

NEWSLETTER

編集・発行 日本催眠医学心理学会

No. 58 2011. 8. 29

〒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

合第 57 回大会「催眠を読み解く」

井上 忠典
（日本催眠医学心理学会
第 57 回大会会長 東京成徳大学）

第 57 回大会では、2011 年 9 月 10 日（土）に催眠技法研修会、11 日（日）12 日（月）に学会大会を駒澤大学深沢キャンパスにおいて開催いたします。今回の学会大会は「催眠を読み解く」というテーマのもとに、催眠にはどのような現象が含まれていて、それが人間の心の働きにどのような影響を及ぼし得るのか、原点に立ち返って考えてみたいと思います。そのための特別企画、シンポジウム、ワークショップを企画いたしました。

特別企画では、「催眠を語る」と題して、当学会の黎明期から活躍されてきた前田重治先生をお迎えして、先生の催眠の「体験」についてお話をお伺いしたいと思います。インタビュー形式で行いますので、どんな話が飛び出してくるのか、その場その時にわからないとわかりません。特に若い世代の研究者・臨床家にとって、刺激的な話を伺えるのではないかと期待しております。

シンポジウムでは、「催眠と心理療法—それぞれの学派からの示唆—」と題して、催眠の持つ心理臨床の力について、あらためて検討してみたいと思います。当学会のベテランの先生に何らかのデモンストレーションを含めた話題提供をしていただき、精神分析、人間性心理学、行動療法のそれぞれの分野からシンポジストをお招きして、催眠という現象や心理療法の可能性についてディスカッションしていただきます。皆様にもディスカッションに加わっていただき、催眠という海に眠る「お宝」を探し当てていただきたいと思います。

ワークショップでは、「催眠の技の伝承」と題して、3つのセッションを平行して開催いたします。伝統的催眠、エリクソン催眠、そして自律訓練法について、それぞれその分野のスペシャリストの先生に講師を務めていただき、基本的な技法の紹介とその先生独自の工夫やコツを教えてくださいたいと思っています。催眠誘導や催眠状態での臨床的な介入は、ある意味「職人芸」であり、それを学ぶのは容易なことではありません。特に初学者にとっては、どこから手をつければいいのかさえわかりにくいものです。それをできるだけわかりやすく教えてくださいたい、というわがままな企画です。

催眠は、心理療法の源流と言われながらも、その現象の説明にはいくつもの見解があり、「催眠とは何か」という定義も人によって微妙に異なります。逆に言えば、それだけまだ解明されていない側面も多く、「宝の山」であるとも言えます。参加していただいた皆様に、催眠の新たな可能性を発見して興味関心を深めていただき、今大会が今後の研究や臨床活動の活性化への橋渡しになることを願っています。

充実した大会になるよう準備を進めてまいります。多くの皆様のご参加をお待ちいたしております。

日本催眠医学心理学会第56回大会 日本臨床催眠学会第12回大会 合同学術大会を終えて

松木 繁

(合同学術大会会長鹿児島大学大学院)

月日が経つのは早いもので、昨年、10月9日(土)～11日(月、祝)の3日間を通して鹿児島の地で行われました、日本催眠医学心理学会第56回大会・日本臨床催眠学会第12回大会の合同学術大会を終えて1年が経ちました。合同学術大会の折には本土最南端の鹿児島の地にまで多数の会員の方々にご参集頂き本当にありがとうございました。改めて厚く御礼申し上げます。

お蔭様で、初日の催眠技法研修会には129名(内、Michael D. Yapko先生のワークショップに106名、併行して行われた催眠技法基礎研修会に23名)の参加者、そして、2日目から行われた合同学術大会には161名(内、公開の講演会・座談会参加の非会員34名含む)の参加者がありました。開催にあたっては、いろいろと難しい問題もありましたが、非常に盛会裡に終えましたことは、両学会の理事長をはじめ理事の先生方、また、会員の先生方の多大なご協力とご理解があつてのことと感謝致します。さらには、指導力の乏しい私に成り代わって実働を取り仕切って頂いた鹿児島臨床催眠研究会の世話人会の先生方、鹿児島大学大学院の学生諸君の献身的な協力があつてのことと思います。紙面を借りてお礼申し上げますと思います。

さて、「催眠の新たな可能性」を大会テーマとして掲げた本大会では、両学会がこれまで築いてきた催眠研究を礎に、催眠の新たな可能性を臨床・実験の分野で開拓していく契機になればと考えて、いろいろな企画を立てさせて頂きました。両学会をこれまで主に牽引されてこられた成瀬悟策先生と高石昇先生の対談やアメリカから招聘したMichael D. Yapko先生のワークショップ、2題のテーマによるシンポジウムと学術研究発表等々、その内容は盛り沢山で行われました。

