

日本EMDR学会ニューズレター

第25号 2013年2月

EMDR における日本の課題、アジアの課題

市井雅哉
日本 EMDR 学会理事長

立春も過ぎ、暦の上では春となりましたがまだまだ寒い日が続いています。昨今、EMDR を取り巻く環境は大きく変わってきている気がします。昨年10月のパート1トレーニングでは申し込み開始1週間で90名の定員を上回り、慌ててHPには「定員に達しました」と告知を出しましたが、結果的にはキャンセル待ちが90名余という状況になりました。これは、東日本大震災以降のEMDRへの期待の高まり、いろんな方面での修了者の先生方（杉山登志郎先生、白川美也子先生他）の講演などでの広告のおかげだと思います。先日、神田橋條治先生の著書の中でもEMDRへの期待の文面を見つけて嬉しく思いました。

一方、2013年3月に計画されていたEMDRのアジア会議は2014年1月に延期されました。会場は、フィリピンのマニラ郊外のクラークフリーポートです。2009年のバリ島でのアジア会議の後、なかなか第2回の開催地が決まらず二転三転しましたが、これでようやく落ち着きそうです。今、アジアの課題は、トレーニングの基準作りです。アジア地域では、日本はEMDRの先進地域ですが、それでもアメリカやヨーロッパより随分と遅れている部分があります。アメリカでは2008年にトレーニングの基準が改正され、これまでのPart1、Part2というトレーニングの別々の受講形態がなくなっています。すべての受講者がPart1と2を受講し（名称もWeekend1、Weekend2と呼ばれ、20時間の講義と20時間の実習が必修）、その間にも5回のコンサルテーションを受け、Part2修了後にも5回のコンサルテーションを受講することが義務づけられます（合計10時間が必修）。日本においては、コンサルタントの不足からこれへの移行が実施できないまま、4年が経過しています。もちろん、世界的な基準とは別に、各国の実情に合わせて、その国独自の形態は許容されてはいますが、今、アジアではアジアとしての基準を作ろうとしています。アジアのキーワードは多様性で、各国で、精神保健にまつわる、教育も資格も異なる現状がありますが、しっかりとミニマムスタンダードを決めないと、非常に劣悪なEMDRが普及して、多くのクライアントが傷つく結果となってしまっは困ります。このことについて

話しあうための代表者会議が2013年3月に開催される予定です。

また、現在ファシリテーター資格を所有している仁木 啓介（ニキ ハーティー ホスピタル）、福井 義一（甲南大学）、菊池 安希子（国立精神・神経医療研究センター）、大澤 智子（兵庫県こころのケアセンター）、竹内 伸（さきお英子子ども心のクリニック）、近藤 千加子（ディーバ心理オフィス）の6名が今年4月までにコンサルタント資格を取得する予定です。そうなれば、これまでより、コンサルタントの選択肢が大きく広がり、コンサルテーションの機会も増えると思います。しかし、そうは言っても、年間Part1受講者が160名程度生まれる現状では、この人達全員に10時間のコンサルテーションを提供することは難しいと言えるでしょう。そう考えると、グループコンサルテーションの利用など、やはり日本独自のやや緩めた基準を作る必要がありそうです。今後の理事会の課題であり、それをEMDRアジアへ提案していくことにもなるのかも知れません。

*** 各地方勉強会のご紹介(1) ***

EMDR 講習会受講者の増加にともない、継続的に研修しうまくEMDRが臨床に適用できるよう、各地方（北海道、東北、関東、東海、関西、九州）の勉強会が発足し、各地で特色のある研修が行われています。会員の皆さまには、このような勉強会をうまく活用し、少しでも多くのクライアントの心の平衡を取り戻せるようになっていただければと思います。今回は発足したての「東北 EMDR 勉強会」と〇〇年の歴史をもつ「関西 EMDR 勉強会」を紹介いたします。

