

催眠状態におけるイメージの自律性について

吉 村 順 子

Autonomy of Imagery in Hypnotic State

YOSHIMURA Junko

問 題

イメージを用いた心理療法はヨーロッパにおいてまず興隆した。特に Jung は内的現実としてのイメージを重視し、active imagination という内界探究のための技法を編み出している。Desoille, R. は覚醒指導夢法 (guided waking dream) において、イメージを旅するように指導した。このようにヨーロッパでのイメージ療法は、イメージによって自己の内面を探究する目的を持った。そこではイメージそのものの流れが重視される。この場合のイメージは、意識から無意識へ踏みこんだ心的状態におけることばであると言えよう。

一方、アメリカでは行動療法の中でイメージが用いられた。Wolpe, J. は逆制止理論に基いて、リラクセーションの状態で不安場面をイメージさせ不安を消去しようとした。他にも、モデリングやメンタルリハーサル法などに積極的に各感覚イメージが用いられている。この場合、イメージは随意的にコントロールできることが必要である。

行動療法以外のイメージ療法というと、Moreno, J.L. の考案した心理劇や, Perls, S によるゲシュタルト療法があげられる。この2つでは、浮かべられたイメージが再び行為の上に移されることが特徴的であろう。イメージをそのまま受けいれるという態度よりも、体験し直すという態度が強調されよう。

日本では、視覚的なイメージそのものを見るよりも、作庭や俳画等のように、イメージを外在化させて、それを五感で把えることが発達してきたように思われる。その系譜が、現在、箱庭療法や各種の芸術療法といった、広義のイメージ療法の隆盛につながっているのだろう。しかし、庭を見たり絵を描いたりといった限られた趣味を持つまでもなく、ごくあたりまえに、自然の移り変わりは目、耳、舌で味わわれてきた。そういった営みは、最近まで全く意識されることなく日々行なわれてきた。それは、自己の内面を五感で把え直す心的な作業でもあった。しかし、環境から自然や四季の行為が失われていくにつれ、気づかぬうちに酸欠状態にあるように、我々は自己の内面と共に存する在り様から離れてしまうことが多くなったように思う。いわばイメージに包まれてあった生活が失なわれたため、いささかの意識的な努力のもとに、自分の内にイメージを見出すことが必要となったと言えよう。それは、視覚的なイメージを扱う狭義のイメージ療法が日本においてもさかんに取り入れられてきたことと無縁ではないと思われる。

現在日本で用いられているイメージ療法（以下、イメージ療法とは、特別のことわりがない場合は、視覚像を中心とした狭義のイメージを媒体とするものを指す）は、水島（1967, 1968）の

イメージ面接法、栗山（1971, 1979）の自発性イメージ、田嶋（1983）の壺イメージ療法、藤原（1979）の三角イメージ、自律訓練法の瞑想訓練などがあげられる。

水島のイメージ面接では、被面接者は閉眼し、浮かんでくるイメージを夢を見るように語っていくように指示される。そこではイメージによって実感的な感情体験が生起し、カタルシスや感情の再編成がおけると述べられている。イメージの導入には指定イメージが用いられる場合もあるが、被面接者の感情体験に沿った自由な展開が望ましいとされる。

栗山も催眠を用いたイメージ面接を経て、最少限の教示を与えるだけで、被面接者の自発的なイメージの流れに共感していくことの重要性を主張している。

このようにイメージを用い、面接を主体とする心理療法では、イメージそのものの流れが重視される。イメージ自体に独自の論理があり、さらに独自の運動様式を持っていると栗山も述べており、イメージが自らの流れに従うようなこの特性は、イメージの自律性と呼ばれる。次に、イメージの種々の特性の中で自律性がどういう位置づけを持っているかを見ていきたい。

水島（1983）は、イメージの基本的な切断軸として5つの軸をあげた。イ、準対外的—対内的、ロ、知的—感情的、ハ、概念的—前概念的、ニ、能動的—受動的、ホ、構造的—非構造的。このうち4番目の能動的—受動的という切断軸がイメージの自律性とかかわっている。能動的イメージとは、狭義の認知地図や、暗算をする時にそろばんを思い浮かべるようなものを指す。それは、イメージを浮かべるにあたって意図的な構えを必要とする。一方、受動的イメージは、その典型として、入眠時イメージがあげられる。そしてその定義は以下のとおりである。「非構造的で枠組がなされず、無意図的に浮かんでくるものであり、非予期的な思いがけないものであり、新しいイメージ型を生成し、味わわれるもの、直面させられるものである」さらに、「無条件で受け入れられるようなものであり、人はその自然な流れに身をまかせることになりやすい」とされる。水島は自律性と受動性が極めて近いと述べており、上記の定義はそのまま自律性にもあてはまる。

