

NEWSLETTER

編集・発行 日本催眠医学心理学会

No. 64 2015. 7. 31

〒100-0003 東京都千代田区一ツ橋 1-1-1
パレスサイドビル 9階
（株）毎日学術フォーラム内 TEL. 03-6267-4550

日本催眠医学心理学会第 61 回大会のご案内

大会長 楠本恭久(日本体育大学)

日本催眠医学心理学会第 61 回大会は、平成 27 年 9 月 4 日(金)から 6 日(日)の 3 日間、東京の「日本体育大学世田谷キャンパス(深沢)」で開催されます。当大学は 2016 年に 125 周年を迎え、長年にわたり体育、スポーツの単科大学として多くの指導者、アスリートを輩出して参りました。1964 年の東京オリンピック(第 18 回大会)から実に約半世紀の月日が経過致しましたが、この度、2020 年の第 32 回オリンピック大会が再び東京で開催されることになりました。そんな折、伝統ある日本催眠学会の総会、研修会が、当大学で開催されることになったのも何かの因縁と考え、本大会のテーマを「催眠とオリンピック」とすることに致しました。本大会では例年行われている催眠技法研修会、一般の口頭発表に加え、ポスター発表も準備致しました。催眠に興味をお持ちの、できる限り多くの皆様のご参加をお待ち申し上げます。

我が国に於ける スタンフォード[®] 標準 催眠感受性尺度

齋藤 稔正
(立命館大学)

学術的な領域で催眠を研究している者にとって、スタンフォード[®] 催眠感受性尺度(SHSSと略)は世界中で最も信頼性、妥当性の高い尺度であることは共通の認識である。現に The International Journal of Clinical and Experimental Psychology の基礎研究論文で最も多く使用されているのはこの尺度である。

ところで 筆者は大学の学部 2 年生の時、本学会の創始者で、元理事長の九州大学名誉教授の成瀬悟策先生が京都大学で講演会をされた時デモンストレーションの被験者となったのが縁で催眠研究に入り込んだ経緯がある。丁度その頃指導教官であった京都大学名誉教授の梅本堯夫先生がアメリカのスタンフォード大学の Hilgard, E.R 教授の下に 1 年間研究で留学され、催眠の研究に着手されていた先生から SHSS の日本での標準化を勧められ、筆者が催眠に関心があり実験研究の為の適切な尺度が必要なこともあっての任を仰せつかった次第である。

いつの時代でも同じだが、当時も催眠に対する誤解と偏見は強く、卒業論文の研究で催眠感受性を扱ったことで苦勞したことを思い出す。そうした事情を Hilgard 先生に愚痴交じりに手紙で書いたところ、アメリカは自由な国で偏見は少ないのでスタンフォード[®] 大学で科学的な催眠研究の勉強をしに来ないかとのお勧めを頂いた。但し、奨学金の為には大学院入学の試験で合格すること、渡航費は別の試験を受けてパスすることが条件であった。悪戦苦闘の末 1 年後に全ての試験に運良く合格でき晴れて Hilgard 教授の下で催眠研究を出来ることになった。先生はアメリカ心理学会の会長も務めた重鎮であり、また国際催眠学会を設立した権威でもあったので初めのころは緊張の連続であったが、徐々に慣れて随分暖かいご指導を賜った。

研究室では言うまでもなく毎日スタンフォード[®] 尺度を用いて実験研究に追われたが、さしずめ生活の中でのスプーンとフォークのようなツールであった。後にハーヴァード[®] 大学の Shor 先生から集団用にスタンフォード[®] 尺度を再構成したいとの要請があり、ハーヴァード[®] 集団催眠感受性尺度が作成された。もちろんスタンフォード[®] でも実験研究に頻用された。言うまでもなく学術的研究目的であれば自由に使用できるという条件は Hilgard 先生の寛大なお気持ちからであった。

1970 年代から SHSS も国内の催眠研究者にも広く膾炙して

基礎研究で広く利用されるようになった。しかし、その後催眠そのものへの関心が著しく低下して学会の存続が風前の灯のような時代が続き SHSS どころではなかった。こうした状況を見て会員の皆さんの危機感も募り学会の再興を合言葉に努力が衰り、再び元気を取り戻すことが出来た。ただその頃から基礎研究への関心は低下し臨床に向けられるようになり SHSS は余り利用されなくなっていく。こうした背景を経て今日に至っている。

