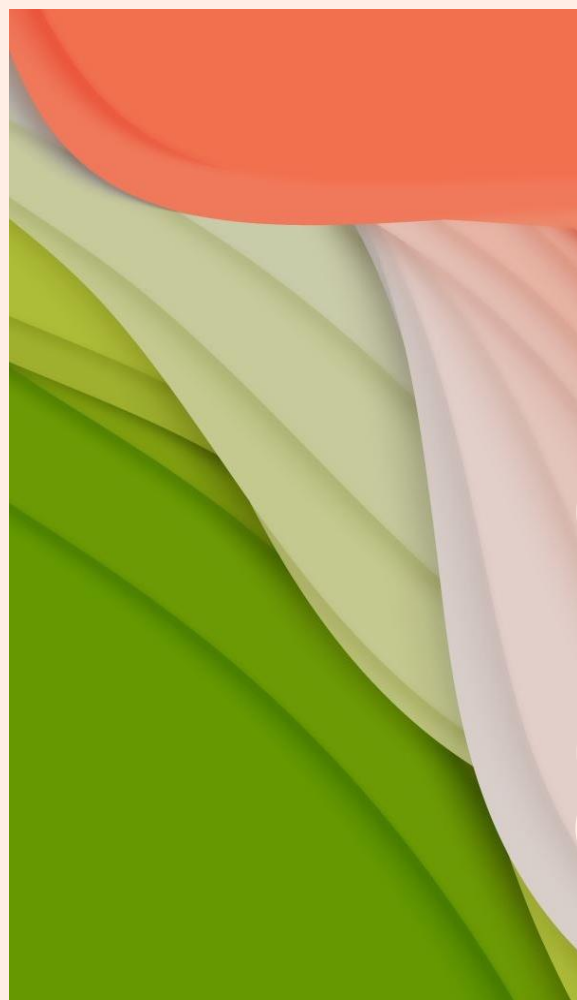


すべての 人に トラウマ ケアを



カウンセリングオフィス

VISION

新潟こころの発達医学セミナー

令和6年11月2日

カウンセリングオフィスVISION

NPO法人新潟トラウマ治療協会

名和淳

カウンセリングオフィス VISION の紹介

<https://vision-fiw.com>



カウンセリングオフィス

VISION

ロゴに込められた思い

「道の先に光」

バラは「温かい心・幸福・感謝・絆・信頼・健やか」
オリーブは「平和・智慧」

VISIONでは小さなトラウマから最重度の被害まで、確かな知識と経験を持ったスタッフがこころの痛み寄り添って対応します



院長
名和 淳



非常勤心理士
三浦 かおり



非常勤心理士
反町 道夫



非常勤医師
Zain Ekachaeryanti



代表
杉本 篤言

NPO法人新潟トラウマ治療協会の紹介

すべての人にトラウマケアを

重度のトラウマを持つ人は
対人恐怖から就労が困難になることがあります
経済的に余裕のないクライアントは
トラウマケアの費用を確保できず
本当に治療を必要とする人に
治療を届けられない状況が生まれます

新潟トラウマ治療協会では
皆様からご寄付を募り
経済的に余裕のないクライアントに
トラウマケアを提供する取り組みを行っています

<https://www.npotraumatreatment.com>



理事長 杉本篤言
理事 6名(名和ら)

