

# NEWSLETTER

編集・発行 日本催眠医学心理学会

No. 61 2014. 4. 30

〒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

## 新理事長に就任して

笠井 仁  
（静岡大学人文学部）

このたび、図らずも新理事長に選出されることになりました。本学会の運営にはこれまでも関わらせてきて頂いておりましたが、学会を代表する立場という重責に改めまして身の引き締まる思いであります。これまでの関わりの中で、学会活動を十分に活性化できていない状況をもたらしてしまいました責任を痛感しております。新しく選出された学会役員の方の先生方のご協力を得ながら、これまで積み残してきた課題をひとつひとつ整理して、新しい歩みを踏み出していきたいと考えております。会員の皆様からのご理解とご支援を切にお願い申し上げます。

催眠に関する研究と実践は、現状では国際的にも必ずしも活発に行われているとは言えない状況にあるように感じています。それでも脳画像化研究等、いくつか目を見張るべき研究も精力的に行われています。催眠は、古くから呪術や宗教の場の中で用いられてきた一方で、現在では不安や痛みのコントロールにエビデンスの確立した技法ともなっています。催眠そのものは、何よりもまずユニークな心身の現象です。このような古くて新しい催眠の有用性と不思議さについて、皆で経験と知見を共有していきたいと考えております。

私自身の催眠への関心は、ご多分に漏れず、見せ物としての催眠がきっかけでした。私が子どもの頃には、初代引田天功が目にも鮮やかに催眠の世界をテレビ画面の中で展開していました（子どもの目には鮮やかでも必ずしもそうではなかったことは、藤山新太郎『タネも仕掛けもございませんー昭和の奇術師たちー』（角川学芸出版、2010）に描かれています）。催眠から精神分析を創始したフロイトが催眠に関心をもったのも、当時ヨーロッパを巡業していた興行師ハンセンの催眠実演を学生時代に目にしたことであったことを『自伝』に記しています。催眠についての正しい啓発と倫理には留意しつつ、現実に存在する現象として催眠の不思議さ、面白さを広く知ってもらうことは、催眠研究と実践の裾野を拓ける上で必要なことかもしれません。

本学会は、1956年（昭和31年）に「催眠研究会」として発足し、1963年（昭和38年）に「日本催眠医学心理学会」と名称の変更を経て、催眠について学術的な検討を行うことを目的として活動を進めてきました。実に、私自身がこの世に生を受ける前から本学会は存在していたわけです。今年は第60回大会を迎えることになり、開催に向けて鋭意準備が始まっています。国内外の関連する団体と協調し、国際的な研究と実践の動向とも歩調を合わせながら、これまでに得られた成果を十分に咀嚼しつつ、次の時代に向けて催眠の有用性と不思議さをめぐる私たち自身の検討を進めていきたいものです。会員それぞれの皆様の活発で積極的な活動の展開を期待しております。

## 日本催眠医学心理学会第59回大会を終えて

緒賀 郷志  
(岐阜大学)

去る2013年9月14日～16日と、岐阜県高山市にて開催いたしました第59回大会ですが、無事に終了いたしました。台風襲来ということで、最終日の高山市内散策は自由散策となりましたが、参加者の皆様方には飛騨高山の地をご堪能していただけたと思っています。

参加人数は、催眠技法研修会、学術大会ともに、それぞれ70名を超えた集まりでした。また懇親会にも40名と多くの参加があり、いずれも盛況だったと思っています。講師の先生方、発表者と座長の先生方、またシンポジストの先生方、もちろん高山の地に足を運んでいただいたすべての参加者の皆さん、本当にありがとうございました。

いろいろと至らぬ点もあったかと思いますが、スタッフ一同を代表して、今大会へのご協力とご参加に、深く心より感謝申し上げます。

次の第60回大会はさらに素晴らしい集まりになることを祈念しております。

投稿先は、末尾の編集局連絡先にご送付願いたく思います(郵送が基本)。以前に編集委員長であった鶴光代先生が電子媒体での投稿について言及されていましたが(News Letter No.47 1998.5.1.)。今期は、電子媒体での投稿について積極的に推進していけたらと考えております。電子媒体での投稿をご希望の場合は、予め編集局の長谷川までお知らせください。前向きに対応を致します。それに伴い「執筆規定」を見直す予定です。

本学会の活動が活発になるには、催眠に関する実験研究や実践研究、事例研究が報告され、それらに各会員が触発されて、さらに催眠に関する実践や研究が続けられ、機関誌への論文が投稿され、そして掲載されるという円環ループが必要です。