ただ基礎研究であれ臨床であれ学術的視点から研究を進めるためには、研究者間に共通したツールがあって初めて比較が可能となることは科学の第一歩である。SHSS が多用された基礎研究が増加して近年沈滞化しつつある本学会の気運が再び隆盛することを期待して止まない。

最近催眠について考えていること

窪田 文子
(いわき明星大学)

この度、広報委員会から最近催眠について考えていることというテーマで原稿執筆のお声をかけて頂きました。最近では学会活動をあまり行っていませんので、私が適任であるのかどうか疑問ですが、催眠とのつきあいを振り返り、催眠と向き合う良い機会だと考えて、自分勝手な理由で原稿を書かせて頂くことにしました。

私が催眠を勉強したのは、大学で「催眠面接法」という授業をとった時で、心理学専攻の学生の中でも臨床心理学に関心を持っていた学生が20名ほどとっていたと思います。それまでに催眠という言葉は知っていましたが、肯定的にせよ、否定的にせよはっきりとしたイメージは持っていませんでした。その為、授業で話される催眠現象に興味深く、スポンジが水を吸収するように、どんどんその魅力に引き込まれていきました。それは催眠現象もさることながら、ある条件下では、通常では起こり得ないような反応が起こらうという、ひとのこころの働きの複雑さ奥深さに気づききっかけであり、更に心理学を学ぶ動機づけになりました。

その後、主に臨床心理面接の中で、催眠暗示や催眠イメージを用いて、主体活動を調整したり促進したりすることを目的に催眠を適用してきました。最近では、臨床活動で催眠を用いる機会は減りましたが、授業で催眠について話しています。学部の心理学基礎実験のひとつとして催眠を取り上げ、催眠現象について話したり催眠を体験したりしてもらっています。まず授業の始めに、催眠について各々の学生がどのようなイメージを持っているか聞きます。学生がどのような機会に催眠を知り、催眠をどのように見ているのかを話してもらくと、多くの学生は、

テレビで有名な被験者に催眠と称してやっていたものを見ており、「操られているようで怖い」「危険だ」という否定的なイメージや、「本当なのか信じられない」「うさんくさい」という疑いを持っているようです。「何か分からないが、面白そう」と肯定的にみている学生は少ないです。それから、催眠暗示の話をし、日常生活でも起きている暗示反応について触れると、中には「あ〜」と思いついたような顔をする学生もみられます。そして、催眠についての誤解や偏見を軽減した後、催眠体験に進んでいきます。授業なので集団で腕下降や腕移動の運動催眠を行っています。暗示反応がおこり、不思議そうな顔をする学生、「す〜っと」「どンドン」という暗示に合わせるかのように反応していく学生、また、落ち着きなく身体を動かし、集中しきれず、催眠という場に入り込めないでいる学生の学生など個々に違った反応が見られます。ある時、腕移動の暗示に対して、腕がどンドン離れていき、180度に広がってしまった学生がいました。覚醒後にどんな感じだったかを尋ねると、自分でも腕を近づけようとしたけれど、どンドン離れてしまった、と暗示とは反対の腕の動きでしたが、自動感を体験していたことがわかりました。そして、その反応を楽しんでいるようでもありました。その学生は、普段も個性的な学生で、5〜6年かけて卒業して行きました。また、集中しきれない学生の中には、普段の生活でも授業の欠席が多かったり、適応上の問題を抱えたりしている学生が少なくないようで、暗示への反応の仕方に、その学生のこころの健康度が反映しているようにも思えます。催眠暗示への反応の仕方だけで、その学生の適応状態を決めつけるのは危険だと思いますが、学生を理解する手がかりとして活用できるのではないかと考えています。臨床の場ではありませんが、1人1人の学生の体験をきくことで、これまでは気づけなかった発見があり、毎回学んでいます。

覚醒後に、催眠についてのイメージを聞くと、大概の学生は、「不思議だった」「危険なものだと思っていたが、身体が楽になった」などの感想を言います。それらの学生は、催眠に対するイメージが否定的なものから肯定的なものへの変化したようです。少しは、催眠に対する一般の人の偏見を払拭するのに貢献しているのでは、とひそかに考えています。

