

The Folio

A Journal for Focusing and Experiential Therapy

Volume 21, Number 1, 2008, pp.307-313.

## PARTNERSHIP, FRIENDSHIP AND MENROING

パートナーシップ、友情、そしてメンタリング

**Thérèse Fortier and Solange St. Pierre**

テレーズ・フォルティエ&ソランジュ・サン・ピエール

訳：早川大智・森川友子

私たちはこの体験をシェアすることが、おそらくとても興味深いことなのではないかと信じています。私たちのパートナーシップ体験はそれぞれ違って、そのことが、私たち一人一人の成長を、様々なレベルでもたらしてきました。人間として十分に自己実現しようとする際に必要な何かに触れていく方法としての、こうした実践を励ますために、私たちはお伝えする価値のある情報を持っています。いかにフォーカシングのパートナーシップが素晴らしいものであり、関係を豊かにするツール足り得るのか、私たち自身の経験からお話ししたいと思います。

### テレーズ

私は、テレーズ・フォルティエ。82歳です。数年前に教師を退職しました。フォーカシングのコミュニティにいる人の多くは、私が1996年からパーキンソン病を患っていることをご存じでしょう。私は慢性的な腰痛に苦しんできました。あらゆる治療法を試みましたが、痛みを軽減する方法は見つからず、職も辞さねばならず、残りの人生ずっと鎮静剤を飲み、床に根が生えたように自宅に居るしかありません。取り残されていると感じることはしょっちゅうで、死が迫ってきていると感じるのは悲しいものです。私の病は治療できる類いのものではなく、症状はただ悪化の一途をたどります。進行性の病気であって、次にどの症状が控えているのかわかりません。嚥下困難なのか、もう書けないということなのか。“命”が徐々に逃げていくようです。時々、ここを出て緩和ケアに移った自分を想像します…もう戻ってくることは出来ない自分を。

私は、孤独の様々な段階を通り抜けてきたのですが、実のところ、今は以前ほど孤独を感じてはいません。私は学んだのです。私は少しずつ、少しずつ、自分の道を見つけってきました…徐々に、です。フォーカシングに次ぐフォーカシングによって、孤独についての不安やパニックへの敏感度を下げていきました。今、私の一部は、パニックや行き止まり感が減ったと感じています。家で、全く一人で過ごす日も、もはや悲劇ではなくなりました。病に関連する不安は確かにありますが、そんなに長くは続きません。たまに自分の不安に気づかない時があり、そんな時、お腹の状態は悪くなります。それに注意を向けてみると、お腹は、それ自身の話を始めます。私の問題は身体にしっかりと据えられていますが、私は以前のように、それを悪いようには脚色しなくなっています。このギフトは、私の内的世界に対するリスニング・リレーションシップから得たものです。そして、その対話を、私のフォーカシング・パートナーが、しょっちゅう、熱心に支えてきてくれました。

ソランジュとは2002年の夏に出会いました。ボランティアで参加していた集中トレーニングの終わりで、私は、フォーカシング・パートナーになってくれる人が欲しいという、深い願いをグループに話しました。そして、とっても嬉しかったことには、ソランジュ・サン・ピエールが手を挙げ、「パートナーになれば光栄です」と、言ってくれたのです。そして、それが、私たちの冒険の始まりでした。

私の身体は、深く緩みました。私がどのくらい幸せだったか、語らせてください。私は彼女に「いまずぐ始めましょう」と、お願いしました。そこから始まって、私たちの経験の共有は6年目になります（私たちは100km以上離れたところに住んでいるため、そのほとんどは電話によるものです）。始めの頃、モンリオールに住んでいるソランジュがトロアリヴィエールにいる私の処まで来てくれました。それで、お互いのことを多少、良く知ることが出来ました。最初にセッションをしたのは2002年の8月でした。それ以来、二人でフォーカシングをしなかった週は、ソランジュが休暇を取ったりワークショップに行った数週間だけです。

こうして、私たちの関係の始まりや、私たちがとてもコンスタントに触れ合ってきたという事実を書いていると、私は幸福と充実感の、温かい感覚を感じます。私は生涯を通してソウルメイトをずっと探してきました。82歳の私は今、誇りを持って、“私は自分で蒔いた種を収穫している”と、言うことができます。

私たちがこの体験から気づいている最も重要な恩恵は、私たちの、内面の変質です。私たちの相互の関わり合いは注目すべき変化を引き起こしました。その上、週一回のフォーカシングという魔法のようなやり方を通して、私は、孤独と病気の2つを飼い慣らし、私は長い道程を経て、自分の内側全体との関係、他者との関係に、たどり着くことができたのです。

