

ねこぽん HOKKAIDO

ニュースや話題は

北海道報道部
TEL 011-231-3085
FAX 011-222-1049

問い合わせ

広告は

広告部
TEL 011-281-5364

主催事業

事業課
TEL 011-281-5441

購読は

販売部
フリーダイヤル
0120-468-012

Eメール

h.houdou@
mbx.mainic
hi.co.jp

札幌市中央区の心理セラピスト、藤原千枝子さんが、虐待などで心に深い傷を抱える人のトラウマ(精神的外傷)を、これまで見過ごされてきた体へのアプローチを通して早期に治療する初の専門家養成講座を東京都内で開いている。藤原さんは「本来、トラウマは必ず癒やされるものだと知ってほしい」と話している。

体を通してトラウマ治療

札幌の心理セラピスト・藤原千枝子さん

ニック発作やフラッシュバックはそのエネルギーが起きていると解明。体に働きかけてエネルギーを分散させる治療法を確立した。具体的には、心理よりも痛みなど体の感覚に注目して治療する。例えば、ひどい歯ぎしりに悩まされていた女性のケースでは、あごの緊張に注目。厳格な家庭に育ち、「言いたいことを言う」とトラウマが起きているという意識を持っていたことが



「心と身体は本当につながっており、体が全部教えてくれる」と話す藤原千枝子さん。札幌市のプレマカウンセリングルームで

専門家養成講座を初めて東京で開講

あごを緊張させ、30年以上も歯ぎしりが続いていたとカウンセリングで判明。言いたいことを自由に言う姿をイメージすると、緊張が緩和したという。藤原さんは、朝日新聞社で教育担当をしていた97年に神戸・小学生連続殺傷事件を取材したのをきっかけに、心理と教育を学ぼうと、退社して英米両国に留学。カリフォルニア州公認心理セラピストや日本の臨床心理士の資格を取得し、SE

を広げたいという。藤原さんのカウンセリングルームでは、薬を7年間飲んで治らなかった人が毎週1回計3カ月のカウンセリングで薬なしで職場復帰するなど、着実に成果が上がっているという。藤原さんは「この回の講座では、米国から身体心理療法の専門家を招き、精神科医らも専門家を対象に3年間で計216時間のプログラムをこなす。SE認定プログラクショナーは現在、国内に藤原さんら2人しかいないとい、講座を通して、この治療法を臨床現場に

SEは臨床効果大
村川治彦・関西大准教授(身体運動文化)の話
体を見つめながら原因となる過去と向き合うことが出来るため、臨床効果が高い。

【中川紗矢子】
http://www.sejapan.org/index.html