

# 子どもへのEMDR(眼球運動による 脱感作と再処理法): その効果と限界

兵庫教育大学 教授  
日本EMDR学会 理事長  
市井雅哉  
2019.3.10 日本小児心身医学会  
九州沖縄地方会 特別講演

## 自己紹介:市井雅哉(いちいまさや)

### 略歴

- ・ 1961年滋賀県生まれ
- ・ 1992-93年 ロータリー財団奨学金を得て、テンプル大学留学
- ・ 早稲田大学大学院文学研究科博士後期課程満期退学
- ・ 早稲田大学人間科学部、琉球大学教育学部を経て
- ・ 兵庫教育大学大学院 発達心理臨床研究センター  
トラウマ回復支援研究分野 教授

### EMDRに関して

- ・ 1995年 震災後神戸でEMD使用
- ・ 1995年 EMDR part1修了
- ・ 1996年 part2修了
- ・ 1997年 EMDR研究所 ファシリテーター
- ・ 1998年 EMDRIA認定 トレーナー
- ・ 2005年 バンコックにてインド洋津波被災者への支援
- ・ 2005年 EMDR研究所 トレーナー
- ・ 2011年 東日本大震災への支援

### 社会的活動

- ・ 日本EMDR学会理事長
- ・ EMDR Asia理事
- ・ 日本行動療法学会編集委員
- ・ 日本不安症学会評議委員

## 今日の流れ

- ・ EMDRとは
- ・ 治療の実際
- ・ 子どもへのEMDR
- ・ 事例提示

## EMDRとは

- ・ Eye movement desensitization and reprocessing
- ・ 眼球運動による脱感作と再処理法
- ・ 両側性刺激を用いて、否定的記憶を再処理し、その結果として否定的感情が減弱される

# 国際的な治療ガイドライン

## 世界保健機構(2013)

- Guidelines for the management of conditions that are specifically related to stress. Geneva, WHO の中で、TF-CBT と EMDR が、**子ども、青年、成人の PTSD に対する治療法として推奨**された。“トラウマに焦点をあてた CBT 同様、EMDR 治療は、主観的な苦痛を緩和し、トラウマ出来事に対する適応的な認知を強化することを目的としている。トラウマに焦点化した CBT と異なり、EMDR には(a)出来事の詳細な説明、(b)信念に対する直接的な挑戦、(c)ホームワーク、が含まれない。”

## アメリカ精神医学会(2004)

- トラウマの治療において EMDR が効果的であるとして推奨されている

## Bleiz, Kuts & Shalev(2002) (イスラエル国立精神保健協議会)

- テロ被害者への治療として推薦された 3 つ治療法のうちの 1 つに EMDR が選ばれている

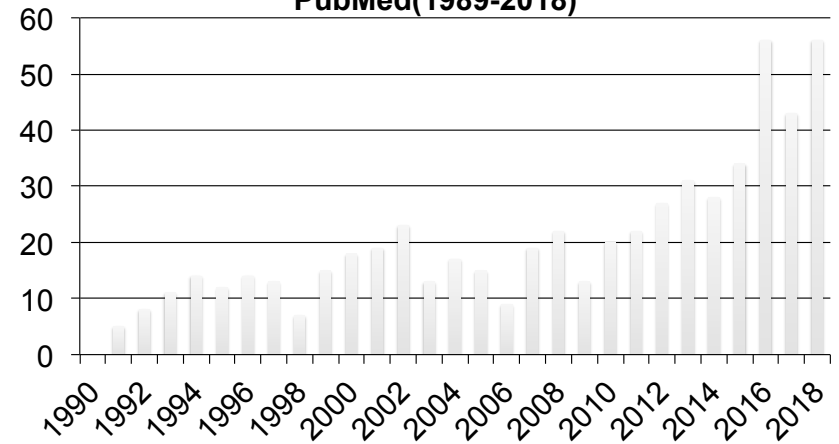
## 退役軍人局 & 国防総省(2004)

- 極度のトラウマに対する治療法の A カテゴリーに EMDR が含まれた

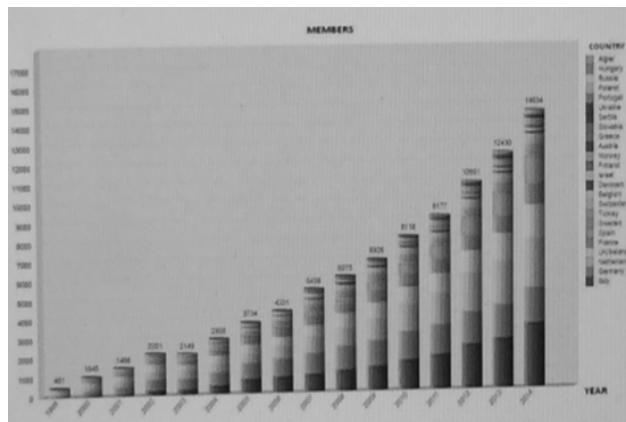
## イギリスの国立医療技術評価機構 (National Institute for Clinical Excellence) (2005)

- 成人の PTSD に科学的な根拠がある治療法として、トラウマ焦点化 CBT (Trauma-focused CBT) と EMDR が推奨された。

論文件数：“eye movement desensitization”  
PubMed(1989-2018)

