

特別
あげ
座に
見つけられる彼女は、不安定な時代の救世主だ。

「こうして目を閉じると、前頭葉のところ、額の真ん中あたりに画像が浮かぶというか、イメージが見えるんですよ。たとえば、いまも……」

心理士の薄井孝子先生は取材に訪れた記者の前で、こう言っておもむろに顔を閉じた。先日、ドメスティックバイオレンス(DV)などの犯罪

被害者から数多くの依頼を受けている弁護士を取材した。弁護士によると、心に深いダメージを負ったDVなどの被害者は、訴訟に立ち向かうためにはまず心のケアをしなければならぬ。依頼者の心の傷を癒す専門家をいろいろ当たったが、なかなか芳しい結果が得られなかったという。しかし、彼女のもとへ依頼者を紹介すると、見違えるほど

心の傷が回復した。理性面にはずいぶん楽な雰囲気。「カリスマ的なすごさなんです！」と話すのを聞いて、さっそくアプローチした。一般的な心理士は、心理カウンセリングでクライアントと面会し、言葉を交わしながら、心の奥底に眠っているものを探っていく。薄井先生ももちろん、同じような手順を踏む。しかし、彼女には、自分の能力を生かした、ほかの心理士にはできないオリジナリティの施術法があった。それが冒頭のコメントにある。前頭葉でイメージを感じることも、なのだ。

「心象風景というか、心理面接を受ける方が心に引っかけられているものが、ゴチャゴチャと見えることに気づいたんです。それを、こんなものが見えるんだけど、心当たりありますか？」と問いかけながら対話を進めると、その人に必要なキーワードにたどり着き、(心の傷が)改善されていくんですよ」

70年9月25日生まれ。慶應義塾大学人間関係学科在学中に、都内私立大学医学部付属病院心療内科などを経験。その後、札幌学院大学大学院臨床心理学研究科に入学。臨床心理学修士号を取得。北海道東海大学非常勤講師(心理学)を経て、民間団体の育児相談、相談員の勉強会なども担当。国際総合研究機構(IRI)研究助手。所属学会：日本人間性心理学会、日本超心理学会、人間主義心理学会。'06年、東京・奥沢に「ユリア心理サポートオフィス」を開業。
http://yuria-shinri.elprn.net/

毎月のべ100人が通う
心理士の武器は、
壮絶な半生と心の奥を
瞬時に読み取る力

心をアゲる！ 「すぐ腕心理士」 がいた!

本誌読者5名様に
「電話カウンセリング」
プレゼント付き

薄井孝子先生 37



なか、薄井先生はなんと月に平均延べ100人も対応できるという。依頼者は、もちろんDV被害者だけではない。ストレス、不安感、パニック障害、心的外傷、月経前症候群……ありとあらゆるメンタルヘルスのケア、サポートを受け持っている。多くのクライアントが改善していて、なにも変化が見られない人は少ない、という。

具体的には映像が浮かんだり、文字が浮かんだり、心理カウンセリング中に前頭葉に映るイメージはさまざま。――「先日も、心理面接しているとき、なんだかゴムパッキンみたいなものが見えたんですよ。それで相手にそれを伝えると、ものすごくストレスがたまってしまうって、昨日は家中をすごい勢いで掃除した。って言うんです。もういろんなものの裏の裏まで掃除し

て。ゴムパッキンもジロジロ眺めてた。って」

特徴的なイメージもある。

「たとえば、DVの被害者の場合は、割れたガラスが見えることが多いです。あと、追いかけられるという漠然としたイメージとか。そうそう、お酒が見えることも多い。それと、なにやら時代がかった映像が見えることも。よくよく心理面接を続けていくと、クライアント自身がDVの被害者である以前に、彼女の両親にもDVの兆候が見られたりするんです」

