



HEART EDUCATION CENTER

年齢別チャイルドヒーリング

フルセット：乳児期、歩行期、学童前期、学童期、思春期のニーズと癒し

【動画コース】年齢別チャイルドヒーリング＜全編＞パスワード **kjseorjklw**

以下のページに上記を入力してご覧ください。パスワードの外部流出には、十分お気をつけください。

<https://vimeo.com/showcase/8551886>

特典）テキストダウンロード

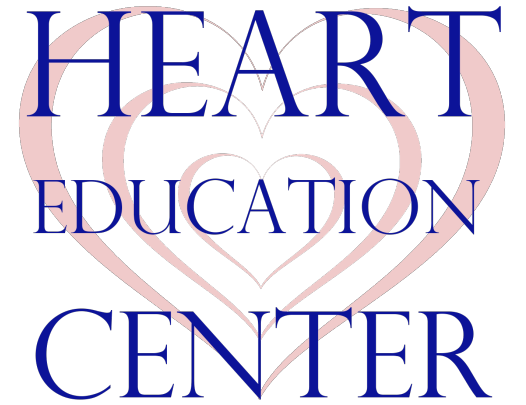
<https://hearteducation.center/heartcollege/videocourse/childhealing/5serkj23zd>

ハートエデュケーションセンター

理念

- (1) セラピーを文化として普及させ、現代人のメンタルヘルスの向上を目指すこと
- (2) 子どもをサポートできる成熟した大人を増やし、子どもたちに希望を与えること
- (3) ACEスコア（小児期逆境体験スコア）を1世代で半分以下に減らすこと

<https://hearteducation.center>



代表
川村 法子

年齢別に見るインナーチャイルド

乳児期

共生的結びつき「あなたは私である」

年齢：0-9ヶ月

発達課題：信頼vs不信

自我の強さを作るもの：希望

構築されるパワー：存在のパワー

関係の課題：健康な自己愛、共生関係



1 現在あるいは過去において摂取性の依存症(過食症、アルコール依存症、麻薬中毒症など)になったことがある。はい/いいえ

2 自分の欲求を実現させる能力を信じることができない。誰か、その欲求を実現させてくれる人を見つけなければならないと思っている。はい/いいえ

3 他人を信じることは難しい、いつも自分がすべてを把握していなければならないと思う。はい/いいえ

4 自分の肉体的欲求が身体に現れても気がつかない。例えば、空腹ではないのに食事をしたり、自分がどんなに疲れているかに気がつかないことがよくある。はい/いいえ

乳児期の傷に 気づくための 質問

5 自分の肉体的欲求を無視する。栄養のことも考えないし、十分な運動もしない。病院や歯医者に行くのは緊急の時だけである。はい/いいえ

6 見捨てられることをとても恐れている。失恋したために自暴自棄を感じたことがある。はい/いいえ

7 恋愛や結婚に終止符を打たれた時、自殺を考えたことがある。はい/いいえ

8 自分がどこにも合わないとか所属してないと感じることがよくある。他人が自分の存在を本当には歓迎していないと感じる。はい/いいえ

乳児期の傷に
気づくための
質問

9 公の場で、できるだけ人に気がつかれないようにする。はい/いいえ

10 愛情関係においては、いつも努めて協力的にふるまって、相手(友人、恋人、夫、妻、子ども、親)が自分と離れられないようにしている。はい/いいえ

11 自分が最も欲し、空想にふけるのはオーラルセックスである。はい/いいえ

12 触ったり抱いてもらいたいという欲求が強い(その気持ちは、他人に聞きもしないでしばしば相手を触ったり抱いたりする形で現れる)。はい/いいえ

乳児期の傷に 気づくための 質問

13 絶えず認められたいとか、褒められたいという欲求を持っている。はい/いいえ

14 しばしば他人にきついことを言ったり、皮肉っぽくなったりする。はい/いいえ

15 いつも孤立していて一人ぼっちでいる。他人と関わることは無意味だと感じることもある。はい/いいえ

16 だまされやすい。十分考えずに他人の意見を受け入れたり、うのみにする。はい/いいえ

乳児期の傷に 気づくための 質問

乳児期に必要なこと①

《人とのつながり》

- この世に歓迎されること
- 鏡となってくれる母(母的な養育者)とのつながり



乳児期に必要なこと②

《健全なナルシズム》

- あなたが唯一の存在として愛されること
- 賞賛され価値があると認められること
- 特別に扱われること
- 置き去りにされることはないと確信すること、大事にされること