もちろん、小さな、不安なテレーズはまだ、ここにいます。けれど、内面のプロセスに注意深く気を配っていることによって、全ての小さなフィーリングと、それにくっついている身体的感覚を、世話することができます。私に割り当てられた30分、ソランジュの共感的な傾聴のあるその30分間で、ゆっくりと、私の不安な生活スタイルを変えるためのチャンスを見つけました。親しい友人や家族に接するときに、私は以前よりもしっかりしていますし、内側の静けさのような質のものを感ずることが出来ます。私は強くなっています。私は自身の感情や認知に疑いを持つことが少なくなりました。私は、自分の言うべきことについて、自分の内側でしっかりとした自信を持つようになりました。例えば、それまで親密な関係になれると確信していた人達から自分が立ち去るようなことも出てきています。

一週間ごとに確保された、こんな体験を持てるようになったことで、私は助けられ、暗暗裏のものはいつもそこにある、ということを見ました。私の呼吸は、今私が良い気分だと教えてくれています。徐々に、一步一步、私の注意を引く多くの問題は、移り変わってきています。これを書いている今も素晴らしく気分が良いです。ここ3~4年間、私の中の何かが、良くなって来ているのを私は感じています。ソランジュとの関係に感謝しています。この関係は私が今まで経験してきた他の全ての関係と異なるということも、言うておかなければなりません。このような定期的なリスニング、意見を差し控えながらお互いを分かち合う体験を持つことで、私たちは親しい友人になりました。しなやかで透明で、純粹で、真実の関係は、私がリラックスした在り方で生きていくことを可能にしてくれます。

## ソランジュ

テレーズのことはよく知っているのですが、今こうしてテレーズが書いたものを読んでいると、深く胸を

打たれます。私は彼女の透明性、真実さを知っていますし、彼女の文章の中にもそれを見出しました。私たちの歴史は、語る価値があります。なぜならそれは、素晴らしいものだからです。それはフォーカシングに情熱を注いだ2人の女性についての話であり、また、ほとんどの友情関係において到達されないような親密さに向かって、冒険を挑んだ者たちの話です。

私は55歳です。テレーズは、私の母ほど年が離れています。しかし私たちの関係は母と娘のような関係ではありませんでした。私たちのやり取りが始まった時の、フォーカシングセッションを思い出します。電話（でのフォーカシング）では落ち着かないと思ったので、私はトロアリヴィエールに行きました。ソファーに座り、自身の内面の世界に向かいました。そして私は、幼少期に源を持つ“それ”と対話していきました。今まで耳を傾けられてこなかった“それ”。そうした古い場所に私は触れていったのです。私は、子どもの頃に持っていた、幼い自分には到底大きすぎた孤独を、感じました。その部分が、ついに耳を傾けてもらったことは、とても良い体験でした。交代して、テレーズのリスナーになりました。…マジックのようなことが起こりました。彼女の中の内なる少女は、私の内なる少女と同じペースで、震えていました。私は彼女と一緒に学校の運動場に居るかのような感じを持ちました。もし私がテレーズと、6歳同士の時に出会っていれば、それはそれは壮大な物語を体験したに違いない、という確信を持ちました。2人の子どもによって共有された、共謀と遊びの感覚は、繊細で、好奇心に満ち、いたずら好きであり、この感じはテレーズとの関係性の中にいつも存在しています。

私たちの6年間にわたる生産的なパートナーシップの中で、フォーカシングのミステリーと同様に、関係性のミステリーというものをたくさん発見しました。これらの発見が、ドアを開け、内側の世界に通じる驚くべき小道へと私を導き、そこには宝物がいっぱいで、新鮮な気づきがありました。私たちは、子どもの頃の傷や、愛や友情の悲しみ、実際生活上の予期せぬ出来事や困難に直面する不安など、幅広く探索してきました。私たちの友情はフォーカシング・パートナーシップによって育まれました。—そして—、何度か、関係性の異なる側面を探求することが必要になったセッションがありました。私たちは、ジャネット・クラインのモデルを、私たちが知っている限り用いて、行いました。

## テレーズ

それは、昨年起こりました。私たちの関係に不快な側面があり、それで私は悲しみを感じていました。火曜日の晩、いつものようにセッションを持った時、私はソランジュにインタラクティブ・フォーカシングのセッションを提案しました。彼女は“もちろん、いいわよ”と応えました。

