



キロン・メソッド®の紹介

馬を用いた治療

キロン・メソッド®は、馬を用いた治療の方法論である。馬が本来持っている長所、キャパシティと、この方法論に基づき訓練された、セラピスト、コーチ、介助者の能力と経験を組み合わせた唯一の取り組みである。

治療領域

- 馬を用いた心理セラピー
- 馬を用いたコーチング
- 馬を用いた学習
- 馬を用いた人材育成

この取り組みについての定義

《馬（馬と（又は）ポニー）を、患者またはクライアントと、この教授法で訓練された心理セラピスト、介助者との間の仲介として用いた体験学習の治療法である。精神の健康（心理セラピー）に関する問題を抱えた人々、または実題する明確な目的を達成を目指す（コーチング、学習、人材育成）人々に適している》

キロン・メソッド®は3つの論拠に基づいている。

1. 人と馬のシンプルなエクササイズによる**体験学習**。実践されることの80%が私達の中に記録/記憶されることが証明されており、精神の健康の分野、人材育成の分野いずれの治療において非常に効果的な方法である。国際的な研究においても 馬を

用いた治療は 他の「クラシック」なアプローチにくらべ、進度と治療プロセスの成功率を高めることが確証されている。キロン・メソッド®法の使用においても同様の事を確認している。

2. **馬の生態学** 自然な状態での心理研究 馬のふるまい 人間とのセッションにおける態度の解釈のために非常に重要。馬の生態学上の我々が規範にしているのはイギリスの動物学者 Lucy Rees 博士と Marthe Kiley-Worthington 博士の著作である。キロン・メソッド®では、馬が身体的・精神的に快適であるよう、群れに馬を放した自由な状態で施術する。そうすることで馬と人間との関わりが自然の状態と真に同様になることを可能にする。馬と共同介助者の準備においては、私達独自の理論「Natural horsemanship」と Carolyn Resnick 博士と Klaus Hempfling 博士の自由な形でのアプローチを用いている。

3. **鏡馬と仲介馬** 馬がどのように人間の介助者の強力な「セラピー・パートナー」となるのかを説明、患者/クライアントが必要な変化を自分の中で遂げられるよう、セッションの中で作り上げられる流れを、患者/クライアントに「通訳」するのを助ける。

鏡馬において、馬は、その常に断定的なふるまいによって、患者/クライアントの無意識な態度を映し出す。形態学的、感情的、ふるまい上の要素によるものである。この方法によって、患者側の様々なタイプの投射を引き出す。両親（母親または父親）の心像の質に関する投影、内面世界の特性（ウツのタイプ、防御のメカニズム、人間関係、柔軟性）などである。馬は自らに反映されたふるまい、感情の「お返し」に、患者が愛情面の現実を自覚する手助けをし、その変革に貢献する。

仲介馬 関係を築く能力と、もともと人間との交流を好むことから、患者と専門家のような様々な関与者の間で、相互関係を仲もちながら、セラピーの中で、物理的・心理的（愛情面、感情的）領域に容易に入り込み参加することができる。「移行対象」と定義された（Donald Winnicott, 1951）「移行物」としての馬のセラピー上の役割は、融合関係（母親と赤ん坊の一体期）から対象関係（分離の意識-独立期）への移行において子供を助けるメカニズムに似ている。患者の無意識の投影は、常により未熟/より早熟な特徴と（または）発達の症状に刻まれ、馬-「移行対象」に「置き換えられる」。

というわけで、

- 鏡馬 馬が投影される感情的内容を取得する、表面的には受動的な「投影」の立場
- 仲介馬 セラピーにおいて、能動的、活発な立場

両方のケースにおいて、馬の本当の返答/ふるまい（接近、距離を置く、無関心、感心をもつ、攻撃的）は患者に自らの問題の意識化という恩恵を与える。

なぜ馬なのか？

馬は存在感ある生き物で、仲間とコンスタントにコミュニケーションをとり、人間に対しても同様である。馬を用いた治療関係において、馬は患者との間に外的レベル（身体的）、内的レベル（感情）でオープンなコミュニケーションのスペースをつくりあげ、争いの超越、患者の本質や状態についての自覚を促す。

馬の前では、私達は実在感を増し、自分の態度や仕草をより意識し、言語以外のコミュニケーションを明確化、そのため精神上・身体上に非常に有効なメソッドとなる。

人間同士のコミュニケーションにおいて3つの要素が影響することが証明されている。：言葉（7%）、声のトーン（38%）、態度（55%）。人間のセラピスト/介助者の手助けにより、これらの徳性が容易に我々の生命に移り、よりよい人間関係を供し、個人的・職業面のプロジェクトの遂行を推進する。