乳児期に必要なこと③

《健康的な母親の存在》

- 「自分であること」に気がつく
- 自分の全てをOKとして受け入れる
- 自分の肉体を受け入れ、リラックスしている
- 自分の本能を受け入れている



乳児期に必要なこと④

《ミラーリング》

- 鏡になること=共感すること
- 母親との纏綿(てんめん)状態

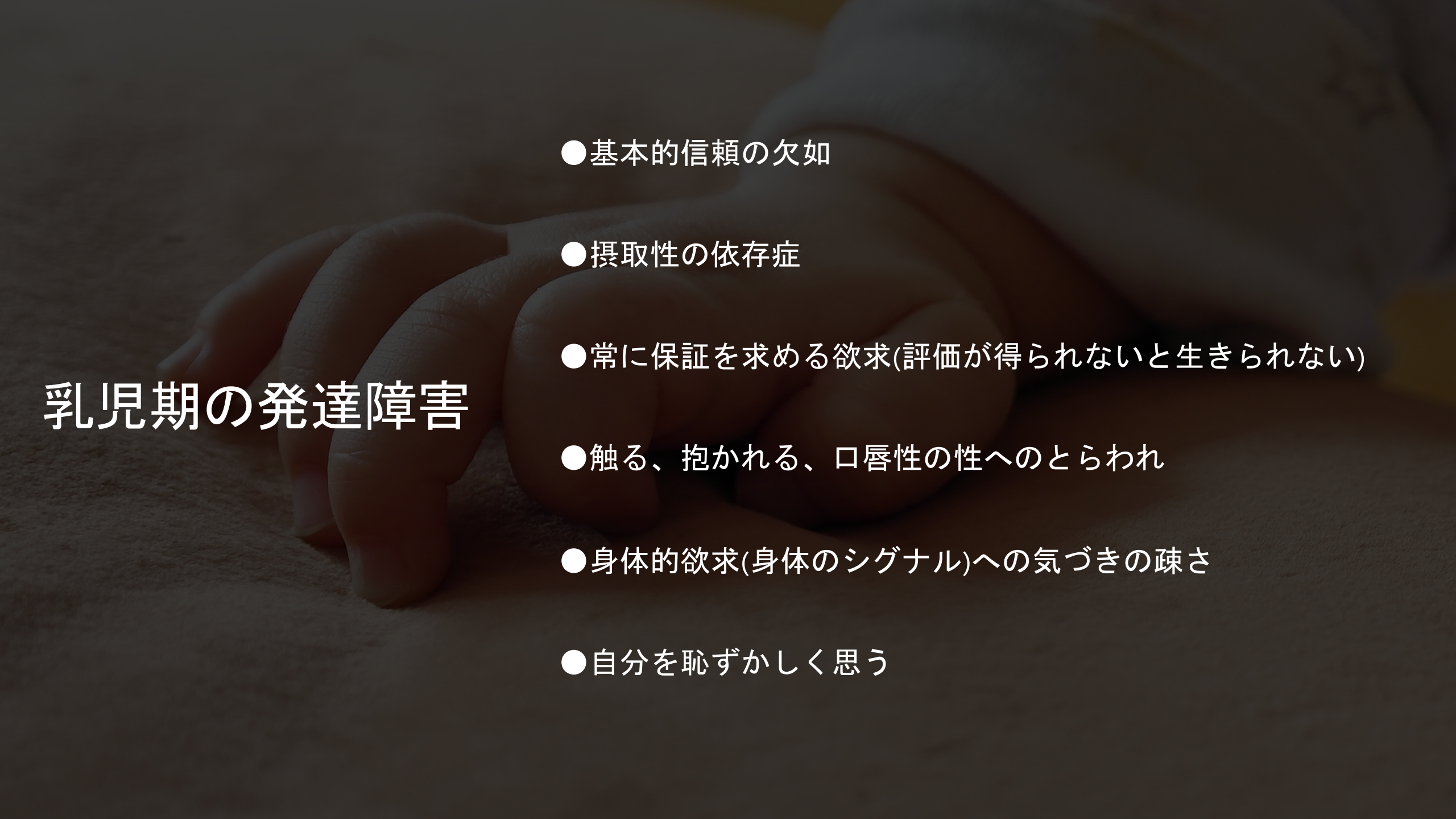


乳児期に必要なこと⑤

《スキンシップ》

- 快と不快の欲求が満たされるニーズ
=あるがままの境地へ





乳児期の発達障害

- 基本的信頼の欠如
- 摂食性の依存症
- 常に保証を求める欲求(評価が得られないと生きられない)
- 触る、抱かれる、口唇性の性へのとらわれ
- 身体的欲求(身体のシグナル)への気づきの疎さ
- 自分を恥ずかしく思う

乳児期の チャイルドへのメッセージ



この世界へようこそ。私はあなたをずっと待っていました。
あなたが生まれて、私は本当にうれしい。
あなたが住む特別な場所を用意してあります。
私はあなたのあるがママが好きです。



どんなことがあってもあなたを一人にはしません。
あなたの欲求はOKです。
あなたの欲求を満たすために、必要な時間をすべてあげましょう。
あなたが女（男）で、とってもうれしいです。



私はあなたの世話がしたいのです。そして、その準備ができています。
あなたに食事を与え、お風呂に入れ、服を着替えさせ、
あなたと一緒に過ごしたいのです。
この世界で、あなたのような人は一人もいませんでした。
あなたが生まれたとき、神様は微笑んだのです。

歩行期

対立的結びつき「私は私である」

年齢：9-18ヶ月（探索期）

18ヶ月-3歳（分離期）

発達の課題：自律性vs恥、疑い

自我の強さを作るもの：意志

構築されるパワー：感覚的に感じる、行動する

関係の課題：心理的誕生、反依存



1 自分が何をしたいのかわからなくて困っている。
はい/いいえ

2 未知の場所に行ってあれこれ探検するのは怖い。
はい/いいえ

3 新しい経験を試みるのは怖い。もし新しいことをするとしても、誰か他の人が最初にやってみるまでいつも待つ。はい/いいえ

4 見捨てられることがとても怖い。はい/いいえ

歩行期の傷に
気づくための
質問

5 困難な状況に直面した時には、どうしたらいいか、誰かが教えてくれるのを待ち望む。はい/いいえ

6 もし誰かがアドバイスをしてくれたら、それに従うべきだと思う。はい/いいえ

7 実際あることを体験しているとき、不安になる。例えば、旅行中、素晴らしい光景を見ている時に、観光バスが自分を残して発車してしまうのではないかと不安になるほど。はい/いいえ

8 大変な心配性である。はい/いいえ

歩行期の傷に 気づくための 質問

9 自然体になることは難しい。たとえば、楽しい気分になって歌を歌おうとする時、抵抗を感じる。はい/いいえ

10 目上の人と良く言い争いをする。はい/いいえ

11 「小便野郎」「くそったれ」などの大小便に関係ある言葉を良く使う。自分のユーモアの感覚は下ネタに集中している。はい/いいえ

12 男・女のお尻のことでいつも頭がいっぱいである。他の種類のセックスより、アナルセックスについて、空想にふけったり、アナルセックスを実際に行してみたいと思う。はい/いいえ

歩行期の傷に 気づくための 質問

13 お金や愛情、感情表現を出し惜しみしていると良く言われる。はい/いいえ

14 几帳面さや清潔さにとりつかれがちである。はい/いいえ

15 他人の怒りあるいは自分自身の怒りを恐れている。はい/いいえ

16 争いごとをさけるためだったら、ほとんど何でもするつもりである。はい/いいえ

歩行期の傷に
気づくための
質問

17 何かを断るとき、罪悪感を感じる。はい/いいえ

18 直接断りの言葉を言わずに、いろいろな遠まわしの巧みな言い方で、自分がやるといったことをやらないことが多い。はい/いいえ

19 時々怒り狂ったり、ふさわしくない形で自制心を失ったりする。 はい/いいえ

20 他人をひどく批判することがある。はい/いいえ

歩行期の傷に
気づくための
質問

21 人と一緒にいるときは愛想良くふるまって、その人がいなくなると、その人の陰口を言ったり、批判したりする。はい/いいえ

22 ある仕事をうまく仕上げたときでも、自分の業績を積んだり、その価値を認めたりすることに何か引っかかりを感じる。はい/いいえ

質問1-9＝生後9ヶ月～18ヶ月

質問10-22＝18ヶ月～3歳

歩行期の傷に 気づくための 質問

歩行期に必要なこと(1)

《反抗して絆を結ぶ》

- ほしい、やりたい、と言う
- 駄々をこねる



歩行期に必要なこと(2)

《自分らしさの始まり》

- 第2の誕生=心理的誕生
- 探索し冒険することで、感覚(五感)を養う
- 「結合期」(by エリクソン)
=あらゆるものを模倣し、生活に取り入れたいと思う好奇心が、危険や冒険に創造的に立ち向かう源となる



歩行期に必要なこと(3)

《バランスのとれた親の感情》

●注意、忍耐力をもって、愛情
ある関わりをすること



歩行期に必要なこと(4)

《つかむ と 放す》

- 歩く、食べる、排泄コントロール、おもちゃで遊ぶ、ブランコに乗る、泳ぐ、走る...etc.
- つかむ=意志力によってがまんする
- はなす=してもいい、解放



歩行期に必要なこと(5)

