

会員の皆様

よい季節です。遊びたくなります。勉強も一生懸命しましょう。

第八回学術集会が近づいております。

学術集会での報告の申込みを皆様からお待ちしております。

大会長を務めて下さる共和会共和病院の元武俊先生によるご挨拶が学会のホームページに掲載されました。ご覧下さい。

CRC Tを受けた方からの報告

自分を誇りに思えるようになりました。

M. I.

私は16歳で拒食症になり、その後過食嘔吐へと形を変え、もう30年以上食べ吐きなしではいられない日々を過ごしています。結婚、出産後は、アルコールの過剰摂取も始まり、その頻度と量は増える一方でした。過食嘔吐と同じく、1日たりとも手放すことはできませんでした。そんな自分の情けなさに、拍車をかけるように15年ほど前から万引きが始まり、微罪処分→起訴猶予→罰金刑→執行猶予付き有罪判決を経て、2013年5月に1年の懲役刑と、執行猶予取り消し分の刑1年の2年を科せられて、刑務所に服役しました。

刑務所では、自助ミーティングや、マインドフルネスといった認知行動療法を主体とした「窃盗教育」が導入されたばかりで、対象者は7名に絞られていました。私もそのメンバーに選んでいただき、必死にその療法にとりくみ、仮釈放で外へ出しても大丈夫と認められる程に頑張りました。他にも、月に2回、1時間の単独カウンセリングを受けさせていただき、仮釈放5ヶ月で2015年1月に出所しました。すぐに仕事も見つかり、保護観察を受けながら、粛々と人生のやり直しに臨んでいたのですが、収監中は無かった食べ吐きが、堰を切ったように再開され、万引きも繰り返すようになりました。あれだけ懲りたはずの刑罰と、更正教育は何だったのかと、自分に愛想をつかすほどでした。

2016年2月に再び逮捕、起訴となり、その時、このまま収監されてもまた同じことの繰り返ししかないと感じ、共に闘って下さる弁護士先生と医療機関を必死に探しました。

当時は、認知行動療法を取り入れた関東の病院が有名で、そちらでみっちり2日間にわたり診察等を受け、即入院を言い渡されましたが、何かが違う気がしました。いくら裁判に有利とは言え、減刑の手段や、起訴中だからと言う理由で、その治療にすぎるのは自分が納得いきませんでした。既に、刑務所で、その治療は十分に厳しく受けていたからです。

その後、自助グループや、回復支援施設、専門家の講演会やディスカッション、ありとあらゆる事柄に東奔西走しましたが、その間に再犯をしまい、拘置所に拘留され、なす術もなくなりました。起訴されても万引きが止まらず、弁護士の先生に見放されてもおかしくないほどの頻度でしたが、弁護士先生は辛抱強く寄り添い、向き合い続け、下総精神医療センターに繋がる手配をして下さり、保釈されて条件反射制御法に出会いました。

最初は、生理的報酬がどういうことなのかさえ理解に苦しみました。自分自身に対する罪悪感が強かったため、これは、意思の問題であると思い、また、「依存症である」と言う言葉で納得しており、万引き行動を司る反射連鎖を完全に無駄に動かすことができませんでした。

万引きという行為にも、自己にも、恥と嫌悪の念を抱いていたので、第一信号系がこんなにも健気に生を支えてきた行動を再現して、私に万引きをさせていたことがわかりませんでした。良かった事の書き出しをしても、自分の根底に「犯罪者」「罪人」「狡い人間」という概念が根付いていたので、万引きが第一信号系の作用によるものだと思える事がなかなかできませんでした。リスクの大きい過食嘔吐や飲酒、万引きにはあんなにのめりこめるのに、どうしてこの期に及んでも、条件反射制御法にはのめり込めないのかと自分を責める事も多々ありました。動物は、過去の悔恨や未来への不安と言った時間軸に囚われず、今だけを生き、作用に評価、計画、予測、決断等の機能はなく目的を持たないと言いますが、逆にそうになったら、ヒトではなくなると言い訳をつけて、面倒くさい事から逃げていました。だから、治療が苦しかったのだと思います。