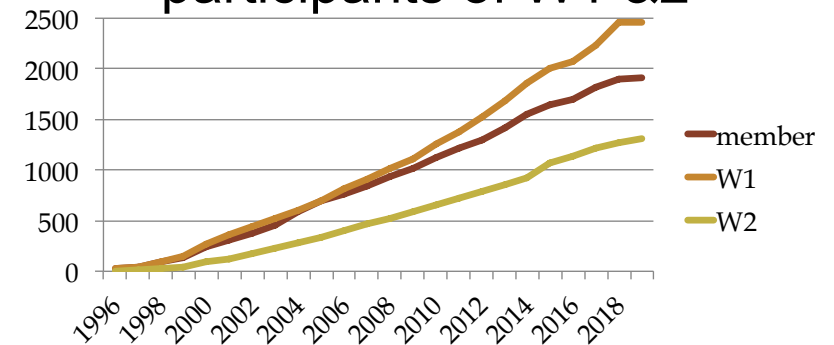


## EMDR Europe Association membership growth 1999-2014 (451→14,634)



- スペイン
- フランス
- UK
- オランダ
- ドイツ
- イタリア

## Number of JEMDRA member, participants of W1 & 2



Note: Member in 2018 is 1261, approximately 650 did not continue membership.

# Francine Shapiro



# EMDRの効果研究1

## Shapiro(1989)の群比較研究

クライアント:22名 レイプ被害者、ベトナム帰還兵、  
被性的虐待者 11-57歳 (M=37)

記憶:1~47年間持続

他の治療歴:2カ月~25年間

治療:1セッション、3カ月後までのフォローアップ

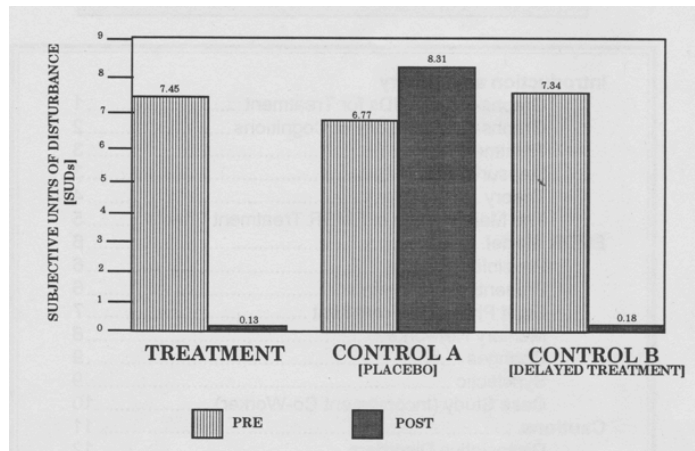
SUD(主観的障害単位)0-10

記憶(映像)を想起した際の苦痛度

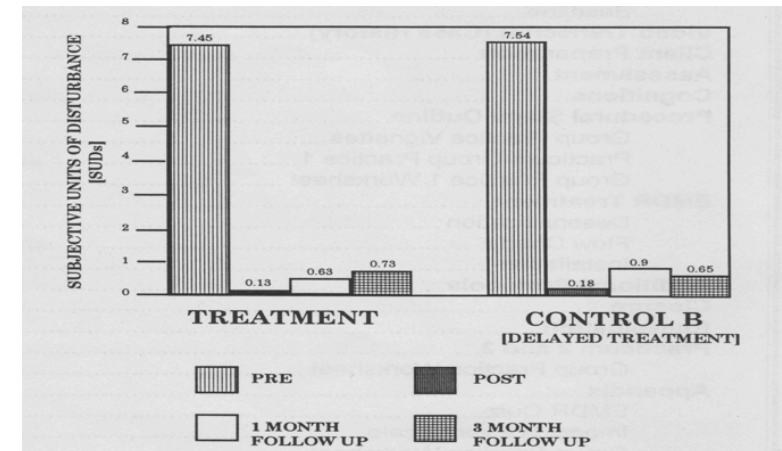
VOC(認知の妥当性尺度)1-7

記憶(映像)を想起して、肯定的認知がどれくらい正しく感じられるか?

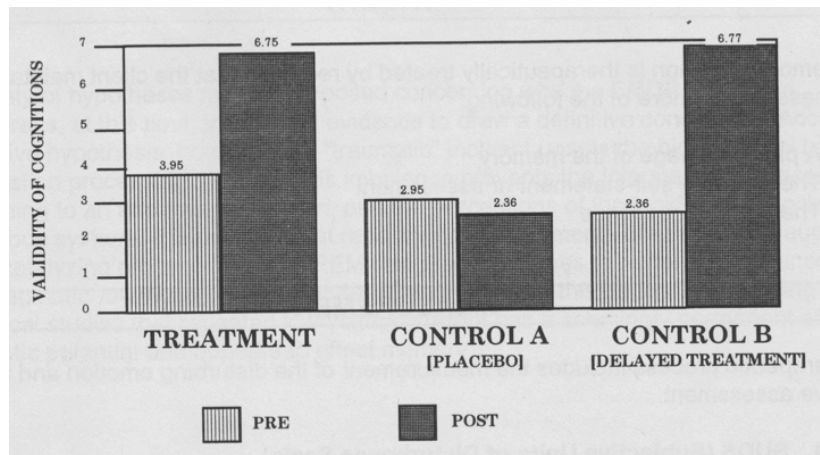
## SUD (Pre-Post)



