

一般社団法人 日本医療催眠学会  
第11回学術大会

# De-hypnotize Yourself

## ～脱・催眠がもたらすもの～



日時 2024年10月27日(日) 10:00～18:00

会場 國學院大學 渋谷キャンパス  
130周年記念5号館

主催 一般社団法人 日本医療催眠学会

大会長 星野 優子

## 第11回学術大会のご挨拶

白石 俊隆（日本医療催眠学会理事長、愛せる母・スピリチュアルクリニック）

第11回学術大会もまた藤野敬介副理事長のお力添えをいただき、  
2024年10月27日（日曜日）に、國學院大学 渋谷キャンパスにて開催されます。

今回は、医師である星野優子大会長の指揮のもとに、テーマは『De-hypnotize Yourself～脱・催眠がもたらすもの～』です。大会長曰く、「セラピストの我々が、苦しめられているクライアントさんを自由にするには、私たち自身が自分に向けられた催眠に気づき、そこから脱する必要があります。今回の大会のプログラム内容は、いつもと少し違うかもしれません。」とのこと。なかなか興味深いテーマであるように感じます。どのような中身になるのかとても楽しみにしております。



招待公演では3人の方々にご登壇いただきます。お一人目は、昨年引き続き、国際催眠連盟IHF創始者・理事長 シェリー・ストックウェル博士で演題は、「あなたに密かに催眠をかけているのは誰か、それに対しどうすべきか!」。さらに、臨床心理士 向後善之先生の演題は、「混ぜたら危険、スピリチュアリティと陰謀論」、3人目は、ビジネスコーチ Matthew Dons氏で、演題は「プロのセラピストとして着実に成功する方法」です。

一般講演では、学会員 Steven Morgan氏と赤木大介氏と理事 土元洋一郎氏をご講演になります。

今年は、藤野敬介副理事長のご発案で、大学生の方の参加を追加しております。お一人でもご興味を持っていただける機会となればと願っております。

どうか会員の皆さまはもとより、どなたでもご参加になれますのでお誘い合わせの上、奮ってご参加くださいませ。こころよりお待ち申し上げます。

## 第11回学術大会開催にあたり

星野 優子（日本医療催眠学会理事、Starkeepers Holistic Service 代表）

本大会のテーマは「De-hypnotize yourself～脱・催眠がもたらすもの～」としました。  
クライアントさんの多くは、これまで無意識に自分に課せられてきた、そして今は不要となっているプログラムに苦しめられています。

セラピストの我々が、そこからクライアントさんを自由にするには、私たち自身が自分に向けられた催眠に気づき、そこから脱する必要があります。

今回の大会のプログラム内容は、いつもと少し違うかもしれません。でもそれが刺激となって、今後の先生方の臨床のお役に立てれば幸いです。

“セラピストは穏やかでいい人であるべき”という思い込みも捨てて、活発な質疑応答をしていただくと嬉しいです。



# 「あなたに密かに催眠をかけているのは誰か、それに対しどうすべきか！」 “Who's secretly Hypnotizing YOU and what to do about it !”

シェリー・ストックウェル・ニコラス博士 (国際催眠連盟IHF 理事長)

## 【概要】

人は時に、何か事を起こしてから、「自分はなぜ、あのような行動をしてしまったのだろう？」と嘆き、後悔することがあります。いったい何が、そうさせたのでしょうか？ 私たちは皆、気づかぬうちに、催眠にかけてられて育ってきたのです。そして今も、それは続いています。両親や学校の先生から、メディアやネットから、そして国から...

