

2025年10月より夕方の精神分析を開始します。

場所：白金心理療法研究所（川谷医院横）

時間：月曜、火曜、木曜、金曜の18時半～

料金：1回3000円（税込み。なお、医療行為ではありませんので、各種医療保険や自立支援医療は使用できません。また、これは週4回の精神分析の場合の値段であり、週1回、2回の場合は料金は別です）

上記のように2025年10月より夕方以降の精神分析を開始します。ここで行われるのは週4回、寝椅子を用いた精神分析です。精神分析は1900年頃に医学の治療から始まりました。現在も治療としても精神分析は用いられます。主に自分自身を知る体験として考えられています。人は己のこころの中に無意識という到達困難な領域があり、そこは幼少期からの体験や自分の生まれ持った素質から成立すると考えられています。そしてその無意識にあるもろもろのものが、その人の思考や行動パターンに大きく影響を及ぼしています。精神分析は治療者との密な交流を通してこの無意識を経験的に理解する営みです。

よって、いつも同じような考え方や思いにとらわれたり、同じような行動をしてしまって、うまくいかない、という悩みを抱えている方には、精神分析が役に立つと言えます。また精神科医や心療内科医、看護師や保健師、心理士など自分の心を使う対人援助職の方にも己を理解することが日々の仕事に生きてきます。またものを考えることを仕事としている方にも、自身の無意識を利用できるようになる精神分析は役に立つことでしょう。

精神分析の詳細は日本精神分析協会のHPのリンクを以下に添付しておきます。日本精神分析協会は国際精神分析学会に加盟する団体で、精神分析家を育成したり、日本における精神分析の発展に貢献しています。精神分析や精神分析家についての詳細はHPをご参照ください。私は本協会に、精神分析家になる訓練中の候補生として登録されております。候補生の名前は載せないというこのHPの性質上、HPに私の名前は載っておりません（ただ学術委員という役割をしており、そこで私が本協会に精神分析家候補生として所属していることは確認できます）。

精神分析は週4回以上で数年に及ぶという時間的にも経済的にも日常生活に大きな影響を与える、文字通り人生の一部を賭けて行うものです。それゆえ踏み出すことには躊躇があるでしょう。コスパ、タイパということが言われる現代社会で、これらを満たす活動が望まれることも理解できます。しかしながら私も精神分析を受けた人間として言えば、時間をかけることで自己理解が少しずつ心に浸透すること、自分の過去や身の回りについて考える新たな視点を得ること、これらは私の人生の一部をかけて得たかけがえのない体験であり、精神分析には生きていくうえで大きな意義があると考えています。

もしこのような精神分析という交流に興味が得られるようであれば、一度以下のメールにお問い合わせください。なお、曜日や時間、料金に関してもいくらかご相談に乗ることは

できると思います。ご連絡お待ちしております。

連絡先 : iwanaga.seisinnbunseki@gmail.com

日本精神分析協会リンク : [日本精神分析協会 | フロイトが創設した国際精神分析学会加盟](https://www.jpfa.jp/)