《ふさわしい制限を加えることのできる毅然とした、忍耐力のある両親》

- 子=小さな独裁者
- 父=制限を与える人、個人主義
- 母=受け入れる、共感、協調性



歩行期に必要なこと(6)

《怒りを健全に表現するお手本となる両親》

●争いごとの解決が可能=健全な親交



歩行期に必要なこと(7)

《分離による、他者との違いを知る》

- 自分は他者ではない
- 他者は自分ではない



歩行期に必要なこと(8)

《怒っても、自分のそばにいてくれる両親》

●感情を出しても、関係は破壊されないという理解による安心



歩行期に必要なこと(9)

《自分の思い通りにはいかないという理解》

- 「いや」という言葉にはそれ相応の結果があり、2つのことを同時には手に入れない



歩行期に必要なこと(10)

《恥ずかしさと疑い》

- 健全な恥とは、限界の感情である
- 恥=人間は不完全でいい
- 疑い=身の安全



歩行期に必要なこと(11)

《強い意志の獲得と実行力の発達》

- バランスのとれた健全な自律性
- 自由になるための自制心
- 対象不変性=誰も完全ではない(子どもの目からみて良い親になったり、悪い親になったりしても、親はいつも親として存在する=ファミリーコンステレーション)
- 自分も両極性がある(父と母が存在として見せてくれるもの)



歩行期に必要なこと(12)

《境界線を引く》

- 健全な境界線のある両親
- 意志力=バランス



歩行期の発達障害

- 精神的な恥、自分らしさの否定

- 中毒性の恥

- 犯罪的な行動を促す

- 脅迫的な過剰抑制

- 依存症

- 孤立

- バランスの欠如、境界線の問題

歩行期の チャイルドへのメッセージ



かわいい●●ちゃん、好奇心がいっぱいあって、いろいろなものを欲しがったり、
見たり、触れたり、味わってみてもいいんだよ。
私があるがままのあなたが好き。
私はあなたの欲求を満たすためにここにいます。
あなたが私の面倒を見る必要はないんだ。面倒をみてもらっていいんだよ。



「いやだ」と言ってもいい。私はあなたがあるがままの自分になりたいということがうれしい。私たちは二人とも怒ってもいいんだ。二人で二人の問題を解決しよう。

自分のやりたいように何かをするとき、怖いと感じてもいいんだ。

うまくいかないときには悲しくなってもいい。

何が起こったとしても、私はあなたを見捨てない。



あなたはあなたのままでいいし、それでも私はあなたと一緒にいるのだということを
いつでもあてにしているよ。

私はあなたが歩くのを学び、言葉を学ぶのを見て楽しんでいるよ。
あなたが自分の意志を持ち、成長し始めるのを見て楽しんでいるよ。

私はあなたを愛し、尊重してるよ、●●ちゃん。

学童前期

初期アイデンティティ「私は男性・女性である」

年齢：3-6歳

発達の課題：積極性vs罪悪感

自我の強さを作るもの：目的

構築されるパワー：想像する、感じる

関係の課題：独立



1 自分のアイデンティティの問題は深い。はい/いいえ(この質問に答えるためには次のことを参考にしてください。)あなたは誰か、という質問に簡単に答えられるかどうか。性別とは関係なく自分を本当に男性だと感じている。あるいは女性だと感じている。自分の性を誇張しすぎている。(たくましく見せようとしたり、あるいは色っぽくふるまおうとしている。)

2 正当な関係の人とセックスしても、罪悪感を感じる。
はい/いいえ

3 ある瞬間、自分が感じていることがわからない時がある。
はい/いいえ

4 身近な人々(配偶者、子ども、上司、友人)とのコミュニケーションに困難を感じる。 はい/いいえ

学童前期の 傷に気づく ための質問

5 いつも感情を抑えようとしている。はい/いいえ

6 周りの人々の感情をコントロールしようとしている。
はい/いいえ

7 怒っている時に泣く。はい/いいえ

8 脅されたり、傷つけられたりした時に激しく怒る。
はい/いいえ

学童前期の
傷に気づく
ための質問

9 感情をあらわにするのに抵抗を感じる。はい/いいえ

10 他の人の行動や感情を自分のせいだと思う(たとえば、自分が他の誰かを悲しませたり、怒らせたりすることができると思う)。また家族に何か起きた時、それに対して罪悪感を感じる。はい/いいえ

11 自分のやり方次第では相手を変えることができると思う。
はい/いいえ

12 自分が何かを望んだり感じたりすれば、それが実現できると思う。はい/いいえ

学童前期の 傷に気づく ための質問

13 矛盾した情報、あるいは一貫性のないコミュニケーションを、説明を求めずに受け入れることが多い。はい/いいえ

14 憶測や仮定を現実の情報のように扱い、行動することがある。はい/いいえ

15 両親の夫婦問題や離婚を自分のせいであると思う。
はい/いいえ

16 自分が努力しているので、両親の関係が上手くいっていると思う。はい/いいえ

学童前期の
傷に気づく
ための質問

学童前期に 必要なこと(1)

《人生を発展させる方向へ
後押しする本来の生命力》

なぜ? どうして?という質問に
よって、成長を望む



学童前期に 必要なこと(2)

《自分が誰であることを想像する力》

アイデンティティ
(性別、信念、空想)



学童前期に 必要なこと(3)

《人生をどのように生きたいかを
思い描く力》

自己中心性



学童前期に必要なこと(4)

《現実と空想を分離させるための様々なトライ》

自分の能力の大きさを測る



学童前期に 必要なこと(5)

《独立心（世界との関わり）》

- 疑問をもつ
- 信念の確立
- 未来の想像
- 原因の理解
- 他者への影響力



学童前期に必要なこと(6)

《子どものモデルとなる両親》

- セクシャリティとしての模範

(男性のモデル(父)／女性のモデル(母)／健康的なセクシャリティを含む親交関係のモデル(両親))

- 人と意志を伝え合う技術の模範

(説明技術／聞き方、お願いの仕方／争いごとの解決法)



学童前期に 必要なこと(7)

《両親との絆》

父との絆、母からの独立

- ・ 女の子（すでに結びつきの強い母から独立して、自分を見つける）
- ・ 男の子（母の投影されたセクシャリティから自分を守る）
- ・ LGBT（あるがままでいいという完全な承認）



学童前期の 発達障害

- 健康的な親交関係をつくりあげることができない
- 自分らしさ(アイデンティティ)を失ってしまったことで、自分をパートナーにささげられない=与える自己がない。
- 自分らしさの感覚を妨害
- 化学物質依存症
- 仕事依存症
- 暴力的
- 役割に固執
- 責任感が過剰に強い（他者の感情や行動に責任を感じる）
- 頑張りすぎ
- 反抗的
- アンダーアチーバー
- 人を喜ばせる
- 世話好き
- 規則を破る
- 健康的な良心と健康的な罪の意識を発達できない
- 罪悪感の中毒症（この時期の最も深刻な症状）