馬はその豊かな感受性により、私達のふるまいの強力な鏡となり、驚くべき緻密さで、人間の言語以外のふるまいを読むため、我々の問題とまた長所をも大きくあらわにする。その上、馬は私達にとってもよく似た社会構造の中で生きているため、馬と関わる事で、家族、仕事、人間関係における我々の生活についての豊かな情報が得られる。

嘘をつかないため、セラピーのプロセスに含まれる、忠実で具体的情報源で、パーソナルトレーニングにおいても強力な変革をもたらす。人と馬の間に通い合う暗黙のコミュニケーションは、我々の本来の意向と姿勢とのつながりを可能とし、結果的に、不適切なふるまいを改善させる。

どこで？

「本来の馬」でいられるよう、殆どの場合、馬や子馬と自由な状態で接するため、この方法を展開するためには、適した治療スペースをつくり上げる事が必要であった。

シントラのフォンタネーラシュのキロン馬牧場では、身体的・精神的にも健康的に生活

出来るよう、自由な状態に類似した存在の状況を再現するため、馬は小規模な群れで、半自由の形式で生活している。人のチームは馬の専門家、精神科医、心理セラピスト、コーチ、カウンセラー、パーソナル育成の介助者からなる。全員、厳格な義務論コードを用いこのメソッドで養成された者である。

馬に乗る必要がないため（うつや摂食障害などの特別な場合を除き）、治療は地面の上で行われる。私達の馬、子馬は特別にこのメソッドのために訓練されており、安全で大人しい。我々の馬の準備の方法論は我々独特の必要性に応じ馬の生態学と Horsemanship に根ざしている。

コース

2008 年から個別、家族単位、カップル、グループ、企業レベルで毎日診察を行っている。一つ一つのケースが特別であるとは見做しているが、ここに馬を用いた心理セラピーで診療された症状を挙げる。

- 気分障害
- 不安障害
- 摂食障害
- 睡眠障害
- 破壊的行動・注意欠如障害
- 薬物依存症など一部の中毒症状
- 犯罪行動など一部の人格障害
- 一部の精神障害
- カップルと（又は）家族の不和

馬を用いたコーチング、学習、人材育成の展開テーマ：

- 円滑なコミュニケーション
- リーダーシップ
- グループ活動
- 仕事上、個人的な目的達成
- 恐怖感
- 自己・他者不信
- 限界感

- 目的の明瞭化
- やる気
- 決意力、その他

2010年キロン・メソッド®の認証された養成法が生まれた。

講習は実地とリモートで500時間、養成講座修了に2年かける。

このコースはこのタイプではポルトガルで唯一で、次の科目がある。

- 健康についての専門家（心理治療士、心理セラピスト、作業療法士、カウンセラー）
- コンサルタント、コーチ、人材育成の仲介者
- 乗馬モニター、馬に関する専門家

卒業証書取得条件は多岐にわたる。必須項目：

- このメソッドに関する専攻論文の作成
 - 馬と日常生活をともにするため、所定時間数キロン馬牧場で過ごす事。
 - キロン馬牧場で馬を用いた学習の授業を履修する事
 - 理論的な単位の学ぶ事、該当のエクササイズの履行（学習の確認のため）、最後に
 - 義務づけられたワークショップに実地参加

さらに、馬を用いたセラピーと、スーパーバイザーを何時間か行う事が必要だと見なし
ている。

将来の促進者が、このアプローチを用いて自分自身のセラピー・プロセスを行う事に投資するのは、必要不可欠である。そのように自分の個人的な問題を理解、変革し、馬に投影される以外の、患者/クライアントに将来現れてくる可能性がある変容への抵抗が分かる。

（注釈として、講習のタイトルは、傷ついたセラピストの原型と、すべてのセラピストが自身のパーソナルセラピーを行う必要性を象徴する有名なギリシャ神話のキロン・ケンタウロスにちなんでいる。）

2013年、キロン・メソッド®はセラピーのための乗馬、科学エリア 726 - TRB - セラピーとリハビリ、として、大学院課程に入った。コースは学術的・科学的に ESTAL-リスボン技術・芸術専門学校、EPAP-高等専門・修士学校、ENE-国立騎馬学校、リスボン脳性麻痺協会、キロン馬牧場の協賛で組み立てられた。

2013年8月セラピーが成功していたパートナー、カシュカイシュの依存症治療院 Heritage Counseling との協力を始めた。

2014年以降、大学、企業その他色々な形態の様々な組織の協力、協賛を容易にするため法人を設立した。そうして2014年11月、非利益団体、人と馬の発展のためのキロン・アソシエーションが誕生した。

