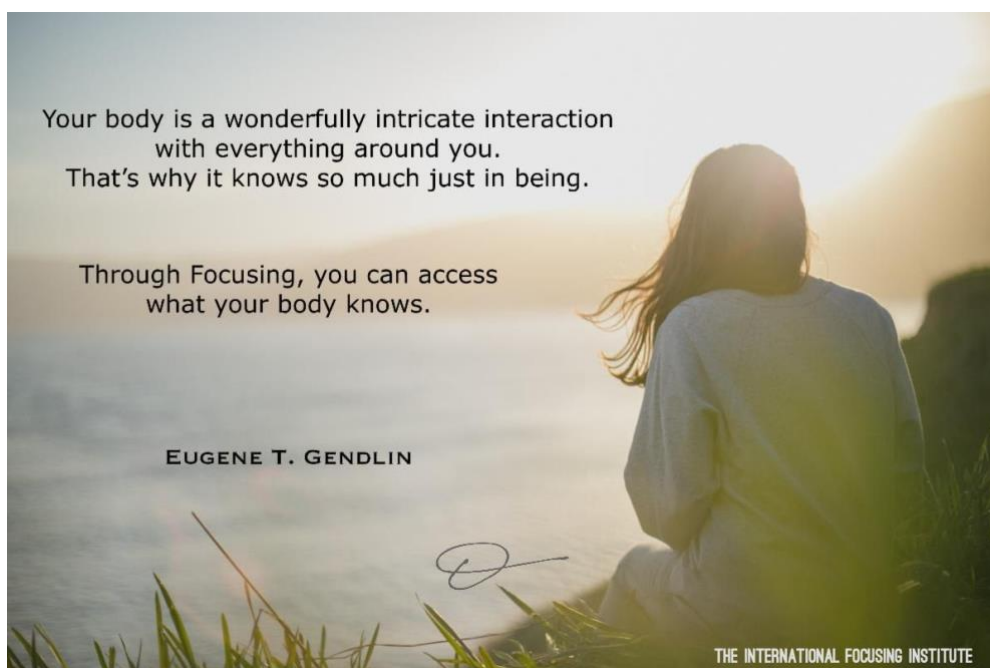


June 2022

# INFOCUS

## NEWSLETTER



からだは、まわりのすべてのものと素晴らしく複雑な相互作用をしている。

だからこそ、からだは存在するだけで、多くを知っている。

フォーカシングを通して、あなたはからだを知っていることにアクセスできる。

ジーン・ジェンドリン

(訳: 酒井久実代)

## 目次

- [フォーカシング指向心理療法に関する研究の現状](#)
- [スーザン・レノックスさんと新しいラウンドテーブル・チームありがとう。](#)
- [法律からフォーカシングへ: スーザン・レノックスとのインタビュー サラ・ポウル](#)
- [ジュンティーンズ: ダリ・カミングスからの手紙](#)
- [2022 アドバンス認定ウィークロング](#)
- [コーディネーターに関する理事会の最新情報, 指名委員会と SWOT](#)
- [プレゼンスのための能力を高める: フォーカシング・ハイライトのイベント](#)
- [マイルストーン](#)

# ジェンドリン研究センターの最新情報

ジェンドリン研究センターは、新たな研究を生み出すと同時に、関連する既存の研究をより多くの方に知っていただくために存在しています。センターの委員会メンバーとして、ロブ・パーカー博士は現在の研究動向についての包括的なレビュー記事を発表しました。「ジェンドリン助成金」がどのような研究を支援しようとしているかも述べています。どうぞ広く他の人たちにもお伝えください。[www.gendlincenter.org](http://www.gendlincenter.org)に掲載されています。

## フォーカシング指向心理療法に関する研究の現状: 概要とお誘い(ロブ・パーカー博士)



現在は、フォーカシング研究を行うのに恰好のタイミングなのです。その理由は、第一に、1960年代の初期の研究以降、私たちの理論的・実践的な理解は非常に深まっているからであり、第二に、実験的な研究の不在というこの現状は、次世代の研究者たちにとっては、新たに重要な発見をするための場が広がっているからです。フォーカシングの何らかの側面を研究しようと考えているひとたちのために、本レビュー記事では、現在行われている調査や最も重要な研究課題を簡単に展望します。

