だいすきがつながっている。だいすきがつながっていく。だいすきをつなげていく。

特定非営利活動法人（NPO法人）

日本セラプレイ協会

Japan Theraplay® Alliance　Since 2014～　The Theraplay® Institute 国際本部公認

2023年　1月
ニュースレター　第10号

連絡先: info@theraplay.or.jp
公式HP: http://theraplay.or.jp
センターHP: http://theraplay.jp
Facebook: 日本セラプレイ協会

皆様お健やかに新春をお迎えのことと存じます。 旧年中は大変お世話になりましてありがとうございました。おかげさまで、日本セラプレイ協会は、本年設立10周年を迎えます。2008年に開催した初の研修からNPOの設立…その後も10年、たくさんの方たちにお世話になりました。本年は、新たな試みと致しまして、国立成育医療研究センターの協力機関として活動いたします。本活動も、その他の活動も今までと同じように、日本の子どもたちと、そのご家族が笑顔になるために、だいすきをつなげる活動を広げて参りたい所存です。皆様のご協力、ご支援を今後共よろしくお願いいたします。

協会 ロゴ

セラプレイ（Theraplay®）とは…

https://theraplay.org（国際本部：米国シカゴHP）

1967年に米国シカゴでヘッドスタートプログラムの1つとして採択され,その後心理療法・教育方法の一つとして現在もセラプレイ国際本部（The Theraplay® Institute）を中心に フィンランド・カナダ・ドイツ、韓国など60余ヶ国において精神保健や教育、福祉など様々な領域で実践されています。初期の母子関係における親密で温かい健康的なやりとりに着目し,心地よいスキンシップや楽しさあふれる遊びを通した関わり（遊び）が特徴です。セラプレイは、対象関係理論（Winnicott）/自己心理学（Kohut）/愛着理論（Bowlby）を背景に,人間関係における基本的なニーズを大切に考え,子どもの健全な成長発達に不可欠である愛着関係の下に「今、ここで」を具体的に体験します。それは子どもが自分自身や相手,また外の世界に対して肯定的なイメージを持つことを助けます。セラプレイを通して「私は愛される価値のある大切な存在なのだ」という事を実感し,他人や外の世界は安全で信頼できるものだと言う事を学びます。最近では、脳科学研究の発展（ポリヴェーガル理論等）により,セラプレイがなぜ効果的なのかが科学的にも明らかになってきています。

セラプレイ　センター　移転のお知らせ

子どもと家族の相談室　セラプレイ(Theraplay®)カウンセリングセンター東京

2021年11月より、国立成育医療研究センターで研究補助として入職し、2022年5月にセンターを成育医療センターに近い 小田急線成城学園駅前に引っ越しました。この一年間は、セラプレイセンターのOPENは週に3日と短くなってしまいました。

成育では、診療部長 立花良之先生と、小児科医の多門裕貴先生のいらっしゃるこころの診療部 乳幼児メンタルヘルス診療科に所属し、お二人とご一緒させていただきながら、医療の領域から観る子どもと家族の姿を垣間見たり、研究が日本の子どもと家族の為にどのようになされているのかなど、多くの刺激を頂きました。以下、立花先生からの一言を頂きましたので、掲載させて頂きます。また、成育で出会った素晴らしい先生や、職員の方の中で、会員となって下さった、丸田先生（精神科医）、平山先生（臨床心理士）からも一言を頂いており、4ページ目に掲載させていただいておりますのでご参照下さい。

立花　良之先生　（精神科医）

『国立成育医療研究センターというところで高井先生と一緒に働かせていただいております立花と申します。大学院のときのテーマが親子の愛着だったのですが、文献を調べる中でTheraplayについての文章を読む機会がありました。Therapyとplayがあわさった素晴らしいネーミングだと思った覚えがあります。それから約１５年を経てこのように高井先生とご一緒させていただく中でTheraplayのことを勉強させていただく機会を得るとは思いもよりませんでした。今度Theraplayの初級講座を受けさせていただくことになっています。高井先生からお話を伺う中で、Therapalyは医療・障害福祉・教育などいろいろなところで親子の人生を変える大きな可能性を持つものだと感じております。これからTheraplayのことをいろいろ学ばせていただきたいと思います。よろしくお願い致します！』