初日の催眠技法研修会には、Yapko先生のワークショップと基礎研修会とに分けて行いましたが、Yapko先生のワークショップでは、「Hypnosis and Treating Depression」と題して、うつ病治療における催眠適用の実際を、治療ビデオや実際のデモンストレーションを交えながら行つて頂きました。また、Yapko先生には特別講演にて

「Depression is Contagious」と題して、うつ病への対応の認知行動的な観点からの新たな理解と治療についてもお話頂きました。

成瀬悟策先生と高石昇先生の対談は、両先生のこれまでの催眠に対する取り組みや催眠療法の治癒機制に関しての両先生の現時点でのお考えを披露して頂きながら対談を進めさせて頂いたのですが、十分に話し合っていたと時間を設定できなかったことが非常に残念で、お二人の先生には大変申し訳思いました。

「催眠の新たな可能性」、「ペインコントロールと末期がん患者に対する催眠適用」という2題のテーマで行われたシンポジウムには、Yapko先生にも指定討論者として参加して頂き、さまざまな分野での催眠適用の新たな可能性について、非常に積極的な議論が交わされました。また、一般会員からの研究発表についても13題の研究発表が4会場に分かれてなされ、こちらでも活発な議論が交わされました。また、鹿児島女子大学の若い女子学生達による華やかな「おはら節」のオープニングで始まった懇親会にも86名の参加者が集い、和やかな雰囲気の中での活発な議論とともに交流を深めることができました。

最初にも述べましたが、両学会の合同学術大会を実施するには未ださまざまな困難なことが残されており、この大会においても多くの不手際や至らぬところがあつたように思いますが、皆様の多大なるご協力とご理解を得られたことで無事終了させて頂くことができましたことを感謝しつつご報告とさせて頂きます。

学会・研修会参加印象記

Yapko先生のワークショップ・講演を受けて

大谷 洋一

(ささがわ通り 心・身クリニック)

2010年10月9日～11日に鹿児島大学郡元キャンパスで開催された、第56回大会に参加しました。今年は日本臨床催眠学会と合同での開催であり、大会のテーマも「催眠の新たな可能性」と、末席にいる会員の私も何か変革が起き始めるのではないかと胸が躍りました。特別ワークショップと特別記念講演ではMichael D. Yapko先生が登場されました。

現在、私は三重県でうつ病で休職をされている方を対象とした復職支援プログラムに携わっています。ですから、催眠を用いたうつ病治療にもとても関心がありましたが、同時に催眠を用いないうつ病の復職支援プログラムでも役立てられるだろうと、Yapko先生の講演を大変楽しみに

していました。著書の“Treating depression with hypnosis”を購入したものの、英語ではなかなか読み進まずにいたので、それが通訳を通して聴くことができるということも大変な魅力でした。

とても大きな期待をもって参加したわけですが、ワークショップと記念講演はそれだけを切り取っても、「鹿児島まで行ってよかった」と思えるものでした。ワークショップでは「うつ病は何によってもたらされるのか」という話から始まり、そこでは心理社会的な要因が大きいということが強調されました。そして治療についても問題は必要なスキルを使えていないか未学習であるために生じていると話されました。また、記念講演では「どんな薬物治療にもできないことがある。よりよく問題解決ができるよう教えてくれること、帰属のスタイルを変えること、問題解決のスタイルを変えること、対人関係のスタイルを変えること、支援ネットワークを作ること」と明確に話され、そして薬物療法ばかりを強調することが「あなたは生活で何も変える必要はなく、ただ自分の薬を飲み、その効果が出るのを待つだけでいい」というメッセージを暗に与えてしまうとも話されました。これらのことは私がお会いするうつ病の方にとってもよく当てはまりました。「何年も薬は飲んできましたが、他には何もしてきませんでした。何をしたら良いか教えてもらったことはありませんでした」と話される方がいかに多いことか。

ワークショップでとりあげられたMikeの事例のビデオでは、面接の雰囲気もよくわかり、またセッションの後にYapko先生に送られてきた手紙も紹介され、とても感動しました。Mikeの事例でテーマに取り上げられたことの一つにcompartmentalizationというものがありました。将来と過去との区別がその中に含まれるのですが、「自分は過去を超えたそれ以上の存在なのだ」という考えで満たされるにつれて、今とこれからすること、そして過去に体験したこととの間に壁ができる。すると過去はますます小さくなり、決断に与える影響はますます小さくなります」と話されました。

三重県に帰ると早速こうした方法やアイデアを取り入れました。個人面接で催眠を用いても、リワークのプログラムで催眠を使わずにアイデアを伝えても、以前よりずっと変化が現れるようになり、とても驚きました。積極的に対処を試みる方が増えましたし、「希望がもてるようになった」と話してくださった方もいました。こうしてたくさんのお土産”を持ち帰れたのも気持ちよく学習に専念できたからであり、細やかにご配慮くださいました準備