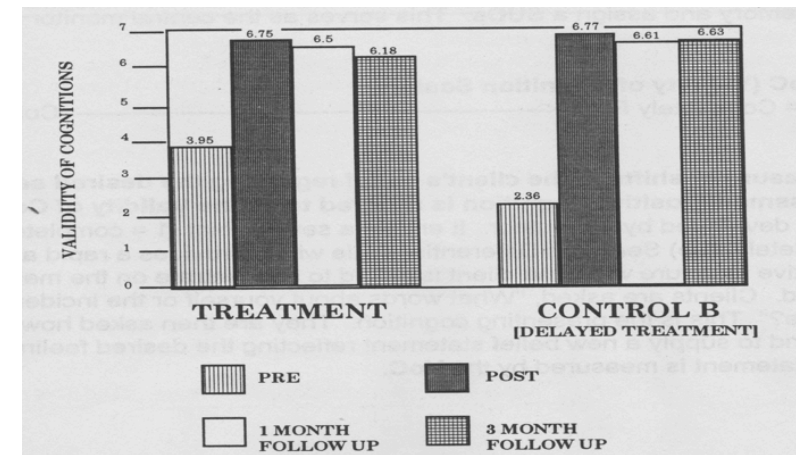
## SUD(1,3months follow-up)



## VOC(Pre-Post)



## VOC(1,3 months follow-up)



## 眼球運動の効果

- EMDR療法の眼球運動要素と曝露条件が、苦痛な記憶に対して持つ効果を比較している26の無作為化比較試験のメタ分析が行われた (Lee & Cuijpers, 2013)。
- その結果、否定的な情動とイメージの鮮明さを有意に減少させることにおいて、眼球運動の方が有意に優れていた。

## 治療文脈研究の特性(Lee & Cuijpers, 2013)

Study	n	Disorder	Population	DSM criteria	EMDR training	Use of therapy manual	Outcome measures used in analysis
Boudewyns et al., 1993	16	PTSD	Clinical	+	-	-	CAPS, IES, SUDS, MSCRP
Carrigan & Levis, 1999	36	Public speaking anxiety	Students	-	-	-	SUDS
Devilly et al., 1998	25	PTSD	Clinical	+	+	+	SUDS, MSCRP, STAI
Dunn, Schwartz, Hatfield, & Wiegale, 1996	28	Distressing memory	Student	-	-	+	SUDS
Feske & Goldstein, 1997	36	Panic disorder	Clinical	+	+	+	ACQ, BAI, BSQ, FP, FPA, MI, PAI
Foley & Spates, 1995	20	Public speaking anxiety	Students	-	-	-	BASA, PRCA-24, PRPSA, SUDS, VOC
Gosselin & Matthews, 1995	42	Anxiety	Students	-	+	+	SUDS, VOC
Lee & Drummond, 2008 <sup>a</sup>	48	Distressing memory	Students	-	-	+	SUDS, vividness
Lytle, Hazlett-Stevens, & Borkovec, 2002	30	Distressing memory	Students	-	-	+	IES, STAI, SUDS, Vividness, VOC
Renfrey & Spates, 1994	15	PTSD <sup>b</sup>	Clinical <sup>c</sup>	+	-	-	SUDS, VOC
Sanderson & Carpenter, 1992	62	Anxiety	Clinical	-	-	-	SUDS
Schubert et al., 2011	60	Distressing memory	Students	-	+	+	SUDS, VOC
Shapiro, 1989	22	Clinical trauma	Clinical	+	+	NA	SUDS, VOC
Wilson et al., 1996	12	PTSD	Clinical	+	+	+	SUDS, VOC

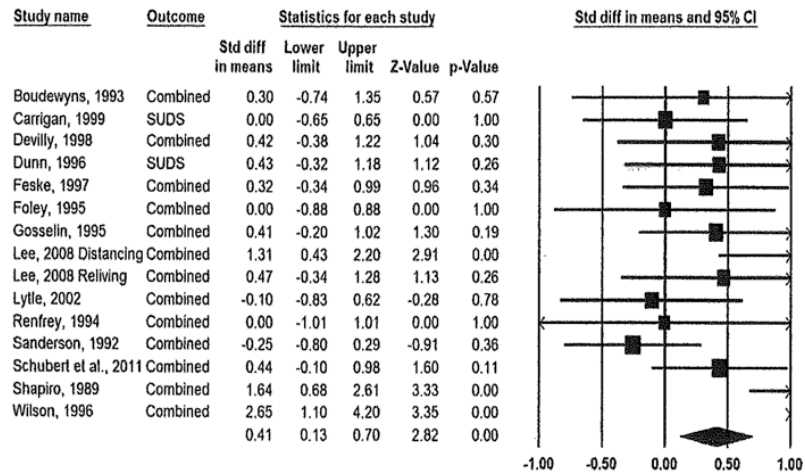
Abbreviations ACQ: Agoraphobic Cognitions Questionnaire; FP: Fear of Panic; STAI: State-Trait Anxiety Inventory; FPA: Fear of Panic Attacks; MI: Mobility Inventory for Agoraphobia; PAI: Panic Appraisal Inventory; BASA: Behavioral Assessment of Speech Anxiety; PRCA-24: Personal Report of Communication Anxiety; PRPSA: Personal Report of Public Speaking Anxiety; VOC: Validity of Cognition.