ーこちらこそよろしくお願い致します！ー

セラプレイは、米国及び日本で商標登録を取得しています。商標登録番号　5580504号　特定非営利活動法人(NPO)日本セラプレイ協会
Copyright © The Theraplay® Institute All Rights Reserved. （セラプレイ国際本部　1840 Oak Ave., Suite 320, Evanston, IL 60201）

子どもの眼で世界を見る実践探求導入編　第１期後期 2月＆　第2期前記　シンポジウム

音楽チーム　　**土井信子　記**

第1期のシンポジウムでは、親子のあそびのやり取りをテーマに学びました。シンポジウムでは音楽チームとして音で表現してみようと試みました。板谷、宮下両先生はハーモニカとピアノの掛け合いで即興演奏。それぞれの響きから流れでる2者間の音として伝わるものは、それを聴いていたシンポジウムの参加者にどのように感じられたのかということも発表後に述べられ、「何か悲しくなってしまった。動画よりとげとげしてなくて切ない気持ちになった。合わせようとしなくてもいいのになと感じた。音楽になって情感的な感じが心を揺さぶった。音が楽しく感じられてそれぞれがそれぞれで良かったのかなという印象を受けた」などなど、音による表現は映像とは違うそれぞれ聴き手の受ける情緒や感覚によってより働きかけることが如実に表れたという印象を持ちました。

第2期前半　**シンポジウム（2022年8月）**事実をありのままに観る。客観的観察のワークが第一期後期から始まり、第2期に入り「子どもの眼で世界を観る実践探求」は益々自己を見つめなければ深い学びは難しいということが分かってきました。チームはメンバーが第2期で少なくなりましたが、何を見て、何を感じ、何を問い、何を相手に質問をするのか、など客観的観察力と質問の質を上げることには密接な関係があることが徐々に分かってきた感がします。自分と相手との関係性は特別な場でなくても、いつでもどこでもあるものですが、特に心理、福祉、教育、医療で子どもや家族に関わる私たちは「子どもの眼で世界を観る」の学びを続けていくことが私を知ること、人と関わるということ、の本質的な答えをもたらしてくれるライフワークになるという発表がありました。

福祉チーム　　**川上真樹　記**

第1期、一人のメンバーが動画観察ワークの感想として、2人の関わりの行き違い、ボタンの掛け違いみたいなものを感じたこと、反応がキャッチされずなかったことになってしまっていたこと、その行き違いの積み重ねが症状として取り上げられてしまっているかもしれないことなどを共有しました。また、自閉傾向や発達障害などの症状と取られるものの中には、関係性が生み出した結果であるのではないか、そして、遊びに関しても、自分と遊んでいるその子を「そういう子」と思うことの危険性と、関係性の変化が子どもの変化に繋がると考えると、セラプレイの意味はとても大きいと感じることを伝えた。最後に、自身の職場での例を挙げ、話の流れの中で出てきた「対等な遊び」とは、「一緒に遊ぶ」とは何なのかと質問を投げかけ、シンポジウムの参加者の皆さまとディスカッションを行いました。

第２期前半　**シンポジウム（2022年8月）**では、これまで4回の勉強会でのテーマ「子どもの目に思いを寄せる」「聞き方、質問の仕方」「信頼関係」「子どもの目、子どもの声」と勉強した内容、そして学んだこと感じたこととして、何が正解か不正解化ではなく、事象に関して個々が感じる違和感や可能性を話し合うことの大切さ、質問の大切さ（相手が安心して答えることができる）、自分として子どもの前にいる大切さ、そして子どもの声が聞こえてくるためには何度もビデオを見返すことの大切さを共有した。