特定の価値観や固定観念を刷り込まれているのです。このような縛りから人々を自由にする、脱催眠を助けることが、ヒプノセラピストの大事な役割とっていいでしょう。

今年も皆さんと、臨場感を持って繋がり、実践的ワークを体感していただきながら、おひとりおひとりのハートと脳、体と魂をひとつにし、全体に響かせたいと、楽しみにしております。



## 【プロフィール】

国際催眠連盟(International Hypnosis Federation IHF)創業者・理事長。心理学博士。マスター・ヒプノティスト。臨床歴53年のアメリカにおける催眠療法の先駆者の一人。著書26冊。マインドフルネス、催眠、NLP、セルフヘルプ(自助)、コーチング等。全米トランスパーソナル催眠協会より「臨床貢献賞」を、ミッドアメリカ催眠学会より「ライフタイム・アチーブメント賞」等を受賞している。

2023年当学会学術大会にて初講演”Hypnosis the Truth, the Whole Truth, Nothing but the Truth~50 years of Hypnotherapy in the U.S.”「ヒプノシス：在るは真実、完全なる真実のみ、真実以外何もない~米国における催眠療法50年の軌跡」

# 「ハート・フォーカス呼吸で人前でのパフォーマンスに対する不安を克服する」 “Helping Clients Overcome Performance Anxiety through Heart-Focused Breathing”

会員 Steven Morgan / 赤木 大介

## 【概要】

This presentation will introduce heart-focused breathing as a practical technique to assist musicians, actors, and public speakers overcome stage fright and enhance their public performances. By focusing on the heart while engaging in deep, rhythmic breathing, performers can achieve a calm emotional balance and heightened presence, which allows them to deliver more authentic performances.



The session will demonstrate how this practice not only reduces anxiety but also deepens the connection between the performer and their art, leading to improved concentration, expressiveness, and overall stage presence. Attendees will leave with practical tools to assist their clients in integrating heart-focused breathing into rehearsal and performance routines, ultimately elevating their artistic expression.

本発表では、音楽家、俳優、講演者が舞台での緊張や不安を克服し、人前でのパフォーマンスを向上させるための実践的なテクニックとして、ハート・フォーカス呼吸を紹介する。深くリズムカルな呼吸をしながらハートに意識を集中させることで、パフォーマーは落ち着いた感情のバランスを保ち、プレゼンス（存在感）を高めることができる。

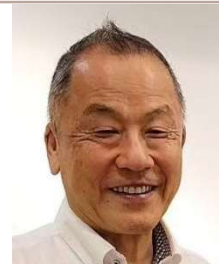
今回はこの練習方法が不安を軽減するだけでなく、パフォーマーと芸術とのつながりを深め、集中力、表現力、ステージでの存在感を向上させることを実演する。参加者は、ハートに焦点を当てた呼吸をリハーサルやパフォーマンスの習慣として取り入れることで、最終的にクライアントが芸術的表現を高めることができるようにサポートをする実践的なツールを手にすることができる。

## 歩き瞑想を用いた、脱・催眠のやり方について

理事 土元 洋一郎

### 【概要】

私は20年ほど、催眠セラピーとしての誘導瞑想セラピー（過去生回帰・インナーチャイルド等）を実施してきた。その中でやはり一人一人の抱える深層心理の問題の多さに正直驚いている。それを何とかして一人一人が簡便に且つ、スムーズに安価に実現できる方法として、セルフ誘導セラピー、それを歩きながら実現する、「歩き誘導瞑想セラピー」を考案してきた。この手法を今後日本・台湾・米国等で広めたいと考えている。



### 【本文】

私は、米国心理内科セラピスト、トリシア・カエタノ師に24年前に会う。それ以降のべ1000人を超える方々に誘導瞑想ヒーリング（過去生回帰セラピー、インナーチャイルド等）を実施してきた。現在日本で、（一社）日本瞑想セラピー協会(JMTA) / JMTA出版を設立し、ボランティア的に、この誘導瞑想セラピーの普及に努めている。元々はNTTエンジニアで電気通信網の拡充、国際ビジネスの創設等に携わった。NTTを64歳で退職後、台湾のIT・AI企業に勤務しその業務の傍ら台湾の社員家族に、瞑想と誘導瞑想ヒーリング法を指導してきた。その結果、現在日本、台湾、米国等で定期的に誘導瞑想ヒーリング推進活動を行っている。

