

2018年度ワークショップ実施報告

1 参加者

今年度も参加申込みの出だしはやや悪かったが、各世話人の尽力により最終的に昨年以上の参加者が集まった。今年の特徴は、参加者のほとんどが毎年参加される方や、世話人に何らかの関わりのある方が多かった。また、大学生・院生が6名参加し、若い方たちの新鮮でナイーブな感性を知り有意義な活動となった。

2 世話人

事前の案内で予定していた世話人がいろいろな理由で参加できなくなったために、最終的には稲葉、末武、渡辺、水野、柴野、高沢となった。事務局は柴野一人に全面的に依頼し、高沢は3日目から参加ということで、最終的に以下のグループが成立した。

3 できたグループの動きと経過

ア カウンセリングの基礎 水野康樹 担当

基礎グループは、ワークショップの参加が初めてというお二人で4日間の研修を行った。

お二人は全体会の雰囲気戸惑われていたが、グループに分かれて話し合っていくうちに心がほぐれていくと共に、カウンセリングが何かはぼんやりと理解していかれた。

研修の主な内容は、お二人の具体的な質問や要望、世話人からの提案により発達障害の事例検討やミニカウンセリングの実施と検討、バウムテストの体験と解釈の仕方や夢分析の事例、自律訓練法の体験などと多岐にわたるものとなった。

お二人は、今回の研修終了後もミニカウンセリングなどに取組もうと、意欲的な姿で研修を終えることができた。

イ ミニカウンセリング 稲葉 聡 担当

全体会後の研修1で自己紹介、研修2で稲葉からカウンセリングの基本的な考えと、それをベースに事例の紹介を行った。研修2の終了後夜9時から各自二人のチームを作り、10分程度のカウンセリングの実施と録音、お互いに立場を交代して面談実施、音声記録を逐一文字化する逐語記録の作成を深夜遅くまで行った。

翌朝早くホテルロビーで記録のコピーを参加人数分だけ作成し、研修3から全体での検討が行われた。中には記録ができない人もいたが、それも含めて全員の検討が進む中から、一回目の面談で物足りない人からもう一度挑戦したいということで、休憩時間や夜間にまで面談を取り直し、記録作成と意欲的に取り組んだ。

研修7から参加された2名の若い大学生も刺激を受けたか、面談と記録作成を行った。テーブル検討では、大学生の親世代に当たる人たちの真摯な話で、自分たちの親もこんな悩みを抱えていたのかと知る機会になったと同時に、メンバーからも子供世代の考えを知る貴重な体験になったという言葉も聞かれた。

ウ フォーカシング

末武康弘 高沢佳司 担当

カウンセリングの基本的かつ応用的なスキルとしてのフォーカシングについて、話題提供、グループワーク、デモンストレーション、ペアでの練習などを通して体験的に学習を進めた。当初11名が参加し、2日目終了時に1名が都合により帰宅。2名が別のグループに移動したが、3日目朝から1名が新たに参加。1名が他のグループから移動し、後半は10名の参加者となった。また、2日目までは末武が一人で世話人を担当したが、3日目と最終日は高沢が世話人に加わった。世話人と参加者をあわせると常時12名と人数が多かったこともあり、さまざまな意見のやりとりや相互作用、グループダイナミクスが生起しながらのセッションだった。そうした中で、それぞれの方が自分のニーズや気持ちに沿いながらフォーカシングを体験していた。最終日の午後は、TAE（辺縁で思考する）のエッセンスを使いながら、それぞれの思いや課題などを独自の表現で言語化した。それぞれの印象的な表現が心に残った。

エ ベーシックエンカウンターグループ 渡辺 隆 担当

世話人を含めて、10名のメンバーでグループがスタートした。20代の学生の方から60代までそれぞれの世代の方が集まり、男女のバランスもうまくとれていた。

1日目は、まだ緊張感があったが、沈黙も交えて、気持ちが動いた方から浮かんだ思いを言葉にしていった。

2日目になると、かなり深い思いを語ってくださる方がいた。メンバーが関わりながら気持ちの交流も生まれて、静かに涙を流す方もいた。

3日目の夜のセッションでは、本音を飾らずに伝え合うことができきて、気付きの生まれる瞬間を味わうことができた。

4日目には、ここでは安心してどんな思いも出すことができるという場の雰囲気が出てきた。

年代に関係なく、一人の人として、自分の思いを遠慮なく伝え合うこともできた。メンバーは、最後まで、時間が過ぎていくのを惜しみながら、その場の雰囲気を味わっていた。世話人も、いつの間にか一人のメンバーとして参加していると感じていた。