進歩の場 シンポジウム 参加者の皆さまからの感想：

第5回　『子どもとの遊びから見る』ー私は何を見ているのかー

- 「高井先生から、子どもの「無反応や背を向ける」という反応と、「笑う」という二つの異なる反応に関して話しがありました。前の私だったら、嫌がった反応を、マイナスだと思ってしまっていたけれど、本人が「嫌だ」という自分の気持ちに気づき、表現できたという意味で、プラスなのではないかと思えたのは、この学びを続けてきたからなのではないかと感じました。」
- 最後に高井先生が仰った「どんな子どもとでも、出会うために諦めずに彼らを信じて続けていくことが大事。いつ、子どもがどんなリアクションをしてくるかは、分からない」という所がすごく残っていて、日ごろの保育で大切にしていけたらいいなと思いました。
- 今までの音楽チームでの勉強会を、音で表現するにあたり、ピアノを演奏させていただきました。やってみて、「やはり、私は言葉で表すということが自分の中ですごく苦手だけど、音に出すということで自由さをやっぱり感じる人なんだな」と感じました。
- 今日は自分のいろんな垢が洗い落とされた気がして、感謝しております。普段から常に五感を研ぎ澄ませて、いろいろ考えているつもりなんですが、「自分が考えていることは、考えたいように考えているんだろうな」と改めて思いました。皆さんの力を借りて主観も大切にしていきながらも、主観から離れてものが観られるように頑張っていきたいと思います。
- 今回のシンポジウムは、特にクローズドだったので「相手を信頼して、安心して自分がここにいられるな」と感じることができ、とてもありがたかったです。高井先生が「自分の足りない所、恥を含めて自分のありのままの姿で居られる場所があるか、それは大事なこと」と。まさに、人と一緒に何かをやることの基本、家族でも、セラピーでも、私はそこに一緒にいられる人になりたい、協会がそんな仲間を繋げてくれていると感じました。ご参加の皆さまが受け入れて下さり、心より感謝したい気持ちでいっぱいです。

セラプレイは、米国及び日本で商標登録を取得しています。商標登録番号　5580504号　特定非営利活動法人(NPO)日本セラプレイ協会
Copyright © The Theraplay® Institute All Rights Reserved.（セラプレイ国際本部　1840 Oak Ave., Suite 320, Evanston, IL 60201）

静岡市里親支援家庭センター　里親スタート研修

2022年9月13日、27日、10月11日と3回に渡り、里親さんの養育を支援するための研修がオンラインで行われました。ある方は、子育て真っ最中に一時保護として里親さんになり、またある方は子育て経験全くない状態での、0歳児の育児が始まっているお母さんたちでした。皆様の試行錯誤をしながら毎日子育てをしていらっしゃる様子を伺いながら、遊びを交えて楽しく、また時には真剣にお話させていただきました。

研修に参加した里親さんの感想

第１回目

□ 子ども（5歳男児）理解を深められた気がします。「なぜ待てないのか？」「なぜ友達から物を取るのか？」理解できませんでしたが、「今までの育ちの中で、約束を守ってもらえた経験の少なさから、見通しがつかない可能性あり」と聞き、納得できました。また、小さい時からその子の気持ちを尊重する大切さを知りました。「まだ、小さいから分からない」と思っていた部分も大きいですが、目を見て声をかけたり、何かが起こる前に声をかけたりするなどの、安心感を与えるかかわり方の大切さに気づきました。

□ セラプレイの要素（枠組み、関わり、挑戦、養育、楽しみ）はとても大切ですね。枠組み＝同じルーティンがあることで、安心できる事に繋がっているとは、夢にも思いませんでした。実は、「子ども（6歳）が何を考えて行動しているのか」が不安でした。でも、先生に話をした事で気持ちが軽くなりました。また、教えて頂いた遊び方を家でやってみると、先生の仰ったとおりに子どもが反応をしてくれて私も楽しく遊ぶことができました。

□ 「セラプレイ」と言う言葉を初めて聞きました。セラプレイ＝「親子の心と身体の触れ合いを大切にしながら関係を作っていく」体験をさせて頂く良い機会になりました。今現在の里子との近況や関わりを少しお話すると、それぞれの子どもや環境に合った方法やアドバイスを適切に教えて頂き、引き出しが増えました。0歳だからわからないではなく、言葉でちゃんと行動を伝えていくことが、子どもとの信頼関係を築くうえで、とても大事だと言う事を改めて感じました。早速 家でも意識して関わっています。

第２回目

□ 先生に教えてもらった遊びを里子と実践。すると、とても反応がよく、物を介してではない直接的な遊び＝「私と遊ぶ事」を楽しんでくれる事がわかり非常に嬉しかったです。また、同時にこの子が今までこんな遊びを体験してこなかったであろうことも感じ、切なくなりました。困りごとに対しても、真剣に向き合って下さった助言、参考になりました。

□ 月齢によって遊びのレベルは変えるけれど、基本的に関わりの視点は一緒であるということや、遊びながら何を大切にするのか、などオンラインではありましたが、体験しながらが教えて頂きました。目線を合わせる、呼吸を合わせる　等の単純なことなのですが、子どもと同調する瞬間があることで、子どもは「楽しい」「又やりたい」という、ポジティブな欲求を出すのであろうと思った。

