

日本EMDR学会ニューズレター

第23号 2011年 冬

東日本大震災の支援活動（続報）

市井雅哉
日本 EMDR 学会理事長

震災のあった 2011 年が終わり、新しい年を迎えた今、死者 15844 人、行方不明者 3450 人、避難者 334786 人（2012 年 1 月 6 日現在）となっている。先号では、海外からの支援を得て、第 6 回学術大会での地震津波被災者支援の継続研修を実施する時点までの情報をお伝えした。

その 5 月の東京飯田橋での第 6 回学術大会の折、J-HAP（人道支援プログラム）委員会が立ち上げられ、東北でのトレーニングの開催、part 1 と part 2 の間をつなぐためのコンサルテーションや勉強会などが計画、実施されていった。

時系列で記すと、

8 月 5-7 日 part 1 トレーニング（於山形市の生涯学習センター遊学館）は 73 名の参加、内被災地関係者 16 名

8 月 8 日 地震津波被災者支援の継続研修（於山形テルサ）参加者 49 名、内被災地関係者 8 名（講師は市井雅哉、太田茂行、北村雅子、仁木啓介）。

9 月 18 日 J-HAP 委員会の活動として、仙台でコンサルテーションと実践報告、実習の研修会（於東北大学医学部、講師は市井雅哉が担当）。参加者は計 8 名（宮城県 5 名、岩手県 1 名、福島県 1 名、新潟県 1 名）。宮城県の児童精神科医小野寺滋実会員が子どもの 2 症例を呈示して下さった。

10 月 6 日 盛岡での勉強会では、白川美也子のケースや鈴木廣子会員の SV、6 名で実習が実施され、その後も隔週ペースで白川理事（＝J-HAP 委員）が岩手晴和病院を中心に県沿岸部の支援に入っている。

10 月 30 日におこなわれた、J-HAP 委員会の仙台でコンサルテーションと実習の研修会（於東北大学医学部、講師は市井雅哉、太田茂行、仁木啓介が担当）。参加者は 10 名（青森 2 名、岩手 1 名、宮城 4 名、群馬 2 名、新潟 1 名）。前回の小野寺先生と宮城県の臨床心理士東海林渉先生による 3 つの事例。

11 月 20 日 J-HAP 委員会の地震津波被災者支援の継続研修（於仙台青葉カルチャーセンター）は

合計 19 名（青森 1 名、岩手 2 名、宮城 5 名、福島 1 名、その他の地域 10 名）、講師は、市井、太田、仁木が担当した。

11 月 21-23 日 Part2 トレーニング（於ハーネル仙台）で参加者 63 名（東北からは、青森県 4 名、岩手 2 名、宮城 7 名、山形 4 名、福島 1 名で合計 18 名）。

また、J-HAP 委員の新井陽子会員が秋以降、福島県に毎週 SC として通っている。

さまざまな活動が展開されていると思う。しかし、これで十分なのかはわからない。残念ながら、志のある多くの会員を有効活用できていないとは思えない。よく、阪神・淡路大震災の時の支援と比較されるが、地元のマンパワー不足は否めない。したがって、時間が経つにつれて、地域の支援者に任せて行くという図式にまだまだ乗りにくいのではないだろうか？ J-HAP 委員会もロゴマークがようやく決まり、資金造成の作戦を準備中である。

今年も、東北を意識しながら、息の長い支援を、模索しながら続けていきたい。

WEB による支援とみどりの東北元気キャンプ ー報告と今後に向けてー

小林正幸
東京学芸大学 教育実践研究支援センター

筆者は、大震災直後の 3 月 17 日に、子どもの心のケアに携わる教師、支援者に向けた後方情報支援サイトを立ち上げました。Web 上のホームページ<<http://for-supporters.net/>>とフェイスブック<<https://www.facebook.com/cocorocare>>を用いての展開でした。これは、教師など支援者に向けた「電子メール相談」、今回の災害の特徴に合わせた子どもの心のケアの理解や指導に関わる教師、支援者に特化した「コラム」による情報提供、そして、支援者向け、保護者向けの「各種リンク集」を作成、支援するものです。

夏には、原発事故災害で地元に住めなくなった子どもたちのために、福島の裏磐梯で仲間と再会する「みどりの東北元気キャンプ」を企画しました。「世界一心の温まるキャンプを福島県でやりたい」とのキャッチコピーのもと、2 回を終了しました。キャンプの子ども参加者は、2 回の実

施で、160名を数えた。このキャンプは、全て募金によって成り立つものです

<<http://cocoro-care.net/>>.

