばかりだったから、本当は気持ち悪い感じが身体の中にあっただけ、あんまり強く感じなかったのに、もう一度感じて下さいって言ったら、その感じが前より強く感じられるようになって…。それからドキドキしてるって言ったのは、前より気持ち悪さが強かったからドキドキしたのかな？”と言っている時に、Cの視線がDをはっきりと捉えていないように見えたこと、Cの声がDに向かってというよりも、C自身に向かって話しているようにSには聞こえたことによる、Sの直観的推測である。

そこで、Sはここで介入することにした。この時にSが留意したのは、一つはCの中で起きている感覚・感情をCが味わうように体験する時間を持つこと、もう一つはDの“気持ち悪さ”が継続したままであったので、Dにとってここで中断しても大丈夫かどうかを確認することであった。これがスーパービジョン&セラピーの中のセッションであることをDも了解しているとはいえ、Cとの関係でクライアントであるDに起きているプロセスは、やはり最大限尊重されることが大切だとSは考えたからである。

Dには、後ほどフォローすることを伝えた上でこのワークを中断し、Cが感じていることを確認すると“焦り”が胸のあたりにあるということだったので、まずはそれをじっくり感じるよう促した。すると、その“焦り”が自分を責めている声に聞こえてきた。そこで、“責める自分”と“責められる自分”の間の自己内対話を、エンプティチャーを使って進めて行った。

その結果として、“自分が相手の話をちゃんと理解できていない”という強迫的な思い込みが図として現出し、これが不安を呼び、“今・ここ”でのDとのコンタクトを妨げたのである。さらにこの不安が、言葉による説明的な行動を引き

起こし、Dとの距離をさらに大きくする結果を招いた。SがDに、Cの話の聞いてどう感じたかを尋ねると、“なんか、ちょっとイライラしてきた。わかってもらえてないっていうか”という反応を示しているのがその表れであると考えられる。ここでは、“ちゃんと話を理解していない”というトップドッグの声が不安を呼び、そのことで説明的な発話が多くなり、そのことでクライアントの“わかってもらえていない”という反応を引き出し、実際に“ちゃんと理解していない”状態を生み出すという悪循環を招いていることになる。

これにCが気づいたことは、今後、Cがファシリテーターとしてクライアントと向き合う時のプレゼンスを大いに変化させる可能性を予期させる。

もちろん、今回は、Cにこのように思い込むよう選択させた過去の未完の事柄にまでは届かなかったことを考えると、ワークとしては表面的なものであったと言えよう。さらにこのテーマについてワークを継続することが望まれる。

Cとのワークが終わった後で、Dに中断したワークを再開するかどうかが尋ねたところ、今は気持ちの悪さが治まっているので、次の機会にするという答えが返ってきたことを付け加えておく。

また、ここに記した事例1, 2では、Sとのワークの後にスーパーバイザーがクライアントとのワークを再開することをしなかったが、別のスーパービジョン&セラピーの機会にスーパーバイザーがクライアントとのワークを再開した際には、その場でクライアントに対する関わり行動に顕著な変化が起きた場面を筆者は目にしていることも付記しておく。

V ライブスーパービジョン&セラピーの現代ゲシュタルトセラピー基礎理論との整合性

国分(1997)はスーパービジョンの定義を次のように述べている。“スーパービジョンとはスキルの指導法である。(中略)これの主たるねらいは訓練生(スーパーバイザー)の自己盲点に気づかせることである。(中略)スキルの指導で

なくパーソナリティーの指導をする場合は、これを教育分析と違って、スーパービジョンと区別している。”(pp.164-165)⁴⁾

Ⅲの事例で述べた方法で行うのは、スキルの指導ではなく、多くの場合スーパーバイザーの「今・ここ」でのプレゼンスに関わることであり、それはパーソナリティーの発現そのものに関わる。そうになると、筆者がライブスーパービジョン&セラピーと呼ぶものは、スーパービジョンではないのであろうか。国分の分類からすれば、これはスーパービジョンというより教育分析に近いということになるのであろうか。

この疑問を、改めて現代ゲシュタルトセラピーの4つの基礎理論と照らし合わせて考えてみたい。

1. “我-汝の関係”(M.ブーバー)⁵⁾

ブーバーの“我-汝の関係”とは、要約すると“目的や対象を持たない‘関係’という体験”であると筆者は理解している。この理解を踏まえて言えば、国分が言うようにスキル上の“自己盲点に気づかせること”は、“自己盲点に気づかせる”という目的と“訓練生(スーパーバイザー)の自己盲点”という対象を有するものということになる。

