



こだち News

巻頭言

催眠の復権

杉山 登志郎（浜松医科大学児童青年期精神医学講座）

催眠を用いた治療は長い歴史を有するが、ごく最近まで臨床の最前線から姿を消していた。

催眠を基盤とする治療が全く廃れていた訳ではない。九州大学が誇る動作法は広義の催眠の活用であるし、自律訓練法も細々ながら主として心療内科で用いられ続けている。私は30数年前、単科の精神病院で働いているときに、ほとんど独学で自律訓練法を学んだ。購入した自律訓練法のテキストにはカセットが付いていて、なんと池見酉次郎先生ご自身によるインストラクションが第一レベルから第六レベルまで録音されていた。池見先生の声は九州弁丸出しの暖かなだみ声で、「気持ちじゃえんじゃえん落ち着いている・・・」と語りかけるこのカセットが私は大好きであった。患者さんと共に池見先生の声を聞きながら自律訓練を実施したのを懐かしく思い出す。

多重人格の為の治療であるWatkins夫妻による自我状態療法は最初催眠下で行われていた。しかしその後、治療の進展が十分ではないということで技法の改善が必要になった。催眠下であれば部分人格に会うことはできる。だが何もせず戻ってきたら、当たり前だがそのままなのだ。部分人格に会ったらEMDRなど、トラウマ処理の技法と組み合わせ治療を実施し、その部分人格の抱えるトラウマ処理を行ってはいじめて多重人格の治療は進展するのである。

最近になって、催眠の再評価が少しずつ行われるようになった。それに伴い、臨床的な催眠の応用も見直されるようになって来た。私がびっくりしたのはmixiで臨床催眠のサイトがあったことだ。かつての解離サイトのようなオカルティックな要素もなく、明るい雰囲気で好感度は高い。そこに盛られている新しい催眠の臨床応用を見るとやはり単独で用いるものではなく、他の技法との組み合わせによって生きてくるようだ。特にトラ

ウマ処理の技法との組み合わせはやはり相性が良い。かのミルトン・エリクソンも、催眠はコミュニケーションの一つ、と述べていたと伝えられる。気功を催眠に置き換えると、きっと神田橋先生のような治療をしていたのではないかと愚考する。

トラウマ処理を伴わない用い方も工夫されてきている。福井義一先生が行われている、トラウマ処理を伴わない自我状態療法がその一つである。これは自我状態へのアプローチを行い、そこで出会ったリソースにアドバイスを受けるという方法で、臨床で用いることもできるし、セルフケアにも用いることができる。

やり方は自我状態療法と同じである。家をイメージし、部屋の中に入る。次いで地下室への扉を開け、下りの階段を思い浮かべる。階段が真っ暗だったりしたら、灯りのスイッチをさがす。見つからなかったらえいっと懐中電灯を取り出す。階段を降りる。その先に扉があるのを確認する。扉の取っ手を探し、少し開けて中を覗いてみる。目が慣れてくるのをまって、大丈夫そうなら部屋の中に入る。中の様子を確認すると、おおむねそこに自我状態がいる。

そこで、そこにいる自我状態と対話を行い、今抱えている問題について意見を聞く。それが終わったらお礼を言って、また来ても良いか確認し別れる。部屋の外に登りの階段があるのを探す。階段を上って帰ってくる。

ざっとこのような普通の(?)自我状態療法と同じ手順である。臨床で用いてみると、階段が真っ暗なのはまだ良いとして、扉が3つあったり（このときは扉の前で一番ドキドキしない扉を開けるようにする）、扉を開いていたらそこが地下室ではなくて海になっていたり（これは例えばアイデンティティがまだ不確かな心性が残っている

場合など)、人間でなく狸がいたり(人間でなくとも懇切丁寧なアドバイスをしてくれたりする)、帰ろうとしたら階段がなかったり(このときには探してもらおうと脇に見つかったりする)いろいろなことが起きる。専門職として働いている複雑性PTSDの女性は、地下室になんと専門職の彼女自身がいた。専門職の彼女自身はこちらからみてもなんとまあ本当に的確なアドバイスを彼女にするのだ。でもご本人は、あの人(専門職の彼女)は厳しいことをよく言うのでアドバ

イスを受けに行くのは余程切羽詰まったときか、治療を受けに来たときだけだという。

私自身の場合は、なぜか階段が下に行くのではなく、梯子で上に上がるようになっていた。あれあれとそれでも上ってみると、そこには天文ドームがあり、その中に、少年とおぼしき自我状態がいた。子どもっぽいエネルギーこそが自分のリソースなのだなあと確認し、その少年からは「好奇心を大切にね」と的確なアドバイスを受けて彼に別れを告げたのであった。