トラウマケアは
トラウマ治療
だけで完結しない

トラウマ治療はごく一部

トラウマケアはシームレスな
ケアであるべき

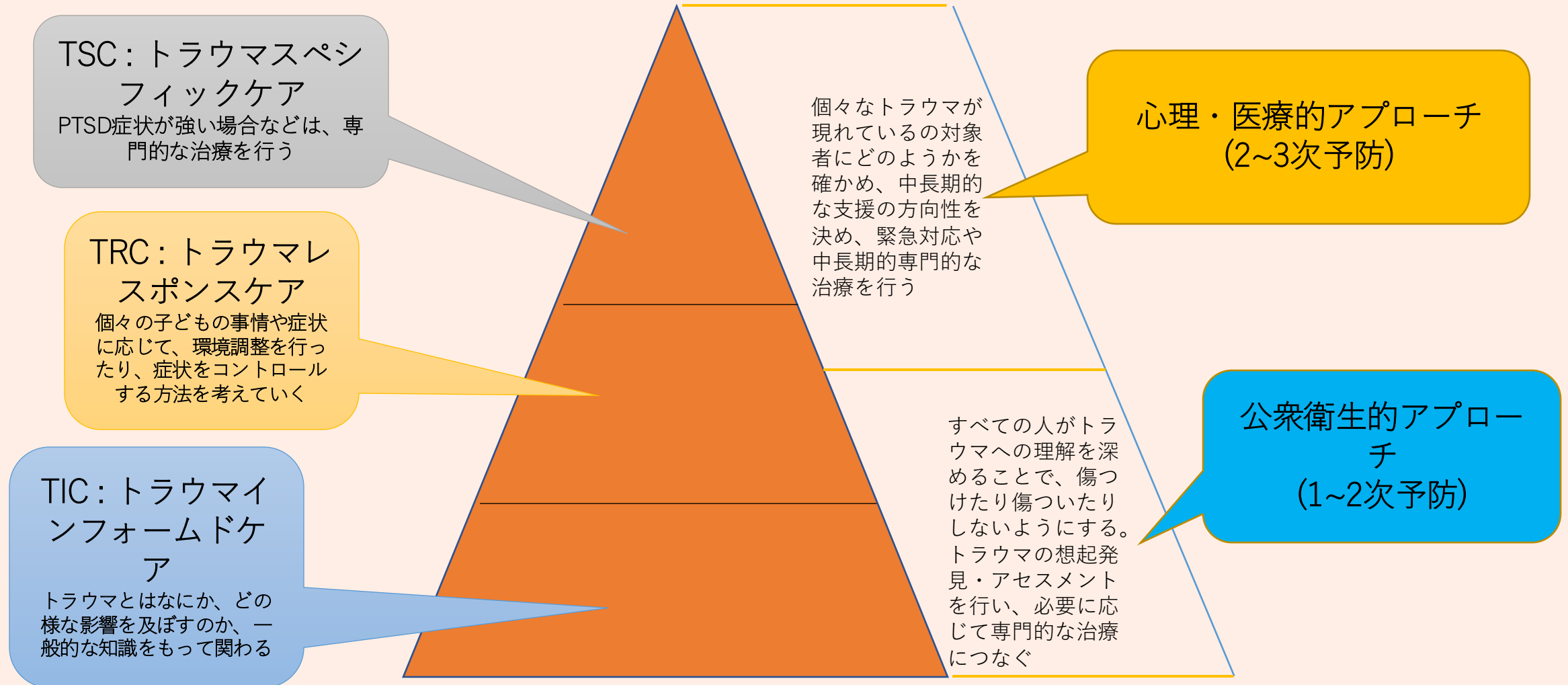
みんなを理解をし、みんなが
良くなっていきましょう



トラウマインフォームドケア
の大切さ

重層的なトラウマケア

「子どものトラウマがよくわかる本」 白川美也子 監修 講談社 2020





トラウマからの回復

ジュディス・ハーマン

1) 安全・安心の確保

2) 再体験

3) 社会的再結合(社会的なつながりを作る)

トラウマ・ インフォームド ケア

○トラウマについての知識を持ち

○どんな影響を受けているか認識をして


○適切な対応をすることで

○再トラウマを予防

→ ① 支援者が対象者の状態を理解する

② 対象者と家族等にトラウマの基本知識を伝え、
本人の状態を認識し、安全な対処を練習する

③ 支援者が自分の状態を自覚し、良い組織を作る



トラウマ記憶は

- 冷凍保存される。
- 他の神経ネットワークから切り離される。

(EMDRの考え方)

- 何もしなければ何年もそのまま。20年でも30年でも。
- より原始的な脳、体の機能を司る部分に刻まれる
- バン・デア・コーク「身体はトラウマを記憶する」
- 体に働きかけることも大事

トラウマの種類

- シングルトラウマ(単回性のトラウマ):
命に関わるような大きな出来事一回。自然災害や事件・事故などが当てはまります。
- 複雑性トラウマ:
命に関わらないけれど、小さい頃から何度も積み重ねられてきたこと。児童虐待を受けたり、執拗ないじめを受けたり、延々と長く重い受傷が続いたもの