ゲシュタルトセラピーにもエンブティーチエアなどのスキルが存在し、スーパーバイザーはゲシュタルトセラピーを学ぶ過程においてそれらを身につけるが、それはファシリテートする“我”の関心を満たす方法の一つとしてである。ゲシュタルトにおけるスーパービジョンは、スーパーバイザーがクライアントを操作したり、スーパーバイザーが意図する結果を紡ぎ出すためにそれらのスキルを用いる関係(ブーバーの言う“我-その関係”)を持たず、純粹に関係を体験しようとするプレゼンスを保つことに焦点が当てられるのであるから、これはスキルの問題というより人格の問題と捉えられる。

フローリー=オーディとサーネット(2010)は、精神分析におけるスーパービジョンについて、“スーパーバイザーの専門的成長と個人的成長、あるいは職業的仮面と人格とを区別することは、もはや不可能である”(p.165)⁶⁾と述べ、“治療は指導契約に含まれる”としている。こ

れは、人格へのセラピー的関わりがスーパービジョンに含まれることを意味しており、ゲシュタルトのスーパービジョンにも同様なことが言えるとすれば、筆者が提案するライブスーパービジョン&セラピーと呼ぶ関わりが、ゲシュタルトセラピーにおけるスーパービジョンにも必要であることになる。そして、その過程でスーパーバイザーがゲシュタルトセラピー的にスーパーバイザーと関わる時、“我-汝の関係”が求められることになると思うのが妥当であろう。

2. “ゲシュタルトセラピーに機能する現象学の3つのルール”⁷⁾

クロッカーはスピネリの論文を引用して、ゲシュタルトセラピーに機能する現象学のルールを、①判断停止（正誤・善悪・良悪などの判断や、先入観による判断を一時保留する）、②描写（知覚しているものに意味づけをせずに観察する）、③水平化（価値の大小を考慮しない）としており、これを体現することがゲシュタルトセラピストに求められるとしている。国分の言うように、スーパービジョンが“指導”であるとするれば、指導上の評価基準に沿って何が優れ、何が劣っているか、何が正しく、何が正しくないか、何に価値があり、何に価値がないかを判断し、“より良い、関わりができるように助言する”ということであり、現象学の3つのルールには馴染まない。

筆者が提案するライブスーパービジョン&セラピーの中でのスーパーバイザーが現象学の3つのルールに沿うとすれば、スーパーバイザーの関わりが良い悪いなどの判断は保留し、関わり方に意味づけをしたり名前をつけたりせず、またどのような関わりが大切か大切でないかを斟酌せず、ひたすらスーパーバイザーの心と身体の中で何が起きているかに関心を持ち続けることに徹するプレゼンスを磨くことが大切ということになる。

3. “変容の逆説的な理論”（A.バイサー）

バイサーの“変容の逆説的な理論”は、“今の自分と違う“なりたい自分”になろうと努力をしてもそうはなれない。変容は、今・この自分があるがままに体験することのみによって

起きる”とするものである。スーパービジョンが、国分の言うようにスキルの指導であるとするならば、スーパービジョンの結果として課題設定をし（なりたい自分像を決め）、そうなるための練習方法を考えたり努力の方向性を決めたりすることが求められるであろう。一方、“あるがままの‘今・ここ’の自分を体験する”プロセスとは、即ちゲシュタルトのワークそのものであり、ライブスーパービジョン&セラピーにおけるスーパーバイザーがセラピー的に関わるならば、スーパーバイザーが今・この自分があるがままに体験する働きかけが必要であろう。

4. “場の理論”（K.レヴィン）⁸⁾

この理論の中でゲシュタルトファシリテーターにとって大切な部分を要約すると、“場の構成員一人ひとは、場の中にいるだけでなく、場を形成する要因である。場は構成員の在りようが影響し合って形成される”のと同時に、“場で起きることには、一つの原因があって一つの結果が生じるという因果律は馴染まない”ということになる。スーパーバイザーの、クライアントとの関わりを検討する際に、“この場面で、スーパーバイザーがこのような質問をし、このように関わったことで、クライアントはこのような反応をした”というようなやりとりが起きるとすれば、これは因果関係を検討していることになり、“場の理論”と矛盾する。“場の理論”を基本に置いてゲシュタルト的にスーパービジョンを行う場合、クライアントとのやり取りの中で起きるスーパーバイザーの現象学に目を向け、スーパーバイザー自身がそれを体験する“場”を共有する姿勢が、スーパーバイザーのプレゼンスとして必要ということになる。

以上、見てきたように、4つの理論とゲシュタルトにおけるスーパービジョンの在り方の一つとして、筆者が提案するライブスーパービジョン&セラピーの方法は妥当であると考えられる。

