

トラウマ  
勉強会の  
第3回目



## 西澤哲先生から学ぶ トラウマを抱えた人を支えるために...

子どもさん、親御さんを支えるお手伝いをしていच्छる方々対象の研修となります。

主催：子どもの心身共に健康な成長を願う親の会

「身体の傷は治っても心の傷は消えない」講師である山梨県立大学人間福祉学部教授であり、心理療法士として第一線での臨床活動をしていच्छる西澤 哲（にしざわ さとる）先生の著書「子どものトラウマ」に書かれていた1節です。第1回目の勉強会「トラウマの正体ってなあに？」第2回目の勉強会「トラウマが癒えるとは？」に続いての待望の3回目は、子どもさん、親御さんなどに関わり、支援をしていच्छる方々への研修となります。第1回目の勉強会で、トラウマとなっている記憶（瞬間冷凍されている記憶）は、通常の「思い出記憶」とは違う形で脳の中にあるもので、それを、通常の思い出記憶として整理していく作業が必要というお話を伺いました。過去の記憶（出来事）は、どんなことであってもなかったことには出来ないこと。だからこそ、その記憶に向き合う作業（正しい認知に置き換える作業）が大切なのだとも教えて頂きました。当事者の方のその作業に寄り添える支援について、是非、一緒に学んでみませんか？

日 時： 10月9日(土) 13:00～16:00（受付開始12:30）

場 所： 松本市中央公民館 3階ネットワーク室

（松本市中央1-18-1 Tel：0263-32-1132）

\* 駐車場は隣接しておりますが、有料となります。ご容赦下さいませ。

講 師： 西澤 哲（にしざわ さとる）先生 山梨県立大学人間福祉学部教授

著書：子どものトラウマ [講談社現代新書]、トラウマの臨床心理学 [金剛出版]  
恐怖に凍てつく叫び(訳書, 金剛出版)、子どもの虐待 [誠信書房] 等

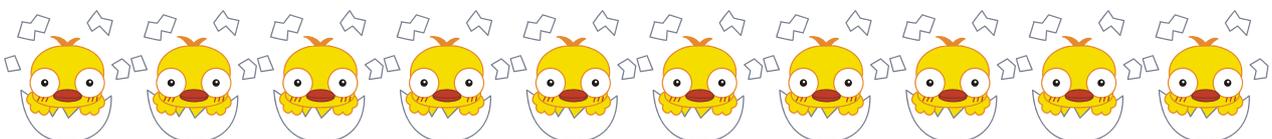
参加費： 1000円（当日、受付でお支払い下さい）

\* 恐れ入りますが、必ず事前にお申し込み下さい。

託 児： 申し訳ございません。今回は託児を受けつけておりません。

連絡先： 野見山 TEL/FAX 0263(33)7257

e-mail： oyanokai-matsumoto@mbr.nifty.com



この事業は、福祉医療機構の「社会福祉振興助成費補助金」を頂いて行っております。



**ジョハリの窓**

ジョハリの窓とは、自分をどのように公開し、隠蔽するか、コミュニケーションにおける自己の公開とコミュニケーションの円滑な勧め方を考えるために提案されたモデルです。考案者、ジョセフさんとハリーさんの名前から付けられました。

		自分自身が	
		知っている	知らない
周囲の人が	知っている	<p><b>「明るい窓」</b> 自分も分かっていて、他の人も知っている領域</p>	<p><b>「盲目の窓」</b> 自分は気付いていないが、他の人が知っている領域</p>
	知らない	<p><b>「隠された窓」</b> 自分には分かっているが、他の人には分からない領域</p>	<p><b>「未知の窓」</b> 自分も他の人も気付いていない領域</p>

- 『明るい窓』 あなた自身も気付いていて、他人も知っているあなたです。言い換えるとあなたがオープンにしている部分です。
- 『盲目の窓』 他人には見えているけど、自分では気づいていないあなたです。「あの人が、自分では気づいていないけれど〇〇だね。」などと言われる部分です
- 『隠された窓』 他人には見せていないあなたです。どちらかという隠しておきたいと思う部分です。
- 『未知の窓』 あなた自身も周囲の人も気付いていないあなたです。無限の可能性を秘めている部分です。

☆人それぞれ、この4つの窓の示す割合は異なりますし、相対する人によってもこの窓の示す割合は異なりますね。 さて、「明るい窓」を大きく開けることのできる相手とは・・・？、大きく開けられたら、どんな気持ちになるのでしょうか・・・？