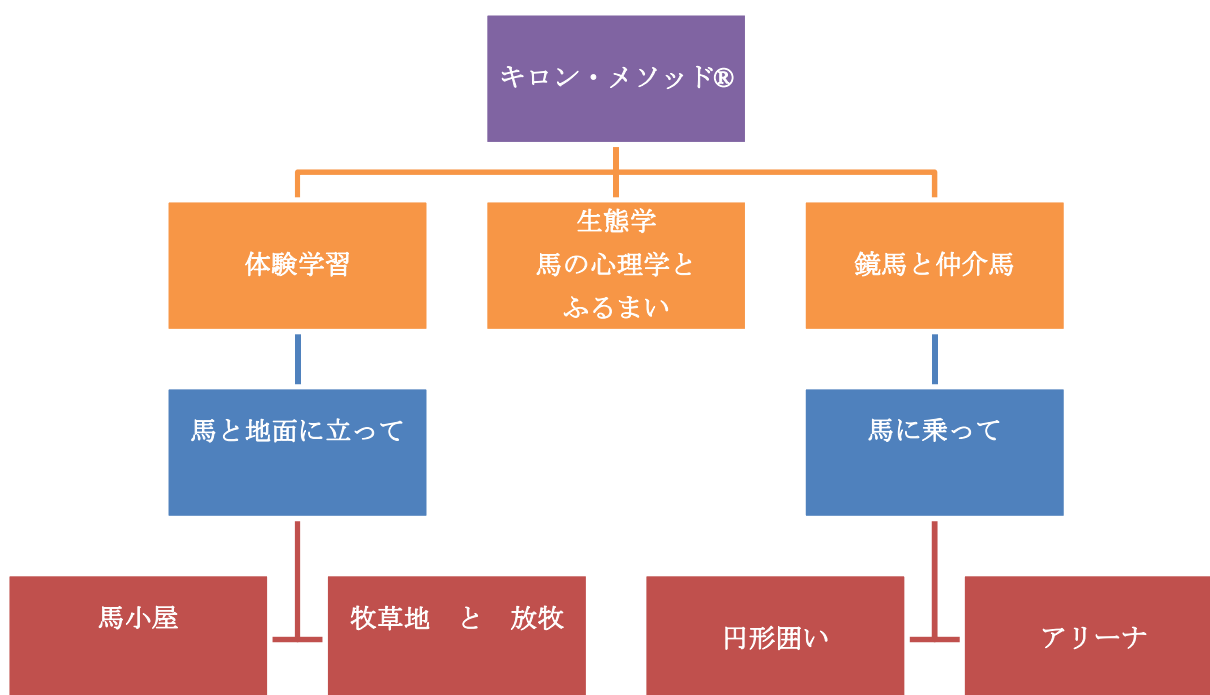
キロン・メソッド®図解

1 列目:タイトル

2 列目:キロン・メソッド®の理論的な3つの基盤

3 列目:キロン・メソッド®の支えとなる2軸

4 列目:キロン・メソッド®の4つのセラピーの方法



Nathalie Durel 博士執筆 Isabel Moura 博士と Susana Milheiro Silva 博士協力

参考文献:Kiley-Worthington Marthe 博士 - 馬のふるまい

Rees Lucy 博士 - 馬の理論

Winnicot Donald 博士 - 子供と家族

現在までに8つの専攻論文が上梓された。これはそれぞれの研鑽の証明である。すべての専攻論文はキロン・メソッド®の創立者ナタリー・デュレル博士の指導のもと作成された。www.nathaliedurel.com

文書のこの部分のみ翻訳したことをお詫びする。

- 専攻論文タイトル：自分自身の救済 - 馬によるグラウンディング
- 専攻論文タイトル：自尊心の再構築プロセスにおける、馬セラピー上の貢献についての研究
- 専攻論文タイトル：キロン・メソッド®によるパーソナルパワーの救済
- 専攻論文タイトル：ルーラル・ツーリズムのスペース、自然、観光、馬の出会い
- 専攻論文タイトル：影響の力 - 馬を 360° 操る
- 専攻論文タイトル：キロン・メソッド®によるティーンエイジャーのための馬を用いたコーチング
- 専攻論文タイトル：馬を用いたコーチング：ポルトガルはこの新しい世界乗り出す事が出来る
- 専攻論文タイトル（スペイン語）：病気による、母なる大地との離別、どのように馬が患者と自然とを再び結びつけるか