学童前期の チャイルドへのメッセージ



かわいい●●ちゃん、私はあなたが成長するのを見ていたいのです。
私はあなたが境界を試したり、限界を発見するために、ここにいてあげましょう。
あなたは自分のことを考えていいのです。
あなたは、あなたの感情について考えることができます。
そして、あなたが考えていることについて、感情を持つことができます。
私はあなたの生命力が好きです。



だから、私は、あなたの性に関する好奇心も好きです。
男の子と女の子の違いを発見することは、良いことです。
私はあなた自身を発見する手助けをするために、制限を設けてあげましょう。
私はあなたのあるがままが好きです、●●ちゃん。
人と違っていても、あなた自身の意見を持って構いません。



それが現実となるだろうということを心配せずに、何かを想像してもいいのです。

私は現実と空想との違いを見定める助けをしましょう。

私は女（男）の子としてのあなたが好きです。

あなたの両親はそうでなかったとしても、私は、あなたが同性愛者のままでも好きです。

もう成長しても、泣いていいのです。

あなたが自分の行動の結果を知ることは、あなたにとって良いことです。



欲しいものを要求できます。何かがあなたを混乱させるなら、それについて質問していいのです。
両親の結婚生活について、あなたが責任を負う必要はありません。
父親のこともあなたに責任はありません。母親のこともあなたに責任はありません。
あなたの両親の離婚に責任はありません。
あなたの家族の問題はあなたに責任はありません。あなた自身を探求することは良いことです。

学童期

潜伏期「私はできる」

年齢：6歳-思春期の始まり

発達課題：勤勉性vs劣等感

自我の強さを作るもの：自己効力感

構築されるパワー：知る、学ぶ

関係の課題：相互依存、協調性



1 自分と他人と比べて劣っているような感じがすることがよくある。はい/いいえ

2 男でも女でももっと仲の良い友人がいればいいのと思う。はい/いいえ

3 社交的な場所ではいつも居心地が悪い。はい/いいえ

4 グループの中にいると居心地が悪い。はい/いいえ
一人でいるのが一番落ち着く。はい/いいえ

学童期の傷に 気づくための 質問

5 競争心が強いと言われたことがある。勝たなければいけないように感じる。はい/いいえ

6 一緒に仕事する人としょっちゅうけんかしている。
はい/いいえ。家族の誰かといつもけんかをしている。
はい/いいえ

7 交渉の時は、a)完全に譲ってしまう、または、b)自分の意見を主張して譲らない、のどちらかである。
はい/いいえ

8 決められたルールを常を守ることを誇りにしている。
はい/いいえ

学童期の傷に 気づくための 質問

9 いつもぐずぐずしている。はい/いいえ

10 仕事などを仕上げるのに苦労する。はい/いいえ

11 説明がなくても自分はなんでもできるはずだと思う。はい/いいえ

12 間違いを犯すことがとても怖い。はい/いいえ

学童期の傷に
気づくための
質問

13 いつも他人を怒ったり、批判している。はい/いいえ

14 基本的な生活技術が欠けている。(読む力、話す力、正しい文法で書く力、必要な計算をする力)はい/いいえ

15 誰かに言われたことが頭から離れなかったり、その意味を分析したりするのに多くの時間を費やす。はい/いいえ

16 自分が醜いとか劣っていると感じられる。もし感じるなら、衣服、物、金、化粧でそれを隠そうとしている。はい/いいえ

学童期の傷に 気づくための 質問

17 自分や他人に嘘をつくことが多い。はい/いいえ

18 何をしても十分ではないと思い込んでいる。はい/いいえ

学童期の傷に
気づくための
質問

学童期に必要なこと(1)

《次の生き残りの技術の学習》

＝大人の生活への準備

- 社会化
- 協力、相互依存(自立した者同士の協力関係)
- 健全な競争意識



学童期に必要なこと(2)

《健全な自己価値感》

- 学習のための欠くことのできないもの
- 学びの土台



学童期に必要なこと(3)

《自己効力感と勤勉さ》

- 「私は有能だから、自分で自分の将来を決められる」
- 学校（最初の社会、集団、学びの場）の意義
- 健全な自己効力感が勤勉さ（継続力）を育てる



学童期に必要なこと(4)

《遊び》

- 模倣（ままごと）
 - 世話を焼く（親の真似）
- 精神の発達



学童期に必要なこと(5)

《 具体的、理論的思考 》

- 自己中心的な思考
- 両親の過ちを見つける、両親より私が賢い！（認知的自惚れによる自己効力感を試しながら、成長）



学童期の 発達障害

- 比較による劣等感、自己価値の低さ
- 周囲に合わせるか、周囲を出し抜く
- 自分らしさの喪失（完全主義により奪われる）
- 完全主義に押しつぶされ、中毒性の恥を持つ
- 間違った教育システムによる、友人への不信感や協調性の未発達