第10回定時総会特別企画 「杉山登志郎先生 特別講演会」のご報告

2016年5月22日(日)に、九州大学医学部百年講堂において、杉山登志郎先生(浜松医科大学児童青年期精神医学講座)をお招きして特別講演会を行いました。「発達障害とトラウマ:複雑性PTSDへの治療」をテーマとし、長年の児童やその保護者を中心にした臨床で培ってこられた知見についてお話しくださいました。

ご著書「子ども虐待という第四の発達障害」(学研)、「発達障害の薬物療法-ASD・ADHD・複雑性PTSDへの少量処方」(岩崎学術出版社)などの中でもご紹介しておられる、生まれつきの発達の方よりなのか、不適切な養育によるPTSDなのか判別が困難な子どもの患者の様相について、個々の事例



や統計に基づいて解説してくださいました。そしてその両方が複雑に絡み合った症例が少なくないことを示され、安易な診断の下での多剤大量処方が行われていることについて警鐘を鳴らすご意見をお

話しされました。その治療として、杉山先生が薦めておられる「神田橋処方」と呼ばれる少量の薬を適切に使う方法や、EMDRによるトラウマ体験を取り扱う精神療法をご紹介します。

また、子どもの治療だけでなく、親が抱える課題や障害についても同時に取り扱うことで、子どもを抱える家族全体の機能を高めることを指摘されました。

折しも、九州では大規模な地震に見舞われた直後であり、災害による子どものPTSD様の症状の取り扱いにも言及されました。家庭・学校など、子どもの居場所となるべき場における安心できる絆を育むことの重要性を力説されました。

参加者からは、生まれつきなのか成育環境によるものか原因がよく分からないケースについて悩んでいたところに、症状を基に理解と対応を進めるといった基本にかえった視点をもらい新鮮に感じた、などといった声が寄せられました。



当法人設立10周年記念

「北山修先生 公開スーパービジョン」

日時 2016年12月18日(日)
会場 九州大学西新プラザ 大会議室(福岡市早良区西新2-16-23)
対象 臨床心理士(受験資格者を含む)、医師、コメディカルスタッフ、臨床心理学を学ぶ大学院生
定員 200名
参加費 当法人会員・3000円
申込み 会員優先締切9月30日(金) 非会員受付期間10月3日(月)～11月18日(金)
詳細は、公開スーパービジョンの案内のチラシをご参照ください



研修会のご報告

「教職員対象の校内研修会・事例検討会の方法」

2016年6月26日（日）に、九州大学箱崎キャンパスにて、学校領域で活動する臨床心理士を対象とする研修会を行いました。スクールカウンセラーは、学校の教職員を対象とする研修会や事例検討を行うことがあります。研修会の構成や参加者が飽きない有意義な内容を作るのに難しさを抱えている方が少なくありません。そういった課題に取り組むために、当法人専務理事の増田健太郎先生（九州大学大学院教授）を講師として、スキルアップを目指して体験的に学びました。

3部構成とし、第1部は増田先生による実際の研修のデモンストレーションを体験しました。双方向のやり取りによって研修への参与感を高め、意欲的に学べる工夫が随所に散りばめられていました。2部では、学校における「グラフィック事例検討会」のやり方について実践的に学びました。事例提供者は「自分がこんなに情報を持っていたということに驚いた」と振り返っていました。そして第3部では、グループに分かれて、即席で研修会を計画し、実際に他の参加者を対象に研修を行う、という大変実践的な取り組みとなりました。約1時間で、ほとんどが初めて顔を合わせるというメンバーで話し合いを

重ね、ウォーミングアップから始まり、レクチャーと参加体験的エクササイズとを組み合わせた12分の研修を構成していました。各参加者のカラーがよく現われた内容で、前半1・2部での学びを活かしたユニークな取り組みでした。また発表だけでなく、他のグループの研修に参加することで、なお一層今回の学びの意義を体験できたと思います。

参加者の中からは「実際に12分間でできることを考え、前でやるとなると、アイデアも出てくると思いました。自分の中で考えやってみることが力になると実感しました。」「これからはワークを取り入れて、私も先生方も楽しく研修していければと思います。」といった感想を聞くことができました。



連載 歴史的名著を読む～臨床心理学とその周辺～

第1回 フロレンス・ナイチンゲール「看護覚え書き 本当の看護とそうでない看護」

（原題：Notes on Nursing; What it is, and what it is not） 1859年

今回から始まる連載企画では、歴史に名を残してきた偉人の著作や、対人援助の理念の根幹をなす古典などについて、臨床心理学のみならず周辺までをご紹介します。

第1回で紹介するのは、看護師には古典として現代でも教材とされている「看護覚え書き」。ナイチンゲールが日々の看護業務で培った「本当の看護」の姿勢について、強い憤りを以て著した1冊です。