このように授業を通して、改めてひとりひとりの反応の違いや、同じように反応していても、その体験の仕方は違い、個人の違いを丁寧に扱って行くことの大切さを教えてもらっている気がします。

委員会報告

投稿論文をお待ちしております

長谷川 明弘
(東洋英和女学院大学)

前任の田中新正先生の継続的な努力があったにもかかわらず、別の事情があって、この数年の発刊が滞っておりました。その作業を引き継いで2015年3月に催眠学研究55巻1・2号を発行することができました。まだ発刊が滞っている事態は変わりません。引き続き発刊をしていきたいです。

会員の皆さんは、投稿しても論文が載らないのではないかと懸念を抱いていた方がいるかもしれません。むしろ発刊されていないので存在を忘れておられたわけでは無いと思います。ご安心下さい。投稿論文は少ないながらも定期的に編集局に届いています。審査期間も2、3ヵ月程での返却をお願いしております。

実は、投稿前のチェックリストと編集規定、投稿規定、執筆要項の見直しに備えています。その一環で、電子投稿を試みております。関心のある方は投稿前に長谷川まで直接(hasegw_a@toyocwiwa.ac.jp) お問い合わせ下さい。

投稿先は、編集局連絡先にご送付願いたく思います。

【編集局連絡先】

〒226-0015 神奈川県横浜市緑区三保町 32 東洋英和女学院大学 人間科学部「催眠学研究」編集局 長谷川明弘

電話;研究室直通:045-922-7729

電子メール;hasegw_a@toyocwiwa.ac.jp

大学代表番号:045-922-5511(代表)

FAX:045-922-2260 (共通のため氏名明記)

企画・教育委員会から

井上 忠典
(東京成徳大学)

企画・教育委員会は、学会の中で主に催眠技法研修会を企画し、運営する役割を担っています。本来は、それだけではなく、委員会の名前からもわかるように、催眠について正しい認識を多くの人に持ってもらえるようなイベントを企画したり、催眠の普及や教育の為の活動を行ったりする職務を担っています。この委員会の委員長に就任して1年半、任期の半分が過ぎたこととなります。従来の研修会は維持しているものの、

その次のステップに進むことができないまま、足踏み状態が続いています。

当面の次のステップは、大会時に開催される催眠技法研修会とは別に、年にもう1回、それとは性質の異なる催眠についての研修会を開くことです。可能であれば、来年の年明けあたり、催眠について実技とディスカッションを交えた研修会を行いたいと考えています。残念ながら、内容についてまだ公表できる段階にはありません。決まり次第、会員の皆様にはお知らせしたいと思います。

また、現在の大会時に開催される催眠技法研修会についても、その内容についての見直しを図りたいと考えています。研修会に何度か参加しているけれど、催眠を臨床や研究に用いることに躊躇する方も多く感じています。勿論、技法の習熟が疎かなまま使っていない訳ではありません。きちんと催眠の技能を修得した上で使って頂きたいと思います。その一方で思うのは、練習ばかりでは、いつまでたっても本番にたどり着けないということです。その本番に移行するハードルが低くなるような催眠研修会になるように、その内容を考えたいと思います(今年度の大会時の研修会は、従来の内容となっております。基本は大切です)。

いずれにしても、まだ次のステップに移行する形ができあがっていません。何とか今年度中に少しでも前に進みたいと考えています。会員の皆様のご協力をお願い致します。

広報委員会から

飯森 洋史
(飯森クリニック)

私が学会運営の仕事を引き受けるようになったのは2009年11月の日本催眠医学心理学会第55回の大会長を引き受けたときからでした。当時の理事長の宮田敬一先生とは特に親しい間柄(飯森クリニックでカウンセリングを担当して頂いていました)でしたが、学会を何とかしなければとよく聞かされていました。私は翌年の10月に常任理事に指名されましたが、2011年の2月に残念ながら宮田先生は御逝去されました。その最後のお言葉が「悔しい、悔しい」だったことを御夫人からお伺いしました。(現在も宮田先生の無念さを思うと、学会を何とかしなければという力が湧いてきます)そして同年の3月の常任理事会で私は広報委員長となりました。最初に手掛けたのはニューズレターの編集で同年8月に第58号を発行することになりました。4年後の今回が64号ですから年に1-2回発行したことになります。第58号の紙面上で学会が動脈硬化を起こし始めてと書きましたが、ここ1-2年で更に悪化の一途をたどり、最早いつ脳卒中なり心筋梗塞を起こしかねない状況になってしまっ