ソランジュは、いつも電話に出るわけではなく、すぐに折り返しの返信もしないタイプの人です。彼女はひきこもり、つまり、長時間一人で居ることが必要な人です。私のニーズとは異なっています。私は一人で居る時、とても重たくなることがあり、そんな時、私の電話にすぐ反応してくれる人が欲しいのです。どんな人間関係でもそうでしょうけれど、私たちは違う人間なので、人間関係が不快の源になることがあります。この特定の文脈の中での不快感は、私にとっては、無視したり脇に置いたりできないもののように思われました。選択の余地はありませんでした。その感じが聞き届けられるために、私は、その不快感について話す必要がありました。それはあまりに大きく、“近すぎる”感じでした。私は行き詰まりを感じていました。自分が以前のようなパターンに戻っていると感じました。このときは、心地よくなかったし、幸せでもありませんでした。

共感的な言葉を用いて、パートナーは、私がよく知っている小道を通して内側の場所へ行けるよう私

を誘いました。そこは、私がよく居たことのある“場所”で、発達も変化もないような場所です。その30分で、私は、2人の関係について内側が語るのを聞きました。そしてそのことによって、暗在していたものが開けました。私は、テレーズの新しい部分の創造主になったのです。私の中の新しい部分は、ものごとを、それが起こるままに語ることができますから、その結果、関係それ自体が生まれ変わり、変容することが可能になりました。このプロセスは新たな態度をもたらし、そして、新たな行動がそれに続いて生じました。

私たちの間の、この種のコミュニケーションは、私たちの関係をより親密にしたのだということをお伝えしたいです。私たちが実践しているような、関係についてのフォーカシングは、葛藤を癒し、親密さを増すための素晴らしい方法です。

2、3年前、数人の友人から「ねえテレーズ、あなたは変わったわね」と言われるようになりました。そして、私がそのこと全体に思いを巡らせた時、ジーンの論文が、記憶の中から蘇りました。それは1976年に私を驚かせた論文、“人格変化の一理論”です。フェルナンド・ルーセルによって翻訳され、モンリオール学際センター（MIC）で使用されていたもので、私をフォーカシングからジーンの理論へと導いてくれたものでした。

私がフォーカシングを通して美しい変容の旅に取り掛かる以前に、イヴ・サン・アルノーによってまず人間性心理学を学び、それを学びの基礎としたということを言わねばなりません。ジーン・ジェンドリンとイヴ・サン・アルノーは人間性心理学の学者です。心理学の世界で、とても影響力を持ち、偉大で才能にあふれた2人の先生から学んだのだと思うと、私は彼らの生徒であったことが誇らしくなります。私は全てを自分のものにできているわけではありません。うーん！。私に分かることは、今私のフェルトセンスは、お腹のあたりに“ゆったりと広がっている”ということです。それは言っています。“広がる必要がある…成長するために”。

私の道のりにあったすべての標石に名前を付けるために、今私は、この脱線が必要としています。まるで今まさに、フォーカシングのプロセスにいるようです。開けが起こり、私は自然に、この論文の中でそれまですべて根底にあったものに、触れました。私は、私の変容のレベルを推進させたものに触れたのです。いくつかの学派では、パーソナリティは変化しないとされています。ジーンはそこに他のものを持ち込みました、それが私を感動させたのです。私は、人が変容可能なかどうか、そしてこの変容とはフォーカシングを通して可能なかということを知りたいと強く思っていました。フォーカシング・パートナーをしてソランジュに連れ添うためには、まずその前に、自分のフォーカシングをすることが大事であると、私は今では分かっています。私はまず、内面のプロセスを経験することが必要でした。そのあとで、次へ進むことが出来ました—誰か他の人に同行して貰いながら。

## ソランジュ

テレーズが記した私たちの旅路には、3つのステージがあることが分かります。一番目は、私たちが自分自身のプロセスを生き、それを内側から認めることをしなければならなかったということ。二番目は、自分の内側の場所に入っていける能力です。内側の場所というのは、そこに入れば、人に寄り添ってもらいながら自分自身に耳を傾けることができる、そんな場所のことです。3つめは、二人の人間の間に築き上げられた関係のために、変容の場（transformational space）を開くことです。—これは、私たちの

