

はじめに 記憶療法との出会い

私は、国際医療福祉大学大学院で勝俣暎史先生の指導を受けました。そのときに初めて「記憶療法」を知りました。勝俣先生は、熊本大学で記憶療法の理論構築と実践を行われ、退任後、駒澤大学を経て国際医療福祉大学にいられていました。先生は熊本大学で、不登校児童の相談を受けていましたが、ある事務の人から「先生の面接を終えた児童はニコニコしながら元気そうに帰っていきますが、何か魔法でもあるのですか？」というようなことを言われたそうです。

勝俣先生は、児童の心理面接で記憶トレーニングを実施していたのです。

さて、私は国際医療福祉大学の大学院で記憶療法に触れ、不登校生徒や引きこもり青年に記憶トレーニングを先生に従事しながら行いました。その経験は、国際ポジティブ心理学会・理論心理学会・ワーキングメモリ学会に口頭発表させていただきました。

私自身も、記憶トレーニングを行ってみましたが、脳を使いながら楽しさを体験しました。理論的なことは後述しますので、みなさん、まず触れてみましょう。