「一般的に1年半ほどの時間を要するといわれる症状の方でも、クライアント本人が驚くほど早く傷が癒えるといえますか、はつきり変化の自覚を持てるケースもあります」

心の傷が特に深い人に対しては「まず傷の出血を止めることから始める」という。

「心理士がクライアントの深層を言葉で探ろうとするあま

トラウマで非凡な心理士に

彼女が心理士として高い実績を上げられた要因は、透視能力だけではない。薄井先生はケロツとした顔で、「じつは私自身、すごいトラウマの持ち主なんですよ」と笑った。

じつはこのトラウマこそが、薄井先生を非凡な心理士へと押し上げたもう一つの要因なのだ。薄井先生は自分の心に

深い傷を刻むことになった生

り。こういうところがありませんね」というような断定的なことを言ってしまう、傷口を広げてしまう残念なケースもあります。

手法としては、気がすむまでいろいろ話を聞かせていただきます。それから、心理療法に入っていきます。そうすると、もちろん個人差はありますが、落ち着いてきますよ」

い立ちを語り始めた。「うちの親は、ひどい薬物依存だったんですよ」

こちらがうるたえるほど薄井先生は明るく話す。「父親はトランペッターで、母親はジャズ歌手という家で育ったんです。父は当時ジャズマンの間に流行ったという

催眠薬を手放せない人でした。薬を飲んで、厄介ごとを起

こす、という繰り返しでした。幼いときは、どこのおうちもお父さんってこういうものなんだ」と思ってたんです。でも、地元がいわゆる高級住宅街で、周りの友達のお父さんはみな、立派な方だったんです。それで、ある日、自分の父親だけがこうなんだ、とわかったときはショックでしたね。母親は自分というものがまったくいない人。他人から勧められるまま私になんでも押しつけてくるような人でした。その後、私はヤンキー系の道に入り、高校も中退しました」

中退後、10代から雑誌の記者、モデル、水商売など職を転々と変えた。結婚し、パツイチにもなった。

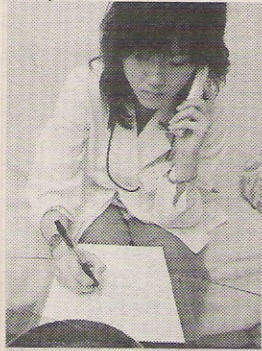
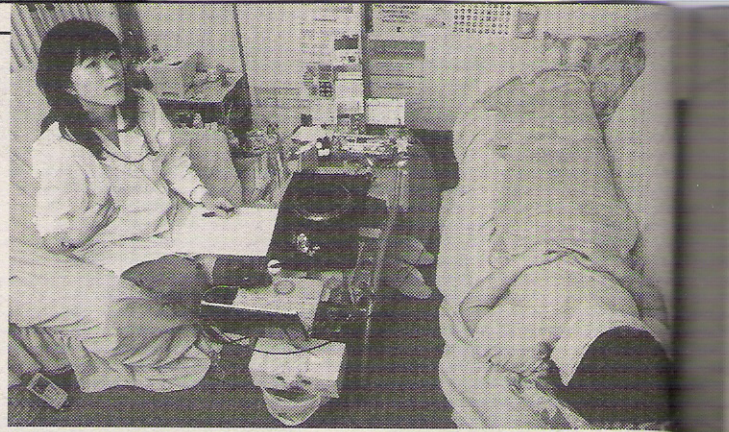
23歳のとき、他人より遅れて大学に進んだ。後に自分の生い立ちを見つめ直し、心理学の勉強をしているうちに

心をアゲる！ すぐ腕心理士がいた！

「これは避けて通れない」と大学院の臨床心理学研究科にさらに進んだ。その教授は彼女のそれまでの半生を「発症してないのが不思議なぐらい」と評した。それほど壮絶な苦勞の連続だった。

「でも、いまになって思うのは、悲惨な体験を重ねたことが私の強みになっているな、ということ。もしも私が普通の家庭に育ち、エリート然として心理士になっていたら、重い傷を負ったクライアアントの前にしたとき、ビビったり引いたりしてしまっていたかも知れません。

心理面接中の私の声を、現在共同で研究している工学博士の先生に特殊な機械で測定してもらったことがあるの



●雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方はこの号のほかに懸賞に入選できない場合があります。当編集部に直接応募いただく応募はがきに関しまして、ご応募された懸賞の抽選および賞品の発送にのみ使用させていただきます。そのほかの目的には使用いたしません。※当賞品の権利の譲渡、および換金はお断りいたします。