<sup>a</sup> Included 2 comparisons, one with reliving instructions, one distancing.

<sup>b</sup> More than 90% met DSM criteria for PTSD.

<sup>c</sup> This was a student population, but they met criteria for a clinical population.

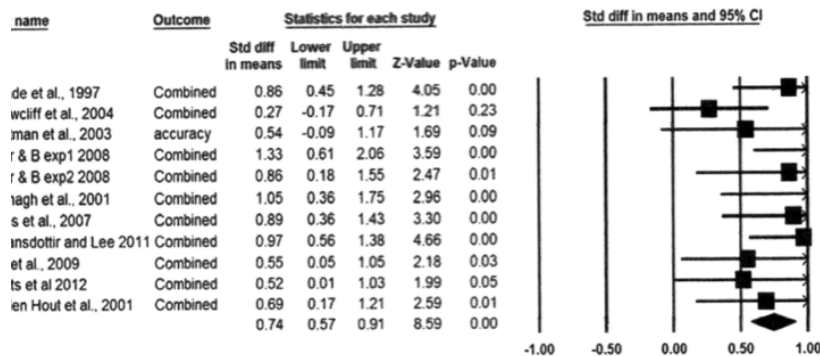
## 治療文脈研究でのES(Lee & Cuijpers, 2013)



## 治療文脈でない研究の特性(Lee & Cuijpers, 2013)

Study	Number	Type of memory	Measures
Andrade et al., 1997	48	Distressing memory	Subjective distress, vividness
Barrowcliff et al., 2004	80	Distressing memory	Subjective distress, vividness
Christman, Garvey, Propper, & Phaneuf, 2003	40	Autobiographical memories	Accuracy of memory recall
Gunter & Bodner, 2008	36	Distressing memory	Subjective distress, vividness, completeness
Kavanagh et al., 2001	18	Distressing memory	Subjective distress, vividness
Kemp 2007	30	Distressing memory	Subjective distress, vividness
Kristjánisdóttir & Lee, 2011	36	Distressing memory	Subjective distress, vividness
Lilley, Andrade, Turpin, Sabin-Farrell, & Holmes, 2009	18	Distressing memory	Subjective distress, vividness
Smeets et al., 2012	61	Distressing memory	Subjective distress, vividness
van den Hout et al., 2001	30	Distressing memory	Subjective distress, vividness

## 治療文脈でない研究のES(Lee & Cuijpers, 2013)



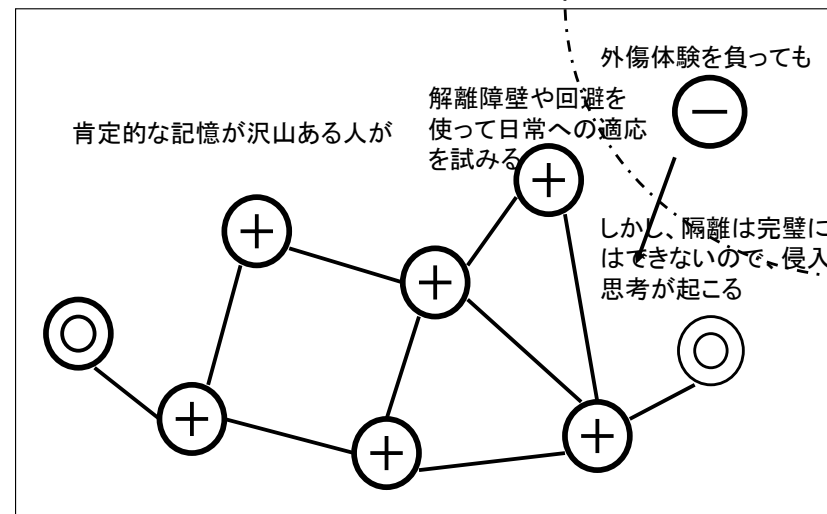
## 治療が成功した対象

- 恐怖症
- パニック障害
- 全般性不安障害
- うつ
- 愛着障害
- 行為問題と自尊心
- 悲嘆
- 身体醜形障害
- 性的(機能)障害
- 小児性愛
- 精神病性障害
- 慢性疼痛
- 偏頭痛
- 幻肢痛
- 医療的には説明がつかない身体症状

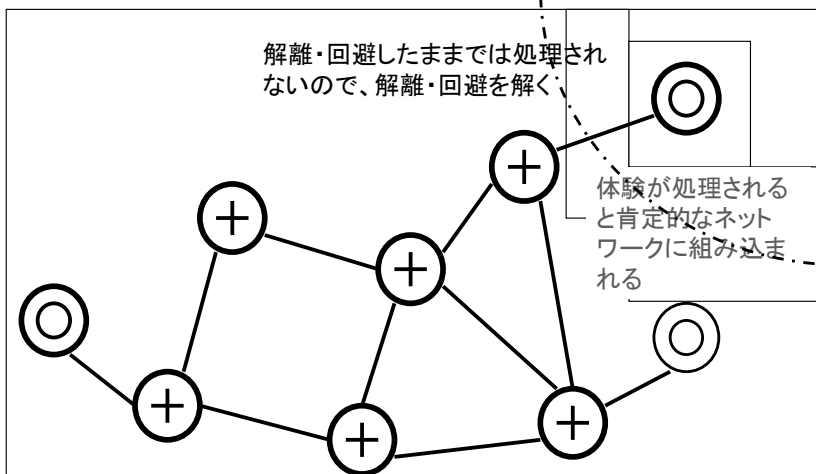
## 適応的情報処理(AIP)モデルの3つの原理(Leeds, 2016)

