



特集

トラウマからの回復には “身体・感覚”へのアプローチ

トラウマは「心の外傷」と言われ、
一筋縄ではいかず回復が難しいとされています。

その中で、近年注目されているのが
ソマティックエクスペリエンス®をはじめとする
身体・感覚からのアプローチです。

トラウマや、手だてのない心身不調に対し、
感覚に注目した身体ケアが次の一手としていかに有効なのか。
新たな文化に注目します。