＝教育（学校）がトラウマとなる時期

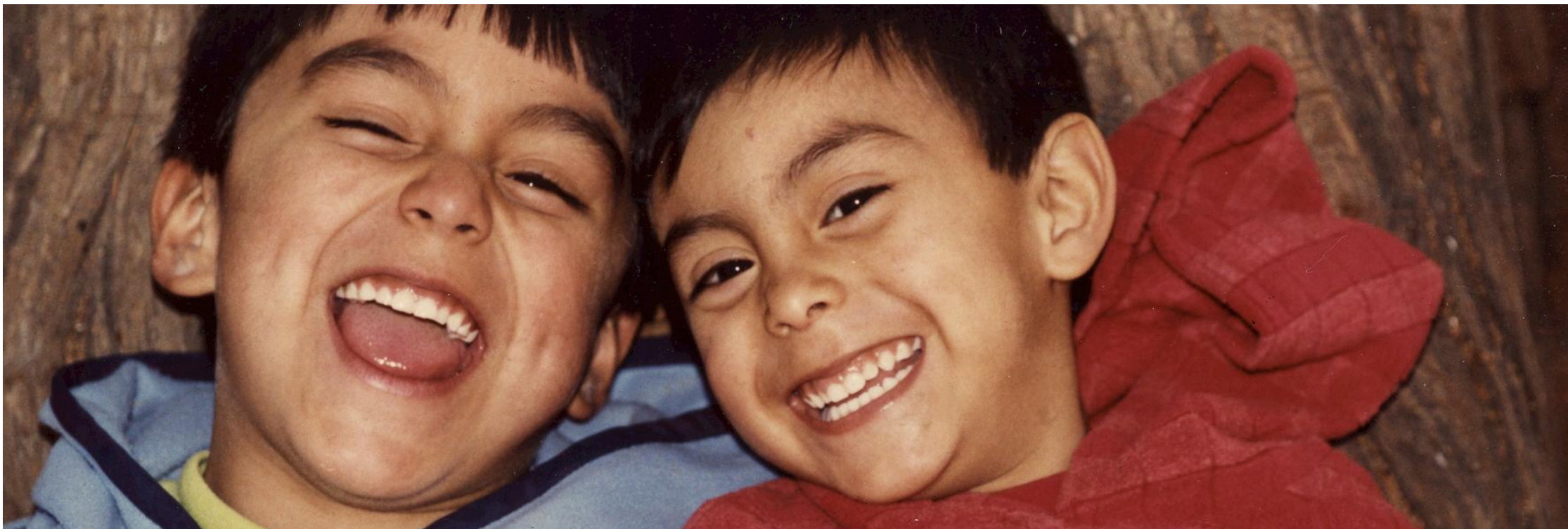
学童期の チャイルドへのメッセージ



かわいい●●ちゃん、あなたは学校であるがままにしていいいのです。
あなたが自己主張をする時に、私はあなたを援護しましょう。
あなたはあなたのやり方で、学習してもいいのです。
あることを考えて、それを自分のものにする前に、試してみてもいいのです。



あなたは自分自身の判断を信じることです。
あなたは自分が選択したことの結果にのみ責任を持つべきです。
あなたは、あなたのやり方で仕事をしてもいいし、
他人との意見が合わなくてもいいのです。
私はあなたのあるがままが好きです、●●ちゃん。



自分の感情を信じましょう。もし怖いのなら、私に話してください。
怖がってもいいのです。そのことについて一緒に話しましょう。
あなたはあなた自身で友達を選んでいいのです。



あなたは他の子どもたちが着ているような服を着てもいいし、
自分だけの着方をしてもいいのです。
あなたには望むものを手に入れる権利があります。
私はたとえ何があっても、あなたと一緒にいることを望んでいます。
私はあなたを愛しています、●●ちゃん。

思春期

新生「私は唯一無二の自己である」

年齢：13-26歳

発達課題：自己同一性vs役割拡散

自我の強さを作るもの：忠誠

構築されるパワー：新生

関係課題：家族からの独立



1 よく親や権威のある人(上司、警官など)とトラブルを起こす。はい/いいえ

2 他人が受け入れているように見える「意味のないルールや規制」にいらいらする。はい/いいえ

3 両親の前では、従順な(あるいは反抗的な)子どもの役割を演じてしまう。はい/いいえ

4 本当の自分がわからない。はい/いいえ

思春期の傷に
気づくための
質問

5 自分の生き方は普通と異なっており、社会規範に従ってないので、他者よりも勝っていると感じる。
はい/いいえ

6 子どもの頃からの宗教を何も疑うことなく信じている。
はい/いいえ

7 異性としか友情を築けない。
はい/いいえ

8 仕事以外の異性関係はすべて、性的なあるいは恋愛関係である。
はい/いいえ

思春期の傷に 気づくための 質問

9 何かを行動するよりも空想にふけったり、恋愛小説やSF小説を読む方を好む。はい/いいえ

10 成長しなさいと言われることがある。はい/いいえ

11 一般に受け入れられているものに反する自分の意見を述べることは不可能に思える。はい/いいえ

12 グル(導師)やヒーローに追従したり、カルトや秘密集団に強く惹かれる。はい/いいえ

思春期の傷に
気づくための
質問

13 自分がしようとするのが、いかに偉大であるか話しておいて、実際にはそれを実行しないことが多い。はい/いいえ

14 自分のようなひどい体験はだれもしたことがなく、またこの独自の痛みを本当に理解できる人は誰もいないと思う。はい/いいえ

思春期の傷に
気づくための
質問

思春期に必要なこと(1)

《両価感情》

=二つの世界を行ったり来たりする

- 大人と子どもの世界をさまよっている状態
- 自由（子どものもの）と責任（大人のもの）を体験しながら、成長



思春期に必要なこと(2)

《親離れ》

- 両親にあまり魅力を感じないようになる必要性
- 仲間の力によって後押しされ家を出る準備



思春期に必要なこと(3)

《職業》

- どんな仕事に就きたいか？
- どんなことに自分のエネルギーが費やせるか？
- 自分はどうやって食べていくのか？
- 大人になったら何になるのだろうか？



思春期に必要なこと(4)

《孤独》

- 仲間がいても心の中は空虚（自分が何者であるか知らないから）
- 未知の将来
- 欠如感（将来への不安）
- 新しい認知構造によって自分を反省（自意識過剰）
- 苦しみと気づき
- 性的感情の高ぶりと、ぎこちない体の変化による、恥じらいと奇妙さ



思春期に必要なこと(5)

《アイデンティティ》

- 「私は誰?」「私の将来は?」という問いかけ
 - 遺伝的能力、自我強度、生活技能の統合
- ※生活技能＝文化の中で作り上げられた社会的役割をこなすことで磨かれる
- 大人のアイデンティの2大柱＝愛と仕事



思春期に必要なこと(6)

《性の探求》

- 第二性徴と共に現れる強大な新しいエネルギー
- 「生命がそれを望む」 by ニーチェ
- 健全なアイデンティティの土台
- 性とは私たちの所有物ではなく、私たち自身



思春期に必要なこと(7)

《概念化》

- 抽象論、理論的言語
- 事実に反した仮説を試す可能性
- アイデンティティの思索は可能性を考えること（研究者になる、通訳になる、医者になる...etc）
- 理想化（アイドルやグルへの憧れ）
- 忠誠（大人としての自我の強さ）によるイデオロギーや運動への参加



思春期に必要なこと(8)

《自己中心性》

- それ以前のものとは異なり、他者の見解は十分にわかる
- ちょっとした一言を厳しい評価判断と捉える
- 「夢見る人」と「個人的寓話」by 心理学者
ディヴィッド・エルカインド

*夢見る人＝みんなが私を見ている（シェイムがある場合、自己意識が苦痛を増す）

*個人的寓話＝人生は全くユニークである。
Ex) 私のように苦悩した人はいない、誰も私をわかってくれない、誰も私を愛してくれない、私ほど両親に耐えてきた人はいない...etc.