フラッシュバック とは

- 冷凍保存された記憶が出てきてしまう
- あの時のあの場所に戻されてしまう
- 映像も音も匂いも触感も・・・

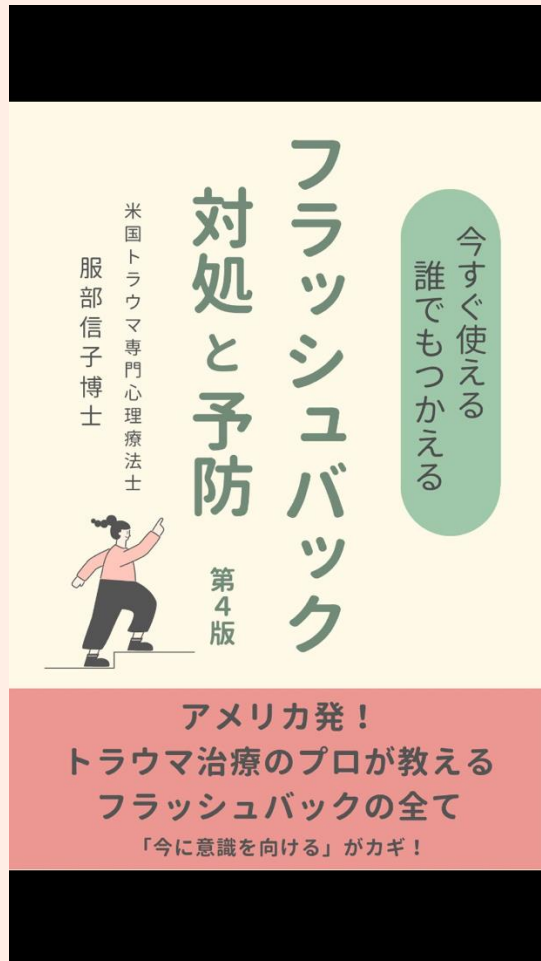
- 安全な今ここに戻ることで、フラッシュバックへ対応できる

- 「これはフラッシュバック」「今は**2024年**(カレンダーを見る)、今の安全」「周辺のものに触る(冷たい感覚を感じる)」「大好きなぬいぐるみを触る」「大好きなペットを触る」「周りを見渡し三つの物の名前、形、色を言う」・・・