イメージの自律性という言葉は、Gordon, R.（1949）のイメージの統御性テストの中にある。このテストでは一連の12のシーンを全て思い浮かべられたものは「被統制的」、そうでない者は「自律的」と分類された。そして「自律的」な群の方が人種に対するステレオタイプの見方に固執しやすいという結果を得た。しかし、この場合の「自律的」という言葉は、統制的ではないという消極的な意味にすぎず、本論でとりあげるイメージの自律性の限られた一面について述べられているだけと思われる。

Richardson, A.（1969）はイメージを4つに分けた。すなわち、残像、直観像、記憶心像、想像イメージである。このうち想像イメージは、たとえば、入眠時イメージ、知覚遮断イメージ、幻覚剤イメージ、光刺激イメージ、瞑想イメージなどが含まれる。そしてこのイメージの特性は、新奇で実体的で鮮明な色彩がついていることとされる。そして、各種想像イメージに共通する特徴として、自律性があげられる。つまり、イメージが被験者の意志と関係なく出現し、それ自体の経過に従うとされる。これらのイメージの出現の背景には、どれも意識状態の変容が存在する。すなわち、意識による外界のコントロールが背景に退いたような状態であり、催眠や自律訓練法における受動的な注意集中の状態にきわめて近い。ゆえに、イメージの自律性は催眠イメージの特徴であるとも言えよう。

これまで述べてきたように、イメージを主体とした心理療法ではイメージそのものの流れを重

視する。このことは、イメージの自律性または受動性としてイメージの特性の中に位置づけられた。そして、これは又、意識がやや変容した状態で生じやすいイメージにおいてみられることである。ゆえに、催眠状態におけるイメージはこの特性を大きく備えていると考えられる。そこで、催眠下でのイメージの活動に関して基礎的なデータを得ることはイメージ療法そのものにも資すると思われる。

目 的

催眠状態では意識水準が覚醒時よりも下がり言語的概念的な思考活動は減少する。その状態ではイメージ活動が活発になり意図的な努力無しに鮮かなイメージを現出させることができる。催眠状態にある被験者は受動的な心的構えのうちにあり、そこで生じてくるイメージは、あたかもイメージ自身が生を受けているように展開するものと思われる。

本研究では自律イメージが覚醒状態よりも催眠状態の方が生じやすいという仮説を実験的に検証することを目的とする。その上で、あざやかさ、情動価等について、覚醒状態と催眠状態の自律イメージの間の差を検討する。さらに、イメージの内容を被験者の記述どおりに表示し、資料として提示する。そして、数値の上で表わすことは難しいが、イメージ内容の差違についても各事例の検討を通して言及したい。

ここで、本研究でいう自律イメージを操作的に定義しておく。実験は催眠にかかりやすい被験者を用いて、覚醒と催眠の個人内2条件で行なわれる。被験者はいすにかけリラックスして閉眼するように言われる。次に5つのシーンからなる一連の指定イメージを浮かべるように言われ、5つめのシーンが思い浮かべられたら、そのままそのイメージを見つめるよう教示される。そうして、5つめのシーンからイメージの展開があった場合を自律イメージが生起したと定義する。

方 法

(材 料) 5つのシーンからなる指定イメージを表1に示す。指定イメージは「海」テーマと「公園」テーマの2種類^{註1}で、実験者が読みあげる形で呈示された。

表1 2つの指定イメージ

海テーマ	公園テーマ
1. 走っている列車を思い浮かべて下さい	1. 公園の入口を思い浮かべて下さい
2. トンネルに入ります	2. 公園には木が植えてあります
3. トンネルから出ると2つの島が見えます	3. 建物が見えます
4. 列車が駅に止まりました	4. ベンチがあります
5. 人が海へ歩いていきます	5. 人がベンチに座ろうとしています