現代では看護師は医師の医療行為の助手であるかのようにとらえられていますが、「医療行為」と「看護」は似て非なるもの。本書の第1章は「換気と加温」に始まっており、薬品や手技などいわゆる医療行為には1冊を通してほとんど触れられていません。その後の章でも換気について頻りに言及がありますが、これは単に清浄な空気的重要性を述べるのみならず、ただ窓を開けさえすれば換気したことにしてしまっていないか、窓の外の高い汚い空気や病棟の廊下での悪い噂話が患者に触れ、治癒に悪影響を及ぼさないかをきちんと気にしているか、その実に

こまやかな配慮について説いているのです。医学・看護学のみならず建築学にも通じていたナイチンゲールは、病室の間取りやベッドの高さ、通気口の配置、食器の種類に至るまで、1つとして配慮のいきわたっていないものはない、というほどに徹底しています。そして、（病気のせいではなく）それらのことに看護者が無頓着であったがために亡くなった患者が無数にいたことに怒りを露わにしています。患者に責任を持つとはどういうことか—それは患者に付き切りになることではなく、自分が不在にしているときに起こることについて考え、対処しておくことだ、と本書では述べられています。患者を守り、尊重するための重要な心構えは、現代のわたしたちにも通じるところがあるでしょう。



掲示板

こだちよりお知らせ

研修会のお知らせ

○事例で学ぶテストバッテリー

日時 成人編：2016年8月7日（日）
思春期編：2016年12月11日（日）
10時～17時
講師 高橋 靖恵先生（京都大学大学院 准教授）
会場 九州大学西新プラザ中会議室
参加料 1回 12,000円（会員10,000円）
2回 22,000円（会員18,000円）

○こだちロールシャッハ研修会

講師 吉岡 和子先生（福岡県立大学 准教授）
日程 第1回 2016年 8月28日
第2回 2016年 9月18日
第3回 2016年10月23日
第4回 2016年 12月4日
第5回 2017年 2月12日
第6回 2017年 3月5日
14時～17時（第1・2回）
14時～17時30分（3～6回）
会場 九州大学西新プラザ中会議室
受講料 26,000円（会員23,000円）

○現場で使える臨床動作法

日時 2016年9月25日（日）10時～17時
会場 九州大学総合臨床心理センター
講師 成瀬悟策先生（九州大学名誉教授）
針塚 進先生（中村学園大学教授）
大場信恵先生（九州大学大学院教授）
遠矢浩一先生（九州大学大学院教授）
古賀 聡先生（九州大学大学院准教授）
藤吉晴美先生（たていわ病院）
横尾摂子先生（緒方良神経科クリニック）
山崎由紀先生（本間病院）
受講料 15,000円
（会員13,000円、学生会員7,000円）

お問い合わせは こだち（092-832-1345）まで



当法人からみなさまへ 入会のお願い

当法人では、地域に貢献できる臨床心理事業、および臨床心理士の質の向上のための研修事業に取り組んで参りました。みなさまのご支援のおかげをもちまして、これまでの10年で着実に実績を重ねてきました。わたしたち一同、これからの10年に向かって、一層充実した活動をしていく所存です。

しかし、設立当初からの財政難は年を追うごとに厳しさを増し、質の高い臨床心理事業・研修事業を今後維持することができるかどうか、瀬戸際に立たされています。心理援助の理念に従い、営利を目的としないサービスを提供しておりますので、収入は芳しいものではありません。

当法人の運営資金の根幹は、会員からの会費収入で賄われております。会員が増えれば、それだけ充実した事業によって地域のみなさまや臨床心理士の方々に貢献することができます。

このお願いをお読みの方の中には、過去に会員であった方や、ご職場などで回覧されている方もいらっしゃるかと思います。ぜひ、当法人会員となってくださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

理事長 黒木俊秀

正会員（一口5,000円）臨床心理士有資格者

学生会員（一口1,000円）

準会員（一口5,000円）臨床心理士資格試験受験資格保有者

賛助会員（個人：一口5,000、団体：一口10,000円）

編集後記

新たに連載企画を設けてみました。普段の心理のトレーニングだけではなかなか触れることがなさそうな、しかし重要な示唆に富む本について、これからも紹介していきたいと思っております。（Y）



特定非営利活動法人 九州大学こころとそだちの相談室

〒814-0002

福岡市早良区西新2-16-23 九州大学西新プラザ内 産学交流棟

TEL 092-832-1345 FAX 092-832-1346

HP <http://kodachi.or.jp/>