⇒他者との親密な関わりの中で、自分の経験が普通のことだとわかり、空想から脱却。



思春期に必要なこと(9)

《ナルシシズム》

過剰な自己意識

自己愛的欲求の再生



思春期に必要なこと(10)

《コミュニケーション》

自意識と孤独のせいで、誰かと
コミュニケーションを望む

友人の会話の中で、自分は必要
とされ、誰かと繋がっていると
感じられる



思春期に必要なこと(11)

《実験》

- 両親の生き方や価値観との対立
(真逆の立場をとる)
- アイデンティティを確立する前に
いろいろな行動を試し、視野を広げる
- 乳児期～学童期までの全ての段階
を統合し、再建(＝自我強度の全て
を集約)



	テーマ	年齢	発達課題	自我の強さを 作るもの	構築される パワー	関係課題
乳児期	共生的結びつき 「あなたは私である」	0-9ヶ月	信頼 VS 不信	希望	存在のパワー	健康な自己愛 共生関係
歩行期	対立的結びつき 「私は私である」	9-18ヶ月 (＝探索期) 18ヶ月-3歳 (＝分離期)	自律性 VS 恥、疑い	意志	感覚的に感じる 行動する	心理的誕生 反依存
学童前期	初期アイデンティティ 「私は男性・女性である」	3-6歳	積極性 VS 罪悪感	目的	想像する 感じる	独立
学童期	潜伏期 「私はできる」	6歳～思春期 の始まり	勤勉性 VS 劣等感	自己効力感	知る 学ぶ	相互依存 協調性
思春期	新生 「私は唯一無二の自己である」	13-26歳	自己同一性 VS 役割拡散	忠誠	新生	家族からの独立

思春期の 発達障害

●役割拡散：あまりにもたくさんの役割を試みて、自我統合がむずかしくなる。

●否定的同一性：自分が誰なのかわからず自分らしくないものに同一化すること。人生を恐れていることの表れ

●思春期以前の傷ついたチャイルドの痛みや欲求を表す暴力、犯罪、麻薬...etc.

●行動化：家族の暗黙の秘密

●家族のスケープゴート：機能不全の家族による

●依存欲求：アイデンティティが確立しないため

●孤独と空虚感の増大：役割拡散が進むことで最も特徴的な役割が表に出る→混乱

思春期の
チャイルドを統合するための
メッセージ

●乳児期のチャイルドへのメッセージ

この世界へようこそ。私はあなたをずっと待っていました。
あなたが生まれて、私は本当にうれしい。
あなたが住む特別な場所を用意してあります。
私はあなたのあるがママが好きです。
どんなことがあってもあなたを一人にはしません。
あなたの欲求はOKです。
あなたの欲求を満たすために、必要な時間をすべてあげましょう。
あなたが女（男）で、とってもうれしいです。
私はあなたの世話がしたいのです。
そして、その準備ができています。
あなたに食事を与え、お風呂に入れ、服を着替えさせ、
あなたと一緒に過ごしたいのです。
この世界で、あなたのような人は一人もいませんでした。
あなたが生まれたとき、神様は微笑んだのです。



●歩行期のチャイルドへのメッセージ

かわいい●●ちゃん、好奇心がいっぱいあって、いろいろなものを欲しがったり、
見たり、触れたり、味わってみてもいいんだよ。
私があるがままのあなたが好き。
私はあなたの欲求を満たすためにここにいます。
あなたが私の面倒を見る必要はないんだ。
面倒をみてもらってもいいんだよ。
「いやだ」と言ってもいい。
私はあなたがあるがままの自分になりたいということが
うれしい。私たちは二人とも怒ってもいいんだ。
二人で二人の問題を解決しよう。
自分のやりたいように何かをするとき、怖いと感じてもいいんだ。
うまくいかないときには悲しくなってもいい。
何が起こったとしても、私はあなたを見捨てない。
あなたはあなたのままでいいし、それでも私はあなたと緒にいるのだ
ということをいつでもあてにしていにかまわない。
私はあなたが歩くのを学び、言葉を学ぶのを見て楽しんでいるよ。
あなたが自分の意志を持ち、成長し始めるのを見て楽しんでいるよ。
私はあなたを愛し、尊重してるよ、●●ちゃん。



●学童前期のチャイルドへのメッセージ

かわいい●●ちゃん、私はあなたが成長するのを見ていたいのです。
私はあなたが境界を試したり、限界を発見するために、ここにいてあげましょう。
あなたは自分のことを考えていいのです。
あなたは、あなたの感情について考えることができます。
そして、あなたが考えていることについて、感情を持つことができます。
私はあなたの生命力が好きです。
だから、私は、あなたの性に関する好奇心も好きです。
男の子と女の子の違いを発見することは、良いことです。
私はあなた自身を発見する手助けをするために、制限を設けてあげましょう。
私はあなたのあるがままが好きです、●●ちゃん。
人と違っていても、あなた自身の意見を持って構いません。
それが現実となるだろうということを心配せずに、何かを想像してもいいのです。
私は現実と空想との違いを見定める助けをするでしょう。
私は女（男）の子としてのあなたが好きです。
あなたの両親はそうでなかったとしても、私は、あなたが同性愛者のままでも好きです。
もう成長しても、泣いていいのです。
あなたが自分の行動の結果を知ることは、あなたにとって良いことです。
あなたは、欲しいものを要求できます。何かがあるあなたを混乱させるなら、それについて質問していいのです。
両親の結婚生活について、あなたが責任を負う必要はありません。
父親のこともあなたに責任はありません。母親のこともあなたに責任はありません。
あなたの両親の離婚に責任はありません。
あなたの家族の問題はあなたに責任はありません。あなた自身を探求することは良いことです。



●学童期のチャイルドへのメッセージ

かわいい●●ちゃん、あなたは学校であるがままにしているのです。

あなたが自己主張をする時に、私はあなたを援護しましょう。

あなたはあなたのやり方で、学習してもいいのです。

あることを考えて、それを自分のものにする前に、試してみてもいいのです。

あなたは自分自身の判断を信じることです。

あなたは自分が選択したことの結果にのみ責任を持つべきです。

あなたは、あなたのやり方で仕事をしてもいいし、

他人との意見が合わなくてもいいのです。

私はあなたのあるがままが好きです、●●ちゃん。

自分の感情を信じましょう。もし怖いのなら、私に話してください。怖がってもいいのです。

そのことについて一緒に話し合いましょう。

あなたはあなた自身で友達を選んでいいのです。

あなたは他の子どもたちが着ているような服を着てもいいし、自分だけの着方をしてもいいのです。

あなたには望むものを手に入れる権利があります。

私はたとえ何があっても、あなたと一緒にいることを望んでいます。

私はあなたを愛しています、●●ちゃん。



The logo features three concentric heart outlines in a light pink color. The word "HEART" is written in a large, blue, serif font, with the "H" partially overlapping the leftmost heart outline. Below "HEART", the words "EDUCATION CENTER" are written in a smaller, blue, serif font, centered horizontally.