催眠に対する興味・関心を強く持っておられるからこそ本学会の会員である皆さまからの論文投稿をお願いします。

なお今期の編集委員はアルファベット順(敬称略)で、窪田文子(いわき明星大学)、牧野有可里(横浜創英大学)、宮下敏恵(上越教育大学)、中島央(向陽台病院)、齋藤稔正(立命館大学)、清水貴裕(秋田大学)、鈴木常元(駒澤大学)、田村英恵(立正大学)、田中新正(大分大学)、上地明彦(関西外国語大学)となっております。どうか宜しく申し上げます。

## 委員会報告

### 編集委員長に就任して

長谷川 明弘  
(東洋英和女学院大学)

4期にわたって長く編集委員長を勤められた田中新正先生の後を受けて、今期から長谷川が「催眠学研究」の編集に携わることになりました。学会活動の重要な位置を占める機関誌の発行の責任を担うこととなり、強いプレッシャーを感じております。

この20年ほどのニューズレターを引っ張り出して確認したことなのですが、機関誌の発行が長きにわたり遅れています。この遅れの解消が今期も課題です。合併号という体制で編集を進めていますが、これは本来の姿ではありません。1巻2号体制が望ましいです。望ましい発行の在り方を実現するための工夫を前期の田中先生の跡を継いで充実させ、実現していきたいです。

### 【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@toyoeiwa.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)

### 資格認定委員会より

松原 慎  
( (医) 恵愛団 福間病院 )

井上委員長の後を受けまして資格認定委員長を拝命致しました。松原慎と申します。

資格認定は現在大きな過渡期を迎えています。

というのも、この数年の学会主催研修会を指導者は、笠

井仁理事長、鶴光代前理事長、前編集委員長の田中新正先生、松木繁先生、ら限られた数名で行われています。それ以上の年配の先生方は、学会でもお見かけすることが少なくなっており、新指導者の早急な育成が待たれています。

現在申請するには二人の指導催眠士の推薦が必要です。しかし、そうなると、審査する二人はまた別にせねばならず、笠井先生、鶴先生に推薦された人は、必然的に、田中先生、松木先生が試験官にならざるを得ないという状況が発生してしまっています。実働の指導催眠士の数は稀少になっており、今後の運営に差し支えが出るところまで来てしまっています。この現状は早急に打開せねばなりません。

実際に、本来有資格者が運営すべき資格認定委員会なのですが、2期6年に渡り、委員長及び事務局は無資格の識者の先生によって代行されてきました。

規約を厳格化しても現実に運営不可能な状態になってしまっており、現実を見つめながらの弾力的な運営が必要になってきています。柔軟で且つ、現実に対応した方策を打ち出していかねばなりません。そのような実際の必要性から今回の委員には、3月まで九州大学病院長をお勤めになった久保千春先生、本学会大会とコラボで臨床催眠学会の大会長を務められる石井広志先生、筆者と地理的にも近く共同作業のしやすい吉村隆之先生に委員をお願いしています。

また、申請書類についてです。書類は極めて煩雑で、申請を困難にしております。これは私の任期中に簡素化したと考えております。本来であれば、必要な事項は紙1枚のスペースに一覧化出来るものと思われまます。

研修単位についても今後デジタルデータベースで管理していく必要性を感じています。これは学会本体の事務局や会員IDの問題とも連動してくるので新理事長の指導力に期待しながら連携を強化していきたいところです。

まとめると、現実に即応した指導者の認定、申請書類の簡素化、研修単位のデータベース化、資格に関する規約の改正などしなければならぬことは山積しています。ニューズレターを読まれてからでも良いので我こそはと思う方はどうぞ、資格認定委員会のお力添えを願えれば幸いです。

## 企画・教育委員会から

井上 忠典

(東京成徳大学)

今期より企画・教育委員会に携わることになりました。本学会のため、ひいては催眠の研究や臨床の発展のために力を尽くしていきたいと考えています。

前期まで資格認定委員会や研究委員会に関わってきました。十分にその職責を果たしたとは言いがたいのですが、その仕事をしながら感じていたのは、催眠それ自体はとても魅力的な現象であり、また心理療法としての利用価値が高いにもかかわらず、なかなか多くの研究者や臨床家の間に広まらない、持続しないというジレンマでした。

その障壁となっているのは、催眠技能の修得が容易ではなく、特に心理療法として用いるためには心理臨床そのものの力量が必要となることだろうと思います。私自身が催眠を学び始めた20年以上前のことを思い返すと、催眠の専門の先生方が身の周りにいらして丁寧に教えてくださったのですが、自分のしていることが本当に催眠と呼べるものなのか、自信を持てずにいました。催眠を臨床で使うことに抵抗があり、また臨床でどう使っているのかもわからず、なかなか実践には結びつきませんでした。催眠に正面から取り組めるようになったのは、学び始めて10年以上経ってからです。他のテーマの研究や催眠を使わない臨床実践での経験を積み重ねて、改めて催眠の面白さに気づくことができた気がしています。