ストレッサーの適応に関して生まれつきのシステムがある	トラウマもしくは持続的なストレスは経験を不適応的な形に滞らせる可能性がある	EMDR療法はバランスを回復し、急速な自己治療に導く
生まれつきのシステムが可能にしてくれるのは、ヒトが苦痛な出来事への反応を再組織化することで、最初の機能不全的な状態から適応的解決の状態へと導く	人生の発達のなステージでのトラウマ的な出来事もしくは持続的なストレスは、この情報処理過程を妨害し、未解決な経験を不適応的、状態特異的な形に残す	EMDR療法の手続きステップと両側性眼球運動はバランスを回復する。再処理は適応的解決まで続く。回復は、身体的な傷と同じように、急激かつ安定的である

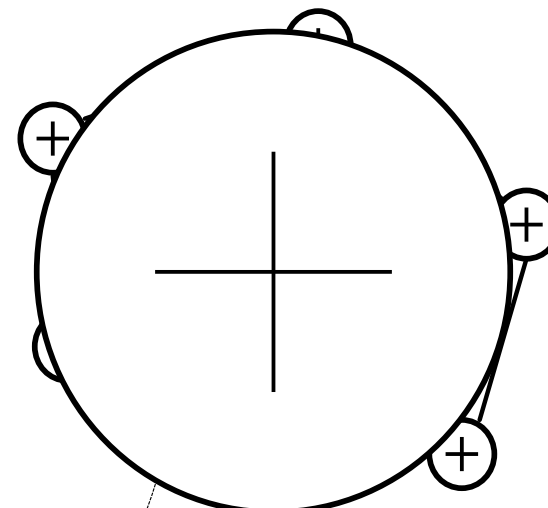
## 適応的情報処理モデル 肯定的なネットワークと外傷記憶(治療前)