1960年代と70年代に多くの重要な研究が行われて以降、1980年代の認知革命を経て、フォーカシングの効果研究は減少し、ほぼすべての研究の関心が認知行動療法に向けられました。その結果、フォーカシングは多くの臨床家にとっては不可欠なものだと考えられているのに、研究者たち、特にランダム化比較実験を実施できる資源を持っている研究者からは、ほとんど無視されてしまったのです。

(訳：岡村心平)

ここをクリックして記事全部をお読みください

[Read Full Article Here](#)

## スーザン・レノックスさん、ありがとう。



大きな感謝をスーザン・レノックスさんに捧げます。スーザンは長年にわたって、ラウンドテーブルという TIFI の話合いの企画を担ってくれました。

スーザンは、TIFI 理事会の一員だったとき、会員委員会の必要に気づきました。会員委員会を通して私たちは、会員が、研究所のいろいろな資源につながり、お互いにもつながることができるような支援に集中的に取り組むことができました。スーザンは何らかの必要に気づいても、「誰か・・・をすべきだ」とは言いません。彼女は、「私が・・・をやります」と言って、実際にそれをやりとげます。彼女は計り知れない時間を費やして、委員会を作り出しました。そして、さらに多くの時間を費やし、その委員会の中心プログラムとして、ラウンドテーブルを企画したのです。ラウンドテーブルは、定期的に行われる Zoom による話合いです。様々な話題について行われており、会員は無料で参加できます。ラウンドテーブルはとても大きな成功で、いつも多すぎるほどの参加がありました。

会員委員会のとりまとめ役を、メアリー・ジェニングスへ、その後、マリアナ・ピスラに譲ってからも、スーザンは、ヘラクレスのような大きな力で、数知れないラウンドテーブルの企画を支え続けてくれました。定期的な毎月のラウンドテーブルに加えて、彼女は、イタリア人のための、「ダウン・アンダー」(オーストラリアとニュージーランド)の人々のための、セラピストのための、等々の様々なラウンドテーブル・シリーズも育ててくれました。

スーザン、あなたの献身、先見の明、企画・組織力、暖かさ、そして楽しいユーモアには感謝してもきれません。あなたは、フォーカシング・コミュニティをより強く、より生き生きしたものにしてくれました。

スーザンと彼女の貢献は、以下のインタビューでもお読みいただけます。

そして、新しいラウンドテーブル・チームを大きな感謝を共に、暖かく歓迎します。  
(そうです。スーザン・レノックスの代わりに3人が必要なのです。)

## 新ラウンドテーブル・チーム



マーガレット・クイン(左)、メアリー・ジェニングズ(中央)、エレイン・ゴギン(右)

(訳: 日笠摩子)

# 法律からフォーカシングへ： スーザン・レノックスとのインタビュー サラ・ポウル



スーザン・レノックスは、TIFI 会員委員会の創立者の一人で、何年もラウンドテーブルという話合いの場を企画運営してきました。2022 年に彼女は、心理療法とコーチングの実践や創造的活動にもっと時間を費やすために、その役割から離れました。フォーカサーのための元気な国際的コミュニティを築くことを助けてきた彼女の体験や、自分の仕事や創造的生活にフォーカシングをどのように取り入れてきたかについて、ロッキー山脈近くのコロラドの家から彼女は私に話してくれました。

**サラ・ポウル:**あなたにとってフォーカシングとは何ですか。

**スーザン・レノックス:**フォーカシングは、私の生活の中心です。フォーカシングを学ぶ前、私は 25 年間弁護士でした。私はとても認知的で、直線的で、左脳優先の人間でした。40 代後半になったとき、自分のキャリアについて、何かもう正しくないという気がしました。私はセラピーを受けると決めました。そして、とても幸運なことに、ジョアン・クラングスブルンを見つけたのです。ジョアンは、当時私が住んでいたボストン地域のフォーカシング・コーディネーターです。ジョアンから私はフォーカシングを教わりました。そして、私は、彼女との取り組みのプロセスの中で、そして、フォーカシングを使うことによって、自分本来の使命を見いだしました。