(被験者) 京都大学教育学部学生及び追手門学院大学文学部学生18名(男子10名, 女子8名)。

(手 続) 被験者はハーヴァード式集団催眠感受性テストで7点以上の得点をあげた者である。実験室等の都合で、京大学生14名は個人で、追手門学院大学学生4名は集団で実験が実施されたが、手続は同じである。

実験は個人内2条件で行なわれ、覚醒条件と催眠条件が続けて実施された。どちらの条件を先にするかという順序はカウンターバランスしてある。催眠誘導はハーヴァード式集団催眠感受性テストの誘導段階を読みあげることで行なった。覚醒条件は催眠誘導段階と解催眠段階が無いだ

けで、催眠条件と同じ手続きである。すなわち、いすにすわらせ、楽な姿勢をとらせ、閉眼させた後、次のような指示が与えられた。「今から私の言う場面をイメージに思い浮かべてみて下さい。場面は全部で5つあります。」そして、表1に表わした海テーマの指定イメージか公園テーマの指定イメージを実験者が肉声で呈示した。2つのテーマの組合わせもカウンターバランスされた^{注2}。5番目の指定イメージが浮かんだことが被験者の合図で確かめられた後、次のような指示がなされた。「今浮かんでいるイメージをじっと見つめていて下さい。もし、イメージが移りかわったら合図して下さい。」この後約20秒の後、催眠条件では解催眠を行なわないまま開眼させ質問項目に記入させた。記入が終わった後再度閉眼させ、誘導段階と同じくハーヴァード式集団催眠感受性テストの解催眠段階を後催眠暗示と健忘暗示を除いて読みあげて覚醒させた。覚醒条件では被験者の合図の後約20秒おいた後に開眼させ、質問項目に記入させた。

質問は、イ．自律イメージが生じたか否か、ロ．自律イメージの浮かび方が自発的かそれとも意図的努力によるものか、ハ．自律イメージのあざやかさについて7段階評定、ニ．自律イメージの情動価について5段階評定、ホ．自律イメージが既知シーン（記憶イメージ）か空想によるものか、であった。あざやかさ、情動価などは、浮かんだ自律イメージの内容の豊かさを検討するために質問された。

結 果

結果は、1. 指定イメージの後に自律イメージが生じたかどうか 2. その自律イメージの浮かび方が自発的であったかどうか 3. 各イメージのあざやかさの評定値 4. 各イメージの情動価の評定値 5. 浮かんだイメージが記憶イメージか全くの空想によるものか 6. イメージの内容の6項目についてまとめる。

1. 自律イメージの生起の有無

催眠条件で自律イメージをもったのは18名中17名、覚醒条件では11名であった。内訳は、両条件ともに自律イメージを持った者10名、催眠条件だけの者7名、覚醒条件だけの者1名、両条件ともに自律イメージを持たない者は無かった。 χ^2 検定の結果、 $\chi^2=4.5(P>.05)$ で有意な差が見られ、催眠状態の方が覚醒状態よりも自律イメージが生起しやすいという仮説は検証された。なお、覚醒条件で自律イメージを持たなかった7名のうち、3名は催眠→覚醒の順に手続を経た者で、4名がその逆であった。このことから条件の順序による偏りはうかがえなかったと言えよう。

個人実験については手続き終了後、2条件間の差違について内観報告を求めた。その結果、指定イメージは催眠条件よりもむしろ覚醒条件の方がイメージを浮かべやすかったという報告が3例あった。そのうち1名は、指定イメージでは覚醒条件の方がイメージが浮かびやすかったのにその後（自律イメージ）は催眠条件の方がうかびやすかったと答えており、その他にも催眠条件では指定イメージからどんどん話が勝手に出てきて発展したという報告もあった。一方、覚醒条件で自律イメージが浮かびやすいという報告は1例もなかった。その他覚醒条件については、イメージが維持しにくいという報告が1例あった。内観報告は数が少ないが、その中から「指定イメージについては覚醒の方が浮かびやすい」という答が3例あったことは注目すべきであろう。又、「催眠条件の方がイメージが自律的である」という意味の内観報告も複数あり、実験結果を裏づけている。