2369号
読者プレゼント
応募券

5名様 プレゼントに「電話カウンセリング」

薄井孝子先生が、本誌読者だけに、特別に電話カウンセリングをしてくれます。興味のある方は、はがきに〒住所、氏名、性別、年齢、電話番号を明記のうえ、〒118011文京区音羽1-16-6女性自身編集部「カウンセリング係」まで送ってください。

厳正な抽選のうえ、当選者5名に女性自身編集部から電話連絡のうえ、日時を決めて薄井先生の電話カウンセリングを受けていただきます。

※薄井先生への直後への問い合わせは固くお断りしています。また、通常薄井先生は初めてのクライアアントに、電話によるカウンセリングは行っておりませんので、ご了承ください。

ですが、どのようなクライアアントにも平常心を保ち、ほとんど動揺することなく対応できているようなのです。これは、これまでの苦勞が多かった生い立ちが、少なからず関係しているのかなと思います。」

心理カウンセリングの話に戻ろう。前頭葉にイメージが浮かぶなど、独特な方法でクライアアントの問題を感じ取った薄井先生。次いでこれまた少々独創的な手法で、セラピストとクライアアントの間に起きていた事柄を検証する。

「まず一つは、面会しながらクライアアントの脳波を測定するんです。先にお話しした前頭葉で見えたイメージを伝えながら言葉と交わっていくと、リラクセスしたときに出るといわれるアルファ波がピツと

現れることがわかったんです。特に、重要なキーワードに触れると激しく出るようです。私自身、心理臨床の場でセラピストとクライアアントの間に何が起きているのかを知りたいと思って、他分野の学者の先生方に力を借りて研究しているんです。」

そうやって薄井先生は、特殊な機械で測定した2人分のグラフを見せてくれた。

「こちらの脳波がクライアアント側、こちらが私です。面接の時間が経過していくうちに、2つのアルファ波のグラフが、いつのまにか同じような筋をたどっていく。だんだん脳波がシンクロしていくんです。」

言葉を介する一般的な心理カウンセリングの場合、当然だが言葉は重要な意味を持つ。

主役はクライアアント。心理士ではない

クライアアントが「大変でした」と心情を吐露したとき「バカじゃない」と返せば、もちろん言われた側には強度な怒りの感情がわき上がる。心理士に「大変でしたね」と共感してもらって、はじめてクライアアントはホッとできるのだ。

「言葉による心理面接と、基本的には同じだと思います。本人の持っているイメージを透視というか発掘してあげて、もう一度本人に投げ返す。それでクライアアントは安心感を得られるのでは。」

透視したイメージと言葉で共鳴しながら、いつしか、アルファ波までがシンクロしたとき、クライアアントは、薄井先生が本当に心の深い部分を理解してくれている、自分が抱える心の傷までも、分かち合ってくれた、と感じるはずだ。それは究極の癒しといえるのではないだろうか。その癒しを求め、先に挙げたとおり、月に延べ100人もが彼女のをもとを訪れるのだ。これだけの実績を残しながら、それでも薄井先生はこう付け加える。「心理士は、あまり有名になつたり自分を出してはダメなんです。あくまで主役はクライアアントで、私たちではないんです。クライアアント自身が責任を持った主体なんだ、と

「私がいまこの仕事をやっているのは、本当に直感的なことなんです。大学で心理学の講義を受けた瞬間、私の生きていく場所はここだ！」と。それに、自分の生育歴を考えると天命かもしれないとも。私も相当苦しかったですから。傷が癒えると皆さん、ある意味とても美しくなるんです。『とらわれ』がなくなるんです。自由になるといいですか、本当の自分を生き始めるといいですか。

でも、私自身は、自分がこの先、どんな人と再婚するのか、前頭葉に浮かんでこないかと、ときどき寝る前に集中してみたりするんですが……いまだにさっぱり人物像にたどり着けなくて。まだ、その方と心理的な距離が遠いんですかね（苦笑）」



遊戯療法などに使う人形を持って