

ゲシュタルトセラピー

「気づきに始まり、気づきに終わる」。その人らしさを身につけた全人的な存在になることを目指す、フレデリック・パールズが創始し発展させたゲシュタルト療法を日本に紹介し、ワークショップを長年続け、多くのセラピストを育ててこられた、ゲシュタルトセラピーの第一人者、倉戸ヨシヤ教授から体験的に学びます。

今ーここ という現象学的場

ゲシュタルト療法では、“今ーここ”を現在性といって重要視する。現在性こそが、クライアント理解や関わる手がかりの宝庫だからである。たとえば、父親のことを語っているクライアントが拳骨をつくっている場合、まず、拳骨をつくっているのは“今ーここ”であり、その現象が観察されるのも“今ーここ”という場である。

これをゲシュタルト療法では現象学的場とよんでいるが、この場こそ観察により気づくことができれば、多くの治療的介入の手がかりを発見することができる。

一方、クライアントの話す問題はトラウマ的体験であれ、心残りであれ、過去のものである。一方、神経症的不安であれ、恐れであれ、これらは未来を先取りしたものである。しかし、クライアントは単に過去になんらかの問題があったというだけではなく、現在においてもその問題を引きずって持っているということであり、一方、未来を不安に思ったり、恐れる場合も、現在においても不安や恐れを持っているということである。言い換えれば、過去のことも未来のことも、現在という時点で問題にしているということである。そして関わるという観点からは、過去のことも未来のことも、所詮、現時点でしか関われないということである。人間は過去に遡って解決したり、未来に飛んでいって経験できないのである。解決したり、経験できるのは現在しかないということになる。

したがって、ゲシュタルト療法では、トラウマや心残りの体験、あるいは未来の不安や恐れを“今ーここ”で再体験したり、先取りして経験することを心理治療的招きとして勧めるが、主眼は洞察を得て、現在を生きることができるようになるところに置かれている。

(『ゲシュタルト療法』倉戸ヨシヤ 駿河台出版 より)

日時 2012年11月23・24・25日(祝・土・日)

場所 アクティブラザ琵琶 〒520-1503 滋賀県高島市新旭町深溝 TEL 0740-25-7111

主催 日本吃音臨床研究会

参加費 一般参加者 33,000円 日本吃音臨床研究会会員 31,000円
(研修費、2泊3日の宿泊・食事を含む全ての費用)

問い合わせ先 日本吃音臨床研究会

〒572-0850 寝屋川市打上高塚町1-2-1526 TEL/FAX 072-820-8244

プログラム

8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

23日(祝日)				受付	①	夕食	②	コミュニティアワー
---------	--	--	--	----	---	----	---	-----------

24日(土)	朝食	③	昼食	④	夕食	⑤	コミュニティアワー
--------	----	---	----	---	----	---	-----------

25日(日)	朝食	⑥	昼食	⑦			
--------	----	---	----	---	--	--	--

23日(祝日)

① 出会いの広場

…新しく出会う人が互いに知り合い、リラックスできるように、からだを動かしたり、ゲームをしたりする、人間関係づくりのウォーミングアップ。

② 発表の広場

…どもる人本人は自分の体験を、どもる子どもの親は子どもとのかかわりでの体験を、ことばの教室担当者やスピーチセラピストの方は実践を、研究者の方は研究を発表し、参加者全員で分かち合う。

コミュニティアワー(交流会) … 参加自由の交流会。

24日(土)

③④⑤講義と実習・体験学習

…ゲシュタルト療法

講師：倉戸ヨシヤさん

コミュニティアワー(交流会) … 参加自由の交流会。

25日(日)

⑥ 対談

…倉戸ヨシヤ先生と伊藤伸二が、前日のお話と実習をふまえて、ゲシュタルト療法を、どもる子どもの指導やどもる人が自分らしく生きるために、またセルフヘルプグループなどの活動にどう生かすことができるかを対談する。フロアからの意見も拾いながら、参加者全員で深める。

- ⑦ みんなで語ろうティーチイン
…参加者みんなで、吃音ショートコースを振り返る。

◇ ◆ ◇ ゲストの紹介 ◆ ◆ ◇

《講師》倉戸 ヨシヤ（くらと よしや）

福島学院大学教授。上智大学グリーンケア研究所客員研究員。大阪市立大学名誉教授。マサチューセッツ大学大学院教育学部博士課程修了。Ed.D. San Diego Gestalt Training Center (ポルスター博士夫婦)より Diploma 取得 (1978)。International Gestalt Therapy Association 理事。American Psychological Association 正会員。日本心理臨床学会理事・日本人間性心理学会理事長などを歴任して現在は日本臨床ゲシュタルト療法学会理事長。日本人間性心理学会 2009 年度学会賞授与。