2. 自律イメージの生起の仕方

自律イメージの浮かび方に関して3つの項目のうちどれかに○をつけることで答を求めた。その項目とは、1. かなり自分で意図的に変えた、2. なかば、意図的に変えた、3. イメージがひとりでに変わった、の3つである。意図的に変えたと答えた者は2条件とも1例もなかったが、半ば意図的に……と答えた者は覚醒条件で3例、催眠条件では2例であった。従ってひとりでに……と答えたのは覚醒条件で8例、催眠条件で15例であった。この数値から、得られた自律イメージがほぼ自発的に得られたものであることがわかった。もし、「ひとりでに」と答えた例だけを自律イメージとすると、催眠条件と覚醒条件の間の自律イメージの差はさらに拡がるが、ここでは先に述べた操作的定義に従い、自律イメージが生じたかいないかの数値を分析した。

3. あざやかさの評定

催眠条件と覚醒条件、及び提示イメージと自律イメージの別に、イメージのあざやかさについて7段階評定を行なった。この評定はベッツ QMI イメージ鮮明度スケール（林茂男訳）にならった。すなわち、評定値1は、「イメージは認められずそのことについて考えているだけ」、評定値7は、「完全に明瞭で現実の体験と同じ鮮明さ」となる。結果は表2に示したとおりである。平均値は催眠条件の指定イメージは5.1、自律イメージは5.35、覚醒条件の指定イメージは4.89、自律イメージは5.09であり、数値の上からみると、催眠条件の方が覚醒条件よりも高く、又、自律イメージの方が指定イメージよりも高い。しかし、2条件×2イメージの4つのイメージ全てをもった10名のデータに基いて分散分析を行なった結果、主効果、交互作用共に見られなかった。

表2 あざやかさの評定値について

	催眠 指定イメージ	催眠 自律イメージ	覚醒 指定イメージ	覚醒 自律イメージ
N	18	17	18	11
$\bar{x}$	5.1	5.35	4.89	5.09
S. D.	0.90	0.93	1.08	0.83

4. 情動価の評定

4つのイメージについて5段階の情動価の評定を行なわせた。評定値1は「少しも感情が伴わなかった」で、評定値5は「非常に強い感情が伴った」である。結果は表3に示したとおりである。平均値は催眠条件の指定イメージが2.83、自律イメージが3.47、覚醒条件の指定イメージが2.28、自律イメージが2.45であり、催眠条件の自律イメージの値が特に高かったが、あざやかさと同じく、4つのデータのそろった10名について分散分析を行なったが、主効果、交互作用共に見られなかった。

5. 記憶イメージか空想か

表3 情動価の評定値について

	催眠 指定イメージ	催眠 自律イメージ	覚醒 指定イメージ	覚醒 自律イメージ
N	18	17	18	11
$\bar{x}$	2.83	3.47	2.28	2.45
S. D.	1.25	1.37	0.96	1.13

自律イメージについて次の3つの項目のいずれにあてはまるかについて○をつけさせた。1. 行ったこと、見たことのあるそのままのイメージが中心、2. 部分的には行ったこと見たことのあるそのままのイメージ、3. ほとんど空想した場所や人についてのイメージ。

既視的なシーンを見るか、空想シーンであるかのどちらがイメージの自律性と関係があるかははっきりとは言えない。全く意図されない状況で我知らず浮かんできた記憶イメージは自律性に従っていると言えるし、半ば意図的に想い描かれた空想によるイメージは自律的とはいえないからである。しかし、どちらかという自律的なイメージは記憶像から離れた像をもつと思われる。そういった意図のもとで行なわれた質問である。記憶イメージ（項目1）と答えたのは、催眠条件の自律イメージで1例、覚醒条件では4例。準記憶イメージ（項目2）は、催眠条件で9例、覚醒条件では3例であった。空想によるイメージ（項目3）と答えたのは催眠条件で7例、覚醒条件では4例であった。特に2条件に差はないが、催眠条件では記憶イメージが少なく、覚醒条件ではやや多いと言えよう。