これらの活動で、広い意味で、どうすれば「人は幸せになれるのか」について、模索してきた。結果理解したことは、人はそれはそれは膨大な過去生からくるトラウマに苦しめられており、そこからの離脱が、即人としての幸せに繋がること（≡脱・催眠）を深く理解した。誘導瞑想セラピーは、通常ヒーラ/セラピストが、クライアントを誘導して、個々の病、苦痛、悩みを解放するのであるが、筆者は自ら一人でこの脱・催眠を実施する方法を考案してきた。これは、例えば会社から自宅へ帰宅する途中、歩道をゆっくり歩きながら、過去生回帰セラピーを自ら実施する方法で、簡便で、大都会等でも比較的容易に実施できる方法である。講演では、この手法の具体的実施方法、その利点、未来への展望等について概説したい。



# 「混ぜたら危険、スピリチュアリティと陰謀論」

向後 善之（臨床心理士）

## 【概要】

近年、「コンスピリチュアリティ」という言葉が聞かれるようになった。

「コンスピリチュアリティ」とは、「陰謀論」（conspiracy theory）と「スピリチュアリティ」（spirituality）を組み合わせた造語である。

「重要な出来事の裏に、一般人に知らされていない陰謀がある」という陰謀論を信じる人たちと、「何らかの不可知、不可視の存在と神秘的なつながりを得て、非日常的な体験をし、自己が高められる」という感覚を持つスピリチュアリティに傾倒する人たちの親和性はとても高い。

共に、今目に見えている世界は一部でしかなく、その背景には重要な何かが隠されているのだという信念を持っている点が共通しているのである。

陰謀も全く存在しないわけではなく、スピリチュアリティも大切な概念だが、中には非現実的な極端な考えを持つ人たちもいる。

本講演では、なぜ、ある種の人々が極端なコンスピリチュアリティにのめり込んでいくのかについて、私自身の考えをお伝えしたい。

## 【プロフィール】

臨床心理士。CIIS（カリフォルニア統合学大学院）で統合カウンセリング専攻。

サンフランシスコ市営のRAMS（Richmond Area Multi-Services）他でカウンセラーとして働いた後、帰国。ハートコンシェルジュでカウンセリングを行うとともに、大学で臨床心理学を教えている。

著書に「マンガでやさしくわかるオープンダイアログ（日本能率協会マネジメントセンター）」他。



# 「プロのセラピストとして着実に成功する方法」 “How to Steadily Grow Your Professional Practice”

Matthew Dons マシュー・ドンズ (ビジネスコーチ、NPO Make Cancer History 代表)

## 【概要】

Running your own business gives you a lot of freedom but it brings many challenges. By far the biggest challenge is how to get new clients. Some naturally come via word-of-mouth, but to reliably get clients you need marketing, and that's what this talk is all about.

“Marketing” is a complex topic. It often feels overwhelming, and there's so much contradictory information. To make things worse, marketing techniques used by big businesses are irrelevant if your business is just you, or you and one or two other people.

So copying big-business marketing won't help you.

In this talk I'll cover simple, time-tested techniques to help you get more clients and to keep them for longer.

I'll also show you how to get the right clients. This allows you to grow your business at your own pace.

I've helped many kinds of small businesses implement effective marketing.

I'll share with you the techniques that work, and I'll explain why they work.

But I'll also tell you about common marketing mistakes - mistakes that you may be making right now in your business.



自分のビジネスを経営することは、多くの自由を与えてくれますが、同時に多くの課題をももたらします。圧倒的に大きな課題は、いかにして新しいクライアントを獲得するかということです。何人かはクチコミで自然にやって来ますが、クライアントを確実に獲得するにはマーケティングが必要となります。それがこの講演のテーマです。

「マーケティング」は複雑なテーマですし、圧倒されそうになるかもしれません。それに矛盾した情報も多くみられます。さらに悪いことに、あなたのビジネスがあなた個人、もしくはあなたと1人か2人の従業員しかいない場合は、大企業が使っているマーケティング・テクニックは適用できないのです。ですから、大企業のマーケティングを真似しても、何の役にも立ちません。

