

【先行案内】

来年の1月13日(日)、14日(月・祝)に、神奈川県川崎市で、ワークショップ及びセミナーを行うことが決定しました。

14日のセミナーではトリガーポイント治療の第一人者である加茂淳先生、分子整合栄養医学で著名な、溝口徹先生をお招きして、痛みとトリガーポイントについて、痛みと栄養素の関係について講演をして頂く事になりました。

定員が100名ですので、おそらくすぐに満席になるかと思えます。その為、トリガーポイント研究所のメールマガジン会員の方々に先行案内をさせて頂く事に致しました。

1月13日(日) ワークショップ

テーマ：「トリガーポイントと痛み治療のあるべき姿」

対象：痛み治療に関わっておられる方、今後治療家を目指されている方

時間：13時30分～16時50分(開場13時)

参加費：4000円

定員：25名

講師：トリガーポイント研究所 佐藤恒士

1月14日(月・祝) セミナー

テーマ：痛みと分子整合栄養医学

対象：痛みで困っておられる方、そのご家族、痛み治療に関わっておられる方。

時間：10時～15時30分(開場9時)

参加費：2000円

定員：100名

講師：加茂 淳先生(加茂整形外科院長)

溝口 徹先生(新宿溝口クリニック院長)

佐藤 恒士(トリガーポイント研究所)

会場:サンピアン川崎 <http://www.sunpian.jp/data/access.html>

13日：4階 第2会議室

14日：4階 第3会議室

【今後の活動予定】

「11月」

3日・4日「痛みとトリガーポイント治療のワークショップ」(高知市)

11日「トリガーポイント・デンタルセラピスト養成講座」(久留米市)

17日・18日「トリガーポイント講座(社内研修)」(京都市)

23日「トリガーポイント・セラピスト養成講座」(熊本市)

24日・25日「痛みとトリガーポイント治療のワークショップ」(古河市)

「12月」

1日・2日「柔整師の為のトリガーポイント治療」(名古屋市)

8日「痛みとトリガーポイント治療」(福岡市)

9日「トリガーポイント・デンタルセラピスト養成講座」(久留米市)

16日「痛みとトリガーポイント治療」(熊本市)

23日「トリガーポイント・セラピスト養成講座」(熊本市)

【脳科学と心理学】 池田登著「脳が作りだした人生のストーリー」より

人間の脳は進化の過程に従って三層構造(は虫類脳、大脳辺縁系、大脳新皮質)になっているとされています。

「は虫類脳」は、生命維持を司る最も根幹的な機能を持っています。

「大脳辺縁系」は、情動を起こす脳で、ほ乳類の中で発達してきました。

この二つの脳は「古い脳」とも呼ばれます。

「大脳新皮質」は情報収集、分析、判断、予測など、高度な機能を持っています。
この、脳の発達段階の3つのステップは、心理学的にみてとても興味深いものです。

「三つ子の魂百まで」と言われますが、3歳前後までは「扁桃腺」という器官を使って記憶しています。

記憶をプールする場合に、「快」か「不快」を基準に振り分けて行きますが、10才頃までは、客観性を司る大脳新皮質がまだ未熟な為、快と不快の基準が主観的なものになってしまいます。

ともすれば、不合理な判断をしてしまっている場合もあるということです。

幼少時は弱い立場ですので、この時期の「快・不快」の基準は「安全」と感じたか、「安全でない」と感じたかに左右されます。

私たちは3才頃までに、ものごとに対知る価値観や定義を作り上げますので、今現在の私たちが感じる、人や社会に対しての感じ方や対応は、この時期にすり込まれたものをベースにしています。

従って、人付き合いが苦手な人や、集団に入る事があまり得意でない人は、幼少時に人との関わりを「不快＝安全でない」と学習してしまっている可能性があるということになります。また、それ以降、外から来る全ての刺激に対して、その感覚を通して受け止めるようになり、ネガティブなフィルターを作ってしまった人は物事のネガティブな部分だけを受け入れてしまい、ポジティブなフィルターを作った人は、同じ環境の中でも幸せを感じる事ができます。

生まれてきたときに、生きるのに必要な「古い脳」はほとんど完成していますが、大脳新皮質は10才頃までにその機能を充実させて行きます。

自分が経験したことを「快・不快」によって振り分け、今後同じ体験をしたときにどうするのが一番安全なのか、という自分なりにマニュアルを脳の中に作って行くのです。

一生を左右するマニュアルが小さな子どもの主観で作られ、大人になっても知らず知らずのうちにそれに従ってしまうのです。

「頭では分かっているのになかなか上手く行かない」・・・などと言う場合は、「そうすると危ないよ、怖い目に遭うよ」と書き込まれているからです。

子どもに「幸せなマニュアル」を刷り込むには、「安全」を与えてあげる事が一番です。とにかく、触れ、話しかけ、目と目を合わせて微笑み、抱きしめてあげてください。

(ひとこと) 痛み治療において、心理的な関わりはとても大切で、治療の一環でもあります。痛みで困っておられる方にとっても、治療家の方にとっても、心理学を学ばれることはとても有益です。

さまざまな心理学がありますが「交流分析」「アドラー心理学」はお勧めです。

池田登先生の著書では「トラウマにさよならするとき」という本もなかなか興味深く面白い本です。

トリガーポイント研究所 佐藤恒士

サイト⇒ <http://trigger110.net/>

facebook ページ⇒ <http://www.facebook.com/triggerlabo>