JEMDRA-HAP 委員会主催「東北 EMDR 勉強会」に参加して

植松 秋
いわき明星大学心理相談センター

2012年11月18日に東北大学で東北 EMDR 勉強会が行われました。JEMDRA-HAP 委員会による主催で講師は、市井雅哉先生・太田茂行先生・近藤千加子先生でした。参加者は東北各地から集まられていました。私は2012年の4月に東北に来たばかりで、周囲にEMDRを使っている人をまだ知らなかったた

め、そういった方々とお会いできたことも、うれしいことでした。

今回私は、事例検討に話題を提供させていただきました。事例に対して、細かく改善点を指摘していただけたので、自分が悩みながらどうすればよいかわからなかった点が解消されました。EMDRセッションだけでなく、成育歴、家族歴などの情報収集に対しても自分の不足点、注目しなければならない点があり、さっそく今後のインテークに活かすことができました。また他の方の事例を知り、その事例に対する指摘などを聞くことができ、新しい視点を得ることができました。そして昼食は、全員で食べに行き、食事をしながらの情報交換があり、充実した食事会となりました。継続したコンサルテーションの重要性について太田先生にお話をいただいたことが印象に残っています。午後からは実習も行われました。トレーニング終了レベルなどを鑑みてペアに分かれ、お互いの出来事を扱います。基本に戻り、手順を再確認することができました。ターゲットについてアセスメントをしているうちからターゲット記憶にアクセスしていること、そのためスムーズに脱感作に入ることが重要であることなど、あらためて「うまくできているなあ」と感嘆しました。自分がセラピスト役をしている際には、その場ですぐに、方針を伝えてもらいながら脱感作をやることで自分では気づかない点に気づけ、どう取り入れたらよいかわかりました。事例検討で指摘を受けたことをすぐに実践でき、どう使うのかを体験することができました。

今回の勉強会は少人数だったので、事例検討や実習に十分な時間を取って頂けたので、充実した時間を過ごすことができました。今後も定期的に続けて頂けると大変ありがたいです。身近にEMDRをやっている人がいないため、研修の機会があればできるだけ参加し、より一層精進していきたいと感じた勉強会でした。

「関西 EMDR 勉強会」のご紹介

小山聡子、市井雅哉
兵庫教育大学

関西 EMDR 勉強会は、京都や神戸で開催されてきた歴史がありますが、日本 EMDR 学会理事長である、市井雅哉先生（兵庫教育大学）が神戸に移ったことなどからここ数年は神戸元町で開催されています。現在は学術大会のある5月と臨床セミナーの12月を除く月に、毎月1回原則第3か4週の週末に事例検討会を行っており、日本 EMDR 学会副理事長である本多先生も精神科医の立場からコンサルテーションをしてくださることもございます。場所は、JR元町駅から徒歩3分の私学会館で、時間は現在10時から12時の午前中の開催となっております。参加者は、兵庫教育大学大学院修士や病院・クリニックの医師や心理士、大学の学生相談室や支援センターの心理士、スクールカウンセラーの方々等で、

参加人数は平均15名から20名前後となっております。

現在は、事例検討会が主となっておりますが、適宜、初級・中級などの実習も行っております。Part1修了、2修了に拘わらず、ご参加下さい。また、開催日時が週末の午前中で、これからは観光にも良い季節となりますので、勉強会終了後は神戸散策に足を運ぶことも可能でございます。遠方からのご参加もお待ちしております。

どうぞ、皆様ご遠慮なくお気軽にご参加くださいませ。

各地域勉強会への参加に際しまして、詳しくは、日本 EMDR 学会ホームページの「お知らせ」→「地域勉強会」で確認して下さい。

<http://www.emdr.jp/category/%E5%9C%B0%E5%9F%9F%E5%8B%89%E5%BC%B7%E4%BC%9A/>

次号では、関東（TSG）、九州勉強会の紹介予定です。

EMDR Part1 トレーニングを終えて

秦 基子
浜松市子どものこころの診療所

私は、静岡県浜松市にある児童精神科のクリニックで臨床心理士として働いています。子どもの発達評価や保護者へのペアレント・トレーニングを中心に、学校や家庭での不適応を抱えた方には個別に面接を行っています。日々の臨床では、発達障害を抱える子どもやその保護者にお会いする機会が多く、その中には、深刻な問題行動を抱えた子どもや虐待的な関わりを止められない保護者もおられます。発達障害とトラウマの関連は、昨今さまざまなところで指摘されはじめている問題であり、EMDRの習得は仕事を上での必須事項となっていました。

