

ワークショップC：対人援助職のためのフォーカシング

「ある援助対象者（患者、クライアント等）と会う前や会った後は、いつも独特の感じがある」。対人援助職（医療者、心理士、ボディワーカー等。以下、援助職）であれば、誰しものような経験をお持ちではないでしょうか。それは重いような感じや、何かが引っかかるような感じかもしれません。このような、まだ不明瞭だが確かにからだに感じられる独特の感じ—フェルトセンス—は、言葉にしようとするとならぬことさへあります。フォーカシングは、フェルトセンスに注意を向け、それを言い表し意味を見出していく一連の方法ですが、考案者のユージン・ジェンドリン博士（Eugene Gendlin 1926-2017）は、「...」はその状況において私たちが見たり考えたりするよりもっと多くの複雑性を含んでいることを指摘しています（Gendlin, 1992）。援助対象者と援助職、双方の〈身〉が響き合う援助場面において、援助職は実に多くのことを感じていますが、その複雑な感じを整理したり、じっくりと聴いてもらえる機会はあまり多くありません。

「復職を急ぐ会社員との面接ではいつも息苦しいようなフェルトセンスがあった。それはクライアントの焦りだと思っていたが、フォーカシングをしてみると、いいアドバイスをしなければと呼吸も浅くたくさん話していた自分の姿が思い浮かんだ。焦っていたのは自分だったことがわかった」という事例のように、感じられるフェルトセンスに丁寧に関わり言い表していくことで、援助職の体験の新しい側面や意味、理解が現れてきます。対人援助職のためのフォーカシング・セッションでは援助職と聴き手という、援助場面とはまた異なる双方の〈身〉が「いま・ここ」で響き合っています。本ワークショップではフェルトセンスに触れるワーク、援助場面でのご自身の体験を振り返ること、そして話し手と聴き手の体験の相互作用を感じていただけるようなワークを予定しています。ご参加をお待ちしています。

参考文献

Gendlin, E.T. (1992) The primacy of the body, not the primacy of perception *Man and World*, 25(3-4), 341-353

平野智子 (2016) 「心理臨床家のためのセラピスト・フォーカシング」池見陽（編著）『傾聴・心理臨床学アップデートとフォーカシング：感じる・話す・聴くの基本』ナカニシヤ出版

【講師略歴】

平野智子

臨床心理士、The Focusing Institute (TFI) 認定 フォーカシング・トレーナー

会社員を経て大学に編入した折にフォーカシングに出会い、池見陽氏に師事。研究テーマは、フォーカシングを用いた対人援助職支援。

現在、関西医科大学非常勤講師、なにわ生野病院大阪メンタルヘルス総合センター、まちだクリニック、国土交通省近畿運輸局にて心理相談員として勤める。