


**心理学部 心理学科**
**講師 今井田 貴裕 IMAIDA Takahiro**
**専門・活動分野 臨床心理学、トラウマケア、健康心理学**
**最新の研究内容**
**テーマ：トラウマ経験による悪影響と、それらを安定化する技法の開発**
**研究/活動紹介**
**①自己破壊行動のメカニズムの解明**

リストカットや過量服薬などの自傷行為と否定的自己概念の関連を研究することにより、自己破壊行動のメカニズムの解明に努めています。これまで明らかにしてきた知見では、過去のトラウマティックな体験や記憶に対するケアが必要であることがわかっています。また、否定的自己概念へのアプローチとして「自分はダメだ」という信念を和らげるような介入や、未来に対するイメージを肯定的にする介入が重要であることを示してきました。そのため、支援者は、自己破壊行動に対する直接的な禁止しようとするのではなく、過去や現在の自分に対する丁寧なアプローチが必要であると考えられます。なお、こうした自己破壊行動を行わざるを得ない青少年は決して少なくないと言われています。


**②複数の心身症状の安定化技法の開発・翻訳と安定化のメカニズムの解明**

心身の症状の早期に安定化させる技法のエビデンスの確立に努めています。例えば、汎用性のあるリソースを活性化させる自我強化法（Ego-Strengthening technique of Activates Generic Resources）は催眠により個人の持つ様々な強みや能力（リソース）を強化するための自我強化技法を開発しました。ES-AGRの主な特徴として、対象者の人生で培ってきた能力や行動、思考、環境、成功体験、身体感覚などの自覚のないリソースであっても暗示によりこれらを自然に想起・活性化させることが可能です。同技法の効果は臨床事例・健常群に実施したところほとんどの群に肯定的な影響を及ぼすことが分かっています。

ほかにも、トラウマケアでは、トラウマ記憶の急速な再処理を行うことが可能である眼球運動による脱感作および再処理法（Eye Movement Desensitization and Reprocessing; EMDR）が注目されていますが、同技法を基に開発された安定化技法であるリソースタッピング（Resource Tapping）や、瞬時のリソース開発（Instant Resource Installation: IRI）、拡張的なリソース開発（extended Resource Installation: xtRI）といった技法を翻訳し、これらもエビデンスの確立に努めています。これらの技法は、EMDRの核でもある左右交互の刺激を用いた両側性の刺激を用いることが不可欠です。いずれも簡便な手法で症状を安定化することが可能であるため、一部の技法はセルフケアに活用することも可能な技法です。

なお、以上の技法を成功させるためには、支援者と被支援者が共感的であたたかみのある関係性の確立しなくてはなりません。特に、要支援者に自傷他害の危険のある場合や、重篤な心身の症状を有する場合、ハラスメント被害を受けている場合などはこうした関係性を早期に構築して支援に臨む必要があります。こうした関係性に関する研究も行っています。

**産学連携/地域貢献へのアピールポイント、相談可能事項**

トラウマ経験やストレス全般に対するセルフケアなどを中心に、臨床心理学的な側面から広く相談に乗ることが可能です。

- 自己破壊的行動に悩む青少年に対する対応についての相談・研究
- 学校・企業のメンタルヘルス向上のための相談・研究
- 共感的であたたかみのある安全な関係の構築に関する相談・研究
- その他、トラウマ経験やストレス全般に関する相談・研究

他

**学会・経歴**

- 日本臨床催眠学会
- 日本催眠医学心理学会
- 日本トラウマティックストレス学会
- 日本EMDR学会
- 日本健康心理学会
- 日本ヒューマンケア心理学会（理事）
- 福井県公認心理師/臨床心理士協会（監査）

他

&lt;お問合せ窓口&gt;

仁愛大学 地域共創センター TEL 0778-43-6576 e-mail collabo@jindai.ac.jp