様式Ｃ－１９

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成２４年　６月　１日現在

機関番号：１１４０１
研究種目：若手研究（B）
研究期間：2009～2011
課題番号：21730541
研究課題名（和文）催眠療法の治療的メカニズムおよび有効性に関する理論的枠組みの構築

研究課題名（英文）Developing a theoretical model for the effectiveness of hypnotherapy in terms of the hypnotic response process

研究代表者
清水　貴裕　（SHIMIZU　TAKAHIRO）
秋田大学・教育文化学部・講師
研究者番号：00375453

研究成果の概要（和文）：
本研究では，個人が有する催眠に対する考え方（催眠観）が，催眠暗示に対する反応や個人の問題解決にどのように影響するのかについて検討した。研究では，日常生活に対する満足感と催眠観が，催眠を受けてみたいという態度や催眠に入りたいという期待に影響を及ぼし,それらがさらに実際の催眠に対する反応に影響することが示唆された。今後は，こうしたプロセスと催眠療法の効果の関連についての検討が必要である。

研究成果の概要（英文）：
These studies examined how people's notions about hypnosis influence hypnotic responses and individual problem solving. Results suggested that satisfaction about eveydaylife and notions about hypnosis influenced the attitude and expectancy toward hypnosis, and they affected hypnotic responses. For the future, it is neccesary to examine the relation between this process and the effectiveness of hypnotherapy.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2009 年度	700,000	210,000	910,000
2010 年度	700,000	210,000	910,000
2011 年度	500,000	150,000	650,000
年度			
年度			
総　計	1,900,000	570,000	2,470,000

研究分野：臨床心理学，催眠
科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学
キーワード：心理療法，催眠，信念，態度，潜在的態度

１．研究開始当初の背景

認知行動的な心理療法に催眠を加えることが抑うつやPTSD、IBSなど幅広い症状に対する治療効果を高めることが報告されてきており（例えば Kirsch, Montgomery & Sapirstein, 1995），技法のひとつとして催眠を用いることが見直されてきている。また近年は，エリクソニアン・アプローチの発展により、日本国内においても催眠療法そのものを見直す動きが活発である。しかし，催眠

の「何が」「どのように」問題や症状の解決に役立っているのかはこれまでほとんど研究されてきておらず、催眠の心理臨床的効果が理論的に説明されていないのが現状である。エビデンスベイスドな介入が求められる現在，催眠を利用していくために，その有効性のメカニズムを解明することが重要であると考えた。

２．研究の目的

近年の催眠研究では，催眠反応に対する期待(Kirsch & Lynn,1997)や催眠に対する態度（Spanos, Brett, Menary & Cross, 1987），信念（Green, 2003）といった，催眠についての個人の捉え方から催眠反応を説明する研究が増えてきている。しかし催眠反応と心理臨床的効果の関連について説明するためには、催眠反応の生じるプロセスだけを説明するのではなく、催眠反応への期待のような認知過程の背景にある個人の自己評価や自己変容への期待などの自己観を含め、治療的変化を求める個人が催眠に入る過程として捉えることが必要であると考えられる。

これらの点を踏まえた上で、本申請では主に次の２点を明らかにすることを目的とした。

(1) 被催眠者が催眠に対して持つ知識や期待（催眠状態イメージ）には、被被催眠者の自己評価や自己変容についての期待などの自己観が反映されているということを明らかにする。

(2) 従来の研究で指摘されている催眠反応を生じさせると考えられてきた諸概念は、催眠状態イメージの影響を受けていることを明らかにし，催眠反応にいたるプロセスを明らかにする。

(3) 催眠療法では、面接中の催眠反応だけではなく、その後の日常生活における効果も期待される。本申請では催眠後の行動に及ぼす催眠の影響という観点から、催眠療法の心理臨床的効果の一端を明らかにすることを目的する。催眠中の暗示が被催眠者に自覚されることなく、日常生活における行動の変容に影響を与えるということをプライミング手続きを用いて実験的に明らかにする。

３．研究の方法

今回行った研究ごとの具体的な方法

(1) 催眠状態期待と催眠態度，催眠感受性の関連（発表論文②）

調査対象者：大学生 78 名。

使用尺度：催眠態度尺度（清水・小玉,2001)。催眠状態期待質問紙：清水・小玉（2001）の催眠状態イメージ質問紙を用いて新たに作成。催眠感受性尺度：ハーヴァード集団催眠感受性尺度形式A日本語版(笠井・清水・徳田・斉藤 2003)。催眠主観的体験尺度日本語版(清水・徳田・笠井，2003)。

手続き：大学講義時間に集団一斉調査。参加者に対し，催眠態度尺度，催眠状態期待質問紙を実施し，その後，あらかじめCDに録音された音声によって催眠感受性尺度を実施した。