関係すべてにおいて、変化を導くものです。

私は、これらのステップについてその深淵な意味を本当に理解するために、すべて一つ一つ、行わなければなりません。最後のステップは“関係性のフォーカシング”で、そこでは二人の人間が、関係性の場の中で発展していきます。しかし、これらのステップは一緒に進み、お互いに影響を与えています。私たちは、それら一つ一つに目を向けておく必要があります。今、私はトレーニングの早い段階でパートナーシップの練習をすることは難しいという認識を持つようになってきました。内側にある場所は、まだぎこちない人がそこに行くには、とてももろく、弱いものです。初心者には、伝え返しをし、フォーカサーによく注意を払いながらそこに居るということだけを薦めるのが、なぜそんなに重要なのか、私は理解しています。すでにフォーカシングの世界に入ってきている二人ならばもちろん、やりとりの中でもっと多くのことを行うでしょうし、長い期間のパートナーであれば、もっとそうでしょう。おそらく、その、もっと多くのこと、というのは、暗々裡の豊かな質感を知っていくことによって、成されるようになるのでしょう。

他にも、私が強調したいもう一つの重要な観点があります。それは、継続的なパートナーシップの実践から見出されたものです。私が話しているのは、新しい道を歩もうとしている人、自分の人生を“どこか他の”方向に向かって開こうとしている人を、指導すること、つまり、メンタリングのことです。私がフォーカシング・インスティテュートのコーディネーターになることを決意したとき、テレーズに、この道を同行してほしいと頼みました。他の指導者を選ぶことも出来たかもしれませんが。私は他の可能性も見渡しましたが、私の内なる声はいつも“NO”と言いました。私が必要としていたのは、私のことを内側から知っている人、私の抱えている問題を知っている人、私が落ちる穴、遠回り、私が立ち向かう必要のあるブロック（障害）を、知っている人でした。こんなふうにしてメンタリングのプロセスが始まり、それが安定してくるには、長い時間と、大きな進展を要しました。例えば、認定のウィークロング（訳者注：トレーナーの認定の際に行くワークショップ）から、数冊の本を抱えて帰ってきた時のことを思い出します。それは全部英語で書かれていましたから、私は読むことすら出来ませんでした。私は、お菓子屋の窓に貼り付いている貧しい子どもみたいな気分でした。とても良さそうなものなのですが、私のためのもではありませんでした。テレーズは、以前その経験をしていたので、全てが他の言語で行われている集団の一員になることの難しさを、良く理解していました。

私は、フォーカシングを“みんなに”教えたいと思いました。今までの言語とは違うもので教えたいと思いました。フランス語の教材が必要でした。私は辞書を使い1ページ1ページ、本を読み始めました。そして、大変な忍耐力でもって、私は目指す場所に行き着いたのです。トレーナーが初級を教える際に通常使うような教材を、私は作り上げることができました。その時点から、私はフランス語で教えることが出来るようになりました。しかし、フォーカシング・インスティテュートと自分とのつながりを、全く感じませんでしたので、他の多くの人々がそうだったように、会員手続きの更新をするまい、と考えていました。私は自分を、異質だ、孤独だ、辺境人だと感じていました（当時、私はこの感じを“ホームレスの気分”と呼んでいました）。私は、テレーズやジーン・ジェンドリン、メアリー・ヘンドリックスの助けがなければ、インスティテュートから離れていたでしょう。ジーン・とメアリーは、フォーカシングが社会、コミュニティの中で進化していくことを強く望んでいて、そう書いていました。それに励まされました<sup>2)</sup>。

毎週毎週、私は、テレーズに、この孤立感の全てを話し、テレーズはそれに話に耳を傾け、コーディ

ネーターのメーリングリストからいくつかのメールを転送するようになりました。2005年のある日、彼女は私に、ロバート・リーからの招待状を送って来ました。それはフォーカシングを教え始めた新しいトレーナーに向けられたものでした。テレーズは私に「それを読んでみて。きっと楽しめると思う」と話しました。もちろん、興味深いものでした、でも私はこの気持ちを、言語が違うトレーナーとどうやってシェアすることができるのでしょうか。私は読めはしますが、話せないのです。何度も何度も聴いてもらい、励まされ、そして私は、始めは到底克服できるとは思えなかったような山に、ついに登ったのです。私は2005年にストニー・ポイントに行って、社会とコミュニティの観点から創った私自身のトレーナー養成プログラム（Certification program）を、いつの日か実現出来るというアイデアを、持って帰りました。

