

「心(外界)と身体(内界)との関係性」を診る

1 学習と記憶 1

心身条件反射療法協会

連載
3

脳・神経系には、学習と記憶という機能がある。記憶のための情報処理が海馬でおこなわれ、その情報は扁桃核や視床下部で情報交換され、大脳新皮質で保存される。文献

によって様々だが、記憶は「短期記憶と長期記憶」、「陳述記憶と手続き記憶(非陳述記憶)」、あるいは「言語的記憶と非言語的記憶」などに大きく分類される。

PCRT(心身条件反射療法)が注目する記憶は、非陳述記憶や非言語的記憶で感覚的(クオリア的)に身体で覚えていたる記憶である。例えば、自転車の乗り始めは、意識しながらハンドルを握り、ブレーキを掛けるが、慣れてくると無意識にハンドルやブ

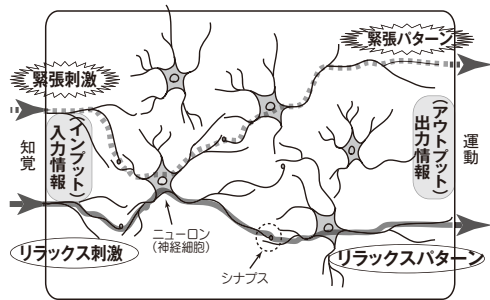
レーキをコントロールする。これらの学習、記憶の多くが条件反射的に脳にインプットされた情報であり、このような記憶の情報は言葉では表現できない情報である。

これらの非陳述記憶は、健全な記憶もするが、不健全な記憶もする。

記憶とは神経細胞間のシナプス接合パターンでもある。このシナプスの接合の仕方(パターン)次第で、健康にも不健康にもなるといっていいだろう。人間はこの脳のネットワークを変化させ、様々な環境に適応できる柔軟性(可塑性)を備えて持っているが、この脳の可塑性が低下すると、人間は様々な環境に適応できずに様々な障害を引

き起こすことになる。PCRTでは、脳の可塑性を利用して、「緊張パターン」から「リラックスパターン」に切り替える検査、治療を行っている。

例えば、交通事故などで事故当時の視覚、聴覚、体感などの記憶情報をそれぞれ再現して感じてもらうと、身体は無意識レベルで「緊張パターン」を示す。この「緊張パターン」は、患者のイメージングによる特殊検査によって何度も再現される。すなわち、特定の知覚情報を脳の神経回路にインプットさせることで、アウトプットされる運動神経系が緊張を引き起こすようにプログラム化されているということがわかる。



脳科学の進歩に伴って、心のイメージングによって、義肢やロボットの腕を動かすことができるようになった。PCRTではこの目には見えないイメージングのパワーを活用して、脳の再学習、記憶を促し、様々な症状やメンタルパターンの改善に役立てている。