

催眠療法家エリクソンの論文から 心理療法の効果的なあり方を探る



長谷川准教授のゼミには5名の学生が所属（取材当日は1名が欠席）。先生と学生、学生同士が活発に意見交換をしていた

1 6名の専任教員が行う ゼミ形式の講義 「臨床心理学特論」

東洋英和女学院大学大学院人間科学研究科の臨床心理学領域は、心理学的な対人援助に関する教育研究のために設けられた学問分野だ。公益財団法人日本臨床心理士資格認定協会による「臨床心理士」認定試験の受験資格が取れる第1種大学院の指定を受けているため、所定の資格課程科目を修得すれば、修士課程修了後に臨床心理士の資格試験を受験することができる。同領域の1学年の募集人数は18名。学卒後にすぐ入学した学生と社会人の比率はほぼ半々で、最年長は60代とのことだ。

この日、取材したのは臨床心理学領域の必修科目である「臨床心理学特論」。毎週木曜日の午後3時20分からゼミ形式で行われる。同領域の学生は、臨床心理士の資格を持つ6名の専任教員いずれかのゼミに入ることに

2 過食と肥満を題材に クライエントの特徴を生かした 効果的なセラピーを学ぶ

この日の教材は、米国の催眠療法家ミルトン・エリクソン（Milton H. Erickson）が1960年に発表した『催眠療法における肥満に対するクライエントの行動の利用』という比較的短い論文だ。

同論文には催眠療法を用いて過食と肥満を解決した3つの事例が提示されている。ただし、クライエントの性格と行動パターンは三者三様の1人は食べても食べても満足が得られないかのように食べ続け、もう1人は医師の指導をきちんと守って

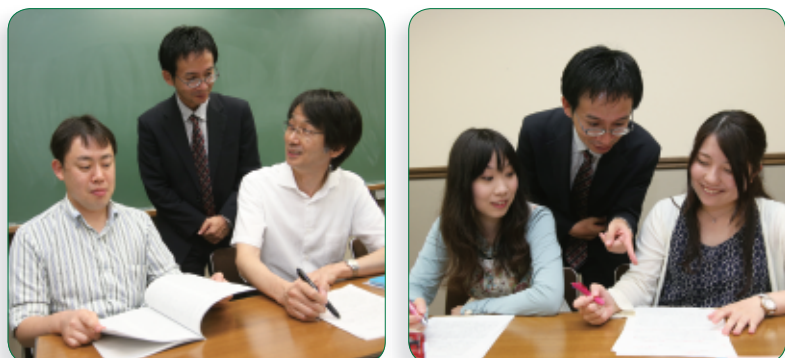
イエットに成功すると、またその喜びを得たいかのように食べて太り、食事療法を繰り返す。3人目は自滅的な強情さの持ち主で、他人に抵抗することが喜びであるかのような人。エリクソンは個々のクライエントの性格や行動パターンなどの違いを見抜いて、それぞれ異なるコミュニケーションで催眠療法を行い、3人全員の減量に成功したという。



長谷川 明弘 准教授

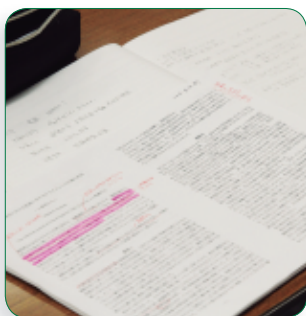
■ 臨床心理学領域開講科目

必修科目
臨床心理学特論、臨床心理面接特論、臨床心理査定演習、臨床心理基礎実習、臨床心理実習
選択科目
心理療法特論、精神医学特論、発達臨床心理学特論、学校臨床心理学特論、老年心理学特論、臨床心理学研究法特論、臨床精神薬理学特論、行動療法特論、産業臨床心理学特論、臨床心理地域援助学特論
【長谷川准教授の担当科目】
臨床心理学特論 ／臨床実践と研究の統合を目指しながら、文献紹介・購読と演習・実習での受講者との議論を通して臨床心理学を基礎から体系的に学んでいく。
臨床心理基礎実習 ／学内実習・学外実習の核である。複数の教員と協同で担当している。基本的な姿勢や対応について、実践的な内容を通して学ぶ。
臨床心理実習 ／心理アセスメント、心理療法、地域支援に関する実践的運用技能を習得する。
心理療法特論 ／心理療法のさまざまなアプローチについて、文献や事例に基づいて知識を深め、受講者との議論を通して理解を促す。時に視聴覚資料を使用し、実習を導入する。



先生と近い距離で学べるのが少人数制のゼミのいいところ。時折、笑い声も巻き起こる

3 意見交換と質疑応答を 何度も活発に繰り返し 専門分野の知見を深める



この日、教材として使ったエリクソンの論文は長谷川准教授が邦訳したもの。「催眠を治療に用いる場合、個人の性格や心構えに合わせる必要がある」と説いている

「では、皆さんの感想や疑問に感じた点などを聞きましょうか。エリクソンを批判してもいいですよ」

長谷川准教授がそう促すと、学生たちの間からは笑い声が。続いて、学生が1人ずつ順番に意見や疑問点などを述べ、同准教授が1つ1つ丁寧に答えていく。

学生A ここに書かれている、中程度のトランスとはどういう状態なのでしょう。か。

長谷川 エリクソンが中程度としていたのは、恐らく内面に注意がやや強く向いて、湧いてくるイメージが豊かになっている状態だと思います。

学生B 過食に催眠が有効なら、拒食にも応用できませんか。

長谷川 拒食症の状態となった人のボディ・イメージはすでに独特な認



女性2名は修士2年生、男性2名は修士1年生とのこと。音楽や宇宙工学など、臨床心理学とは無縁の分野でキャリアを積んでから入学した社会人学生も少なくない



受講を終えて



人間科学研究科2年（臨床心理学領域）
相樂加奈さん

日々、楽しく学んでいます

私はかつて小・中・高校で音楽の教員をしていました。最近も教員のメンタル面が話題になることも多いですが、私も教員生活のなかで、スクールカウンセラーが上手に介入すれば、学校教育全体が底上げされるのではないかと問題意識を持つようになりました。それがこの研究科に入学したきっかけです。大学院では日々学ぶことが多く、成長しているという実感が得られますね。いろいろなキャリアを持つ学生と接することで自分の視野も広がります。今後、無事に臨床心理士の資格を取ったら、教育をはじめ幅広く現場に携わっていきたいと考えています。

教授は次のように話す。「ミルトン・エリクソンは心理療法の一種、ブリーフセラピーの原点ともいえる人物。催眠療法が効果的な心理療法であることはあまり知られていないので、ゼミ生には知っておいてほしいと思い、この論文を取り上げました。心理療法の原点である催眠療法を臨床心理士が自由自在に駆使できるようになれば、その臨床活動に奥行きが生まれ、臨床実践力が向上していくだろうと期待しています。ユーザーに寄り添う実践活動を支えてくれます」