Part1 トレーニングの3日間の研修は、市井先生の大変わかりやすい講義や、ファシリテーターの先生方の実践的なアドバイスをお聞きしながらの実習など、内容の濃いスケジュールがあつというまに終わったという印象です。研修参加前は、EMDRの技法をどこか懐疑的な目で見ているところもありましたが、実習を通してペアの方や自分自身の処理が進むのを実際に体験し、効果を実感することができました。またEMDRを初めて体験したときの驚きと小さな興奮を同じ受講生の先生方と共有することでエンパワーされ、研修前に感じていた「研修を受けたところで自分は実際に使えるのだろうか？」という不安は、「この新しいやり方を試してみたい」という前向きな気持ちに置き換わりました。

Part1 トレーニングを終えて、改めて担当の患者さんにお会いすると、今までの見立てにトラウマの視点が抜け落ちていたことを痛感させられます。子どもの頻回なパニックや不安は、過去のトラウマが引き金になっていると捉えると、状況がすっきりと

理解できることがよくあります。また、子どもをつい感情的に怒ってしまう保護者に、よくよく話をお聞きすると、注意しても子どもが危険な行動をやめられず大怪我をしてしまったことがあり、子どもの聞き分けが悪い場面でその光景がフラッシュバックしていたということもありました。こうした方にはトラウマについての心理教育や安全な場所のワークを行うだけでも随分と落ち着かれることがあり、臨床を進めるうえでの新しい引き出しを手に入れたと感じています。しかし、中には複雑に絡み合ったトラウマを抱えた方もおられ、ぜひ Part2 トレーニングに進んで、トラウマについての知識を深めるとともに、技法を習得したいと考えています。

また、この研修をきっかけに EMDR 学会に入会したことで、自我状態療法やソマティック・エクスペリエンス・アプローチなど、トラウマ治療にはまだまだたくさんの技法があることを知ることができました。ワークショップや勉強会も多数開かれ、今回の研修でお世話になった市井先生やファシリテーターの先生方、また各地で EMDR を実践されている先生方にお会いできる貴重な機会でもあると思いますので、参加して自分の臨床の幅を広げていければと期待しています。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

シーディングホープ (Seeding Hope) のご紹介

紀平省悟
シーディングホープ副代表

シーディングホープ（英語名 Seeding Hope、白川美也子代表）は、2012 年 9 月 1 日に発足したばかりの団体です。子ども時代のトラウマが適切に癒されなければ、やがて家庭の子育ての現場で、保育園や学校で、きわめて対応困難な問題を生じ、ひいては非行や犯罪、そしてメンタルヘルスのみならず成人病など多様な身体疾患にさえつながることが分かってきました。この課題にとりくむには、十分な社会資源と職種を越えた根気強い協働作業が必要です。また、市民を啓発していくと同時に、専門職の技能をたかめ、目的達成のための方法論を普及させていかなければなりません。種を育てる資源（光、白虹、水）を淡い黄緑で、芽生えたばかりの双葉を鮮やかな緑で描いたロゴには、そんな私たちの願い（Seeding Hope；種を蒔き、育ててゆこう）がこめられています。

近年、子ども時代のトラウマはその後の心身の発達を歪めてしまうことが理解されてきました。虐待された子どもが親になってわが子を虐待するようになったり、成人してくりかえし被害を受ける対人関係を自ら選んだりすることがあります。これは世代間伝達、再演とよばれる現象です。虐待や性被害だけでなく、大災害など集団的トラウマがもたらす結果にも共通点が多いのです。健康な家族には逆境の