(2) 日常生活における態度が催眠の諸要因に及ぼす影響（発表論文①，学会発表②）

調査対象者：催眠の実験に参加することを承諾した大学生 47 名。

使用尺度：催眠感受性尺度：Waterloo - Stanford Group Scale of Hypnotic Susceptibility, form C日本語版（徳田・笠井・清水，2003; Tokuda, Kasai & Shimizu, 2004)。催眠期待：「自分が催眠にどれだけかかると思うか」について，「全くかからない (0)」から「完全にかかる (100)」までのビジュアル・アナログ・スケールを使用。催眠状態イメージ

質問紙（清水・小玉，2001a)。生きがい感スケール（近藤・鎌田，1998)。

手続き：実験参加を承諾した参加者に，生きがい感スケール，催眠状態イメージ質問紙，催眠期待からなる質問紙を実施した。その後，催眠感受性尺度のスクリプトに従った催眠誘導および暗示を口頭で提示し，催眠終了後，被験者は催眠感受性尺度の質問紙に回答した。

(3) 催眠観と態度，期待，催眠感受性との関連（学会発表①）

調査対象者：平成 11 年～平成 22 年までに催眠観（催眠状態イメージ）の調査に参加した 1213 名。

調査内容：催眠状態イメージ質問紙（清水・小玉，2001a)。催眠感受性尺度：ハーヴァード集団催眠感受性尺度形式A日本語版（笠井・清水・徳田・斉藤 2003)。催眠主観的体験尺度日本語版(清水・徳田・笠井，2003)。Subjective Scoring for The Harvard Group Scale of Hypnotic Susceptibility, Form A日本語版(清水，徳田，笠井，2003)。

４．研究成果

研究ごとの成果報告

(1) 催眠状態期待と催眠態度，催眠感受性の関連（発表論文②）

本研究では,「自分が催眠状態になるとどのような状態になると期待するか」という催眠状態期待および催眠態度(「催眠を受けたいかどうか」）と、催眠感受性との関連について検討した。その結果、特に主観的な催眠体験には、催眠状態期待よりも催眠態度の方が影響を及ぼしていることが示された。また，自分が催眠によって自身のコントロールを喪失することはないと考えてる参加者においては，催眠態度の高い参加者の方が低い参加者よりも催眠感受性が高いことが示された。これまでは催眠に対して自分は反応できるという参加者の期待の高さが催眠反応の高さを説明すると考えられてきたが，催眠に対する態度の方が催眠反応に影響力を持つことが示唆された。

(2) 日常生活における態度が催眠の諸要因に及ぼす影響（発表論文①，学会発表②）

催眠に対する被催眠者の知識・信念である催眠状態イメージと自己変容への期待との関連について検討することを目的とした。自己変容の必要性を反映する指標として，生きがい感スケール（近藤・鎌田,1998）を用い，現在の自分の日常生活の捉え方と催眠状態イメージおよび催眠感受性の関連について検討した。その結果，被催眠者の人生や物事に対する積極性の高さが催眠に対する積極的な構えを生じさせ，催眠感受性に影響を与えている可能性が示唆された。また，日常生活における意欲が低く，かつ催眠に対する期待の高い参加者は，催眠に対する期待の低い参加者よりも，催眠状態になると主体性を失い催眠者にコントロールされるというイメージを持っていることが示された。こうした催眠状態に対するイメージの高さは，日常生活における現状に変化をもたらしたいという期待を反映していることが示唆される。

これまでの国内外の研究では，催眠に対する期待や態度，信念など，個人が催眠をどのように認知しているかということのみに焦点があてられてきたが，本研究により，個人の日常生活における満足感のような自己の現状についての捉え方が，催眠を受けることに対する動機づけ

につながる可能性が示唆された。こうした視点から参加者の催眠に対する動機づけを検討することは催眠療法の効果を説明する上で重要になると考えられる。

(3) 催眠観と態度，期待，催眠感受性との関連（学会発表①）

これまでに得られた催眠観のデータを再分析し，催眠態度および催眠感受性との関連を検討した。その結果，これまで「主体性喪失イメージ」と「潜在能力解放イメージ」の 2 因子で考えてきた催眠観を，「記憶・感情回復」「自己コントロールの喪失」「解離・離人様体験」「普段以上の能力発揮」「リラックス体験」の 5 因子で捉える方がより適切であることが示された。そしてこの 5 因子によるクラスター分析から得られた５つのクラスターと催眠態度を独立変数として，催眠感受性を従属変数とした 2 要因分散分析の結果からは，催眠で自己コントロールの喪失だけが生じると考えてる群においては，催眠態度が高い場合に催眠感受性が減少するという結果が得られた。従来の研究では，催眠態度と催眠感受性の間に正の相関があることが示されてきたが，被催眠者が催眠に対して持つ信念によっては，催眠に対する態度の高さが催眠感受性に対してマイナスに影響することが示された。このことから認知的側面の影響を受けない潜在的態度を測定する必要性が示唆された。

