

11/23/2018

13:45-15:35

岡山コンベンションセンター

第18回日本認知療法・ 認知行動療法学会

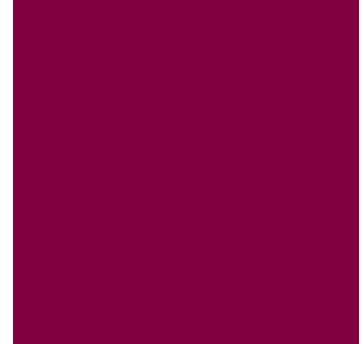
大会企画シンポジウム4
新世代認知行動療法から
見える新しい展望

井上 和臣

医療法人内海慈仁会 内海メンタルクリニック
認知療法研究所

演題発表に関連し、開示すべきCOI 関係にある企業などはありません。

行動療法から認知療法、そして 新世代の認知行動療法群へ

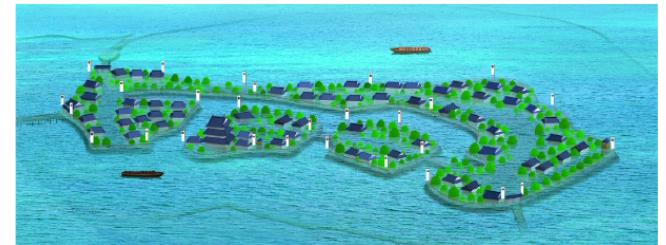
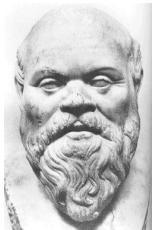


治療が対象とするのは、目の前のひとりの患者、「今、ここ」を生きる患者、人としての歴史とともに病歴を有する患者である。

第1世代から第3世代に至る認知行動療法の進展は、

認知をめぐる理論的変遷である。

と同時に、2つの治療モードを軸にひとりの患者に対する一連の治療行為を再確認する歴史でもある。



高松城水攻め

鍵概念としての認知

第1世代
行動療法
bench-to-bedside

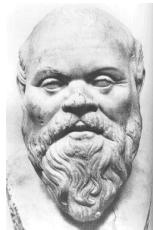
認知革命
**cognitive
revolution**

第2世代
認知療法
bedside

■第1世代から第2世代へ

認知（思考とイメージ）を実証的に取り扱うことで、成人の気分障害や神経症性障害へと適応を拡大させた。

認知療法の着想は、第1世代の行動療法の系譜ではなく、当時米国を席巻していた精神分析のドグマへの反論として得られた。実験と臨床観察からBeckは精神分析モデルを放棄した。



鍵概念としての認知

第1世代
行動療法

認知

第2世代
認知療法

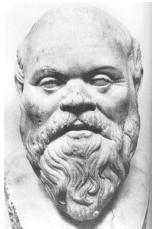
第3世代
認知行動療法群

■ 第3世代へ

■ 理論 認知の内容から認知との関係へ

■ 治療 治療を構成する機転：

変化changeと受容acceptance



距離を置くこと・脱中心化 (distancing/decentering)

- こうした思考を観察し続けていくうちに、彼らはその思考を客観的に見ることができるようになるのである。... 比喩的に言えば、現実と同じというよりむしろ心理現象として自動思考を検証できる人には距離を置く能力が備わっていると言える。

Beck, A.T.: **Cognitive Therapy and the Emotional Disorders.**
A Meridian Book, New York, 1976/1979 (Kindle 版).
(アーロン・T・ベック著, 大野 裕訳: 認知療法—
精神療法の新しい発展. 岩崎学術出版社, 東京, 1990.)

2つの治療モード: 受容と変化

- 認知行動療法には「指示的(directive)」という術語への誤解が伴いがちである。第3世代は第1世代や第2世代でも必然的に含意されていた「支持的(supportive)」であることの意義を明示的に再確認することになる。
- 受容と変化は、DBTの表現を借りるなら弁証法的(dialectical)、古代ギリシアにまで遡及するなら問答法(dialektiké)、ソクラテスの対話(Socratic dialogue)にあるように、相互排除的ではなく、補完的に相和し、発見に寄与するモードである。

スペクトラムとしての 認知療法・認知行動療法