細かなところ全ては思い出せないけれど、そこで変化が起こったことは分かります。私は、自分の“マクロ”に名前を付け（ロバート・リーに教えてもらいました）、テレーズの傾聴に支えられながら、私のやり方で取り組みました。私は少しずつ、自分の不安に直面しました。一步一步進みました。悲しみの迷路の中で私は自分の道を見つけました。私はまた、時々人と言葉を二言三言交わす中で、素晴らしい人々を発見しました。フォーカシングを発展させ広めていくことに関するアイデアと実践を持った人たちとの出会いは、私を耕し、奮起させてくれました<sup>3)</sup>。

私がこの冒険の中でもらった最も大事なギフトは、こういったサポート—毎週、フォーカシング的なやり方で行われるパートナーシップ—、が持つパワーを認識できたことです。私は、これまでの道程全てが誇らしいです。時には難しさが出てきて、まだ難しさがいくらか残っているんだなと気づきます。私はしばしば中心に戻って、もう一度内面から生じてくる成長の動きを感じる必要があります。テレーズに聴いてもらうことを含む相互のフォーカシングセッションの中で、一つ一つの沈黙、一つ一つの領き、一つ一つの小さな新しいステップを通して、ずっと、よく分かって聴いてくれる人がいるということ、そこにあるものをただそのままに、なんの押し付けもなく認める準備ができている人がそばにいるということ。そういう感覚を、私は見出しました。

## テレーズ

パートナーシップは誰かをどこかへつれていくものです（どこに行くかはあらかじめ分かってはいないですけど）…その歩みを止めたくはないものです。すばらしく、美しいフレンドシップの道と、自分自身を受容していく道は、私にとってずっと続くものです。

関係性の援助の領域で、何年間か学び、研究し、教えたあと、私は、開かれた心を持った誰かを探しました。私がパートナーを探した頃の心持ちは、そういったものでした。

ソランジュと私が毎週交流を持つようになった時、私は恐る恐る、敬意を払いながら、彼女の困りごと、彼女の抱えている困難を聴いていました。私は彼女が、彼女のやり方でものごとを見て学んでいくのを、見守っていました。時には沈黙し、まるで行間を読むように注意深く、彼女の話を聴きました。私は、私たち両方にとって親密な関係が出来上がったと感じました。一つの開いた心を持った2人の友情関係です。そして、それはまさに私が探しているものだったのです。

私は、ここを書きながら、かつてそれを疑った時期があったように、今、この変化を疑っています。私は本当に変化したのだろうか？ 私は再び欠乏を感じています。自分がこの心配から抜け出してさら

に一步進むことができるかどうか、見てみるために、ちょっと小休止が必要です。私は、疑いというぬかるみにはまったままではいたくありませんし、自分自身を脇に追いやりたくもありません、つまり私自身を黙らせたまま置き去りにしたくはありませんし、もちろん関係から去ったりすることはもっと嫌です。継続していくためには、物事が語られる必要があります。そして私は、私たちの関係性の強みをもってして、そう言えるだけの自信が十分あるのです(もし必要であれば、誰かに聞いてもらうことさえ試してみるでしょう)。そう、私はもう同じ場所にとどまってははいないと言えます。私は、ひっかかっていないで、自分に必要なことを表現することができます。そして、新しいところへと移っていきます。

私はどうやって自分が“ソランジュのメンターをしている”ようになったのか全く分かりません。けれど一方で、私たちの経験のこの部分が私にとって素晴らしい機会であったようだとと言えます。この冒険は、私を助け、激励してくれます。とりわけ、ジェンドリン哲学についての私なりの理解を、明確にしていくための助けになります。私は学び続け、理解し続けます、そしてフォーカシングの世界の最新の発展についていきます。なぜなら、ソランジュが“ひどい英語”を話しながら、コーディネーターのミーティングに参加できますし、フォーカシング協会によって催される数々のワークショップにも参加できるからです。私は、これは相互サポートと言っていると思っています。人々(訳者注:協会の人々)がものごとを運んでいるのを見るのは、何だか貴重なものです。ジーンはそういう能力を持っています。彼は、一人一人の内側にある豊かさを尊敬し歓迎するので、人とかかわることを通して、常に豊かになることができるのです。私はそうした人のことを、彼の言うところの“科学の第一人者”だと思います。

## ソランジュ

パートナーシップ、フレンドシップ、そしてメンタリングは、人と人との関係を織り上げた織物を形作っている、3つの異なる糸だと言えると思います。人間関係を形成する構造において、それらはユニットモデルで言えば、3つの異なる概念、3つに分離しているユニットです。しかし、それらは暗々裡の場で影響を与え合います。