ある程度臨床ができるようになると、催眠は思っていたほどには難しくはないですし、とても豊かな臨床のツールになり得ます。逆に言えば、臨床ができないうちは催眠は難しいのかも知れないのです。もしそうであれば、いわゆる若手研究者・臨床家にとっては取っつきにくいですし、興味を持ったとしても持続しにくいように思います。どのようにして入り口のハードルを低くするのか、関わり続ける動機づけを維持するのか、それが催眠を学ぶ上での大きな課題であると感じています。

学会の中で企画・教育を担当することになりましたが、このような課題を少しでも解決することを目指して、催眠の面白さや臨床での利用価値を感じてもらえるように、工夫する努力を続けていきたいと考えています。催眠に対して興味関心を持つ人の輪が広がっていくことを願っています。よろしく願いいたします。

## 広報委員会より

飯森 洋史  
(飯森クリニック)

2期目の広報委員長を務めさせて頂くことになりました。宜しくお願ひ致します。1期目はとにかくホームページをリニューアルすることに精力を注ぎました。約半世紀弱の長きにわたる学会の歴史を眺みながら、現在の学会活動を迅速に伝えることを心掛けて参りました。しかしながら、学会の現況は憂うべきものがあります。私個人としては催眠療法の有効性を高く評価し、臨床では頻繁に催眠を活用しています。しかし、いわゆる研修会には積極的に参加して頂けるが臨床ではほとんど用いていない会員が多いこと、催眠の研究発表が極めて低調なこと、更に「催眠研究」への投稿が少ないことなど、本学会の存立に関わる問題が多々あります。そんな中であって、広報の果たすべき役割は一体何なのか。はたと考え込んでしまいます。

今回、理事長が入替わり、新常任理事が加わり、新しい体制となりました。歴史のある学会というのは、温故知新といわれるように、常に過去を振り返りながら新しい知識や見解を見出ししていくという利点もありますが、過去のしがらみに囚われて動脈硬化を起こしやすいという欠点もあります。新体制が始まったことにより、新しい出発とされるかどうか、60回大会までが一つの正念場となると考えて良いと思います。

その為には先に述べた問題点の逆(個々の会員が、①一例でもよいから催眠を臨床に用いること、あるいは催眠研究の為の実験を行うこと、そして、②積極的に学会で研究発表をすること、③積極的に「催眠研究」へ投稿すること)が必要となります。更に学会を活性化させる為には、有名無実の資格認定継続は辞めるべきと考えます。現在認定催眠士は19名、指導催眠士も19名程いますが、その中には学会に参加して頂いていない人が、半数以上います。臨床心理士も、認定医や専門医も認定更新の為には単位をそろえる努力をしています。

さて、広報委員会の問題からかなりずれてしまった様に見えますが、広報の役割について真剣に考えるならば、学会自体が活性化していく必要があること、その為には会員の皆様の積極的な活動が不可欠なことを自戒の意味も込めて記しました。学会が活性化する為の広報でなければ、何のための広報か、訳が分からなくなります。

## 催眠研究の発展を願って

福井 義一  
(甲南大学)

この度、常任理事に就任し、研究委員長となった福井です。早速ですが、本学会の目的は、「医学、歯学、心理学の諸分野における催眠の科学的研究を促進すること」であります。しかしながら、昨今の我が国における催眠研究の現状は、非常に寂しいものがあります。臨床現場においても、催眠を用いる臨床家は少なく、学ぶ者も少ないばかりか、催眠を対象にあるいは催眠を用いて研究を行っている者も数えるほどです。千里眼事件以降、催眠が大げらに治療技法として使うことも制限され、学術研究の対象とされなくなったことで、催眠にはある種の神秘性やインチキ臭さがまとわりつくことになりました。しかしながら、催眠が有用でないから、あるいは催眠に利用価値がないから、そうなったわけではありません。そのことは、翻って海外での催眠研究や臨床の隆盛ぶりを見ると明らかです。