VI 現象学的還元を体験するプロセスとしてのワークとゲシュタルトのスーパービジョ

ンの在り方、そしてファシリテーターのプレゼンス

さて、上述の4つの基本理論を礎として行われるゲシュタルトのワークとは、何が起きる場なのであろうか。改めてこの点に焦点を当てて考えたい。

例えば、仮に「人が怒声を発するのを聞くと、身体がすくんで頭が真っ白になる」ことについてワークをするクライアントがいるとしよう。ワークを進める中で、ファシリテーターなりグループメンバーが怒声に近い声を発し、それを聞くとクライアントは「今・ここ」で自分の身体がすくみ、頭が真っ白になる瞬間を体験するかもしれない。その時の体感と感情を、そのまま味わうように感じることを促されてそうしていると、ふいに父親の顔がイメージに浮かんでくるかもしれない。この瞬間、クライアントは、自分の心の中では怒声が父親とリンクしていることに気づく。さらに父親の顔を心に浮かべながらさらに怒声を聞いていると、小学校低学年のころのある夏の夜に父親がビールのつまみにと楽しみに皿に乗せてテーブルの上に置いておいたクサヤの干物を、自分が抱いていた猫がペロリと食べてしまい、その瞬間、父が鬼のような顔をして大きな声で怒鳴ったシーンが浮かんでくるかもしれない。クライアントは、その時、あまりの恐さに身体が硬直し、「ボクじゃない、ボクじゃない」と言おうにも声が出ず、頭が真っ白になっている自分を再体験しているかもしれない。この瞬間、いつもはボクにあんなに優しいパパが、この時だけは鬼のような顔で怒鳴ったので、それが目と耳に焼き付いてしまったことに気づくかもしれない。一方、その鬼のような顔とじっと向き合うことをファシリテーターに促されたクライアントは、パパの目が、実はボクを見ているのではなく、猫をにらんでいることに、突然気づくかもしれない。すると、「あっ、パパはボクを怒鳴ってたんじゃないんだ。猫を怒鳴ってたんだ」ということに気づき、その瞬間、硬直した身体がゆるみ、涙があふれ出し、それと共に大きな安堵感に包まれた身体を感じるかもしれない。

仮の一例を示したが、これは、ゲシュタルト

のワークとは、フッサールの言う現象学的還元を(論理的にではなく)、感覚的・感情的・直観・体験的にクライアントが体験するプロセスであることを示したかったからである。

フッサールの言う現象学的還元について竹田(2003)は“…暗黙の信憑の条件となっているものを問いつめてゆくとどうなるだろうか。最後には、最も単純な、ものがここに(〈私〉の前に)実存する、という確信の条件は何だろうかという問いにぶつかる。このため現象学的〈還元〉は、〈主観〉が、ものの像が表象されている〈意識〉の場面から、どのようにひとつの外的な実存物の確信が生じるのか、といった、〈意識〉の内在的な構造を問題にすることになる(p.210, 下線はオリジナルでは傍点)”⁹⁾と述べている。

これは、人の自然なものを見かた、感じ方、確信(上の例では“怒声は身体をすくませ、頭を真っ白にさせる”)には様々なレベルで暗黙の信憑が含まれており、その暗黙の信憑がどこからどのようにつながることでその確信を生むかということに気づくためには、内在的な構造、すなわち“地の構造”を図から地に向かって還元していくことが必要だということだと解釈できる。

現象学の方法は、〈意識〉の内在的な構造を論理的に遡るのであるが、ゲシュタルトセラピーでは、感情・感覚・直観・体験的に遡り、気づきという形で実感するのである。

ゲシュタルトのスーパービジョンは、スーパーバイザーがファシリテーターとして、クライアントが自分の中で現象学的還元を体験する場をクライアントと共有する居かた、関わり方の在りようを磨き直すための機会とっていいであろう。

その在りようの根幹が現象学的なプレゼンスであり、「我-汝の関係」であるならば、ファシリテーターは何ら先入観や予見を持たず、理論的あるいは社会的など、あらゆる規範や枠組みに沿った評価や価値判断をせず、クライアントが“今・ここ”の自分に起きていることをひたすら感じ取り、“変容の逆説的な理論”のプロセスを安心して体験できる安全な場が共有できるプレゼンスを持つということになる。

それは、ファシリテーターのプレゼンスが、ゲシュタルトセラピーのスキルや理論を、思考レベルで目の前のクライアントに重ね合わせて“～のために～をする”ことが好ましくないことは、上に論じてきたところから明らかであろう。そして、ファシリテーターに求められることは、スキルや理論を身体に染み込ませ（地の構造に取り込み）、目の前のクライアントに今・ここで起きていることが直接図になって見え、それと直接のコンタクトがとれるような在りようを持つことである。ゲシュタルトのスーパービジョンで磨きたいのは、そのようなプレゼンスと言えよう。