委員の先生方、スタッフのみなさまにお礼申し上げます。

エッセイ

宮田敬一先生を偲んで

窪田 文子

(いわき明星大学)

本学会の理事長を務めていらっしやった大阪大学の宮田敬一先生は本年2月10日にお亡くなりになられました。昨年春に手術を受け、回復に向けて治療を受けていらっしやったところでしたので、本当に残念です。なによりも、先生ご自身が無念に思われている事とお察しします。先生は、まめにお電話やメールをくれる方でしたので、ご入院中やご自宅での療養中に、何度かお電話でお話ししました。ご自宅での療養中に、たわいもないことを話した後、これからはご家族との時間を大切にしたい、とおっしゃられたことがここに残っています。

先生と初めてお会いしたのは、九州大学が主催した催眠の国際学会の時だったと記憶しています。先生はジェイ・ヘイリーの研究所へ長期研修に出られて戻ってこられた直後で、エリクソンの催眠についてご発表になっていました。わたしもその時、催眠の事例を発表していて、声をかけて頂いたのが始まりでした。その後、先生とは、翻訳や学会のお仕事を通してご指導を受けました。先生は、エリクソンの催眠ビデオを翻訳してわが国に紹介されたり、本学会の大会でエリクソンの催眠についてのワークショップを行われたりしました。いまではエリクソンの催眠と言っても知らない人はいない程ですが、その当時は、理解している人はわずかで、その中で、エリクソンの催眠の特徴を伝統的な催眠と比較しながら、紹介した功績は大きいと思います。エリクソンの催眠は難しく、言葉の中にいろいろな意味が埋め込まれていて、ただ聞いているだけでは何が起きているのかさっぱりわからず、キツネにつままれたような感じになります。しかし、先生はそれを丁寧に読み解いていらっしやいました。それは、英語の語学力だけではない、コミュニケーションに関する深い理解があってこそ可能なことだと思います。

先生は、その気さくなお人柄から、お知り合いが大勢いましたが、それは日本だけにとどまらず、アメリカにも多くの催眠研究者のお知り合いがいらっしやいました。アリゾナ州にあるエリクソン財団所長のジェフ・ザイク氏を初

めて日本に招いたのは宮田先生でした。ザイクさんは日本学を専攻しようと思った位の親日家で、初めて日本に来た時にはとても喜んでいらっしゃいました。それ以外にステイブ・ランクトン氏、マイケル・ヤブコ氏とも親交があり、日本を代表する催眠療法家として、その存在を知られています。

昨年の秋、先生から、エリクソンの翻訳の仕事をまかされました。これは、すでにかなり前から進んでいるプロジェクトですが、なかなか進まないでいました。先生は、何年かかってもいいから、この本はいい本だから日本に紹介してほしいとおっしゃいました。先生がおられなくなった今、私の力でどれくらいできるか自信がありませんが、先生からお力を頂けると信じて、このお仕事を引き継いでやらせて頂こうと思います。先生、そちらから見守ってください。そして、これまで本当に、ありがとうございます。

委員会報告

催眠医学心理学会の活性化につなげるために(企画・教育委員会)

委員長

長谷川 明弘 (金沢工業大学)

この度、企画教育委員長をさせて頂くことになりました。これまで、本委員会の委員の一人として活動して参りました。本委員会の、主な役割は、研修会の企画です。これまで通り、1年に2回程学会主催の研修会を開催していきたいと思えます。そのうち1回は大会併設の研修会とし、もう1回は全国各地での研修の機会にしたいと考えています。

今期の方針は、大会併設の催眠技法研修会には「上級コース」を設けることです。また「指導者研修コース」を常設化することにより、「指導催眠士」の資格取得者の増加やこれにつながる「認定催眠士」の資格を目指す人の裾野を広げられるようにしたいです。

また実証研究の方法を学ぶ機会を多くしたいと考えています。実証研究には、実験と臨床実践の二つが含まれ、催眠は、この両者にまたがる「研究」をも包含し、取り組んでいくことが出来る領域であることを強調していきたいと思えます。編集委員会と協力体制を組み、学術雑誌への投稿が多くなるように活動を進めたいと思っております。

また、資格認定委員会と広報委員会、研究委員会、国際協力委員会、倫理委員会といった本学会の各委員会との協力の下、本学会がより活性化して活動が活発になることを企画していきたいです。

特に催眠技法研修会の核となるプログラムについて、興味を持って積極的に参加する内容とするためのアイデアをお持ちの方がいらっしゃいましたら、いつでも hasegw_a@neptune.kanazawa-it.ac.jp までお知らせください。

資格認定委員会

委員長

井上 忠典 (東京成徳大学)

