

フォーカシングにおける言語化の機能について

－「象徴的意味のあることば」と「記号としてのことば」の2つの視点から－

横 道 美 穂

言葉を発声することを「言語化」と定義し、筆者がリスナーをつとめた63回のフォーカシング・セッションの中から、言語化により体験過程が推進していることが観察される5事例を挙げ、フォーカシングの体験過程の推進における言語化、言葉についての機能の提示を試みた。その結果、曖昧で漠然としているフェルトセンスをとらえやすくする「ハンドル機能」、ハンドル作業と同時に次のフェルトセンスを生み出す「象徴化促進機能」、言葉を発声し外に出すことで、感じや問題と適切な距離を取る「clearing a space 機能」、自分で話したその声を自分で聞き、リスナーの教示や介入なしに自動的に照合をする「自動照合機能」、媒体物としてフォーカーとリスナーで言葉の吟味が可能となり、フォーカーとリスナーの言語的やりとりの中で、フェルトセンスの全体像を把握することができる「焦点変更機能」、自分を励まし、ありのままを認める「encourage 機能」、を見出した。

さらに、言葉の中に存在する性質を、「象徴的意味のあることば」「記号としてのことば」と命名し、それらの特徴を検討した。「象徴的意味のあることば」は、①フェルトセンスを変化させ、その人にとって独自の象徴的意味が含まれている、②常にその人のからだ（体験）に帰り、次の「象徴的意味のあることば」を引き出す作用がある、③フェルトセンスから沸き起こる感じをつかもうとする、④類似した次の象徴にリンクする、⑤多義的なフェルトセンスを多義的な言葉で表現できる、という特徴があった。一方、「記号としてのことば」は、①フェルトセンスを変化させない言葉、②フェルトセンスからのメッセージではない客観的説明、第三者的描写の働き、という特徴があった。また、同じ言葉を使用していても、リスナーとの相互関係をきっかけとして「象徴的意味のあることば」として機能したり、「記号としてのことば」として機能したりと、ことばとしての性質は度々転換する。

これらの観点から体験過程を捉えることで、リスナーはフォーカーに、「象徴的意味のあることば」とフェルトセンスを切り離さず語ることをどのように援助していくかという、リスナーの在り方について、新たな課題を見出した。リスナーは「記号としてのことば」と「象徴的意味のあることば」を聴き分け、これらのことばの性質を変える、という視点を持つことで「フォーカシング」と呼ばれる体験的プロセス推進について、言語化という側面から理解を深めることが可能となる、と考える。