## 適応的情報処理モデル 肯定的なネットワークと外傷記憶(治療では)



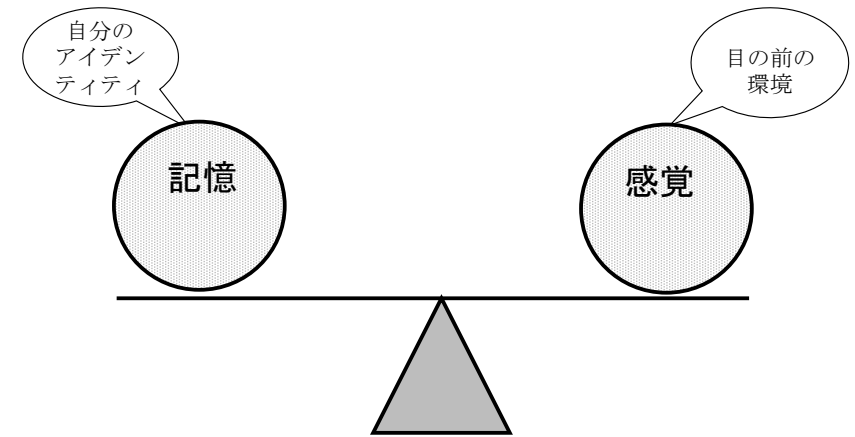
## 適応的情報処理モデル



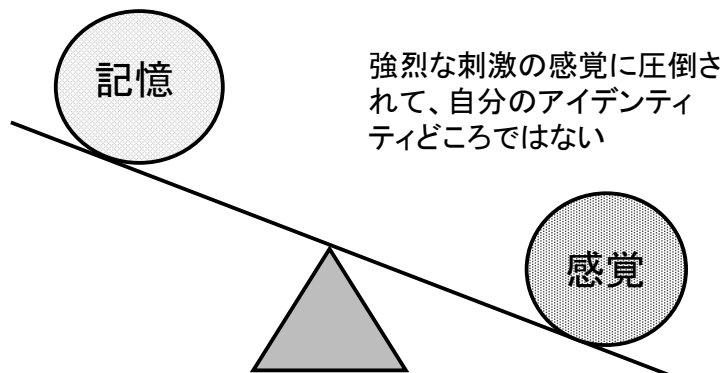
## 二重注意

- 過去のトラウマ記憶
- 現在のBLS(両側性刺激)  
両方に注意を向ける

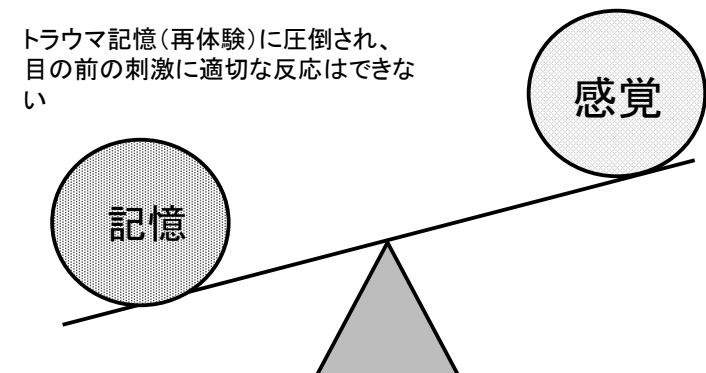
## トラウマが起こる前の意識のバランス



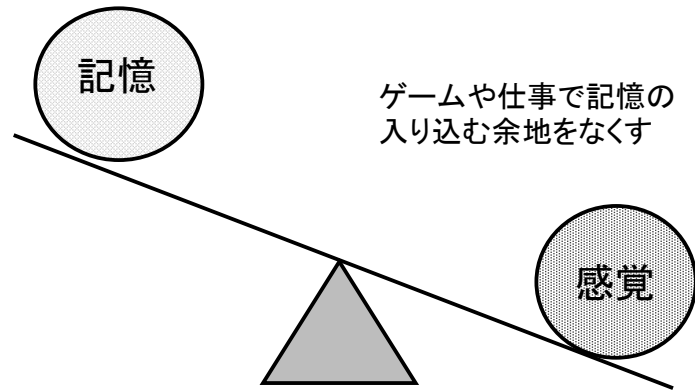
## トラウマの最中の意識のバランス



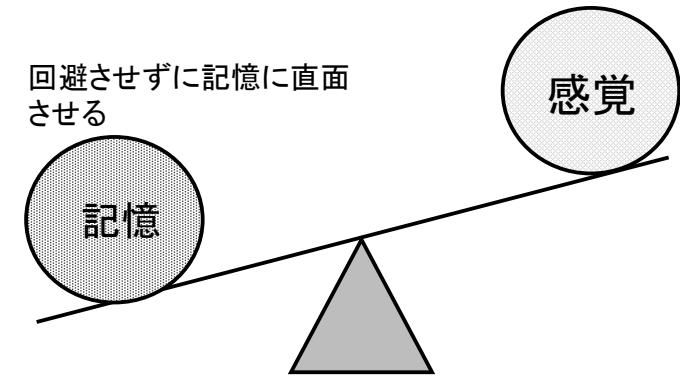
## トラウマ後の意識のバランス



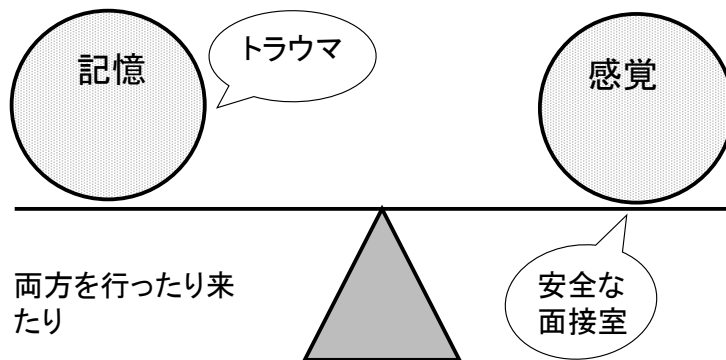
## 対処として気を紛らわす活動に従事



## 治療としての曝露



## EMDR



## EMDRの手続きの構成要素

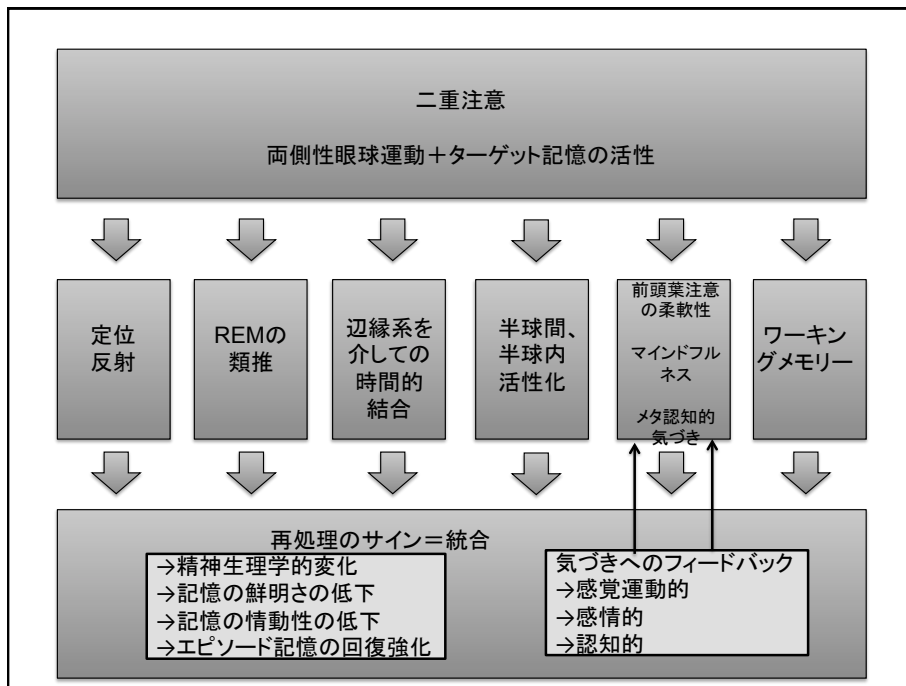
- ・ 短く切ったexposure
- ・ コントロール感
- ・ 身体感覚への注意
- ・ 認知のリフレーミング
- ・ 記憶要素に沿うこと
- ・ 自由連想
- ・ マインドフルネス
- ・ 眼球運動または二重注意刺激