HEART EDUCATION CENTER

【動画コース】年齢別チャイルドヒーリングの
ご購入をありがとうございます。

※パスワードは大切に管理してください。
※ダウンロードする際は、ご利用端末の容量にご注意ください。

ダウンロードについて

容量が大きいため、講義動画のダウンロードはできません。瞑想動画（フィーリングエクササイズ）のみダウンロードが可能です。

Vimeo 内でダウンロードしたい動画を選択し、画像のオレンジ色で囲まれている、ダウンロードボタンをクリックします。動画はご購入者本人の視聴のみ可能です。ダウンロードする際は、データ容量に十分ご注意ください。ご自身の責任で行ってください。ダウンロードによる各種不具合につきましては、ハートエデュケーションセンターはその責任を一切負うことはできません。



動画&音声データの取り扱いについて

この動画はご購入者本人のみ視聴が可能です。動画の転売や無断公開、その他有料での利用はできません。ご購入と視聴に関しては、以下の受講契約が適応されるものとします。

【受講契約】

ご契約について

お申し込みの方は、申込時にこのハートエデュケーションセンター申込規定（以下「本規定」という）をご理解・ご了承の上、これを各自大切に保管し、遵守してください。

第1条【適用範囲】

ハートエデュケーションセンター（以下「当社」という）が実施又は販売する通学講座（以下「本通学講座等」という）、及び通信講座（「インターネットテレビ会議ツールを使用した講座、収録した映像講義をインターネット配信する Web 通信講座等」を以下「本通信講座等」といい、また通学講座と通信講座をあわせて以下「本講座等」という）並びに、当社が販売する講座以外の書籍、レジュメ等の商品の申込についてを本規定により取り扱います。本規定に定めなきものについては、各種パンフレット、受講証、Web サイト等の定めによるものとします。

第2条【受講契約の成立】

講座の受講契約の成立時期は、次のとおりとなります。従って、講座申込の前に、金融機関等を通じて受講料を支払った段階、あるいは電子メール、インターネットで注文した段階では受講契約は成立しません。

〔原則〕

お客様の受講申込手続きが完了し、当社がお客様へ発行または発送した受講証（仮受講証を含む）を受け取ったとき、又は、当社がお客様に対して発行または発送した通信講座の教材を受け取ったときのいずれか早い時点。発送から、14 日以内にご連絡がない場合は、受け取ったものとみなします。

第 3 条【解約・返金・講座の移行手続き等】

本条で使用する用語の定義は次のとおりとします。

「受領済受講料」とは、当社がお客様から実際に受領した金銭の額をいいます。

「講座開始」または「利用開始」とは、以下のものをいいます。

〈通学講座の場合〉

お客様が実際に受講したか否かにかかわらず、当社が生講義の初回を実施したことをもって「講座開始」とします。

〈インターネット等の回線を通じて実施する講座。以下「Web 講座」という〉

1. 教材発送をともなわない講座においては、お客様が実際に受講したか否かにかかわらず、当社が Web 講座を開始した時をもって「講座開始」とします。
2. 教材発送を伴う講座においては、お客様が実際に受講したか否かにかかわらず、お客様が受講可能になった時点（教材を受け取った時点）をもって、「講座開始」とします。

※原則として受講講座が上記の「講座開始」状態になった場合以降の解約・返金のご対応できません。当社がお客様に返金する場合、返金額は次のとおりとします（1 円未満は四捨五入します）。

受講申込後講座開始前（利用開始前を含みます）の取消・解約等

講座開始前の取消・解約等により、当社がお客様に返金する金額は、下記の通り算出します。

「受領済受講料」- 「解約手数料」- 「追加差引額」= 返金額

※ 「解約手数料」は、2 万 5 千円又は「受領済受講料」の 20% に相当する額のいずれか低い額とします。

※ 「追加差引額」とは、すでにお渡ししているテキスト代や送料など講座によって項目とその額が変わりますので、各講座の詳細をご確認ください。

〈講座の移行手続きについて〉

ご契約講座開始後に講座を移行する場合は、次のようなお支払いが発生します。

1. ご契約中の講座と移行先の講座の差額をお支払いいただきます。
2. 移行先の講座代金の 10% を、移行手数料として頂戴します。
3. ご契約中の講座より低額となる講座へ移行する場合は、差額のご返金はできません。なお、移行手数料として、移行先の講座代金の 10% を頂戴します。

第 4 条【受講料のお支払】

お客様は、申込書等に記載された受講料を、当社所定の方法により、所定の期日までに当社に対して支払うものとします。受講料の支払いは、ゆうちょ銀行、並びに銀行振込によって取り扱います。動画販売の場合は、STORES を利用します。振込の手数料はお客様のご負担となります。

第 5 条【役務提供—本通学講座等】

当社は、お客様に対して、当社講座の中からお客様が選択した申込内容の役務を、申込受講地にて提供します。当社においてやむおえない事情があると認めた場合には、お客様のお申し出に基づいて、受講地・受講時間・受講形態を変更することができるものとします。但し、これにより受講料に不足金が生じた場合には差額をお支払いいただきます。

コース申込の場合、申込時点で受講クラスが決定できないときは、当社所定の期間内にクラス決定手続きをお取りください。万一、期間内に手続きをお取りいただけない場合は、

当社の判断にてお客様のクラスを決定させていただきます。

申込講座の受講申込者数が少人数の場合、他諸般の事情により、当社の判断においてその実施形態を変更することができるものとします。この変更により受講料に差額が生じる場合には、差額をお客様に返金いたします。この場合、返金金額に利息は付しません。なお、実施形態の変更及び不開講により生じた不利益については、当社は責任を負いかねます。講座担当講師・受講地・受講時間については、途中変更が生じる場合があります。

第 6 条【役務の提供—本通信講座等】

通信講座の教材類（以下「通信教材」という）の発送については、原則として電子メールでの発送とします。講座担当講師については、途中変更が生じる場合があります。

当社がインターネットにより提供する講義・教材等のご利用可能期間は、ご案内した当社所定の期限までとします。期限を過ぎますと利用ができなくなりますのでご注意ください。当社は、通信講座を提供するシステムに関する技術上の理由により、一時的な使用制限が必要と判断した場合には、通信講座の利用を制限する場合があります。これによりお客様の利用が制限された場合であっても、当社は責を負いません。

第 7 条【教材の著作権】

教材とは、当社が実施する各講座で使用するテキスト、レジュメ、板書、及び講義が収録されたカセットテープ、ビデオテープ、DVD、CD-ROM その他メディア等、いかなる媒体であるかを問わず、文字・音声・画像情報のいずれかが記録されたものすべてをいいます。当社が講義を録音したボイスレコーダー・カセットテープ等に記録された録音データや、インターネット等の回線を通じてダウンロードした講義の映像データ、音声データ、テキスト・教材等のデータもこれに含まれます。前項の教材の著作権、商標権等の一切の権利は、すべて当社に帰属します。

当社は、当社との受講契約が成立したお客様に対して、受講料等の対価として教材を提供し、お客様ご自身が受講される学習の目的の範囲に限り、一身専属的にその使用权を与えます。お客様に提供した著作権等の知的財産権をお客様に付与するものではないことはもとより、教材について、お客様に対して処分権限、管理・処分権限（譲渡・貸与・担保権の設定等）を与えるものではありません。