フラッシュバックに対しての心理教育

「フラッシュバック 対処と予防 第4版」 服部信子著 Kindle



あの時あの場に戻る



今ここへ戻る
セルフケア
ストレスケア

PTSDの3大症状

侵入

回避

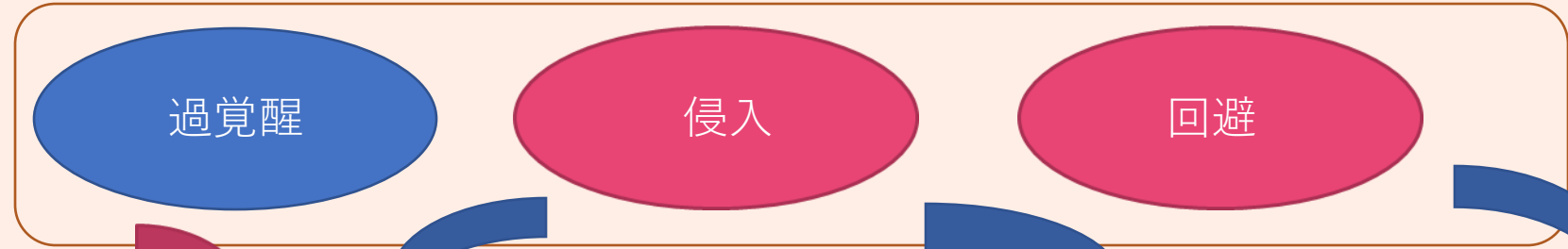
過覚醒

複雑性PTSD

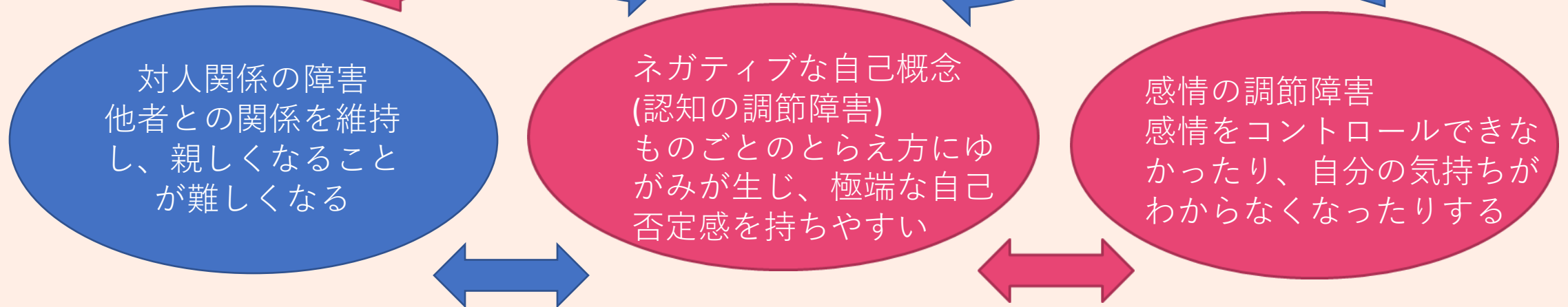
「トラウマのことがわかる本」白川美也子 監修 講談社 2019

- ICD-11 では、PTSDの三つの症状の加えて、以下の症状がみられる場合を「複雑性PTSD」としている。いずれも、程よい状態に自分をコントロールできなくなっている状態。

- PTSDの症状



- 複雑性PTSDの症状



解離とは

防衛機制

心を守るための働き

危険なものから離れて安全を図る

※多岐にわたる解離症状

解離に 焦点を当てた 行動観察 リスト (海野ら,2005)

- A. 覚醒水準の変動：①ぼんやり・うつろ ②ハイテンション
③不眠・悪夢 ④昼間の居眠り
- B. スイッチング・部分人格の交代現象：①従順モード
②暴れモード ③性的モード
④ハイテンションモード ⑤退行(幼児)モード
- C. 解離性幻覚・幻聴・被注察感：①幽霊を見た ②声が聞こえる
③誰かに見られている
- D. フラッシュバック・外傷体験絡みパニック：
①感情爆発・怒り・泣き ②呼吸困難(過呼吸)
③失立発作・立てない
- E. 記憶の障害：①断片化 ②忘却
- F. 身体への関与：①皮膚のかゆみ ②怪我の多発 ③自傷行為
- G. 無意識の挑発行動：①行動的挑発 ②性的挑発
- H. 非行的行動：①盗み・万引き ②器物破損 ③その他
- I. 排泄障害：①遺尿 ②夜尿 ③遺糞
- J. 通学における問題：①不登校 ②意欲減退 ③身体症状出現

トラウマ・ インフォーム ドケア

暴力ばかり振
るってるあの子、
突然キレて怖い

嘘つきなのよ
あの子

自傷を止める気
がないのね、気
を引きたいのよ

様々な問題行動の陰にトラウ
マがあるかも知れない

トラウマについて
の知識がある環境
で、**二次受傷を防
ぐ**

何回言っ
ても全然聞く
気がないみ
たい

学校も行かな
いで一日中
ゲームばかり
してるダメ
な子

逃げれば逃げ
られたんじゃ
ないの

反応性 愛着障害

※トラウマの影響で発達障害のように見えることがある


抑制型：他者に対して無関心

(広汎性発達障害と類似した行動パターン)

脱抑制型：他者に対して無差別的に薄い愛着を示す

(注意欠陥多動性障害と類似した行動パターン)

※先天的な発達障害との鑑別が必要



トラウマからの回復は可能です

ただし、トラウマの重さにより、時間とエネルギーのかかり方は違います

シングルトラウマ(トラウマが一つ)は、比較的早く解決します。

複雑なトラウマ(たくさんの、時間の長い)は、回復にさまざまな手続きと時間がかかります。時に、いろいろな地域の人の手を借ります。

複雑なトラウマには、様々な技法を使っていきます。
EMDR、BSP、TFT、HT、エリクソン催眠、SEの考え方、IFSの考え方、自律神経に働きかける方法、マインドフルネス、リラクセーション・・・

ご清聴ありがとうございました!
今後ともよろしくお願いいたします。

新潟トラウマ研究会

・ 公開講座(オンライン)