この講演では、あなたがより多くの顧客クライアントを獲得し、その顧客クライアントを長く維持するために役立つ、シンプルで実績のあるテクニックについて取り上げます。

また、適格な顧客クライアントを獲得する方法もご紹介します。これにより、あなたは自分のペースであなたのビジネスを成長させることができます。私はこれまで、効果的なマーケティングを実施できるよう、さまざまなスモールビジネスを支援してきました。

講演では、効果的な方法となぜそれが有効なのかをお話ししますさらに、よくあるマーケティングの誤りについてもお話します。ちょうど今も、ご自分のビジネスでその誤りをおかしているかもしれません。

## 【プロフィール】

ビジネスコーチ、NPO Make Cancer History代表。コンピューターサイエンス分野からビジネスコーチに転身。現在、スモールビジネスオーナーを中心にコンサルティングやグループミーティングを行なっている。ステージ4の大腸がん患者でもあり、がん患者のサポート、医療者・研究者支援のためのNPO代表としても活動中。

## 「クライアントの自立を促すセッションについて： 日本医療催眠学会の今後を踏まえて」

司会：星野優子 大会長

### 【概要】

今年のテーマは、“De-hypnotize yourself 脱・催眠がもたらすもの”ですが、これはクライアントに本来の自分の力を取り戻してもらおうということ、そのためにはセラピストもかけられてきた催眠から目を覚ます必要があるということです。



クライアントのためにセッションを行うという意味では、何ら変わりはないのですが、ベテラン理事の3人の先生と新しく加わった理事の先生方を加え、医療催眠学会の今後を踏まえてディスカッションをしていただきます。

### 【登壇者】

パネリスト

白石 俊隆（理事長） / 藤野 敬介・大槻 麻衣子（副理事長） / 福島 裕人・中野 珠美（理事）

時 間	プログラム（開演：10:00～終了：18:00）		
10:00～10:10	開会の言葉	理事長	白石 俊隆
10:10～10:15	大会長挨拶	理事	星野 優子
10:20～11:50 〈米国より生中継〉	<b>【招待講演】</b> シェリー・ストックウェル博士 「あなたに密かに催眠をかけているのは誰か、それに対しどうすべきか！」 “Who's secretly Hypnotizing YOU and what to do about it !” 司会：星野 優子／通訳：大槻 麻衣子		
11:50～13:30 13:20～13:28	＝お昼休憩＝ 総会：会計報告 感謝状授与		
13:30～14:10	「ハート・フォーカス呼吸で人前でのパフォーマンスに対する不安を克服する」 “Helping Clients Overcome Performance Anxiety through Heart-Focused Breathing” 会員 Steven Morgan／赤木 大介		
14:15～14:35	「歩き瞑想を用いた、脱・催眠のやり方について」 理事 土元 洋一郎		
14:45～15:45	<b>【招待講演】</b> 「混ぜたら危険、スピリチュアリティと陰謀論」 臨床心理士 向後 俊之		
15:55～16:55	<b>【招待講演】</b> 「プロのセラピストとして着実に成功する方法」 “How to Steadily Grow Your Professional Practice” ビジネスコーチ Matthew Dons		
17:05～17:50	<b>【パネルディスカッション】</b> 「クライアントの自立を促すセッションについて： 医療催眠学会の今後 を踏まえて」 司会：星野 優子 パネリスト： 理事長：白石 俊隆 / 副理事長：藤野 敬介 大槻 麻衣子 理事：福島 裕人 中野 珠美		
17:50～18:00	閉会の言葉	副理事長	藤野 敬介

お問合せ：一般社団法人日本医療催眠学会 大会事務局 taikai.jmha@gmail.com

お申込みはこちらから

所在地：150-8440 渋谷区東四丁目10-28 國學院大學渋谷キャンパス

若木タワー13階 1312（藤野敬介）研究室 内

T E L : 070-4388-7102