学会認定資格である認定催眠士・指導催眠士を多くの会員の皆様に取得して頂きたいと考えています。資格認定の要領に従いますと申請の受付期間は9月10日から12月10日となっています。

認定催眠士の資格認定を申請するために必要な要件には、正会員になって3年以上、大会への参加等の研究実績、理論10時間・実技20時間の研修実績などがあります。学会の大会や催眠技法研修会に参加していれば、何年かで取得可能になります。是非チャレンジしてください。

また、上位資格の指導催眠士は、認定催眠士の資格を取得以降の大会への参加等の研究実績、理論10時間・実技50時間の研修実績などがあります。指導催眠士の資格取得の要件として定められている指導者研修について、今年度より学会主催の催眠技法研修会で実施される予定です。すでに認定催眠士の資格を取得している方は、指導催眠士の資格取得もご検討ください。

資格認定に関する情報は、学会ホームページに掲載致します。また、資料請求やお問い合わせにつきましては、下記のところまでお気軽にお問い合わせください。積極的に資格を取得して頂きますよう、宜しくお願い致します。

<資格取得についての連絡・問い合わせ先:

井上忠典 t-inoue@tsu.ac.jp>

研究委員会

委員長
井上 忠典(東京成徳大学)

催眠に関する研究の活性化を目指して、研究活動を支援するために、研究会助成制度を設けました(昨年度の総会で承認されました)。本学会正会員を代表者として、正会員3名以上が参加し、年4回以上定期的に開催される研究会を助成対象とします。研究会助成費は、1件あたり5万円を上限とします。詳しくは学会ホームページをご覧ください。

今後、催眠について研修を活性化していくための仕組みをどのように作り上げていくのか、委員会としても検討していきたいと思っておりますので、ご意見をお寄せください。よろしくお願いたします。

広報委員会

委員長
飯森 洋史 (飯森クリニック)

昨年の10月に常任理事に指名され、広報委員長の役職を命じられたのは3月4日の常任理事会においてでした。それ以前は、第55回大会の会長を務めさせて頂いたこと以外、学会の運営にはno touchでした。今年の2月に逝去された宮田先生とは親交が御座いましたが、学会を何とかしなければとよく聞かされておりました。先生は私が忙しいことはよくご存知でしたので、学会の運営はno touchで良いよと言われておりました。しかし私としては大会長を務めさせて頂いてから、この学会を何とかしたいから常任理事になりたいと申し出ておりました。そんな経緯もあって常任理事に指名されることになった訳ですが、引き受けてから、その大変さに驚かされました。動脈硬化を起しているからです。伝統ある日本催眠医学心理学会とよく言われますが、「伝統=古い体質」であっては困ると思っております。私は臨床家ですが、臨床では古典催眠はもう通用しません。エリクソンをはじめとする新催眠の時代です。大会長の時から申し上げていることですが、研修会催眠であってはならず、日常で催眠を使うことが最も大切なことであることは誰もが認める当然なことです。

広報というのは、新しい情報を会員の皆様にお知らせす

る役割と、会員の皆様のご意見を集約するという役割を担っていると思います。ホームページのリニューアルも是非行わなければならない課題ですし、会員の皆様のご意見を集約することも可能な限り行っていきたく思います。忌憚のないご意見を是非飯森 otochan@iimori-cli.com までお寄せ下さい。

事務局

事務局長
笠井 仁(静岡大学)

このたびの東日本大震災に際しまして、被災されました会員の皆様、またご家族やお知り合いに被災された方のある会員の皆様には、こころよりお見舞い、お悔やみを申し上げます。その後の原子力発電所の事故により、不自由で不安な生活を強いられている会員の皆様もいらっしゃるかと存じます。少しでも早い安心できる生活の回復と復興をお祈り申し上げます。被災された会員の皆様には今年度会費の徴収を免除いたしますので、事務局までご一報ください。

さて、2月10日に本学会理事長の宮田敬一先生が、薬石効無く逝去されました。ここに謹んでご冥福をお祈り申し上げます。宮田先生のご功績につきましては、改めまして機関誌等でご紹介申し上げることになっております。今後の学会運営につきまして常任理事会で協議しました結果、昨年実施されました理事長選挙で次点となりました鶴光代先生に、今年の総会までは暫定的に、その後総会で正式に承認を得て、理事長をお引き受け頂くこととなりました。何卒ご了解くださいますようお願い申し上げます。

年度が改まりまして、ご所属や連絡先等に変更のある会員の皆様には、事務局まで書面にてご一報くださいますようお願い申し上げます。今年度の大会はすでにご案内の通りまもなく開催の運びで、大会準備委員会にて詰めの作業に入っております。多くの会員の皆様が元気に再会できまことをこころより祈念しております。

