

## 催眠療法家と宗教の混同と催眠態度の検討

人間環境大学 吉岡詩織 水谷舜姫

### 要旨

本研究では、催眠のイメージの悪化の寄与因に催眠療法家と宗教との混同があるという仮説を検討した。一般大学生 336 名を催眠療法家と宗教を混同していない人々としている人々の催眠態度の差を検討した。その結果、各群の催眠態度に有意な差は確認できなかったため、催眠療法家と宗教を混同しても、催眠のイメージは悪化しない可能性が示された。

### 1. 目的

心理療法やカウンセリングは、臨床心理学に基づいた介入技法の総称であるが、宗教を背景に持つものも少なくない。例えば、内観療法（吉本, 1965）やマインドフルネス（Kabat-Zinn, 1990）などは、仏教を背景に持ちながら、その宗教性を排した心理療法である。また、臨床心理学の起源が宗教であるとする論考（e.g., 長谷川, 2014; 吉良, 1995）も多く、関係の深さがうかがわれる。しかし、その一方で、近年引き起こされた新興宗教による地下鉄サリン事件などの報道を通して、宗教に対する一般的なイメージが悪化していること（井上, 2016）なども報告されている。そのため、心理療法やカウンセリングを希望するクライアントが宗教と心理療法を混同している場合には、実施される心理療法になんらかの悪影響が生じるかもしれない。したがって、心理療法家は心理療法を実践するにあたって、クライアントの心理療法やカウンセリングに対する理解に注意する必要がある。

ところで、心理療法の一つでもある臨床催眠は臨床心理学の台頭に大きく貢献してきた（長谷川, 2014）にも関わらず、一般的な催眠に対するイメージは悪い（中谷・福井・大浦・今井田, 2022）。そのため、催眠を誤解したクライアントに臨床催眠を行う場合、クライアントに対する丁寧な心理教育によって、科学的な催眠現象を理解させる必要がある。以上から、臨床催眠が一般的に悪いイメージがもたれやすく、催眠療法家と宗教との混同がある場合には、より催眠のイメージが悪化している可能性がある。そこで本研究では、催眠療法家が宗教を混同していない群としている群の催眠態度を検討した。

### 2. 方法

本研究では、一般大学生 336 名の協力を得た。平均年齢 19.32 歳であった。

催眠に対するイメージである催眠態度を、催眠態度尺度（清水, 2009）で得た。同尺度は、12 項目（例、私は機会があれば催眠をかけられてみたい。）で構成され、回答を 4 件法で求めた。催眠態度は高得点になるほど、催眠へのイメージが良好であることを示す。

また、催眠を扱う人と宗教の関連を問う自由記述の質問では「催眠療法家と宗教は関連していると思いますか？その理由を書いてください。」といった質問に回答させた。回答から、宗教との関連がないと考えられる人を 0、あると考えられる人を 1 とコード化し、群分けするための変数として用いた。

### 3. 結果

まず、調査協力者を 206 名の催眠療法家と宗教を混同していない群 ( $M = 2.77$  ( $SD = 0.70$ )) と 130 名の催眠療法家と宗教を混同している群 ( $M = 2.89$  ( $SD = 0.65$ )) に分類した。次に、対応のない  $t$  検定により各群の催眠態度得点の差を検討したものの、有意差は確認されなかった ( $t(334) = -1.61, n.s., d = -0.18$ )。結果を Table 1 に示した。

Table 1 催眠療法家と宗教は混同していない群としている群の催眠態度の  $t$  検定

催眠療法家と宗教を混同していない群 ( $N = 206$ )		催眠療法家と宗教を混同している群 ( $N = 130$ )		$t$	$p$	$d$
$M$	$SD$	$M$	$SD$			
2.77	0.70	2.89	0.65	-1.61	.108	-0.18

### 4. 考察

本研究では、催眠療法家と宗教の混同が催眠態度の悪化の寄与因であるという仮説は支持されなかった。これは、近年、仏教を背景に持つマインドフルネスなどの隆盛 (e.g., 原田, 2021; 池埜, 2014) などが原因のひとつかもしれない。今後も、一般的な催眠に対するイメージの悪化の寄与因を探索する必要がある。

### 5. 附記

本研究は、人間環境大学の今井田貴裕講師に多大な協力を得た。この場を借りて感謝申し上げる。

### 6. 文献

- 藤田 一照 (2021). マインドフルネスの深まりに向かって~仏教的瞑想から示唆されること・倫理性の導入の必要性~ 心理学評論, 64(3), 384-387.
- 長谷川 明弘 (2014). 臨床心理学の歴史: 催眠を基軸として 東洋英和女学院大学心理相談室 紀要, 18, 56-66.
- 池埜 聡 (2014). マインドフルネスとソーシャルワーク: 日本における社会福祉実践へのマインドフルネス導入の課題 人間福祉学研究, 7(1), 81-98.
- 井上 順孝 (2016). ポスト・サリン事件の学生の宗教意識とオウム真理教観: 20 年間に生じた宗教意識の変化を中心に 國學院大學研究開発推進機構日本文化研究所年報, 9, 79-101.
- Kabat-Zinn, J. (1990). Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain and illness. NY: Delacorte.
- 吉良 安之 (1995). 沖縄の民間巫者“ユタ”のカウンセリング機能の一研究: 宗教的面接場面の分析から 健康科学, 17, 51-58.
- 中谷 智美・福井 義一・大浦 真一・今井田 貴裕 (2022). 催眠状態期待の修正を意図した心理教育による意識的・非意識的催眠態度の変化—大学生を対象とした予備的研究— 甲南大學紀要. 文学編, 172, 151-171.
- 清水 貴裕 (2009). 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, 64, 27-31.
- 吉本 伊信 (1965). 内観 40 年. 春秋社