

# 人生の始まりから 人間の可能性を育み 人間関係を最適化する



## 12の原則



Photo by Yuka Yamaguchi: studio-ff.biz



こんな世界を想像してみてください…

すべての赤ちゃんが歓迎されて、愛されて、慈しまれる…人生の始まりから素晴らしい意識を持った一人の人間として受け入れられる世界を。

赤ちゃん達は人を愛する力、周囲の人達に共感する力、より良い関係性を築きながら、歓びの中で生きる能力と共にすくすくと成長を遂げていくのです。

第1世代となる私たちが、成熟した大人になることでもたらされる波及効果は赤ちゃんの学習能力の向上や感情的な知性と創造性、新しいリーダーの創出や、より健全な家庭の構築、そしてコミュニティの実現へと拡大していくでしょう。私達の可能性は無限なのです。

# 出生前・周産期心理学

出生前・周産期心理学の分野では40年以上にわたり、『赤ちゃんの視点から』そして初期段階(プライマリー・ピリオド)からの人間関係と体験を理解し、それらの経験が人生の中でどのようなパターンを形成するのかを熱心に研究してきました。

出生前・周産期心理学の研究分野では、しなやかで強く、愛に満ちた大人に成長できる子どもを生み出すために、赤ちゃんの妊娠前から産後1年目までの最初の経験が果たす役割に焦点を当てています。

出生前・周産期心理学では、エピジェネティクス、生物生態・発生学、乳幼児の心の健康、アタッチメント(愛着形成)、初期のトラウマ、発達神経科学、意識の研究などの最先端分野の研究や臨床経験等を取り入れています。

私たちはこの12の指針を、子育てや専門家の方々への理論と研究の手引き・対人関係を最良にする可能性の実践方法を「いのちの始まりからサポートする指針」として提供しています。これらの指針は、赤ちゃんを迎え入れ、育む為の新しい社会運動の基礎となるものです。全ての人々が果たすべき役割を担っています。

出生前・周産期心理学協会から12の原則は承認されています。

[www.birthpsychology.com](http://www.birthpsychology.com)



## 12の原則の由来

出生前・周産期心理学に根差した最先端のセラピスト達がバウワー財団の助成による学術コミュニティの為の助成プロジェクトとして協力し、12の原則を作成しました。

### 主な執筆者とプロジェクト・コーディネーター

ウェンディー・アン・マッカーティ博士、正看護師、ホリスティック・ナーシング バカロレアボード認定

サンタバーバラ大学院、出生前・周産期心理学プログラム共同創設者。人生のはじまりから人間の可能性と家族の生活を最適化するリーダー。家族や専門家にホリスティックコンサルタントとして世界で活躍中。講演者、教育者、指導者、『Welcoming Consciousness』の著者。

[www.luminousbabylove.com](http://www.luminousbabylove.com)  
[drwmccarty@gmail.com](mailto:drwmccarty@gmail.com)

### マーティ・グレン博士

出生前・周産期心理学大学院の創設者であり、このプログラムを提供するSanta Barbara Graduate Instituteの共同創設者。Ryzio研究所臨床部長として専門家のトレーニングや成人向けの初期のトラウマを癒す集中的なリトリートを提供。心理療法士のパイオニアであり教育者  
[www.ryzio.com](http://www.ryzio.com)  
[martiglennphd@gmail.com](mailto:martiglennphd@gmail.com)

McCarty, W., Glenn, M., et al. (2018). McCarty, W., Glenn, M., et al. (2018). Nurturing Human Potential and Optimizing Relationships From the Beginning of Life: 12 Guiding Principles. (日本語訳) [リーフレット]. Natural Family Living-Right from the Start: Santa Barbara, CA.

日本語訳は五十嵐夕子によるものです(2021年)。  
Copyright 2008, 2019, Wendy Anne McCarty & Marti Glenn.

無断転載禁止 [www.12guidingprinciples-ppn.com](http://www.12guidingprinciples-ppn.com)

公式に翻訳された12の指針の日本語版のウェブページやパンフレットは、五十嵐夕子によって翻訳され、池川明博士のご支援をいただき制作されました。

ご不明な点などがございましたら[info@clear-mind.net](mailto:info@clear-mind.net)までお問い合わせください。

**正しい使用方法:** 短い文章を直接引用する場合は、当社のウェブサイトやパンフレットを出典として引用することができます。

内容は一切変更しないで下さい。

授業などの教材として使用される場合は直訳をそのまま使用し、必要に応じて自分の言葉で説明を加えて下さい。

それ以外の使用方法については、マッカーティ博士にご相談をお願い致します。

# 人生の始まりから人間の可能性を育み対人関係を最適化する

## 12の原則

### 1. 初期の期間(プライマリー・ピリオド)

人間が成長するための初期の時期は、妊娠前から産後1年目までにあたります。

この時期は、身体的、感情的、精神的、霊的、そして人間関係などのあらゆるレベルで重要な基盤が確立される時期です。

### 2. ブループリントの中核の形成

このプライマリー・ピリオドに経験したことが私たちの認識の中核となり、信念構造や周囲の仲間や私たち自身とのあり方のブループリント(進化の設計図)となって形成されていきます。

- 新生児はこれらの基礎となる要素を潜在的に持っていて、私たちの一生にわたる在り方のきっかけとなっていきます。
- これらの核となる潜在的なパターンは、私たちの存在の形成と人生の質を向上させたり低下させたりします。