治療期間中にあった法廷で「今までの精神科は、薄紙を剥がすように、私を尊重する治療でしたが、下総の治療は、私の心を突き刺して、投げ倒されるように感じます。この先も、もっと辛いと聞いています。でも、治したいので最後まで治療を受け切りたいと思います。」と言ったのを覚えています。

実刑判決が下れば、三か月の治療を待たずして収監の運びになるというとき、私は控訴せずに刑務所へ行こうと考えていたのですが、平井先生は多忙の中、長時間に渡り、私と膝を突き合わせて、丁々発止のやり取りをして下さり、控訴してでも治療を受け切り維持する事を薦めて下さいました。その時、私は、この先生は、ユニフォームな治療をされているように思えるけれど、実は患者一人ひと

りの幸せを願ったヒューマンな治療をされているんだと心から感じ、私の中でも少しずつ変化が起きました。当初は興奮と緊張が混ざった状態になった疑似や想像での反応は徐々に弱まり、良かったこと、辛かったことの書き出し、読み返し、1話についての20単語の書き出しも、苦悩が生じなくなってきました。下総の入院治療を、地獄の苦しみと形容される方もいらっしゃるかもしれませんが、私にとっては地獄というより、生みの苦しみ、再生の苦しみであり、出産と同じで、今となっては苦しかった記憶は薄れています。

下総への入院中に実刑の言い渡しがありました。控訴して治療を完了しました。退院した後、社会内で全く万引きの欲求を感じないので舞い上がり、維持作業が疎かになっていたところに「百獣のライオンが強いのは、弱い兎を狩るときも、全力を出すからです。つまり、いつも練習しているのです。」というメールが平井先生から届きました。この言葉は、私が条件反射制御法の維持を確実に行う上で、とても大きかったです。

控訴審の期間中、万引きの欲求を全く感じず、もちろん、万引きをしない生活を送っていましたが、高等裁判所で2度目の実刑が言い渡されました。受刑中、何度も挫けましたが、1度目の受刑中とは明らかに違うものでした。平井先生からときにくる数行の手紙にも支えられ続け、条件反射制御法を可能な範囲で維持させていただき、おまじないが、生きる糧になりました。今の私は、不思議なくらい、アルコールに対する欲求はありません。アルコールに関しては特に何の対処もしなかったのに、どうして、1日も欠かす事の出来なかった習慣が、必要でなくなったのだろうか？と不思議に思うほど、人が飲んでいるのを見ても、自分とは無関係です。これが不思議です。

窃盗に関しても「1度目の受刑後とは全く違う」と家族が驚くほど、買い物をしている様子も、動きや表情が違うようで、安心して見ていられるそうです。欲求も衝動も今の所全くありません。

ただ、過食に関しては、未だもって一進一退を繰り返しています。日々、摂食しないわけにはいかない中で、食べる行為を完全に断ち切るわけにはいかない分、執拗です。しかしながら、毎週平井先生に報告する事、制御刺激や書き出しをする事で、精神を落ち着け、自分を受け入れています。

まだまだ、道半ばではありますが、条件反射制御法に出会えなければ、自分はどうなっていたらと思うと思います。根気よく付き合ってくれた弁護士先生、又、起訴中に再犯を何度も繰り返したにも拘らず、下総精神医療センターで治療した期間を未決通算期間として認めて下さり2か月を差し引いて下さった裁量と、私の闘いを見守り続けて下さった裁判長、下総精神医療センターで条件反射制御

法と私を信じ、支え続けて下さったプライマリーナースやスタッフに感謝申し上げたい気持ちにまでしていただきました。

条件反射制御法を「維持」できた自分を誇りに思うと同時に、御自身の治療に確固たる信念を持ち、私をここまで導いて下さった平井先生に感謝いたします。

(2019年5月3日寄稿)