第３回目

□ 先生のお話を聞いて、子どもだけでなく、「私」理解にも繋がりました。自分は「型にはめたがるタイプ」「何かが起こったときはオチをつけたいタイプ」なんだろうと思いました。それが、子どもにとって良くない時もあるので、意識したいと思えました。自分にはまだまだ引き出しも、余裕も無いのですが、小さな習慣でも子どもは大きく変わる事が今回の研修で実感できたので、研修や本や里親センターさんや他の里親など、人と話すことを通して、これからも大切にしたいと思いました。

□ 日々の生活の中で、「子どもが1人で出来る事が増える」とそれが普通になってしまい、しっかり褒めてあげることを忘れていました。幼少期の親子遊びは、子どもの成長に大切であることを再認識することができました。親子遊びが楽しくできたら、一緒に料理もチャレンジしてみようかと思います。

□ 遊びの導入、伝え方、目線等、遊びをするにも順序、しなくてはならないことがあると知りました。また、失敗したと感じさせないための設定の案内も、重要であると思いました。タオルとお手玉を使った遊びはやってみたいと思います。また、いないいないばあ遊びの重要性を知り、しっかりと遊びたいと思いました。

□ 「いないいないばあ」の重要性を感じた回でした。基本的安心感が育つ乳幼児期にたくさんやってあげ、安心して分離ができるようにしてあげたいです。毎回先生の話を聞き、何気なく話した内容から深いところに気づき話をして頂き、勉強になりました。

子育て世代保護者向け講演会　主催：こども家庭支援センター　ゆいの木　　2022.9.16　河野悦子　記

テーマ「大人になってからも話し合える親子であるための今だからできる関わり方（遊び方）」

子育て世代保護者向け講演会の講師を高井先生にお願いさせていただきました。小規模＆対面開催ならではのお話と遊びを取り入れて下さり、「物理的な密」を避ける今だからこそ「関係性の密」に働きかけるセラプレイの意味は大きいと感じました。皆様から「毎日、子どもの顔（表情）を見る事から始めてみたい」、「子ども一人一人の時間を大切にしようと思った」などの感想をいただき、「お互いの『心地よいディスタンス』を見つける事から親子関係が変わっていく」そんな事を感じていただけた講演会になりました。

セラプレイは、米国及び日本で商標登録を取得しています。商標登録番号　5580504号　特定非営利活動法人(NPO)日本セラプレイ協会
Copyright © The Theraplay® Institute All Rights Reserved.（セラプレイ国際本部　1840 Oak Ave., Suite 320, Evanston, IL 60201）

第8期　定例総会報告　（参加者　14名　委任状提出者　6名）

2022年8月7日（日）20：00～20:30　オンライン

1）日本セラプレイ協会 第9期　事業報告と決算報告

2）理事退任と新任理事の選任報告

　全員異議無く承認を得ました。

☆　決算報告の詳細は、HPの貸借対照表をご覧ください。

☆　第9期は下記メンバーで協会の維持・運営に努めます。

代表理事　　：高井 美和

顧問　　：川畑 友二　（クリニック川畑　院長）

理事　　：川上 真樹　　土井 信子　　渡辺 紘子

監事　　：大野 佳代

3）定款の変更のお知らせ（詳細はHPをご参照下さい）

　目的の条項の追加及び、期間の変更

第９期　日本セラプレイ協会　会員の皆様へ

今期、会員のご継続 又 新規ご入会　ありがとうございます。

正会員：21 名　　賛助会員：0 名

お知らせ：本年度より1月始まり12月までと期を変更いたします。

それに伴い、来期からの更新時期が 1月に変わります。

来期の会員の更新は、令和6年度1月（10期）にお願い致します。

だいすきをつなげる仲間（賛助会員¥3,000）を増やしましょう！

【　会費　・　寄付金などのお振込先　】

銀行名：みずほ銀行　　支店名：北沢支店（店番号213）

預金科目：普通預金　　口座番号：1337615

特定非営利活動法人日本セラプレイ協会

トクヒ）ニホンセラプレイキョウカイ（協会へメールでご連絡下さい）

第９期　NPO法人　日本セラプレイ協会　会員・賛助会員・寄付金募集　（令和5年１２月まで）

＜協会の目標＞当協会は、環境による関係性構築の困難さが加速する今の日本で、言葉にならない声に耳を傾け、社会の中でともに生きる同じ人間として支えあえる支援を形にして行く事を目指しています。会員同士が信頼し、互いに進歩・向上できる安心できる場である事を目指します。