## 再固定化 (Southwick et al., 2012; Schiller et al., 2010)

- ・ 新しい記憶はその出来事が起きてからしばらくの間は固定されておらず、不安定な状態である。短期記憶から長期記憶に変換され固定されていく
- ・ ある記憶が想起されると、それが固定されるまでの短時間の間、再び不安定な状態になる
- ・ 不安定な時期が記憶を書き換えるチャンス。薬物投与、行動学的介入が有効

34



# 治療の実際

ビデオ供覧

## ビデオでのEMDRセッションの呈示 ガンのPTSD、ターミナルケアへの可能性

68歳の白人女性ボランティア被験者

Wilson, S., Becker, L. A., & Tinker, R. H. (1995). Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) Treatment for Psychologically Traumatized Individuals. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63(6), 928-937.

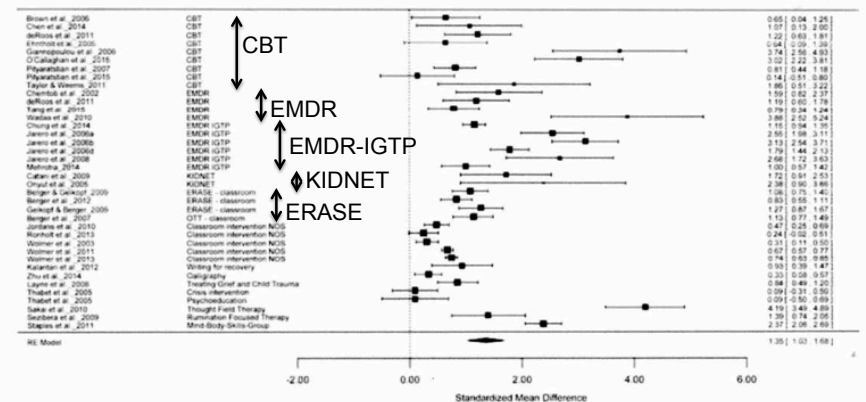
- ・ ガンで余命半年と診断され、夫に見捨てられた後に、PTSDの診断、自殺企図の抑うつ
- ・ ビデオは3回のEMDR治療の1回目の12分間。
- ・ 強い除反応の急速な解決と痛みからの解放。
- ・ 見捨てられの危機に対する、新しい視点
- ・ 平和な死の自発的なりハーサル。
- ・ 生きる意味: 末期の疾患に直面した人へのサポート

# 子どもへのEMDR

## 大人の期待が込められた「神話」 (約20年前まで) (広常、2005)

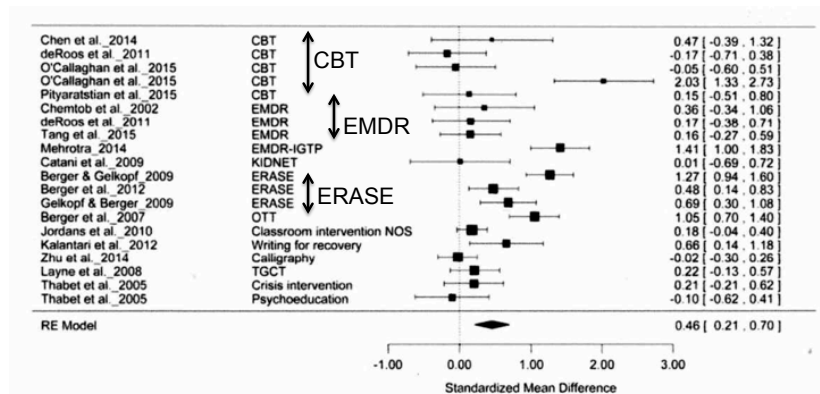
- 子どもは、周りで何が起きているか理解できるにはあまりに幼い。幼いので影響は受けない。
- 小さな子どもは出来事を忘れる。
- 子どもは自然な回復力と、若さゆえの柔軟性を有し、衝撃を吸収し適応し、悪い結果を残さない。
- もしも短命に至るような影響があったとしたならば、それはその子のもともとの素因によるものである。
- もしも短期に観察可能な反応が見られないならば、災害がストレスや不適応的な要因を有していなかったたのであり、災害は長期にわたって問題となるような痕跡を子どもに与えない。
- 子どもが災害の現場にいなければ、影響を受けない。

## Psychosocial interventions for children... Pre-Post comparison (Brown et al., 2017)



CBT, EMDR, EMDR-IGTP: EMDR Integrative Group Treatment Protocol, KIDNET: Narrative Exposure Therapy for Children, ERASE: Erase- Stress classroom intervention, OTT: Overshadowing the Threat of Terrorism classroom intervention, NOS: Not otherwise specified

## vs Control comparison (Brown et al., 2017)



CBT, EMDR, EMDR-IGTP:EMDR Integrative Group Treatment Protocol, KIDNET: Narrative Exposure Therapy for Children, ERASE: Erase- Stress classroom intervention, OTT: Overshadowing the Threat of Terrorism classroom intervention, NOS: Not otherwise specified