このキャンプでは、心理専門スタッフとして、本学会の後援をいただいただけではなく、理事の皆さんに技術支援をいただきました。感謝申し上げます。

11月から何度かにわたって、岩手の津波災害地区での保育士、幼稚園の教員や福島県の研修会、保護者へのコンサルテーションなどの活動を重ね、適宜、R-T-E-PやEMDRを施行し、1回の介入で、顕著な改善を得た事例をいくつか体験してきました。

さて、今後の展開ですが、夏のキャンプについては、今年と同様に2回実施します。これに加え、現地、福島の実行委員会を組織してもらい、ノウハウを地元の有志に伝達研修し、地元有志が主体で実施するキャンプを新たに2つ実行するべく準備を重ねています。

サイトでの支援も、IT会社の支援を得つつ、特定の被災地特化したイントラネットでの支援を行うべく、試行錯誤を重ねています。

JEMDRA-HAP について

北村雅子

川越心理研究相談室室長

つくば福田クリニックカウンセラー

みなさま既にご承知のように、日本 EMDR 学会は 2011 年 3 月 11 日より発生した東日本大震災を受け、人道支援プログラムの組織を第 6 回日本 EMDR 学会東京大会において立ちあげました。これは米国にある EMDRIA-HAP を初め、災害、戦争・紛争などがあった世界各地の人々を苦しみから救援するためにできた地域の EMDR-HAP と呼応、連携しています。具体的活動は市井先生の活動報告にお任せし概要をご報告します。

1. 名称：日本 EMDR 学会人道支援プログラム
(Japan EMDR Association-Human Assistance Program: 略称 JEMDRA-HAP)

2. 組織と構成員：当面、学会の一委員会とし、構成員は、心理療法 EMDR を学習し、訓練し、使用する支援専門のセラピスト、あるいは、日本 EMDR 学会会員の有志とする。

3. 設立日：2011 年 5 月 13 日東京大会会場にて、(EMDRIA-HAP, Israel-HAP, Mexico-HAP 等国際協力の下で大震災発生以降 2 カ月間緊急学習された

「緊急時の対応訓練」が、翌 14 日終日日本語で行われ EMDR セラピスト 250 名が参加しました。)

4. 使命：自然災害と人災とを問わず災いで苦しむ人々を苦しみから解放すること。

(自然災害でも人災でも苦しみは苦しみをつくり、暴力は暴力につながりがちです。こうしたサイクルや世代間伝達が断たれ希望と夢のもとで生きられるようにすることが世界の HAP 共通の使命であり夢です。) 私たちもこれを共にします。

5. JEMDRA-HAP の活動内容

①精神保健専門家の養成：HAP のチームは、災害で苦しむ地域の機関と連携し地域の精神保健の専門家たちに減額して EMDR の訓練を行い、継続的フォローアップをして地域を援助できる EMDR セラピストを養成します。

② 地域援助活動の為にトラウマの 2 次災害を受けた医療関係従事者、自衛官、消防官、警察官、公務員、建設業者その他の専門職の方々の速やかな治療、症状軽減の為に EMDR セラピストを迅速に派遣します。

③ 災害地域の方々のトラウマ治療や症状軽減のため EMDR セラピストを迅速に派遣します。

6. 運営委員と事務局

委員長：市井雅哉 委員：白川美也子、近藤千加子、北村雅子、新井陽子 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内 TEL&FAX: 0795-44-2278(研究室), 2285(センター)

みなさまの積極的な寄付をお願いします！

振込み先 三井住友銀行 六甲支店 普通 4370439 名義：日本 EMDR 学会 HAP 委員会
「ニホンイーエムディーアールガッカイ ハッピーインカイ」
所在地：事務局に同じ

e-mail: info@emdr.jp



JEMDRA HAP
Humanitarian Assistance Programs

被災地からの報告

小野寺滋実
宮城県子ども総合センター

この度の大震災に際して、全国の皆様から多くのご支援を頂きましたこと感謝申し上げます。当センターは、普段は児童精神科のクリニック、児童デイケアを行っています。震災後はそれに加えて、県内沿岸部での巡回相談や学校、幼稚園、保育所等での講話等も行っております。今回は、それらの活動を通して得た情報を中心に報告致します。

子ども達の体験の内容は、様々ですが、中には凄まじい体験をした子ども達があります。津波が来て、洗濯機の中にいる様な感じで押し流され、木にひっかかって何とか助かったとか、保育園で被災し屋上に避難し、雪の降る中毛布に包まっていたが、その後、周囲で火災が発生し、煤だらけになりながら一晩明かして、翌日自衛隊に救助されたとか、また別の園児は、園で被災し津波を避け山まで逃げたが、そこで家や遺体が沢山流されて来るのを目撃したとか、また別の子は、家族と共に車で避難最中に津波に流され、たまたま割れた窓から、外に出され、子ども一人だけ助かったが、他の家族は亡くなったとか、恐怖感や悲しみに圧倒された子どもたちが沢山います。