6. 自律イメージの内容について

表4 イメージの内容

順 序	被 験 者	催 眠					覚 醒				
		テ ー マ	内 容	あ ざ や か さ	情 動 価	記 憶 像 か か	テ ー マ	内 容	あ ざ や か さ	情 動 価	記 憶 像 か か
催眠 ↓ 覚 醒	A ♀	海	海沿いにこんぶが干してあって、少し歩くと倉庫があって花が咲いている。	4	2	記	公園	噴水がでてきた。そのまわりに花がさいている。風船屋が来る。はとが遊んでいる。子供がいる。	6	4	空
	B ♀	海	イメージが変わったというより一瞬夢を見ていたような気がする。急に海が真近にせまって、そこをクラスの子が走っていった。	5	2	準記	公園	中学生くらいの男の子が、たこ焼を買ってきてベンチにすわって食べていた。	5	3	記
	C ♀	海	夢みたい。動きを持って場面がかわるような感じ。映画みたい。人が家族連れで降りてきて、海にはアベックがいた。沖には釣をしている人がいて子供がいた。網で魚がたくさんとれた。空がくもってきて、雷の音がした。	6	3	準記	公園	ベンチにすわっていた人が立ち上がって犬を連れて森から出ていった。	4	2	準記
	D ♂	海	海岸で子供達が水遊びをしていて、自分もこれから泳ごうという気分になった。日ざしの暑さを感じた。	5	4	空	公園	男の人がベンチにすわり、タバコを吸い始めた。	6	1	空海
	E ♂	海	沖の方を大きな汽船が通る。ついで急に切りたった断崖の下で波間で小舟に乗っている情景	6	3	空	公園	ベンチにすわった人のまわりにハートが群がり、人が投げたエサをついばんでいる。	5	2	記
	F ♂	海					公園	ベンチにすわった人が足を組んで新聞を拡げ、タバコをくわえてその新聞を読んでいる。まわりにハトがたくさんいる。	5	1	記

吉村：催眠状態におけるイメージの自律性について

覚 醒 ↓ 催 眠	G ♀	海	最初は、風景は旅行の思い出なのに列車だけはなぜか蒸気機関車だった。それがイメージをずっと見ているうちにすべてが旅行のとおりになってきて、列車もその時乗った快速（急行だったかな？）に変わった。	5	5	準記	公園				
	H ♀	公園	弟とお母さんが来て、その後自分と父が来て、いっしょに座って話す。	6	5	空	海	島の方を見たら鳥が飛んできた	4	2	空
	I ♀	公園	ベンチに座りかけた人のあとにもう一人がやってきて、座りかけた人を誘って建物の中に入っていった。	6	5	準記	海				
	J ♂	公園	ベンチに座った女の子がベンチとともに暗いトンネルの中へすごいスピードでさがっていき、ベンチが一人用の椅子にかわり、そこから教会みたいな建物が浮かび、その上の十字架にその女の子がしばらくつけられていた。	4	1	準記	海				
	K ♀	公園	ベンチに腰かけていた男女が広い草原のようなところに来て、走ったり、草の上に坐ったりして楽しんでいる。	6	1	準記	海	歩いてきた人が海に到着して砂浜にたたずんで海を見つめているイメージ。	4	2	空
	L ♂	公園	建物が静かに崩れ去りガレキの山と化した。木の葉が黄色く変わり、ひらひらと落ちて冬景色になった。ベンチにすわっていた人間がガイ骨になった。	6	5	空	海	一旦イメージを作ると、汽車の動きに従ってあたかも映画でも見るように風景が変化していった。	6	4	準記
	M ♂	公園	老人の身のまわりに黄色のかれ葉が吹雪の如くまい落ち、（今度は老人の背中から見るのだが）老人は海を前にしてすわっており、そこに太陽が白く輝いた。	6	4	空	海				
	N ♂	公園	ある人が犬を散歩に連れてベンチの横を通りすぎる。（ある人はどんな人かはっきりしない、犬は中位の犬）。	3	3	空	海				
	O ♀	海	自分はまだ列車に乗ったままで、前に座った人を見ている。性別とかはわからないが知らない人なのに親しい気持ちがわいた。	6	4	準記	公園	ベンチに座わりかけている人が座わった。	6	2	準記
	P ♂	海	自分も海の方へかけていった。	6	4	準記	公園	座っている人がゆっくりと立ちあがって歩いていった。	5	4	記
	Q ♂	海	海の中をボートで島の方に向っている。	5	3	準記	公園				
	R ♂	注 (山)	バスから降りた人はそれぞれ道の反対にちりぢりバラバラで、2人の男の人が山道を登る。2人とも紳士然とした人で中年。やがて2人はげんか別れする。それで1人の紳士は山道でウサギに会う。そのウサギがかわいいので怒っていた気持ちがやわらいだ。	6	5	空	公園				