## Efficacy of EMDR for Children with PTSD(Beer, 2018)

Author	N	Age	Treatment	Events	Target-Symptoms	Results
Scheck et al., 1998	60	16-25	EMDR vs Active Listening	Chronic: Sexual abuse/molestation in Childhood	Anx. Dep. Self-image	EMDR>AL
Chamtob et al., 2002	32	6-12	EMDR vs WL	Single: Hurricane	PTSD Anx. Dep.	EMDR>WL
Soberman et al., 2002	29	10-16	EMDR+CAU vs CAU(Care As Usual)	Chronic: Varied	PTSD Behavior problem	EMDR>CAU
Jaberghader et al., 2004	14	12-13	EMDR vs CBT	Single+chronic : Sexual abuse	PTSD	EMDR=CBT Less session for EMDR(6.1:11.6)
Ahmed et al., 2007	33	6-16	EMDR vs WL	Single+chronic : Varied	PTSD	EMDR>WL

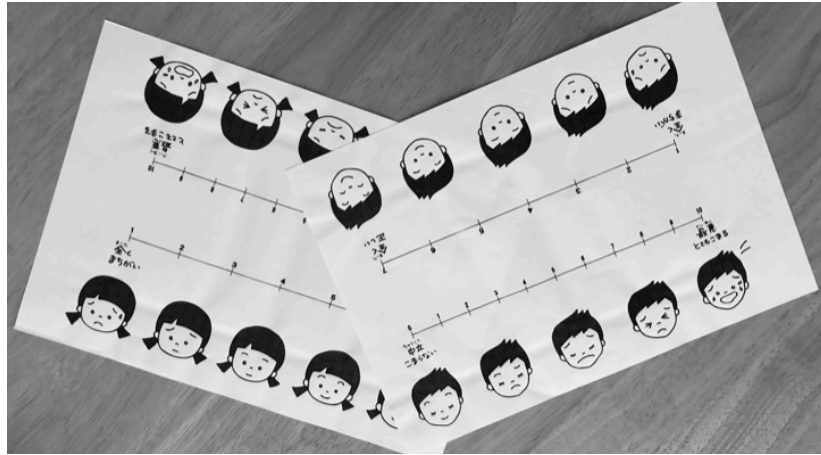
## Efficacy of EMDR for Children with PTSD(Beer, 2018)

Author	N	Age	Treatment	Events	Target-Symptoms	Results
Wanders et al., 2008	26	10-14	EMDR vs CBT	Single + chronic	Self-esteem, behavioral emotional problem	EMDR>CBT
deRoos et al., 2011	52	4-18	EMDR vs CBT	Disaster: Explosion of a fireworks factory	PTSD Anx. Dep. Behavioral problem	EMDR=CBT Less session for EMDR(3.2:4)
Dlehle et al., 2015	48	8-18	EMDR vs TF-CBT	Single + chronic: Varied	PTSD Anx. Dep. Behavioral problem	EMDR=TF-CBT
de Roos et al., 2017	103	8-18	EMDR vs CBWT(Writing Therapy) vs WL	Single: Varied	PTSD Anx. Dep. Behavioral problem Negative trauma-related appraisal	EMDR=CBWT Less session for EMDR(4.1:5.4)

## 子どもへの適用

- 特徴
  - 処理は速い、単純なネットワーク
- 発達に合わせた改変
  - 考慮すべき事柄
    - 養育者などとの同席
    - 短い注意持続時間
    - 記憶へのアクセス(言葉、描画、箱庭、おもちゃ)
    - 測定(絵のスケール、手の幅)
  - 両側性刺激
    - 眼球運動、棒、指人形、両手法
    - 触覚(機械、パタパタ、ドラミング、バタフライ・ハグ)
    - 聴覚(音楽、機械)
  - 再処理
    - ストーリーテリング

## 顔を使った評価ツール



## Audio Tac Scan (NeuroTek社製)



## ストーリーテリングの長所

- 子どもは自身の恐怖を上手に言語化できない
- 作成の過程は、親への支援にもなる
- 外傷記憶のあらゆる面をターゲットにする  
「はじまり」、「中間」、「終り」
- 自責の解消
- 死者との対話＝喪の作業を促す
- ストーリーとともにEMを加えることが植え付けとなる(肯定的連想の先取り)

## 子どもへのEMDR: 限界

- 今の安全が保障されていない
  - 家庭内虐待
  - 施設内虐待
  - 里親からの虐待
- 肯定的な記憶ネットワークがない
  - 劣悪な生育環境: 虐待(実父母、義父母)、親の死、養育力のない父母、養育力のない祖父母、親戚のたらい回し、義兄弟からのいじめ、外部との隔絶
- 2次的疾病利得の問題
  - いじめの被害者: 加害者を許せない
  - 不登校が治ったら、勉強の遅れに直面することになる
- 3次的疾病利得の問題
  - 不登校が治ったら、親の生き生きした役割がなくなる
  - cf.代理ミュンヒハウゼン症候群
- 臨床家の不安
  - 教師、保護者からインフォームド・コンセントが得られるか?
  - 予想もしない反応が出てこないか?