催眠研究とは、大きく分けて次の3つに分類することが可能であると思っています。1) 催眠のメカニズムの解明、2) 催眠の効果、3) 催眠を手段として用いる研究です。1) については、催眠感受性の研究が長年行われてきており、最近では、高催眠感受性の背後に健康的な要素と解離のような病的要素の2つが潜在していることが分かっています。2) については、催眠の独自効果と言うよりも増分効果、つまり他の心理療法と併用したときの付加的(adjunctive)効果が検討されており、特に催眠認知行動療法の効果研究が盛んに行われています。3) については、人間の意識を解明するために、または心身医学や脳神経科学の文脈で催眠が使われています。意識という現象は、無意識と対話する催眠を用いて、一時的に減弱することができます。また、心身相関を検討するのに、暗示で身体的な変化を引き起こせる催眠は格好の手段です。そして、脳神経科学では催眠を活用して、ある機能に対応する脳内の座や経路が解明されんとしています。

我が国においても、催眠の科学的研究が促進され、催眠現象の解明が進み、エビデンスが蓄積されることで、催眠を臨床に導入しようとする動機づけも高まり、新たな研究に催眠が活用される気運も高まるでしょう。催眠の研究が少しでも活性化するように、研究委員長として考えていきたいと思っております。会員諸氏からのご意見も賜れますと幸いです。

## 倫理委員会から。

阿部 真里子  
(臨床心理オフィス)

今年度から、倫理委員会の長として任命を受けました。よろしくお願いたします。

私自身、催眠を心理臨床に生かすようになって、クライアントさんの回復が一段と早く確実に、自信を持って、この仕事に携わる事ができるようになりました。そして、私自身も、催眠の恩恵を受けて、免疫力が強くなり、健康を回復し、いろいろな物事がスムーズに運んで、人生を楽しめるようになりました。そして、自己暗示の作用をうまく利用して、自分をとりまく、まわりの人も生き易く、幸せになってもらうのが、この仕事の意義だと実感するようになりました。マスター・ヒプノシストの方で、その人がいるだけで、その場の雰囲気が明るく、和やかで、楽しくなるのを目にしたことがあり、私も日々、研鑽を続けて、そのようなヒプノシストになりたいと思っています。

しかし、こうした臨床活動の中で、様々な誤解や齟齬が生じて、会員あるいは、我々の関わるクライアントさんも、いろいろなトラブルや危機に直面することもあるかと思えます。学会員が安心して安全に、研修を受け、学会活動を行うことは当然の権利だと思いますし、それが日々の臨床で、クライアントさんの利益にもつながるものと思えます。そのため、学会のコンプライアンスとしての機能を倫理委員会がしっかりと引き受けたいと思います。これまで以上に、皆さまのお役にたてるよう、第3者の、弁護士などの意見も取り入れて、問題解決をしていけたらと願っています。

## 事務局を担当するにあたって

田村 英恵  
(立正大学)

この度、日本催眠医学心理学会事務局を担当させていただくことになりました。

催眠研究会として1956年に発足した本学会は、今年で58年を迎えました。また今秋には、節目となる第60回日本催眠医学心理学会大会が開催される予定です。このような歴史ある学会の節目の年に運営の一端を担う役割をいただき、身の引き締まる思いです。

思い返してみると、私が初めて日本催眠医学心理学会大会に参加させていただいたのは第44回大会でした。研究発表後、大学院生であった私に様々な先生方が話しかけてくださり、催眠やイメージや暗示に関する貴重なご示唆をいただきました。高名な先生方を目の前に大変な緊張感を味わいながらも、先生方の催眠や催眠研究に対する熱心さにおおいに刺激を受け、催眠の面白さを知ることが出来ました。その後も催眠を知れば知るほど面白いという感覚は強くなり、催眠の奥深さには今でも驚かされます。

催眠研究が活発かつ円滑に行われ、本学会がさらに発展できるように大変微力ではありますが、尽力していきたいと考えております。学会は会員の先生方のご支援・ご協力があっちはじめて成り立ちます。至らぬ点多々あるかと思えますが、学会運営について忌憚のないご意見をいただくと幸いです。ご協力のほど何卒よろしくお願申し上げます。

## 編集後記

今回のニューズレターは、第59回大会の振り返りと新理事長、新各委員会委員長の決意と第60回大会の案内をテーマと致しました。其々のご意見は、非常に謙虚なものから非常に手厳しいものまで含まれることになりました。これも学会の発展のためとご容赦下さい。尚、第59回大会の感想文の執筆を先の学会当日に依頼したにもかかわらず、結果として正式依頼しなかった会員の皆様にはこの場を借りてお詫び申し上げます。また、早々に多くの委員長からご投稿頂いたにもかかわらず、若干名の方が約束を大幅に違えて、3月末まで待っても投稿頂けなかったことは非常に残念に思います。従って、今回は第59回大会の振り返りと新理事長、新各委員会委員長の決意の号としたいと思えます。

(編集：飯森洋史)