表4に、被験者の記述どおりに、自律イメージの内容とあざやかさ、情動価の評定値ならびに記憶イメージか空想によるものかについて掲げた。本項では、催眠状態におけるイメージの自律性の高さを被験者によるイメージ内容の記述の分析によって検証する。イメージ内容は数値化できないが、次のような特性をイメージの豊かさの指標とし、催眠条件と覚醒条件の差を検討したい。その際、あざやかさ、情動価の高さもイメージの豊かさの指標として考慮に入れる。指標としては、イメージ内容の構成要素の多様さ（登人場物、シーンの変化等）、独自性、流れがダイナミックであること、イメージの見手がイメージに関与している度合などがあげられよう。これらの指標を用い、1人1人のイメージの比較を通して、注目すべき点を抽出していく。

A. この被験者は2条件間に特に差はない。むしろ覚醒条件の方があざやかさ、情動価共に高くイメージが豊かである。覚醒条件の方が後に行なわれているので練習効果のようなものがあったのかもしれない。

B. 催眠イメージでは「夢を見ていたような……」という記述があり、自律性の高さがうかがえる。「急に海が真近にせまる……」という展開にはイメージの意外性がある。覚醒イメージでは情動価は高いがイメージの浮かべ方は半ば意図的なものである。

C. 催眠イメージではBと同じく「夢みたい」と述べている。イメージを構成している要素、特に登場人物が多い。雷の音という聴覚イメージもある。覚醒イメージは半ば意図的に浮かべられたものでありイメージ内容は平凡で要素も少ない。

D. 催眠イメージに「自分」が登場している。暑さという視覚以外の感覚イメージがある。覚醒イメージはあざやかさは評定値が高いが情動価は最低値である。内容も静的で平凡。

E. 催眠イメージではBと同じく「急に切りたった……」という意外性がある。表現から、小舟に乗っているのは被験者本人であろう。覚醒イメージは内容が平凡。

F. ただ1人覚醒条件にのみ自律イメージを持っている。しかし情動価は1で内容も他の被験者と類似していて平凡である。

G. 催眠条件にのみ自律イメージを持った。情動価は最高値であるが、半ば意図的に浮かべられたイメージである。

H. 催眠イメージの方があざやかさ情動価共に高く、自分がイメージに登場しており、イメージへの関与の度合が高い。

I. 催眠条件にだけ自律イメージを持った。このイメージは情動価が最高値であり、内観では、「暗い所に入ってゆく恐さと入った後何もなく安心した」と述べている。登場人物の気持ちを自分のものとしていたようだ。

J. 催眠条件だけに自律イメージを持った。このイメージはかなり不合理な筋であり、まるで夢の論理で作られているような印象を受ける。Iと同じく暗い所に入っていくというテーマがある。しかし、内容の面ではかなり劇的であるのに情動価は1であり、イメージの内容と被験者の情動の間にずれがある。

K. 両条件のイメージの間にあまり差を感じない。

L. 両条件のイメージともかなり自律性が高い。しかし催眠イメージの方が内容が独自の、容素も多い。Jと同じく不合理な夢の論理に従ったようなイメージである。情動価も高い。

M. 催眠条件だけに自律イメージを持った。内容は豊かで、視点の変化が見られる。

N. 催眠条件のみ自律イメージを持ったが内容は静的で平凡であり自律性は低い。

O. 両条件で自律イメージを持ったが、内容を見ると覚醒条件のイメージはほとんど動きがなく、自律的とはいえず難かった。催眠イメージの方は内観で、「話しかけようかどうしようか迷っていた」とあり、情動価も高い。「自分」がイメージの中におり、イメージへの関与の度合いが高い。

P. 両条件ともに自律イメージを持ったが両方ともイメージが静的である。

Q. 催眠条件だけ自律イメージを持ったが内容は平板で要素に乏しい。

R. この被験者は海テーマと内容的に並列な山を主題にしたテーマを与えられたが、内容が興味を引くものであるので取りあげた。催眠条件のみ自律イメージを持った。半ば意図的にイメージを浮かべたと言うが、内容は豊かで、あざやかさ、情動価ともに高く、内観では2人の登場人物のけんかと共に自分の情動も高まったと述べており、イメージへの関与の度合いが高いものと思われる。

