

アクサ生命保険社長

安瀨 聖司氏

私の本棚

▶「だれかに、話を聞いてもらったほうがいいんじゃない？」（ロリ・ゴットリーブ著、海と月社）

心理学の学位を持ったセラピストと言え「心身ともに誰よりも安定している人」と思っていませんか？実は、セラピストも、手痛い失恋を消化できず、セラピーが必要なことがあるのです！本書は、サブタイトルに

あるように「セラピーに通うセラピストと彼女の4人の患者に起きたこと」を描いた、とてもリアルなストーリー。

さて、人に言えない悩みがあり、セラピーを受けたいと思った時、どうやってセラピストを選ぶのだろうか？著者はプロで、同業者をたくさん知っているのだが、自分のセラピストを選ぶ時の心の動き、選択基準、求めるものがとても興味深い。

そして、4人の、年齢も環境も悩みも異なる、個性豊かな患者たち（ジョン、ジュリー、シャーロット、リタ）とのやり取りの進展は、序破急があり、まるでドラマを見ているようだ。そう、この作品には、映像を喚起する不思議な力があり、登場人物に俳優を当てはめて、映画のように楽しむことができる。

中々窺い知れないセラピストの内幕を、主人公の苦悩も含め、感情移入をしながら読める、とても豊かな作品だ。

