

クライアントとの関わり

JATFT

クライアントとの関わり ロバート・プレイ

私は、40代の女性と彼女が8歳のときの経験を分かち合ったことがある。この仕事を長年しているが、8歳の子供に与えられた暴力と痛みのレベルは今までで一番ひどいものだった。詳細は語らない方がいいだろう。彼女は、性的、肉体的、そして情緒的にむごい虐待を受けただけでなく、他人に同じような虐待をするのを強いられた。彼女のストーリーを聞いて、私は泣けてきた。私がクライアントとともに泣くのは、珍しいことではない。クライアントとともに笑うのなら、ともに泣くのが私のルールである。

しかし、彼女のひどい話の詳細は、私のベテランの感覚にもつらすぎるもので、私の動揺はどんどん増していった。私は泣きすぎて、話を聞けなくなった時点で、彼女を止めて、TFTで自分を治療した。私は自分の代理受傷体験から少し立ち直り、彼女は続きを語った。

私は、TFTで彼女の苦しみを援助することができ、彼女が体験した暴力の証人となることで彼女を援助でき、これらの出来事と彼女の人生を意味あるものにする道徳的援助ができたのだ。TFTを学ぶ以前なら、私は彼女がそういった話を語るのを止めたかもしれない。熟練して熱心に人を援助しようとするほど、このような強い感情を避け、自分自身を守る理由を見つけるだろう。そして、彼女にはこれは重すぎて続けられない、という言い訳をする。または、彼女にこれらの出来事を部分ごとに分けるよう提案し、ひとつひとつ取り組んでいってほしい。私の感情的な反応から、彼女はこの話で私を傷つけてはいけなくてやめるべきだと感じたかもしれない。話を止める理由というのは、魔法のように出てくるものだ。しかし、TFTのお陰で最後まで続けられたのだ。

この話をもたらししたのは、翌週に現れた。「前のセッションからつかえていたものは何だったの?」と私が聞くと、彼女は答えた。「私の人生の中で、子供の頃に起こったことで、他の人が泣いてくれたことは初めてだということです。」これは、私にとっても、彼女にとっても大きな意味があった。われわれの関係は育ち始めた。彼女は今では、自分の体験を分かち合うことは安全だと信じている。これは、いろいろな意味で彼女にとっては初めてであった。彼女は、他の人との関係の中で、自分のストーリーを打ち明けることに初めて安全だと感じたのだ。彼女は私に気を使う必要がないことも私が彼女をいつでも援助できることもわかっている。

クライアントが恐ろしい話や暴力、痛み、苦しみなどの話で訪れるときにも、彼らと安全に関わりあえるという認識は、TFTを学ぶ利点となってきた。クライアントもわれわれ自身も情緒的混乱をすくすく和らげることができるのだ。侵襲的イメージやその他の症状が取り除かれると、自分に何が起きたのかを整理し理解するという作業が必要な時がある。これら全ての出来事が自分の人生においてどんな意味を持っているのかを理解できるようになるために、自分のストーリーを誰かに語る必要がある。

TFTテクニックをうまく使うために感情移入は必要ないが、それは外傷ストレスからの回復の専門家として、私の仕事の重要な部分である。これは、私が代理受傷によくさらされていることと彼らのストーリーを通して彼らの体験を証言できることに伴う動揺にも関係していることを意味する。非常に苦しんでいる人々と関わっても恐れることはない、というのが私の教訓である。彼らの人生の恐ろしい話も私を傷つけることはない。TFTで、自分のクライアントの状況に関わらず、援助や希望を与えられるのだ。我々が援助しているときでも、後に記憶が出てきても、私は自分自身を治療できる。

私はクライアントを援助でき、この分野、人間の反応そして自分自身に関することについて、もっと援助する方法を学ぶこともできる。外傷的ストレスからの回復は私の転職であり、私はキャラハン博士、同僚たち、そして恐れることがない方法を導いてくれたクライアントにも大いに感謝したい。

Engaging Clients Fearlessly by Robert L Bray
Thought Field Center of San Diego
www.rlbray.com ph.619-283-1116

Bray, R. L. (2006). Thought field therapy: Working through traumatic stress without the overwhelming responses. *Journal of Aggression, Maltreatment, and Trauma*, 12 (1/2), 103–123.