以上18名について個人内の2条件間の差違を自律性について検討した。以上から次のような点が注目される。

イ. 催眠条件の自律イメージの方が記述も多く内容が変化に富んでいた。つまり催眠条件のイメージは内容が豊かでより自律性について高いイメージであったと考えられる。覚醒条件では、公園テーマでのイメージが多かったせいか、静的なイメージが多く、かなり内容が似通ったものが多かった。しかし、催眠条件での公園テーマのイメージはかなり内容の豊かなものもあり、テーマの性質ゆえに覚醒条件のイメージが平凡であったとは考えにくい。催眠条件でのイメージは記述が長く、一部を除いて内容が複雑で構成要素も多く、シーンの展開も多かった。ゆえに催眠時の自律イメージの自律性の高さが内容の上からも検証されたと見えよう。

ロ. 催眠条件での自律イメージには、被験者自身が登場していたり（D, H, O, Pおそらく、A, E, Qも）、登場人物の気持ちをそのまま味わっている例が多く、イメージへの自己の関与の度合いが高い例が多かった。

ハ. 「自分」以外の登場人物であるが、被験者自身にとって（あるいはイメージの中の「自分」にとって）意味深い役割を担っている人物が、催眠条件の自律イメージではみられた。例えば、Bの「クラスの子」、Hの「家族」、Iの「くらやみに誘う人」、Jの「女の子」、Mの「老人」、Oの「親しい気持のする人」、Rの「紳士」。

ニ. 催眠条件の自律イメージでは不安を喚起するようなテーマが含まれるイメージが何例も見られた。Cの「雷」、Eの「断崖の下の小舟」、Iの「くらやみ」、Jの「トンネルとしばらくつけられた女の子」、Lそのもの、Rの「けんか」。

ホ. 催眠条件では内容が夢の論理のようであったり（J, L）、夢のようというコメント（B, C）があったりした。

ヘ. 催眠条件では視覚以外の感覚イメージが現れた例が2例（C, D）あった。

考 察

催眠時のイメージは自律性が高いことが、自律イメージを持った人数の比較、及び内容の豊かさについての比較を通じて証明された。しかし、イメージの豊かさの指標として用いられたあざ

やかさと情動価の評定値についての分散分析では有意な主効果、交互作用共に見ることができなかった。これはひとつには本実験計画そのものの持つ問題点によることかもしれない。催眠にかかりやすい被験者を充分たくさん数を用いることができたならば、催眠条件と覚醒条件という2つの群を用いて群間比較を行なうことができた。しかし、被験者を充分に集めることが難しかったため、本研究では催眠と覚醒の2条件を続けて経験するという実験となり、あざやかさ及び情動価の評定値は各条件でのイメージの特性を反映するのみならず、その被験者に固有の特性（つまり、評定の仕方やイメージのあざやかさ）をも反映すると考えられるので、2条件間の差が明確になりにくかったとも考えられる。本研究では統計的検討の結果、両条件間の差は見られなかったが、イメージの内容から見た限りでは覚醒時のイメージより催眠時のそれの方が情動価は高いものと思われる。

さて、内観やイメージ内容の分析からは、催眠時のイメージについて全ての例にわたって共通している特性を抽出することはできなかった。しかし、心理療法は個人的な過程である。イメージを用いた場合にもそれにかわりはない。そこで必要な知見は、「全てのイメージは～である」という特性だけでなく、「こういうパターンのイメージがある」といった特性であろう。その観点から見ると、内観及び内容の分析からいくつかの興味ある点が抽出された。

まず、内観からは、「指定イメージは覚醒の方が浮かびやすい」という例が3例みられた。つまりイメージを意志の力でコントロールするのは覚醒状態の方がうまくいくと感じた意見である。このことから、「催眠ではイメージの自律性、覚醒ではイメージの統制性」という図式が浮かびあがる。しかし、催眠では被暗示性が高まっており、実験者が与える指定イメージが浮かびやすいとも考えられる。本研究の催眠誘導はリラクセーションと一点凝視による閉眼暗示により、一連の暗示は与えられなかった。ゆえに催眠といっても被暗示性の高まったものではなく、催眠者との人間関係にあまり影響されない中立的な状態であったのかもしれない。