2025.1.19(日) 13時~16時 Georgie Cooke先生 WS

レベル3 認定IFSセラピスト

---IFSに学ぶ---

わたしの中のわたしを大切にする方法

- ・ ・トラウマを乗り越えて生き抜くために、
わたしたちの中で自然に起こること・・・
“どんなあなたもあなたを助けたい”

※新潟トラウマ治療協会、

カウンセリングオフィスVISIONと共催予定



カウンセリングオフィス

V I S I O N

引用文献・参考文献

「子ども虐待への心理臨床---病的解離・愛着・EMDR・動物介在療法
まで---」海野千畝子編著 誠信書房 2015

「赤ずきんとオオカミのトラウマ・ケア」白川美也子著
アスク・ヒューマンケア 2016

「身体はトラウマを記録する」ベッセル・ヴァン・デア・コーク著
2014 柴田裕之訳 紀伊國屋書店 2016

「発達性トラウマ障害と複雑性PTSDの治療」杉山登志郎 著
誠信書房 2019

「トラウマのことがわかる本」白川美也子 監修 講談社 2019

「子どものトラウマがよくわかる本」白川美也子 監修 講談社 2020

「トラウマによる解離からの回復 断片化された「わたしたち」を
癒す」ジェニーナ・フィッシャー 浅井咲子訳 国書刊行会 2020

新潟トラウマ研究会 令和6年度 第二回公開講座

IFSに学ぶ (内的家族システム療法)

わたしの中のわたしを大切にする方法
トラウマを乗り越えて生き抜くために、わたしたちの中で自然に起こること
“どんなあなたもあなたを助けてたい”

ご自分のことが好きですか？

あまり好きではないですか？

一見、適応的でない行動(学校に行けない、リストカット、オーバードーズ、食べすぎる・飲みすぎる、気分が落ち込む・など色々...)も、実はあなたを助けています。「こんな自分が好きになれない」「自分のことを受け入れられない」そんな思いはもしかしたらトラウマの影響かもしれません。ご自分のことを理解してあげて、ご自分に対して思いやりを持つことを始めてみませんか？

講座概要

この度の公開講座では、オーストラリアでご活躍されているジョージ・クック先生をお招きし、IFS(内的家族システム療法)という考え方を知り、自分に対する思いやりの持ち方を学びます。このお話を聞いた後、きっと少しだけ自分に優しくなれるかもしれません・・・



Georgie Cooke

講師紹介

ジョージ・クック先生

ジョージ紹介

ジョージ・クックは臨床心理療法士であり、治療分野において20年以上の経験を持ち、個人開業として14年の実績を持つ。レベル3のトレーニングを受けた認定インテナル・ファミリー・システムズ (IFS) セラピストであり、IFSインスティテュート登録コンサルタント、オーストラリアカウンセリング協会認定臨床スーパーバイザーでもある。トレンス大学でカウンセリングの修士号を取得し、IFS (インテナル・ファミリー・システムズ) セラピーの創始者であるリチャード・シュワルツ博士による集中対面トレーニングを含め、過去10年にわたりIFSセラピーのトレーニング、アシスタント、指導、コンサルティングを幅広く行ってきた。ここ数年、ジョージは経験豊かな日本人セラピストたちにIFSの指導とコンサルティングを行っており、日本の文化と人々に深い尊敬と感謝の念を抱いている。臨床家がIFSモデルにより自信を持ち、熟練できるようにサポートすることに情熱を持ち、臨床活動においても、指導やコンサルティングのスタイルにおいても、温かく、思いやりがあり、トラウマに配慮した存在感を發揮している。

📅 2025年1月19日(日)

🕒 13:00~16:00(日本時間)

📍 オンライン開催

定員
95名

対象：対人援助職（心理職、スクールカウンセラー、医師、看護師、教師、ソーシャルワーカー、保健師、相談員、その他の対人援助職）と一般の方

参加費：支援者 5000 円、一般 1000 円



お申し込みはこちらから (Peatix)

<https://niigata-trauma-koukaikouza-ifs.peatix.com>

お問い合わせ: カウンセリングオフィスVISION 内

新潟トラウマ研究会事務局

営業時間: 9:00~17:00 | Tel: 025-278-3875 | <https://vision-fiw.com>

共催: 新潟トラウマ治療協会 北信越EMDR勉強会 カウンセリングオフィスVISION