

見られる臨床、見る臨床

京都文教大学
講師 高橋紀子



グループ臨床はなにかと人目にふれます。例えばすきっぷの場合、担当する子どもだけでなく、他の参加メンバーやスタッフの目にふれます。そしてビデオを通してリアルタイムでサポートスタッフの目にふれ、日を変えて親グループで鑑賞されることもあります。

グループ臨床に初めて携わった頃、この「見られる」構造には少なからずインパクトを受けました。これはケースカンファレンス等で文章としてまとめたり口頭で伝えたりするのはわけが違います。視覚的情報は、言葉にならない情報もすべてそのまま、取捨選択されず伝わってしまいます。

自分のコントロールがきかないところで複数の人の前にさらされると、プライドが傷ついたり、恥をかくことも多々あります。初心者であれば至らないのは当たり前であるはずなのに、初心者である程、できないことは傷つきとして体験されやすいからやっかいなものです。

現在、グループ臨床はあらゆる臨床領域で実践され、その効果が確認されています。それにも関わらず「グループは苦手」と敬遠されがちなのは、この人目にさらされることの怖れも一因ではないでしょうか。

しかしこの「見られる」体験は、グループに限らず心理臨床を学ぶ上でとても有益な体験になるのかもしれないと、すきっぷに携わらせていただく中で感じました。

というのも、録画されたグループの様子を見てみると、同じ場所にいた時には気づけなかったサイン、聞けてなかった声を実に沢山拾うことができるのです。

その場にはいないとみえないことがあるように、その場にいるとみえないこともあるようです。よくよくみるようにすると、その両方をみる目が養われるように思いました。

また、ビデオをみてグループを振り返ると、子どもの理解だけでなく自己理解もすすみます。自己理解がすすむと、心理士としての反応と一個人としての集団に対する反応の違いが明確になります。また、子どもと自分を重ね思い入れて、子どもを見失うことを予防します。

そしてこの主体的に「見る」という行為は、見られる怖さから自分を守ることに通じるように感じました。見られるとなると相手に自分を姿をさらす様を連想しますが、見るという行為は、軸を自分に取り戻し、心を支える力があるようです。

やってみるだけの価値はありそうです。ぜひ、積極的にすきっぷを見てください。

ビデオに映る自分達のその時の思いや意図と重ね合わせながら映像に映る姿を見ると、動きや佇まいといったひとつひとつが心とつながっていることに気づかされます。

また、「見られる」体験を自分の手に取り戻すもうひとつの方法として、見た人からのフィードバックも有効だと感じました。この時大事なのはコメントを「言われた」と思わないことでしょうか。それでは「見られた」と一緒になってしまいます。もらった言葉は一気に飲み込まず、また簡単に吐き出さずに、自分なりによくかんで、それに対する自分の感じや感覚を確かめる。

「見られる」を「見る」へと取り戻す際、言葉にならない体験を大切にしながら実感を重ねて行くと、体験が煮詰まらず、やわらかなものになるように思います。

すきっぷに関わる院生の方達は「見られる」を「見る」へ変える力を持っているように感じます。心を扱う覚悟や真摯さは経験だけで獲得されるものではないことを、すきっぷの皆さんから教えていただきました。頼もしい人達と臨床する機会を持ったことを、とても嬉しく思います。

すきっぷOBOGの皆様。是非実際にすきっぷを見にきてください。見られることを力に変えて、すきっぷは今後ますます頼もしい存在になりそうです。