心理療法にイメージが用いられるためには、イメージに自己が関与している度合の高いことが必要である。結果の項で述べたように、催眠時の自律イメージでは、イメージ内に「自分」が登場したり、「自分」の行為を表わす記述が見られる例が多かった。又、被験者にとって意味が深そうな人物が登場する例も多く、心理療法での催眠イメージ使用が有効であることがデータからうかがえる。

しかし、一方被験者JとLに見るように、催眠条件での自律イメージの内容が不合理で破壊的なものである場合がみられた。催眠状態では自我の統制が弱まるため、二次過程中的内容が展開しやすい。イメージを見る人がそれを意識で受け入れられるかどうかは治療者の判断の難しいところであり注意を要する。被験者JとLに関しては催眠から覚醒しにくいなどの危険な徴候は見られず興奮した様子もなかった。しかし、Lにおいてはイメージ内容がかなり劇的であるのに、情動価の評定値が1であり、イメージ内容と情動体験の解離があったのではないと思われる。

又、不安を喚起しやすいテーマを含む催眠イメージも多く、心理療法においては治療者が患者のイメージをうまく把握しつつ不安体験を支える力量が必要とされるであろう。

河合（1971）はイメージを無意識の言語であるとし、どの程度「無意識の言語」であるのかを判定する基準として、1. イメージ産出に伴うエモーションの量、2. どの程度、無意図的になされたか、3. 外的事物との関係の3点をあげている。本研究でもイメージの情動価、及び意図的であ

ったかいなか、記憶イメージであったかどうかなどの検討を催眠時の自律イメージについて行なった。その結果、催眠時の自律イメージ（操作的定義における）が覚醒時のそれよりもさらに自律的な特性をそなえていることがわかった。本論で述べた自律性とは、イメージそのものが生を受けて生き活きと展開する性質のことであり無意識に近い内容を担う場合が多い。それだけに自律的なイメージが心理療法で果たす役割は重要であり、又、扱いに十分に注意を要するものであると思われる。

注

1. 指定テーマを決定する段階で、表1の海のテーマをそっくり山におきかえて予備的に実験してみた。山というテーマで全く同じ手続を経たのが、表4の被験者Rである。本来ならばテーマが異なるためにデータから除外すべきではあるが、イメージ内容が豊かで分析する価値があると思われたのでデータに入れた。列車はバスにかえ、バスが停留所に止まったところから人が山へ登っていくというテーマである。
2. 追手門学院大で被験者を志願してくれた者の中には催眠感受性の低い者もいた。集団で実験手続を経た後、感受性得点7点以上の者を取り出したため、指定イメージの順番のカウンターバランスに若干の偏りがみられる。

引用文献

- 藤原勝紀 1979 幾何学図形イメージ 催眠シンポジウムⅩ「心理療法におけるイメージ」(成瀬悟策編) 87-110 誠信書房
- Gordon, R. 1949 An investigation into some of the factors that favour the formation of stereotyped images'. *British Journal of Psychology*, 39, 156-167.
- 河合隼雄 1971 イメージの意味と解釈 催眠シンポジウムⅡ「イメージ」(成瀬悟策編) 203-217 誠信書房
- 栗山一八 1971 治療過程に伴うイメージの変容 催眠シンポジウムⅡ「イメージ」(成瀬悟策編) 159-182 誠信書房
- 栗山一八 1979 自発性イメージ 催眠シンポジウムⅩ「心理療法におけるイメージ」(成瀬悟策編) 238-253 誠信書房
- 水島恵一 1967 イメージ面接による治療過程 臨床心理学研究 6
- 水島恵一 1968 イメージ面接による治療過程(続) 臨床心理学研究 7 85-94
- 水島恵一 1983 体験的認知としてのイメージの理論 イメージの基礎心理学(水島恵一・上杉喬編) 259-297 誠信書房
- リチャードソン 鬼沢貞・滝浦静雄(訳) 1973 心像 紀伊国屋書店 (Richardson, A. 1969 *Mental Imagery*. New York: Springer)
- 田嶋誠一 1983 “壺”イメージ療法 広島修大論集 24.1.

(博士後期課程)