### 3. 発育の連続性

人間の発育は出生前から出産後まで連続しています。出産後のパターンは、出生前のそれまでの経験や出産の体験の上に成り立っています。

- 脳の発達、こころの知能(感情的な知性)、自己調整力の成長や回復力の最適な基盤は、妊娠前、妊娠中、出産、産後1年間の生活が最適な条件の上に築かれています。
- しっかりとした親との愛着の形成と、健全な対人関係を築く為の最善の時期は、妊娠前、

妊娠中、出産の経験、産後1年目の期間で育まれる人間関係が基礎となります。



### 4. 意識の実力

私たち人間はこの究極に早い時期であるプライマリー・ピリオドにも意識や感覚があり、自分を一人の人間として認識しています。

- 私たちは人間としてのいのちを表現することで、より完全な状態や成長を求めています。この生きるための原動力が私たちをより高度な人間としての成長へと導き、いのちを吹き込んでいます。
- 赤ちゃんは受精した瞬間から心と心で、活気に満ち、身体感覚の能力や在り方を統合した方法で、知覚し、コミュニケーションし、学んでいます。

### 5. 関係性

人間の成長は、プライマリー・ピリオドから人間関係の中で起こっています。人と人との繋がりや周囲の環境が赤ちゃんの成長のあらゆる側面の質や構造に大きな影響を与えます。

- 赤ちゃんは、受精時から母親が体験したことや感じたことを経験し、それを自分のものとして取り込んでいきます。父親またはパートナーと母親や赤ちゃんとの関係は、赤ちゃんのプライマリー・ピリオドの基盤を一番最適にする為に不可欠です。
- この初期の期間のお母さん、赤ちゃん、お父さんとの関係性や交流のすべてを通して生活の質や赤ちゃんの基盤に影響を与えています。この赤ちゃんのプライマリー・ピリオドの基盤を最善なものにしていく為にはお互いを支えあい、愛し、健全な関係を築くことが不可欠になります。

### 6. 生まれつきの欲求

安心できる感覚や繋がり、愛情や養育、必要とされていると感じ、価値を認められ、ありのままの自分を感じてもらいたいという生まれつきの欲求は、いのちの始まりから存在しています。

これらを満たし、適切な環境を提供することで、最も望ましい発育が促されます。

# 人生の始まりから人間の可能性を育み対人関係を最適化する

## 12の原則

### 7. コミュニケーション

赤ちゃんは常にコミュニケーションをとり、つながりを求めています。赤ちゃんの多面的なコミュニケーションの能力を尊重した関わり方や対応をすることで、赤ちゃんの最適で全体的な発達をサポートします。

### 8. 母と子のつながり

妊娠・出産・乳児期における母と子の絆、母と子の相互のつながりを尊重しながら最も最適な状態を維持することが最優先です。

### 9. 絆（ボンディング）

誕生と絆の形成は、母親、赤ちゃん、父親またはパートナーにとって重要な発育上のプロセスで、それが生涯にわたって影響を与える中核的なパターンを形成します。

- 赤ちゃんとお母さんにとって最良の結果をもたらすのは、お母さんが自信を持てる状態でサポートされていると感じ、最小限の介入で、お母さんと赤ちゃんのつながりや肌のふれあいが中断されず、自然な状態で出産のプロセスが進行されることです。赤ちゃんがお母さんと一緒に居られなければ、父親が赤ちゃんとのふれあいやつながりを継続することが重要です。
- 赤ちゃんが反応し、そして最高の成長を遂げるのは、赤ちゃんと直接のコミュニケーションを取り、母親との関係性が邪魔をされず、出産の経過そのものが赤ちゃんの方向性を決める能力と周囲で起こる出来事を統合する能力を応援することで起こります。

### 10. 解決法とヒーリング

家族全員の生活の質に影響を与える過去や現在の葛藤、ストレス、問題を解決し、癒すことが最優先です。妊娠前に解決することが望ましいです。必要に応じて、母親、赤ちゃん、父親の治療やサポートをこの重要なプライマリー・ピリオドにできるだけ早く行うことが最適な結果につながります。

### 11. 基礎となるパターン

未解決の問題が残っていたり、妊娠、出産、産後1年間に最適とは言えない条件や体験があったりすると、健康問題、ストレスからくる行動、自己調整の困難さ、愛着形成、学習障害、その他の障害など、生涯にわたって生命力を減退させるパターンが多く見られます。

### 12. 専門家のサポート

これらの初期の問題は意識レベルの下にある潜在記憶のシステム、潜在意識、身体的パターンに埋め込まれます。

出生前・周産期心理学の訓練を受けた専門家は、これらのパターンを特定し、赤ちゃん、子ども、親、大人、年齢に関係なく、これらの初期のパターンを癒し、より人生を豊かにするものへとシフトするサポートができます。

両親が子供の妊娠・出産にまつわる未解決の問題を解決し、癒すことで、子供はいくつになっても恩恵を受けることができます。

日本語版 出生前・周産期心理学の12の指針の特設ウェブサイトへのアクセスや、シェアをご希望の方はこちらへ。

[12guidingprinciples-ppn.com/Japanese](http://12guidingprinciples-ppn.com/Japanese)



Photo by Yuka Yamaguchi: studio-ff.biz