あと気になるのは発達障害の子どもたちで、落ち着かず騒いだりするため、避難所にいられず、車の中で過ごしたり、ライフラインが復旧してなくても壊れかけた自宅二階に戻った方や、他には親戚宅に避難した方も多かった様です。仮設住宅に移ってから、音や声が周囲に聞こえるため、隣近所から苦情が出てしまい、そのため日中はできるだけ長時間保育所に預けているという方もいます。発達障害の子ども達でも安心して自由に遊べる空間や、長時間預かってもらえる場所が望まれています。

元々、広い家に住んでいた子も大人も、仮設の狭い家に移ってそのギャップで大変なようです。子ども達がのびのびと遊べる場所が必要とされています。また、住民間の交流を図るための催し物を定期的に行ない、大人も子どもも老人も共に交流し、孤立させないように動いている保健師さんもありました。

凄まじい体験をしたにも拘わらず、何事も無かったかの様に平然と学校生活を送っている子もいて、先生方は却って心配していました。いつか大きな反応が起こるのではないかと、今何かしなくて良いのか。その答えは、なかなか難しい。子どもたちの心の中にどんな体験が刻まれているのか、想像を超えたものがあるように思います。

子ども達の心の相談を受けた場合、家族の状況を含めた全体像を評価し、最適な関わり方を見つけ、適応があればより適切にEMDRを実施して行くのが、我々現地支援者の使命だと思います。9月からのJ-HAPの活動に支えられて、良い形でEMDRを展開できた経験をさせていただきました。今後もご支援よろしくお願い致します。なお当センターは、子どもだけではなく、子どもに関係することであれば親の相談も受けております。適宜、ご利用下さい。

EMDR Part1 トレーニングを終えて

山下由紀子
甲南大学大学院人文科学研究科人間科学専攻

EMDR Part1 トレーニングを昨年2月に終えましたので、報告させていただきます。トレーニングを受けるきっかけとなったのは、指導教員の勧めでした。博士課程に進学し、臨床心理士試験に合格したばかりの私は、まだ職にもついていないため、理解できるものなのか、とても不安がありました。しかし、トレーニングに申し込んだにも関わらず、定員オーバーのため受けられない人がいることを知り、患者さん、クライアントさんのためにスキルを学ぼうとする参加者の先生方の姿勢を目の当たりにし、初心者の私が受けられる幸運を逃してはいけないなと思い、トレーニングに臨みました。実際、市井先生の講義はわかりやすく、スライドは視覚的な配慮がなされており、わかりやすいものでした。また、症例をあげつつ説明がなされるため、実践経験の少ない私にとってとても理解を促進してくれるものとなっていました。それでもなお、講義で教えていただくこと、ビデオの中で起こっているクライアントの変化は信じがたいものでした。トラウマの処理があんなにも早く、適応的に変化しうるものなのだろうか、クライアントのサービスではないのかと疑問は続きました。実習はそのような疑問を一掃するものであり、実際にペアになった方がとても適応的な認知に変わり、「人間ってすごい」「EMDRってすごい」と思いました。他の実習ではスムーズにいかないときもありましたが、ファシリテーターの先生から「こうしては」とアドバイスが入ると、処理はみるみるうちに進み、臨床現場で実際に使えるようになるような体験ができました。また、実習を通して、ファシリテーターの先生方が臨床家として患者さんやクライアントさんとうまく向き合っているのかが垣間見え、私にとってとても刺激的で学ぶべきことの多いトレーニングになりました。Part1を終えて、臨床現場でできることが増えると、できないことが見えて悔しい思

いをすることが増えました。次はPart2を受講し自分の幅を広げていきたいと思ひます。

市井先生はじめ、ファシリテーターの先生方、スタッフの方々、一緒に参加された先生方すべてに深く御礼申し上げたいと思ひます。ありがとうございました。

◇ 新理事就任挨拶 ◇

近藤千加子
ディーパ心理オフィス代表

このたび新しく理事に就任させて頂き、人道的支援をするHAP（JEMDRA - HAP: Japan EMDR Association - Humanitarian Assistance Programs）委員会の委員をさせて頂くことになりました。HAPの活動については、北村先生が別稿に記述されていますのでご覧下さい。私はロゴ作りに関わらせて頂きましたが、さまざまな先生方やデザイナーさんのアイデアにより素敵なロゴができましたので、この機会をお借りして紹介させて頂きます。赤い丸は、今後、世界を視野に入れ日本を象徴する日の丸をイメージしています。種をくわえた鳥は、EMDRのトレーニングの最後に話される“美しい花を咲かせる奇妙な種”を運ぶイメージで、緑は生命の色を象徴しています。今後は、HAPの発展のためにロゴ入りTシャツなどのグッズ販売も計画されていますので、皆様どうぞよろしくお願い申し上げます。