なかで絆をむしろ深めて苦難を乗り越える力がありますが、暴力が存在する家庭、子育てのまなざしを欠いた家庭はますます抱えたストレスが悪化させ、むりな力関係に訴えます。大災害はこうしてトラウマの悪影響を増幅させるのです。

シーディングホープの活動には次の三つの柱があります。①広義のトラウマ性疾患および子どもや家族のメンタルヘルス向上に対する Evidence Based Care Program の均てん化（研修会と現場づくり支援）②広義のトラウマ性疾患および子どもや家族のメンタルヘルス向上に対する有望なケア技法などの検証、文献レビュー（臨床研究）③上記に賛同する研究者・支援者や臨床家・現場を結びつける支援（マッチングおよびファンドレイジング）

去る 11 月には International Foster Care Alliance（代表栗津美穂さん）との連携の下、コロラド大学ケンプセンターからモニカ・フィッツジェラルド先生を招聘し、仙台、東京、和歌山でトラウマ・フォーカスト認知行動療法の 3day workshop を開催しました。準備不足にもかかわらず大好評を博しました。そして 1 月 20 日には第 2 段として、首都大学東京において、森 茂起 先生によるナラティブ・エクスポージャー・セラピーのワークショップを開催します。

シーディングホープの役員は、白川美也子代表を中心に、理事として新井陽子、井上祐紀、紀平省悟、近藤千加子、長沼葉月、西大輔、松本俊彦、水島栄、森田展彰、吉田麻里香、顧問として加茂登志子（敬称略）といった陣容です。シーディングホープは EMDR のコミュニティと目的や考え方を共有する新たな親戚のようなものです。どうぞよろしく。



<https://www.facebook.com/seedinghope2012>

<今後の予定>

「Seeding Hope 設立記念講演」のお知らせ

見える傷と見えない傷

【もう一度、『トラウマ』について話をしよう】

日時：2013年4月14日（日） 13時～

会場：東京大学鉄門記念講堂

- ・基調講演① 白川 美也子
「公衆衛生課題としての子ども期のトラウマ」
- ・基調講演② 松本 俊彦
「トラウマと『故意に自分の健康を害する』行為」
- ・対談 白川美也子 X 松本俊彦
「見える傷と見えない傷 - 自傷とトラウマ... そのつながりと広がりを探る」

詳しくは下記サイトを参照して下さい。

<https://www.facebook.com/seedinghope2012>

EMDR トレーニング

Part1:2013年3月15～17日（神戸国際会館）

日本 EMDR 学会第 8 回学術大会及びワークショップ

開催日：学術大会；2013年5月17日（金）

ワークショップ；2013年5月18・19日（土・日）

開催地：学術大会；飯田橋レインボービル（東京都）

ワークショップ；早稲田大学国際会議

（詳しくは下記日本 EMDR 学会ホームページで）

<お知らせ>

日本 EMDR 学会のホームページにて随時情報を更新しております。 <http://www.emdr.jp/> までアクセスよろしくお願いします。

* 編集後記 *

今回から各地域での勉強会の紹介が始まりました。会員数も多くなり、各地で活発に勉強会が開催されるようになり EMDR 治療の実際を学ぶ機会が増えていく事はとても喜ばしい事だと思います。これからもより多くの情報を発信できるよう充実した誌面作りを目指して頑張りますので、ご協力の程よろしくお願いいたします。（E. U.）

編集責任 日本EMDR学会代表 市井雅哉

連絡先 日本EMDR学会事務局

〒673-1494 兵庫県加東市下久米942-1

兵庫教育大学 発達心理臨床研究センター

TEL&FAX:0795-44-2278(研究室), 2285(センター)

e-mail:info@emdr.jp



世界一心の温まるキャンプ in 福島（小林正幸提供）