パートナーシップは2人の人との傾聴と共有の時間と定義され、その中では、フォーカシングの技法を用いながら、どちらの人も完全に自由に、何でも自分が探求したいものを内側に探し求めることができます。そのためにある種の構造とルールがあり、それは観察され得るルールで、それによってその体験は“パートナーシップ”と呼ばれます。私たちはいつもこれらのルールに畏敬の念を持って従ってきました。そして素晴らしく価値のある、とても深いレベルでのつながりを見出してきました。私たちがその経験を“インタラクティブ・フォーカシング”に持ち込んだときには、決められた時間、ちょっと行っただけでした。しかし私たちは、個々のパートナーシップには独自性があるということを強調したいので、私たちはあなたをお誘いしたいのです。あなた自身のパートナーシップの色(材質、形…)を見てみませんか。あなた自身のそのパートナーシップ体験に合うかもしれない言葉…もしくは情緒の質はありますか？

フレンドシップは二人の本質を認めながら二人の間を開いていくような感覚です。私たちはただ、このとても豊かな人間関係のかたちを賞賛するしかありません。末永く続くパートナーシップの実践のために私たちがここで提供してきたパートナーシップの枠組みは、スペースをもたらし、それを養うものだと、私たちは認識しています。フォーカシングは、私たちが人間の本質に触れることを可能にするものなので、フォーカシングによってそのスペースは共有や交感を助けるものとなっていきます。国際的

なワークショップでは、フォーカシングのやりとりに参加している2人の間にしばしば深いつながりの感覚が現れます。この感覚は、一他の人を、その人の内側の存在から見て、認識するのを助けるものですが、その後も長い間、在り続けます。

メンタリングは自分がすでに歩んできた道を通っている誰かを案内するものです。一付いていく準備ができていた後輩を、ガイドするのです。この関係性の側面は、初めの頃の私たちにはなかったものですが、私たちの旅路の過程で自然と出現しました。すでにその道を通ってきた人は、それを違ったふうに戻りたいという別の人のニーズを大事にします。メンタリングは、押し付けることなく行われ、指針もなしで行うもので、常にフォーカシングの精神と平等主義のモデルに敬意が払われます。このガイドモデルはメンターシップ(モデル)の中の新しい認定プログラムに統合されています<sup>4)</sup>。学び手は、自分自身の小道を歩いていくでしょう。どの人も、自分自身の独創的な“実践プロジェクト”を立案構築し、フォーカシングとTAEツールによるトレーニングの全体を通して、それを携えて進んでいくことができます。そのモデルや私たちのやり方は、小さな田舎の学校を思い出させます。そこでは、すべての生徒が同じクラスにいて、教師はたいていの場合、そんなに年を取っていないし、知識の面で生徒と比べてすごく優れているわけではありません。私たちは、お互いに楽しく、皆それぞれの豊かさから学んでいきます。

#### 注

- 1) モントリオール学際センター。人間性心理学、社会心理学、組織開発を専門とし、1969年に、心理学者であり人材コンサルタントであるイヴ・サン・アルノーにより設立されました(イヴ・サン・アルノーは、シャールブルック大学の心理学部門の設立者でもあります)。私は1970年から1981年までここで働き、1986年に、ジーン・ジェンドリンに初めて出会いました。
- 2) 「心理療法を脇に追いやる政治：リスニングとフォーカシング (The Politics of Giving Therapy Away: Listening and Focusing) (GOL2056)」、「フォーカシングを政治的文脈に持ち込む (Bringing Focusing in a Political Context) Staying in Focusに掲載」(以上ジェンドリン)、「草の根的国際化：社会的な身体の中に、自由で自律的なスペースを持つ (“Grass Root Globalisation: Creating Free, Self Organising Spaces in The Social Body”) (2005年第17回国際フォーカシング会議基調講演)」、「フォーカシンググループ：新しいタイプのグループプロセスのモデル (“A Focusing Group: Model for a New Kind of Group Process”)」(以上ヘンドリックス)。フォーカシングを社会内の実践として広めていくために、これらの特別な観点を理解しておくことが重要だと私には思えたため、私はこれらを訳しました。
- 3) 私がこのことについて特に思い起こすのは、ロバート・リーや、ロブ・フォックストロットです。また、もっと最近ではパトリシア・オミディアン、ニナ・ジョイ・ローレス、ベアトリス・ブレイク、ハーバート・ライスです(2008年ガリソンでのワークショップ「フォーカシングと心理的健康」)。
- 4) このプログラムは、こちらでご覧になれます(フランス語のPDFです) [www.focusingquebec.qc.ca](http://www.focusingquebec.qc.ca) (ソランジュ)。