# 「フォーカシングによって、私は地に足をつけ、 そこから進めるようになった。」

フォーカシングは、私の別の半分を前面に出してくれ、私はより全体的になりました。内側のとても真実の何かにつながっていると感じました。そんな部分があることを私の頭は知りませんでしたが、場所を作るだけでそれは発見されたのです。もしフォーカシングを学んでなかったら、おそらく私は弁護士でありつづけたでしょう。その仕事も楽しんでいましたから。しかし、それは私の人生の使命だとは感じませんでした。それは、私の心と魂から本当に出てくるものではありませんでした。フォーカシングによって私は地を足につけ、そこから進むことができるようになりました。私は法律を離れ、人間発達の博士課程大学院に入学しました。そして、ジョアンから訓練を受け、2000年にフォーカシング・プロフェッショナルになりました。私はフォーカシングを教えはじめ、2009年には認定コーディネーターになりました。

心理療法家やコーチとして仕事をする中で、私は、フォーカシングによって他の人が自分の道を見出すのも見ています。私が会っているクライアントはしばしば、家族や文化に、あれこれをするべきだ、望むべきだと言われ、その重圧に押しつぶされ奮闘しています。そういうクライアントにフォーカシング—— 間を取り、内側に気づき、何があってもそれをよしとすることの恵み、そして、そこから出てきたものと辛抱強く座り、そしてついには、それが話してくれることを聞くこと —— を教えると、クライアントは、自分が本当に望むことにもう一度出会うのです。それは、多くの人たちに、大きな違いをもたらします。

ここをクリックして記事全部をお読みください

[Read Full Article Here](#)



サラ・ポウルは 2019 年からフォーカシングをしており、2022 年にフォーカシング実践者としての訓練を終えました。ロンドン在住。

(訳: 日笠摩子)

# ジュンティーンズ

## ダリ・カミングスからの手紙



アメリカ合衆国でジュンティーンズ(6月中旬)は最近、国民の祝日になりました。この日は、テキサスの奴隷だった人々が、法的には2年前に解放されたにも関わらず、自分たちがまだとらわれたままだったことを知った記念日です。この祝日はアメリカだけのものですが、このテーマは普遍的なものです。TIFI の理事である、ダリル・カミングスは、解放と束縛というテーマと、フォーカシング精神の交差について考察しています。

フォーカシング・コミュニティの皆様

フォーカサーであることは必然的に、人間の解放に関与していることとなります。人間の解放は、私たちの仕事の存在論の中心に組み込まれています。身体について話すところでは特にそうです。もし、ジェンドリンが主張したように、身体が関係的なプロセスなら、あなたの身体に起こったことは私の身体にも影響します。そして、私の身体に起こったこともあなたに影響します。私たちの一人が自由であれば、すべての人が自由になるための扉は開かれています。

6月19日は、ここアメリカ合衆国ではジュンティーンズ(ジュンティーンズについてご存じない人のためにこの手紙の末尾に役に立つリンクを紹介しておきます)です。155年前のこの日、最後のアフリカ人奴隷がテキサスで解放されたのです。それは、大統領が奴隷解放宣言に署名した2年後のことでした。

ジュンティーンズについて考えるとき私は、対照的な二組の感情を感じます。最初の感情は、ファニー・ルー・ヘイマーを引用すると、「すべての人が自由になるまで、誰も自由ではない」というものです。それは、誰かが束縛されているところでは、私も束縛されているという意味です。また、束縛があるところでは、私たちはその人々のところに行って解放しなくてはならない、という意味でもあります。フォーカサーとして私たちは皆、私たちの前にいる相手が、私たちの取り組みを見守ってくれることで、ほんの少しだけだけれど自由になることことに気づいた瞬間を持ったことがあることを、私は知っています。その逆もまた真で、相手がとらわれから解放されるのを、私たちの方が見守ることもあります。私たちが本当に覚醒しており、人間が鎖を道ばたに捨てて、完全に生き生きとなるというすばらしさを見ることはどれほど頻繁にある

でしょうか。

ここをクリックして全文をお読みください。

[Read Full Article Here](#)



