

株式会社阪神タイガース ご担当者様

2017年8月21日
東京多摩ネット心理相談室
鈴木孝信

藤浪選手の投球問題につきましての改善のご提案

この度藤浪選手の投球問題に対して、米国でスポーツ問題解決に有効である実績を残し、NY メッツの元捕手（マッキー・サッサー氏）の返球問題を克服に至らせた心理療法※Brainspotting (<https://brainspotting.pro/>) をご紹介いたします。もし藤浪選手の投球問題が技術的・医学的な問題ではなく、心身の問題（イップス含む）であるとしたら、Brainspotting が有効であると考えています。

※スポーツに対する Brainspotting の活用につきましては「ブレインスポッティング・スポーツワーク」（BAB ジャパン出版）を、Brainspotting に関しては「ブレインスポッティング入門」（星和書店）を参照ください。

Brainspotting は 13 年前に米国で David Grand 博士により開発されたトラウマ克服の心理療法です。イップスやスランプの多くがトラウマに根差していると考えた Grand 博士は Brainspotting を使ってイップスやスランプを治療し大きな成果をあげています。米国で話題となった、元メッツ・サッサー氏のイップス克服はドキュメンタリーとして紹介もされています。
(<http://grantland.com/features/30-for-30-shorts-fields-of-fear/>)

Brainspotting では、深い脳（辺縁系や脳幹・脊髄）に記憶として刻まれているスポーツ上の怪我、屈辱感や恥等の精神的苦痛等を活性化させ処理をしていくと仮定されています。つまり、スポーツのパフォーマンス（身体の動き）を、それを司る脳の構造を変えることで解消する方法です。メンタルタフネスの考えが基盤にある、認知モデルに基づいた現存の方法とは即効性も効果も大きく異なります。従って現存の方法で改善が見られなかった状態であっても、Brainspotting を用いることで改善が期待出来ますし、心の領域に入り込みすぎず身体レベルで問題解決が可能なので、心理療法に抵抗がある場合でも取り組みやすい方法です。

私、鈴木孝信は心理相談室を運営・臨床を 8 年程行っておりトラウマ治療のエキスパートです。また Brainspotting の日本での代表として、日本・アジアで方法の指導にあたっています。

上記方法を用いて、鈴木孝信が藤浪選手の問題解決に携わるメリットは次の通りです。

- ・ サッサー氏を問題克服に導いた Grand 博士と相談しながらの治療が可能
- ・ アメリカ心理学協会の倫理に基づきプライバシーの保護の約束
- ・ 現地での治療が可能

一度お話をさせていただく機会を頂戴できたらと考えています。

どうぞご検討くださるようお願いいたします。

ブレインスポッティング・トレーニング・インスティテュート 日本 (BTI-J) 代表
国際 Brainspotting トレーナー

東京多摩ネット心理相談室 代表

米国コロラド州 Adams State University 在籍 (カウンセリング教育学博士課程)

鈴木孝信

連絡先 : info@tokyotamanet.com (東京多摩ネット心理相談室)

042-794-8651 (東京多摩ネット心理相談室)

<http://tokyotamanet.com/> (東京多摩ネット心理相談室)

Brainspotting.training.inst.j@gmail.com (BTI-J)