<u>成果の全体的まとめ</u>

これまでの研究を総合すると，従来の研究で指摘されてきたよりも，催眠に対する信念（催眠観）が催眠感受性に及ぼす影響は大きいということが示されたことが最も大きな成果といえる。従来の研究では催眠に対する信念，態度，期待などの諸要因を個別に催眠感受性と検討してきていたが，態度や期待などが催眠に対する信念を反映したものであることが今回の一連の研究で示されてきたと考えられる（図 1）。どのような催眠観から，催眠に対する態度や信念が形成されたかにより催眠感受性が影響を受けるという視点はこれまでの研究にはなく，このモデルをもとに，催眠研究の幅が広がることが期待できる。

また近年は，催眠を受けたことのない参加者の信念が催眠を受けることでどのように変化していくかということが検討されている（Capafons et al.，2005）。これらの研究では，いずれも催眠に対する信念の変化は催眠感受性には影響を与えないという結果が報告されているが，今回示唆されたモデルにあてはめることでより詳細な検討が可能になると考えられる。

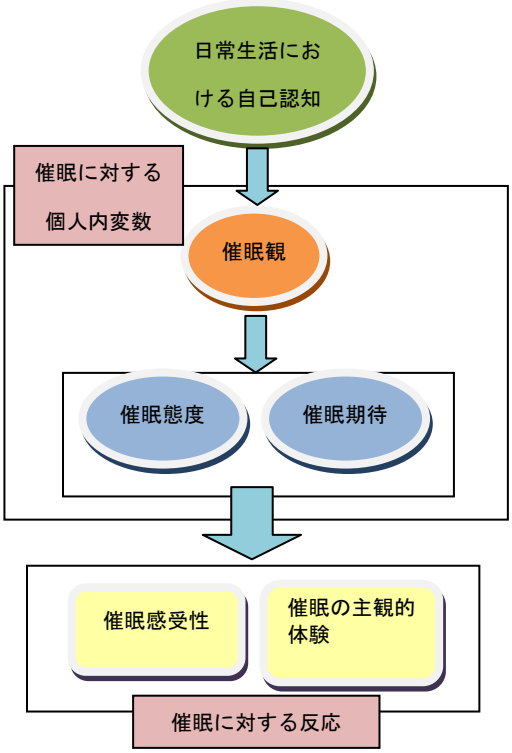

図 1　今回の結果から示唆されるモデル

さらに，雑誌論文①では，日常生活におけ

る満足感と催眠の諸要因の関連からは，催眠を受ける動機がどこから来るかという点を初めて検討した研究である。参加者の日常生活における自身の現状の捉え方により，催眠に対して求めるものが異なり，さらに催眠感受性にも影響を及ぼすというプロセスが示唆され，より催眠療法の実際に近づいた説明につながったと考えられる。

今後の研究としては，まず，これまで得られた知見から示唆されたモデルの検証が必要である。現在，学会発表③のデータをもとに催眠観，催眠態度と催眠感受性，催眠主観的体験から構成したモデルについて共分散構造分析による検討を行っており，近日投稿する予定である。

今回は当初の目的であった，催眠後の暗示の効果についての検討まで到ることができなかった。臨床群や生理指標を用いた検討とともに，今後はより実際に即した催眠の効果に関する検討を行うことが必要であると考えられる。

５．主な発表論文等

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計２件）

①「清水貴裕，催眠期待と催眠状態イメージ・催眠感受性との関連　―日常生活に対する態度を媒介変数として―，秋田大学臨床心理相談研究，査読無，10巻，2011，37-44

②「清水貴裕，催眠状態期待と催眠態度が催眠感受性におよぼす影響，秋田大学教育文化学部研究紀要　人文科学・社会科学部門，査読無，第64集，2009，27-31
http://hdl.handle.net/10295/1684

〔学会発表〕（計２件）

① 清水貴裕，被催眠者の持つ催眠観の検討－催眠に対する態度、期待および催眠感受性との関連－，日本催眠医学心理学会第57回大会，2011.9.11，駒澤大学（東京）

② 清水貴裕，催眠予期を高める要因の検討，日本催眠医学心理学会第 55 回大会，2009.11.22，東洋学園大学（東京）

〔図書〕（計０件）

〔産業財産権〕
○出願状況（計０件）
名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

６．研究組織
(1)研究代表者
清水　貴裕　（SHIMIZU TAKAHIRO）
秋田大学・教育文化学部・講師
研究者番号：00375453