ダリル・カミングスは TIFI の理事で、認定を受けるために訓練中です。  
また、現在、牧師としての博士号取得のために学んでいます。

(訳: 日笠摩子)





## 熟練者と認定のためのウィークロング

交差と融合

2022年10月16日～21日

場所: アイルランド ダブリンとアメリカ コネチカット州マディソン

方法: オンライン&対面



**ホスト(主催者): Tom Larkin、Beatrice Blake、Dan Schachter**

### ウィークロングの登録受付を開始しました！

ウィークロングは10月16日～22日まで、オンラインと対面の両方で開催されます。対面式は、アイルランド・ダブリンのドミニカン・リトリート・センターと米国コネチカット州マディソンのマーシー・バイ・ザ・シー・リトリート・センターで行われ

る予定です。

国際フォーカシング研究所(TIFI)の主要なイベントであるこのウィークロングは、アドバンスプラクティショナーのグループと一緒に過ごし、互いに学び合い、知恵を分かち合う貴重な機会です。

## 2022年のウィークロングは、3つの選択肢があるハイブリッド式で行われます。

1. **すべてオンライン**(ホームグループも含めて)
2. **ハイブリッド**(いくつかはオンラインで、ホームグループといくらかは対面で)対面の場所は、アメリカ マーシー・バイ・ザ・シー・リトリート・センター @コネチカット州マディソン(ニューヨーク市から2時間)
3. **ハイブリッド**(いくつかはオンラインで、ホームグループといくらかは対面で)対面の場所は、アイルランド ドミニカン・リトリート・センター@タラ、ダブリン 24

ハイブリッド形式のやり方については、以下のビデオをご覧ください。

(訳: 榊原佐和子)

<https://youtu.be/LGqwIdwOcvo>

ここをクリックして記事全部をお読みください

[Click Here for Full Details](#)

# 理事会最新情報

## コーディネーター、指名と示唆

### ネレ・モフェット



5月の理事会の会議では、国際リーダーシップ評議会(ILC)の二人のメンバー、イタリアのマッシモ・ザルゲッタとカナダのナンシー・フォールズを迎えました。彼らはいくつかの問題についての意見をもらうためにコーディネーターと会うプロセスについて報告しました。リスニングのセッションを招集し、コーディネーターから意見をもらうなど ILC の発展的な役割に対して、理事会は感謝の意を表明しました。

また、理事会はブレインストーミングによる機会を持って TIFI の SWOT 分析(強み、弱み、機会、脅威)を続けています。私たちは、フォーカシング・プロセスと哲学に独自の名称を見つけるという難題について議論しました。フォーカシングを他のやり方から明確に区別できるような、名称が必要です。その用語でインターネット検索をして、TIFI が特定されるようになることが重要です。フォーカシング教師やトレーナーの方たちが、フォーカシングをマーケティングする際に効果的だったことについてのご意見をお聞かせください。アイデアやコメントを伝えたいと思われる方は、以下にご連絡ください。[board@focusing.org](mailto:board@focusing.org)。

加えて、TIFI 指名委員会と理事会は TIFI 理事の候補者と面接中です。新理事は 7 月の理事会で任命され、3 年間の任期を開始します。このプロセスについては、引き続き TIFI メンバーの皆様にお知らせしていきます。

(訳: 酒井久実代)

# リラックスしたプレゼンス

神経系を理解することで、プレゼンスの能力を強化する

## 方法

フォーカシング・ハイライト・イベント

6月18日土曜日



TIFI では、フォーカシング・ハイライト・シリーズの次のクラスを開催します。  
「リラックスしたプレゼンス、神経系を理解することで、プレゼンスの能力を強化する方法」

### ハイディ・フィシュバッハ

私たちは、特に自分にとって重要な人や状況の中で、プレゼンスでありたいと望みます。それなのに、リラックスしてプレゼンスにいることは難しく感じられます。ハイディ・フィシュバッハがホストのこのウェビナーは、フォーカシングあるいはフェルトセンスを感じることでステファン・ポージェスの神経系のポリバーガル理論を結びつけるレンズを通して、「リラックスしたプレゼンス」を探究します。

「リラックスしたプレゼンス」は6月18日土曜日東部時間1:00から3:00に行われます。

(In Focus 6月号は6月16日に発行されましたので、このウェビナーには間に合いませんでした)

ここをクリックして記事全部をお読みください。予約はこちらから。

[Click Here For Full Details & Registration](#)

(訳: 酒井久実代)



## マイルストーン

これらのマイルストーンに到達したすべての人にお祝いを申し上げます。世界中で、またあらゆる人生の局面でフォーカシングを利用できるよう、さらなる活躍を期待しています。.