ていることを非常に残念に思います。

その紙面上で、ホームページのリニューアルをお約束致しましたが、大分現代化できたのではないかと自負しています。新しい情報を会員の皆様に迅速にお知らせする役割を果たせるよう努力していますが、会員の皆様のご意見を集約するという意味でのニュースレターの発行は不十分のように感じます。これは、年1回の学術大会の他に、年間を通しての学会活動が低調なこととも関係していると思います。

催眠の臨床的な有用性は日々の日常臨床において痛感していますので、催眠を学ぶ、あるいは研究する媒体としての日本催眠医学心理学会の再生の為に理事の皆様が奮闘し、会員の皆様が積極的に参加し意見して下さいを願ってやみません。

国際交流員会から

松木 繁

(鹿児島大学大学院)

国際交流委員長をお引き受けしたものの、この3月まで公務多忙の為、実質的な活動もさせてもらえずに今日を迎えていますこと、先ずは冒頭にお詫びさせていただきます。そうしたことの影響か、今年8月にフランス、パリで開催される国際催眠学会第20回パリ大会(the Paris 20th International Congress of Hypnosis, Aug 26-29, 2015.)に本学会から参加予定をしているという情報は全く得ておらず、また、他学会からの参加者もそうした情報が無いことを思うと、我が国からの参加者はほとんど無い状態かと推測されます。その為か、5月にISH事務局から参加依頼が来ておりました。委員長の私も前回のブレイク大会はニューヨークにいた為に行けず、今回も残念ながら公務優先

の為に参加できない状態です。ISH事務局からの事務連絡によりますと、今回のパリ大会も中々参加者数も多いようで、世界的には催眠研究の動きが活発になっていることが伺われます。お隣の中国からも40名以上の参加者を見込んでいるようで、次回こそは我が国からの参加者をISHに登録している3学会で協力して参加を事前に募るなどの工夫を行い、是非とも多数参加できるようにしなければと考えています。本学会も登録の更新を早急に進めるように事務局をお願いしておりますので、改めて、次回大会案内もされるかと思っておりますので、会員の皆様も参加を目指して計画を立てて頂けると幸甚です。なお、次回開催はカナダのモントリオールで2018年夏に開催されることです。(The 21th International Congress of Hypnosis will be held in August 21-26, 2018 in Montreal, Canada.)

社会のグローバル化に伴い催眠の臨床研究、実験基礎研究も世界レベルで展開しているように思います。我が国においても催眠の臨床実践や研究が行われていないわけではなく、それどころか我が国独自の臨床実践のアイデアや実験・基礎研究も行われていますので、今後、世界へ向けての発信が大きな課題になるかと思えます。既に、前回のニュースレターで紹介されておりますが、若手研究者のお2人、大阪大学の安達友紀先生の論文(“A Meta Analysis of Hypnosis for Chronic Pain Problems: A Comparison Between Hypnosis, Standard Care, and Other Psychological Interventions.”, Vol 62(1), Jan, 2014. pp. 1)と秋田大学の清水貴弘先生の論文(“A Causal Model Explaining the Relationships Governing Beliefs, Attitudes, and Hypnotic Responsiveness.” Vol 62(2), Apr, 2014. pp. 231-250)が、IJCEH(International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis)に上梓されるなど積極的に活躍されておりますので、ここでも改めてご紹介させていただきます。

会員諸氏の臨床実践や研究が世界に向けて発信されることを願っております。

編集後記

今回は第61回総会・研修会の案内に加えて、齋藤先生と窪田先生そして大多数の常任理事の先生方に非常にタフな日程にも関わらず原稿を書いて頂き、何とか発刊することが出来ました。齋藤先生には「我が国に於けるスタンフォード標準催眠感受性尺度」について書いて頂きました。(SHSSは日本催眠医学心理学会の正会員で、学会主催の研修会を受講していて、研究に使いたいという方には実費で頒布可能ですので学会事務局経由でお問い合わせ下さい)。窪田先生には最近催眠について考えていることについて書いて頂きました。企画・教育、国際交流、編集、広報の各委員長には、現時点で考えていることについて書いて頂きました。

(編集:飯森洋史)