事務局からのお知らせ

CRCTを受けられる施設を公開します。

条件反射制御法を受けたい方に、どこにいけばこの技法が受けられるかを伝えるために、本学会のホームページ等でCRCTを受けられる施設を公開します。

ご協力下さる方は次を学会事務局までメールでお送り下さるようお願いいたします。

1. 貴施設の名称 所在地 電話番号
2. 貴施設の種類
例：クリニック、病院、回復支援施設、相談所、刑務所、少年院、保護観察所、その他
3. 貴施設で条件反射制御法を受けるための申し込み方法
4. 貴施設で行う条件反射制御法
例：全てのステージ、制御刺激のみ、維持ステージのみ、その他にもあれば記載してください。
5. 貴施設で条件反射制御法を用いて対応する疾病
例：物質使用障害、病的窃盗、性的加害行為、その他にもあれば記載してください。
6. 貴施設での条件反射制御法適用症例数
過去1年間に条件反射制御法を開始したおおよその症例数
選択：0例、1～10例、10～50例、50例以上

よろしくお願いいたします。

条件反射制御法学会のご案内

- ・条件反射制御法学会第八回学会（主催：条件反射制御法学会）
2019年10月 5日（土） 会場：名古屋 ウィンクあいち
現地事務局：特定医療法人共和会（愛知県大府市）

条件反射制御法に関する研修会・研究会・実地研修等のご案内

- ・条件反射制御法実地研修（主催：下総精神医療センター）
2019年 5月27日（月）～ 5月31日（金） 満席になりました。
2019年 6月24日（月）～ 6月28日（金） 受付中
2019年 9月 9日（月）～ 9月13日（金） 受付中
2019年11月25日（月）～11月29日（金） 受付中
2019年12月16日（月）～12月20日（金） 受付中
2020年 1月27日（月）～ 1月31日（金） 受付中
2020年 2月17日（月）～ 2月21日（金） 受付中
実施場所：下総精神医療センター
- ・第11回条件反射制御法研修会（主催：下総精神医療センター）
2019年 7月 4日（木）13:00～17:20
7月 5日（金） 9:00～13:00
会場：下総精神医療センター
- ・令和元年度精神保健福祉総合研修（主催：青森県立精神保健福祉センター）
2019年 7月12日（金）13:00～16:00
講師：平井慎二 会場：青森県立精神保健福祉センター
- ・日本ブリーフサイコセラピー学会第29回群馬大会
条件反射制御法入門研修会
2019年 8月22日（木） 会場：前橋テルサ
講師：長谷川明弘 長谷川直実 平井慎二
- ・日本デイケア学会第24回年次大会札幌大会
現場で使える条件反射制御法
2019年 9月14日（土） 13:00-17:30 会場：北星学園大学
講師：長谷川直実 平井慎二 村山ひとみ 田原和代

- ・ 第五回関西条件反射制御法研修会（主催：条件反射制御法学会）
2019年12月頃 会場：大阪
現地事務局 一般財団法人成研会 結のぞみ病院
- ・ 第一回北陸条件反射制御法研修会（主催：条件反射制御法学会）
2020年 3月頃 会場：富山
現地事務局 特定非営利活動法人愛和報恩会

∞メールへのご投稿

皆様からCRCTや信号系学説に関係する小論、CRCTを用いての治療体験あるいは回復した体験、実地研修の体験、他の学会で報告した感想、裁判でCRCTの効果が認められた体験等に関して1600字程度の報告をお待ちしております。

学会事務局で選出して掲載いたします。

事務局宛て（info@crct-mugen.com）にご投稿ください。

お詫び

当学会の条件反射制御法研究の発行を年度末に予定しておりましたが、遅れております。皆様にご迷惑をおかけし、誠に申し訳ありません。

条件反射制御法学会ホームページについて

当学会のホームページはURLを2018年12月に新たなものにしました。条件反射制御法学会の新たなホームページのURLは次ですので、下のURLを用いて、学会の頁に入ってください。

発行
NPO法人 アパリ内
条件反射制御法学会事務局
<http://crct-mugen.jp/>