## 新コーディネーター



ジョセフィーナ・カストロヌオーヴォ アルゼンチン

メンターリング・コーディネーター：エレナ・フレツァ、マリア・クリスティーナ・コリア

ジョセフィーナはフォーカシング指向セラピスト（FOT）で、オンラインで E.C.P. とフォーカシングを個人やグループに教えています。彼女はスピリチュアリティ、実存的危機、精神生物エネルギーを専門としています。ジョセフィーナはスペイン語とイタリア語を話し、A.C.A.F. (アルゼンチン・フォーカシング協会)の倫理委員会のメンバーでもあります。



ドナタ・シェラー, スイス

メンターリング・コーディネーター：エブリン・ムーア、クリスティアン・ガイザー

ドナタはコブレンツ大学およびアイスランド大学で教鞭をとる哲学者です。彼女は、5つの大学が参加している学際的なプログラム「身体化された批判的思考のトレーニング」のアカデミック・ディレクターを務めています。フォーカシングのトレーナーとして、スイスで1年間のコースを開催しています。TAEの教師として、国際的に大学やアカデミーに招かれて教えています。

# 新しく認定された

## フォーカシング・プロフェッショナル

**Antonella Barretta**, イタリア

コーディネーター: ブルーナ・ブランディーノ

**Maria Miglio**, イタリア

コーディネーター: ブルーナ・ブランディーノ

**To Cheong Cheong**, 香港, 中国

コーディネーター: カレン・ウオーレン

**Dorethé Mommersteeg**, オランダ

コーディネーター: アフィエン・デ・フリース

**Ingrid De Witte**, ベルギー

コーディネーター: クリス・ヴァン・デ・ヴェール、  
リア・ゼイジャーズ

**Karen Nunez**, イスラエル

コーディネーター: イェフディット・ファースト

**Carole Deguire**, カナダ

コーディネーター: ソランジュ・サンピエール・ジェルマナ

**Frauke Requardt**, 英国

コーディネーター: グレッグ・マディソン、フラン  
ク・ボック

**Dell'Armi**, Italy

コーディネーター: パトリツィア・ボナカ

**Hiu-man Lada Tan**, 香港, 中国

コーディネーター: カレン・ウオーレン

**Diana Evans**, 英国

コーディネーター: グレッグ・マディソン、フラン  
ク・ボック

**Emanuela Terrenzi**, イタリア

コーディネーター: パトリツィア・ボナカ

**Patricia Femia**, イタリア

コーディネーター: ブルーナ・ブランディーノ

**Rob Thomson**, 英国

コーディネーター: グレッグ・マディソン、フラン  
ク・ボック

**Yi-Mei Hsieh**, 台湾, 中国

コーディネーター: リンジー・チャン

**Kim Van Beylen**, ベルギー

コーディネーター: クリス・ヴァン・デ・ヴェール

**Jaama Jung**, イスラエル

コーディネーター: イェフディット・ファースト

**Ronald van Oosten**, オランダ

コーディネーター: アフィエン・デ・フリース

**David Levine**, 米国

コーディネーター: シャーロット・ハウワース

## 熟練フォーカシング・パートナーシップ賞 (PFP)

Steph Butera	Lisa Orlando
Polly Chan	Sharon Panzica
Catrin Czerwinski	Raden Prisy Arristy Ratnasuri
Alejandra Johnson	Josefa María Rodríguez López
Ying Sim Lai	Patrick Sevenans
Ben Lintschinger	Tim Woodhead
Agatha Hoi Yan Ngai	Vera Yu

***The International Focusing Institute | 15 N. Mill St., Suite 210, Nyack, NY 10960***