プレゼンスは、ファシリテーターの存在、居かた、姿勢であるから、つまりその人そのものである。“我－汝の関係”を持つ透明なプレゼンスを持つためには、ファシリテーター自身の中にある葛藤を統合したり、未完の事柄を出来る限りクリアにしたりして、ファシリテーター自身の中に抱えるものを目の前のクライアントに投影しないような自分になることが必要であろう。地の構造に何が含まれるかは人によって異なるであろうが、前述の例のように怒声を聞くとファシリテーターの中の葛藤や未完の事柄が図として飛び出してきて目を曇らせてしまうようであれば、クライアントとの今・ここでの直接のコンタクトを持つことが妨げられてしまう。

ゆえに、ゲシュタルトのスーパービジョンにおいては、ファシリテーターであるスーパーバイザーがクライアントと向き合う場で、どんな葛藤や未完の事柄が図（前景）となって目を曇らせるかを見出し、それがどのように出現するかに気づき、葛藤や未完の事柄をクリアする場であることが求められるのであり、そのような場を提供する一つの方法が、筆者が提案するライブスーパービジョン&セラピーなのである。

ライブスーパービジョン&セラピーの場では、スーパーバイザーがクライアントとワークをしている最中に、クライアントのワークを中断してスーパーバイザーの個人ワークに入るのであるから、クライアントは不全感を持つ可能性は高い。なので、スーパーバイザーのワークが一区切りついたところで、スーパーバイザーがクライアントとのワークを再開する、あるいは

はスーパーバイザーがフォローするなどして、クライアントの不全感を払拭することは大変重要であることを改めて附記しておきたい。

VII 結論

ゲシュタルトファシリテーターの能力とは、ゲシュタルトのスキルや理論を身体に染み込ませた上で、ゲシュタルトセラピーが礎とする4つの理論を地の構造に取り込んだプレゼンスであると言える。ファシリテーターのプレゼンスは、ワークショップの場がクライアントにとって安心して「あるがままの自分」を体験し、表出できる環境であると感じられ、また特定の枠組みや予見、価値観によって誘導、評価、批判されることなく、クライアントが感覚・感情・直観による現象学的還元と“変容の逆説的な理論”に述べられているプロセスを体験できる場と感じる大きな要因である。

そして、ファシリテーター自身がワークを通じて自分の葛藤を統合し、あるいは未完の事柄を完了し、クライアントと“我－汝の関係”が築ける自分になることによって、それを可能にするプレゼンスが保てるのである。

ゲシュタルトのスーパービジョンが、スーパーバイザーのプレゼンスを磨く機会であるとするなら、スキルの指導以上に、本人自身の「今・ここ」でのプレゼンスを、クライアントとの関係の中で体験し、今・ここで感じる障害と直接向き合い、今・ここで気づきと変容を体験する場をもつことが好ましい。この研究で紹介したライブスーパービジョン&セラピーの方法が、それを可能にすると筆者は考える。

もちろん、スーパーバイザーが向き合うクライアントが、自分のワークが中断されたことによる不全感を持つ場合は、今・ここでスーパーバイザーがフォローすることによって、それを解消することは大切である。

【参考文献】

- 1) 平木典子, 2012年, 「心理臨床スーパービジョン 一学派を超えた統合モデル」 金剛出版

- 2) Perls, F. S., 1973, *The Gestalt Approach & Eye Witness to Therapy*, Science & Behavior Books, p.148
- 3) Beisser, A., 1970, *The Paradoxical Theory of Change*, The Gestalt Therapy Page (<http://www.gestalt.org/arnie.htm>)
- 4) 国分康孝, 1997年, 「カウンセラーのための6章」, 誠心書房)
- 5) マルティン・ブーバー (植田重雄訳) 1991年 「我と汝・対話」 岩波文庫
- 6) メアリー・ゲイル・フローリー=オーディ, ジョーン・E・サーネット (最上多美子, 亀島信也監訳), 2010年, 「新しいスーパービジョンの関係ーパラレルプロセスの魔力ー」, 福村出版
- 7) Woldt, A. L. & Toman S. M. (Eds), 2005, *Gestalt Therapy, History, Theory, and Practice*. Sage Publications, p.67
- 8) Lewin, K., 2004, *Resolving Social Conflicts & Field Theory in Social Science*, American Psychological Association
- 9) 竹田青嗣, 2003年, 「現象学入門」, NHKブックス