

ナマケモノレポート  
 こころとからだの学校 Skole

第Ⅱ期 2017

明日が変わる6つのメソッド

method 1 感じる



おがわさとし



海の中を漂っている肉食のワカメ



おなかを見せていいか  
 背中を見せていいか  
 迷っているハリネズミ

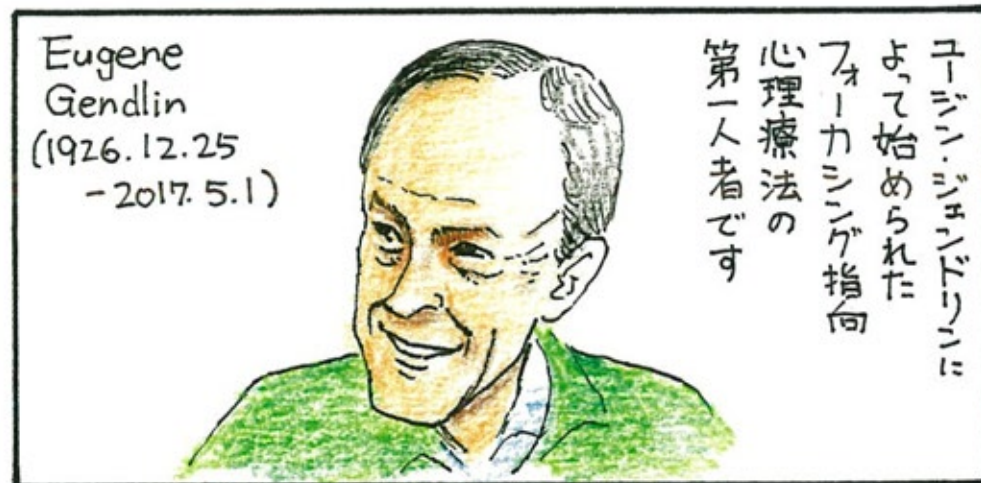


交差点のご真ん中で佇んでいるペンギン



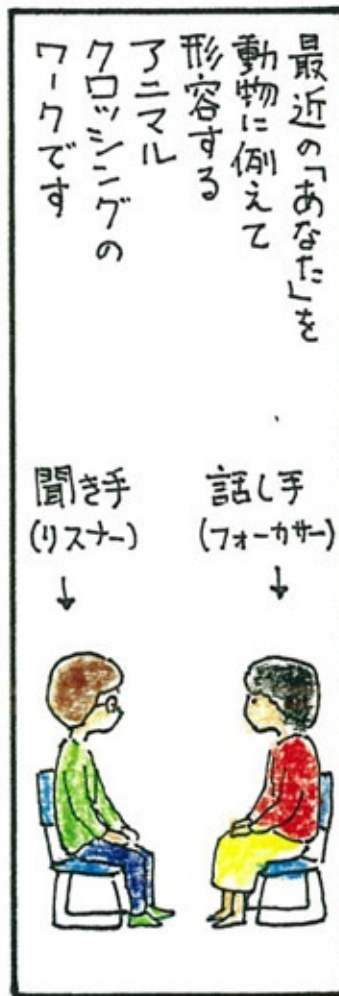
関西大学  
 臨床心理専門職大学院教授  
 臨床心理士

創元社が主催する  
 こころとからだの学校  
 スクール第Ⅱ期  
 第1回の講師は  
 池見陽さん



Eugene Gendlin  
 (1926.12.25 - 2017.5.1)

ユージン・ジェンドリンに  
 よって始められた  
 フォーカシング指向  
 心理療法の  
 第一人者です



最近の「あなた」を動物に例えて形容する  
 了ニマル  
 クロッシングのワークです

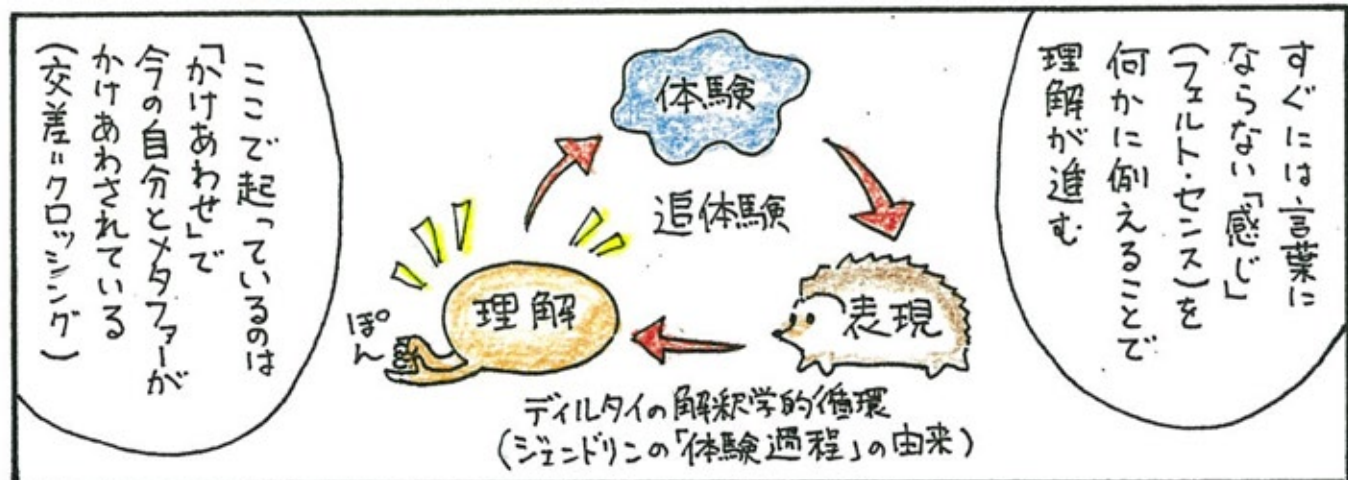
聞き手 (リスナー) ↓  
 話し手 (フォーカサー) ↓



自己なるものが  
存在するのではなく  
表現することで  
現われてくる

それがアミラル  
クロッシングで  
分かることです

あーまーなまーで  
精密であり  
身体性もある



すぐには言葉に  
ならない「感じ」  
(フェルト・センス)を  
何かに例えることで  
理解が進む

ここに起っているのは  
「かけあわせ」で  
今の自分とメタファーが  
かけあわされている  
(交差クローッシング)

ディルタイの解釈学的循環  
(シュンドリンの「体験過程」の由来)



それによって  
話し手の体験が  
豊かになっていく

聞き手は  
その自分の  
追体験を重ね  
(もう一つの交差)



語っている中で  
イメージは  
変化していく

あーれ?  
潮の香りが  
してきただぞ



ここでは  
聞き手は理想的な  
傾聴をしています

ここに起っているのは  
まさに「アミラル」の  
過程です