第 8 条【不正受講等】

教材について以下の行為を禁止します。なお、当該行為によって、行為者が対価・利益を得たか否かを問いません。

＊教材を複製する行為

- 1) テキスト・レジュメ等を、受講生本人が学習に利用する範囲を超えて、紙媒体又はデータ化して複製し、または第三者に複製させる行為
- 2) テキスト・レジュメ等を、当社に無断で講座使用テキストとして使用する行為
- 3) 教材の、貸与・譲渡・共有・担保の設定等を行う行為
- 4) 第三者に対して、メディア講座の全部または一部を、貸与・譲渡（オークションでの売却、古本屋への売却等）・共有等を行う行為。
- 5) 第三者に対して、通信講座の ID・パスワードの全部又は一部を、貸与・譲渡・共有等を行う行為。

＊受講証の不正利用

当社の講座を受講する権利は、受講申込書において受講生として申請されているご本人以外に一身専属的に帰属し、第三者に貸与・譲渡、担保の用に供することはできません。

＊教材の違法複製・違法アップロード・違法ダウンロード

- 1) 教材の映像データ・音声データを複製する行為（記録媒体を問いません）
- 2) 教材の映像データ・音声データ（複製物を含みます。）をデータ共有サイトに掲載する等、インターネットにアップロードする行為。
- 3) 当社の許可なくインターネットにアップロードされている教材の映像データ・音声データ（複製物を含みます。）を当社の許可なくアップロードされているものであることを知りながらダウンロードする行為。
- 4) その他、上記に準じる行為。

＊その他、当社の著作権等を侵害し、当社とお客様との間の受講契約等に違反する行為。

第9条【個人情報の取り扱い】

個人情報とは、お客様の氏名、年齢、電話番号、メールアドレス、住所、勤務先等の情報で、このうち1つ又は複数の組み合わせにより、お客様個人を特定することのできる情報を指します。

当社は、個人情報の取得にあたっては、適法かつ公正な手段によって行い、不正な方法によって取得はいたしません。個人情報の取得方法は、ご本人から申込書等の書面にて取得する場合の他、Web サイトの画面や口頭等の方法にて取得いたします。なお、当社へのお客様の個人情報の提供は任意です。但し、ご提供いただけない場合には、適切なサービスが提供できない場合がありますのであらかじめご了承ください。

当社が取得した個人情報は、原則としてお客様へのご連絡、商品、教材、特典等の発送、会員管理、受講証の発行、講座運営に関連する目的、資格試験の情報提供、当社のサービス・商品・人材募集等のご案内、メールマガジンの配信、申込受付時の本人確認、割引対象確認、今後のサービス向上のための統計データの算出と分析、アンケート等の依頼、体験談の執筆依頼、講演依頼、アクセス状況の分析、その他前記に関連する目的に範囲内で利用いたします。前項の他、当社が取得した個人情報は、商品・サービスの中で利用目的を個別にお伝えしているものに関しては、その利用目的に従います。

当社は、原則として、お客様の同意無く、第三者へお客様の個人情報を開示いたしません。前三項の規定にもかかわらず、次の各号の場合には、当社は取得した個人情報を列挙した目的以外で利用し、または第三者への開示をすることがあります。

＊法令に基づく場合

- 1) 人の生命、身体又は財産の保護のために必要がある場合であって、本人の同意を得ることが困難であるとき。
- 2) 公衆衛生の向上又は児童の健全な育成の推進のために特に必要がある場合であって、本人の同意を得ることが困難であるとき。
- 3) 国の機関もしくは地方公共団体又はその委託を受けた者が法令の定める事務を遂行することに対して協力する必要がある場合であって、本人の同意を得ることにより当該事務の遂行に支障を及ぼすおそれがあるとき。

次の各号の場合には、第5項に規定する第三者への開示に該当しないものとします。なお、当社が個人情報の取り扱いの全部又は一部を委託する場合、当該個人情報の安全管理が図られるよう、委託先に対する必要かつ適切な監督を行います。

- 1) 利用目的の達成に必要な範囲内において個人情報の取り扱いの全部又は一部を委託する場合
- 2) 合併その他の事由による事業の承継に伴って個人情報が提供される場合
- 3) 個人情報を特定の者との間で共有して利用する場合であって、その旨並びに共同して利用される個人情報の項目、共同して利用する者の範囲、利用する者の利用目的及び当該個人情報の管理について責任を有する者の氏名又は名称について、あらかじめ、本人に通達し、又は本人が容易に知り得る状態に置いているとき。

当社は、保有している個人情報の利用目的の通知、個人情報の開示・内容の訂正・追加又は削除、利用の停止・第三者への提供の停止（以下、総称して「開示等」という）について、以下のとおり規定します。

当社はお客様からの開示等の申請に誠実に対応いたします。手続きは以下のお問い合わせ先までご連絡ください。その際、開示等手続きについてご案内いたします。

当社は、次のいずれかに該当する場合は、当該申請に係る個人情報の全部又は一部について開示等を行わないことがあります。開示等を行わないことを決定した場合はその旨お知らせいたします。

- 1) 申請書に記載されている住所、本人確認書類に記載されている住所、当社の登録住所が一致しない場合、その他本人が確認できない場合
- 2) 所定の申請書類に不備があった場合
- 3) 開示等の求めの対象が、当社に存在しない場合
- 4) 本人又は第三者の生命、身体、財産その他の権利利益を害するおそれがある場合
- 5) 当社の業務の適正な実施に著しい支障を及ぼすおそれがある場合
- 6) 他の法令に違反することになる場合又は法令に基づく事務の遂行に支障を及ぼすおそれがある場合

当社では、情報セキュリティ担当者が、お客様の個人情報を適切かつ安全に管理し、個人情報の漏えい、滅失又はき損を防止する保護策を講じています。なお、資格試験等に関連する講座・教材・サービスをご利用のお客様の個人情報の取り扱いに関するご意見・ご質問は、下記の連絡先にお寄せください。

ハートエデュケーションセンター事務局 電話：090-2566-7392 e-mail：info@hearteducation.center

第 10 条【契約の解除】

お客様は、信義則に沿って本規定を遵守するものとします。万一、お客様が本規定に違反したものと当社が判断した場合、又は、その他の行為によりお客様が当社の業務を著しく妨害したものと当社が判断した場合には、当社はなんらの通知なくしてお客様との受講契約を即時解約し、今後お客様とのお取引をお断りすることができるものとします。

第 11 条【不可抗力】

地震、火災、その他の天変地異等、やむおえない事情による講義の中止、発送の遅延については、当社は責任を負いかねます。

第 12 条【変更権】

当社が必要と判断した場合には、いつでも本規定を変更することができます。変更内容については、当社ホームページ上において公表します。その場合、本サービスの変更は変更後の規約に基づきます。

第 13 条【管轄】

万一、当社とお客様との間に争訟が生じた場合、東京地方裁判所の第一審の専属管轄裁判所といたします。

第 14 条【施行日】

本規定は、2018 年 4 月 3 日より施行いたします。

本規定は予告無く改定する場合がありますので、予めご了承ください。

制定 2018 年 4 月 3 日
ハートエデュケーションセンター代表
川村法子

HEART
EDUCATION CENTER