人々が苦しみから解放され楽になるための支援を継続していくことで、EMDRがより広く世の中の役に立つ心理療法として確立されていくと思ひます。微力ではございますが、この方面で少しでも貢献させて頂ければ幸いです。今後とも何卒よろしくお願い申し上げます。

海野千畝子
兵庫教育大学

この度、春の選挙において新理事として任命された海野と申します。役員の業務としては、兵庫教育大学所属である縁から母体である学会事務局をお手伝いさせて頂くこととなります。事務簡略化、効率性の側面から市井先生をバックアップできればと思ひております。

また、臨床においての抱負は、虐待を受けた子どもへのEMDRの発展に寄与できるように努めていきたいと思ひます。児童養護施設において、虐待を受けた子どもたちに安全なトラウマ治療ができるように、そのシステムづくりや施設心理士の養成を含めて、包括的な視座でEMDR実施を考え

て行きたいと思ひています。微力ではありますが、どうぞ宜しくお願い致します。

竹内 伸
さきお英子子ども心のクリニック

今年度から新たに理事を勤めさせて頂くことになりました。昨年は東日本大震災があったこともあり、その中で学会内にHAPが作られるなど、EMDR学会としても大きな変化を迎えていると思ひます。世の中の歴史の長い大所帯の学会とは違いますが、EMDR学会も会員数が年々増えてきており、昨今のPTSD治療への関心の高まりもあり、ますます広まって行く途中にあると思ひます。

また近年新しいPTSD治療が増えてきている現状を見ますと、EMDRはPTSD治療の中ですでに新参者ではなく、先駆者であり経験者としての立場があるのだらうと思ひます。このような日本におけるEMDRとEMDR学会が「新しい」「一部の人の」ものであった状態から、より広く知られた、中堅のものに変わっていかうとする時期に、理事として参加できることを大変うれしく思ひております。自分自身の中では、2010年からファシリテーターを勤めさせて頂いていることもあり、新しくEMDRトレーニングに来ようという人や、EMDRトレーニングを受けたあとで、臨床で使えるようになるためのプロセスを、よりスムーズにできるよう、何か出来ればと思ひております。皆様のご意見ご協力、よろしくお願い致します。

上田英一郎
大阪医科大学皮膚科学教室

この度、新しく理事として広報を担当させて頂くこととなりました。よろしくお願い致します。私は皮膚科医ですが、アトピー性皮膚炎をはじめとする心身症と呼ばれる皮膚疾患、背景因子としてトラウマの関与している疾患にEMDRなどのトラウマケアの技法を用いることによって、心身両面からの統括的な治療法の確立を目指して臨床に取り組んでおります。現在、災害のトラウマなどに対しては、こころのケアがより一層注目されるようになって来ています。しかし、「身体疾患、特に慢性疾患が患者の心に及ぼす侵襲がどれほど大きいかはまだ十分に認識されていない」とシャピロ博士もその著書に書いておられますように、身体疾患をトラウマの原因とみなして対応している医師はほとんどおりません。今回の震災や津波、放射線被害などPTSDと診断できるよう

な病態への EMDR を用いた治療に関する情報発信はもちろん大切です。それに加え私は、身体疾患に苦しむ患者の中にもトラウマケアを行わないと症状が改善しない者がおり、私たちが実践しているような治療や診たての必要性をもっと社会に発信し、医師と心理士が協力した時に発揮できる力について示していきたいと考えております。

微力ではありますが、EMDR の更なる発展に少しでも寄与できればと考えております。どうぞよろしくお願い申し上げます。

* 編集後記 *

今号よりニューズレターの担当を引き継ぎました。一部紙媒体も残しておりますが、PDF での配信となりました。編集作業も初めてのことで、配信が遅くなりましたことをお詫び申し上げます。充実した誌面を目指し頑張っていきますので、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）

<今後の予定>

EMDR トレーニング

Part1: 3月2-3日 (三宮研究センター), 4日 (神戸国際会館)

Part2: 8月3-5日 (飯田橋レインボービル)

Part1: 10月12-14日 (飯田橋レインボービル)

2012年5月18～20日: 日本EMDR学会第7回学術大会および継続研修会「EMDRと子どもの治療」

場所: 霞城セントラル 〒990-0827 山形県山形市城南町1丁目1-1 (JR山形駅直結、徒歩1分)

5月18日 (金) 学術大会 (一般演題、シンポジウム、特別講演), 懇親会

5月19～20日 (土・日) 「EMDRと子どもの治療」ワークショップ: Joan Lovett M.D