<主な論文および著書>

『ゲシュタルト療法—その理論と心理療法例』（駿河台出版社）『ゲシュタルト療法その理論と実際（パールズ著）』（ナカニシヤ出版）「ゲシュタルト療法」河合隼雄・水島恵一・村瀬孝雄編『臨床心理学大系』第9巻1 2 3—1 4 5、金子書房、1989、「ゲシュタルト療法」（編集）『現代のエスプリ』3 7 5号、至文堂、1998、「エンプティ・チェアの心理臨床」（編集）『現代のエスプリ』4 6 7号、至文堂、2006 など。

<翻訳>

『ゲシュタルト療法その理論と実際』（パールズ著）ナカニシヤ書店、1990
『ゲシュタルト療法バーベィティム』（パールズ著）ナカニシヤ書店、2009

ゲシュタルトの祈り

「私は私のことをする。あなたもあなたのことをする。
私がこの世に生を享けたのはあなたの期待に応えるためではない。
あなたもこの世に生を享けたのは私の期待に応えるためではない。
あなたはあなたであり、私は私である。
もし期せずして、互いに出会うなら、それは美しい。
しかし、もし出会わなかったとしても、
それは仕方のないことである。」

私とゲシュタルト療法との出会い

私がゲシュタルト療法に出会ったのは偶然であった。夢のスーパーヴィジョンを受けたとき、留学先の大学でのハードな勉学に挫折し、青息吐息になっている私と、その私を支えている私という実存的メッセージを得る経験であった。それはテニスのラケットに象徴的に投影されたセルフ・イメージの夢が、まさに目から鱗が落ちる経験であった。

夢とは、愛用のテニスのラケットが根元から折れているもので、気持ちが悪かったので、朝、スーパーヴァイザーの教授のところへ訪ねていったのである。夢の話をする、いきなり「折れたラケットになってごらん」と言われたので戸惑っていると、「私はラケットです」と言うのだよ、というのである。そこで、言われた通りにすると、今度は、「今、あなたはどのようなになっているか」と、聞かれるので、「私は首の根元から折れています」と言ってみたのである。言ってみたその瞬間、それまでは気づかなかったけれど、挫折するところまで勉強でくたくたになっている自分が体感できたのである。そうすると胸に熱いものがこみ上げてきて、ジーンと泣けてきた。もろに強烈なインパクトを受けたのである。

これがゲシュタルトだとは、まだ気がついていなかったのである。次のセッションでは、「どうだったか」と問われたので、「エキサイトしました」と答えながら自分のことを話し出したのである。留学10ヶ月間が経ち、単位を取りながら、修士論文も書いているときに睡眠時間を少なくして頑張っていたのであるが、「夢を見て挫折している自分のありのままの姿を見たような感じがした」と言うと、「テニスのラケットは夢の中でどこにおかれているか」と介入された。そこで私は、ベッドの上ですと答えた。そのベッドというのは代々アメリカの学生が寝ている藁でできたものであった。「日本ではもうこんなベッドは使っていない古いものだ」と言うと、「そのベッドになってごらん」と勧められる。「値打ちのないベッド（私）だが折れたラケット（自分）を支え憩わせている」と応えた。応えたとたんに、「あっ、そうか！」と身体中が熱くなる経験をした。身体中で感動と興奮を覚えながら私は、しばしの時間、ただ心地よさに酔っていた。これが、まだどのようなセラピーかを知らないで、経験したゲシュタルト療法であった。 (『ゲシュタルト療法』倉戸ヨシヤ 駿河台出版社 より)

◎参加申し込み方法

宿舎予約の関係で、11月10日を申し込み締切とします。

11月10日までに、はがきかFAXで請求いただければ、所定の申し込みはがきと参加費送金用の振替用紙をお送りします。ただし、定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込み下さい。申し込みはがきと同時に、振替用紙でご送金下さい。なお、全日程参加を原則として参加費を設定していますが、部分参加の方は参加費を事務局までお問い合わせ下さい。(もしくは「ホームページ・お問い合わせフォーム」にてご連絡下さい)

◎発表の広場での発表者募集

成人のどもる人は自分の体験を、ことばの教室の担当者や臨床家の方は実践を、研究者の方は研究報告を、どもる子どもをもつ親の方は、子どもとのかかわりから得た体験を、発表して下さい。毎年、いろいろな人の人生に触れるすばらしい時間になっています。発表をご希望の方は、参加申し込みのときに、その旨お知らせ下さい。追って、発表の広場の要項をお送り致します。発表の概要を事前にお出しいただくことになっています。