当協会は代表、理事全てが完全なるボランティアで成り立っております。協会の趣旨にご賛同いただいた方からの会員費、また寄付などによって養護施設への支援活動や協会運営が支えられております。活動にご賛同頂ける方は、下記の通りご入会下さい。なお、会員としてご登録頂かなくとも、寄付金をもってご支援頂くことも可能です。

A　一般会員：年会費　10,000円　（議決権あり・訓練生）

B　賛助会員：年会費　　3,000円　　(議決権なし)

会費のお願いは来年の1月までありませんので、その間の1年間で賛助会員を増やして、認定NPOを目指しましょう。目標100人！ご協力お願いいたします。

★会員特典：月に１度の「だいすきをつなげるオンラインサロン」に無料でご参加いただけます。

★入会がまだの方で協会の趣旨にご賛同いただける方は下記ご確認の上ご連絡ください。

【会員お申し込み方法　下記内容を**Eメール:　info@theraplay.or.jp**でご送信ください。】

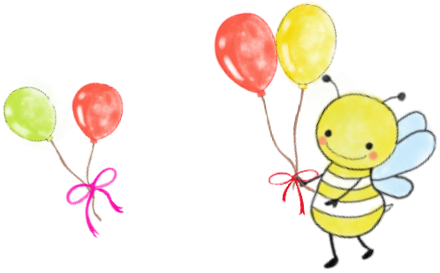
① 会員の種類（一般会員or賛助会員）

② お名前（フリガナ）

③ ご連絡先　メールアドレス(必須) / 住所 及び 電話番号(任意)

④ 所属（職種）

⑤ 会員申請理由　(協会に対する要望や期待・ご意見など)



＜会員更新手続き＞更新の意思を協会お伝えいただきご送金が必要となります。内容の変更が必要な場合はその旨お伝えください。入金確認後会員更新完了となります。訓練生としての協会参加をご希望の方は一般会員となります。お手数ですがよろしくお願いいたします。

＜だいすきをつなげる事業＞を実施しています

今年は、子どもたちが成人式を迎えます！

自立支援事業・セラプレイの実践・育成事業など　施設を巣立った子どもの来れる場事業・ 里親支援事業・自殺予防対策など　様々な活動を実施しています。（施設・乳児院から里親へ　親子の関係改善里親専門支援員教育・里親支援NPOとのコラボ、発達障がいや自閉症スペクトラムを持つ子どもと親子への支援など）

＜事務・運営などに対するご意見も是非お寄せください。＞

助成金の申請や事務所の確保等のため、今後積極的に関わることが出来るボランティアも募集しております。ネット環境がある方であれば、どなたでもご連絡いただけますようお願い致します。連絡先　　Eメール:　info@theraplay.or.jp

日本セラプレイ協会・セラプレイカウンセリング センター東京の紹介・リーフレットが必要な方はメールでお申し出ください。

＜新協会メンバーのご紹介＞

★丸田　眞由子先生（精神科医）

防衛省で精神科医官をしております丸田と申します。児童精神科と周産期メンタルヘルスを専門としています。この10月から1年間成育医療研究センターの立花先生の下で研修させていただくことになり、同じ研究チームにいらした高井先生にお会いすることができました。

高井先生の子どもに対する姿勢や子どもの安全安心を大切にすること、「子どもの眼で世界を見る」という考えに共感しています。是非私も仲間に入れていただきたく入会しました。

どうぞよろしくお願いします！

★平山　芙美先生　（臨床心理士・公認心理士）

はじめまして、平山と申します。今年の1月より成育医療研究センターに勤務したことをきっかけに、高井先生をはじめとしたセラプレイ協会のみなさまとの貴重なご縁をいただきました。私は主に教育機関で心理の経験を積んできており、今は都内の心療内科と都内の小学校スクールカウンセラーを兼任しております。人としても、心理士としても、支援者としても、知識も経験も至らないことが多いですが、みなさまと一緒に学ばせていただけますと幸いです。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

セラプレイは、米国及び日本で商標登録を取得しています。商標登録番号　5580504号　特定非営利活動法人(NPO)日本セラプレイ協会
Copyright © The Theraplay® Institute All Rights Reserved.（セラプレイ国際本部　1840 Oak Ave., Suite 320, Evanston, IL 60201）