

## しんがりであること: 事務局長退任に当たって

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 井上和臣

エロスは美を欠いており、美を持っていないことになる。

プラトン『饗宴』

### プロローグ

日本認知療法・認知行動療法学会の幹事（事務局長）を退任するに当たり、『認知療法 News』を主管する広報委員会からご依頼がありましたので、20年弱を回顧したいと思います。

『認知療法 News』の歴史は日本認知療法研究会の発足よりも古く、1997年6月にまでさかのぼります。皆さまご承知の通り、学会のホームページで創刊号の全文を読むことができます。よく見ていただきますと、再刊第1号となっています。なぜ再刊なのかは、「再刊にあたって」をご一読ください。

爾来、40数号まで多くの皆様からのご寄稿を編集する作業を年4回のペースで継続し、星和書店の『こころの臨床 à la carte』に掲載していただきました。その後は『認知療法 News』に関わるすべてを広報委員会に引き継いでいただいた次第です。

以下にご紹介するのは、小生が知る限りの研究会・学会の歩みとなります。末尾には最近の小生の関心を取り上げてあります。

### 第1幕第1場 日本認知療法研究会

認知療法 (Cognitive Therapy) はアメリカの精神科医 Dr. Aaron T. Beck がうつ病治療のために開発した精神療法で、わが国に積極的に紹介されるようになったのは1980年代後半以降でした。Dr. Beck の主宰するペンシルベニア大学認知療法センターから Arthur Freeman が来日した1989年、「認知療法元年」とも称すべきこの年を境として、それまで散発的になされてきた研究や臨床報告は急激に増加しました。

これを受けて『認知療法・認知行動療法全国連絡会議』が大野裕氏（慶應義塾大学）の呼びかけで何回か開催されました。東京や京都などでは定期的な研究会や勉強会が始まりました（京都府立医科大学での土曜日午後の「認知行動療法を学ぶ会」は、1993年3月6日の第1回から2016年3月12日まで200回を数え終結しました）。しかし、『認知療法・認知行動療法全国連絡会議』以後はこれを継承する全国的な組織がないまま何年かが経過していました。

1998年3月7日、認知療法に関心を寄せる人々が一堂に会し情報交換を行い、その蓄積を広く臨床の場に還元できるよう、『日本認知療法研究会』を設立することが京都府立医科大学での第1回研究会において承認されました。席上、大野裕氏が研究会会長に選ばれ、

## しんがりであること:事務局長退任に当たって

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 井上和臣

事務局は鳴門教育大学（徳島県鳴門市）の小生の研究室に置かれることになりました。

日本認知療法研究会は第2回大会（慶應義塾大学；1998年10月）、第3回大会（京都府立医科大学；1999年10月）、第4回大会（慶應義塾大学；2000年10月）と継続されました。

### 第1幕第2場 日本認知療法学会

2001年5月、大阪において大野裕氏と小生が呼びかけ人となって日本認知療法学会設立準備会がもたれました。準備会において、学会名は日本認知療法学会、英語名は日本認知療法研究会との連続性を考慮し **The Japanese Association for Cognitive Therapy (JACT)** に決定しました。さらに第1回学術集会の予定が提案され了承されました。（学会事務局は、10年あまり鳴門教育大学のままでしたが、その後2012年4月から2016年末までは兵庫県西宮市内の内海メンタルクリニックが入っている建物の3階、認知療法研究所内にありました。）これらは正式には京都府立医科大学での第1回日本認知療法学会において承認されました。

新しい世紀を迎えた2001年の秋（10月26日～27日）、第1回日本認知療法学会が福居顯二会長のもと京都府立医科大学図書館ホールを会場として開催されました。

以後、2016年11月の大阪での学会まで、日本認知療法学会は日本行動療法学会（現日本認知・行動療法学会）、日本サイコオンコロジー学会、日本摂食障害学会、日本うつ病学会との同時・合同開催も含めて16回を数えています。会員数は、研究会発足時は50名であったのが、1800名弱になっています（一時期2000名を超えたこともありましたが、新規入会が右肩下がりとなり、若干の減少が起こっています）。

2016年1月には学会名称を日本認知療法学会から日本認知療法・認知行動療法学会へ変更し、2017年7月には新名称を冠した学術集会が開催されます。

2017年以降も日本認知療法・認知行動療法学会は保健・医療・福祉・教育等と幅広い領域に寄与するところ大であろう、と未来予想図を思い描いています。第1回日本認知療法研究会で紹介した **Dr. Beck** から寄せられた期待に応えていくことは、不易の課題と自覚しているつもりです。

...I am sure that bringing together the various mental health professionals who are interested in this approach to treatment will help to integrate everybody's work and I'm sure will lead to important research. ...I am sure that the group will take a leadership role, not only in the East, but throughout the world. May I wish you and

## しんがりであること: 事務局長退任に当たって

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 井上和臣

the new Association for Cognitive Therapy my heartiest congratulations and high expectations for a very rewarding opportunity to disseminate cognitive therapy.

### 第 1 幕第 3 場 Japan Psychotherapy Week

Japan Psychotherapy Week (JPW) はわが国の精神科臨床に欠かすことのできない複数の精神療法, すなわち精神分析療法, 森田療法, 行動療法, 認知療法・認知行動療法等について討議し学ぶ機会として小生が年来夢想してきたものです。精神療法に関わる複数の学会が同時にあるいは重複期間を含みながら相前後して同一の会場で開催される, それが JPW です。

発想の一つは精神科治療における鑑別治療学にあります。Frances によると, 認知療法は洞察的なものと指示的なものにまたがっている独特な精神療法です。複数の学会が関与して実現される「週間」の雛形は消化器病週間 (Digestive Disease Week: DDW) の我が国での展開にあります。

小生の主宰する Japan Psychotherapy Week 企画運営委員会では 2015 年から Japan Psychotherapy Week を神戸旧居留地にあるホテルにおいて実施しています。JPW 2015 では 2015 年 2 月にほぼ 1 週間の間隔をあけ 2 夜にわたって 3 名の精神科医に講演していただきました。同じ年の 5 月には JPW2015 SP と題して, 国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センターをご退職されたばかりの大野裕氏をお招きすることができました。Freud の誕生日である 5 月 6 日に始まる 1 週間を独断で Japan Psychotherapy Week と命名し, JPW2016 は 5 月に開催しました。JPW2017 は 2017 年 5 月 7 日を予定しています。

JPW は学術講演会ではありますが, 参加者がお食事 (とお酒?) を摂りながら講演を聞き論議するという形式を採用しています。ゆったりした雰囲気の中で円卓を囲み五感のすべてを活動させて, わが国における精神療法にまつわる話題を賞味するという趣向です。プラトンの描く『饗宴 (シュンポシオン)』のように, JPW において古代の饗宴の醍醐味を現出できればと愚考しています。

### エピローグ

2012 年春, 5 年ほど早目に鳴門教育大学を退職した時, 有志が京都で記念の会を催してくれました。ひとわり話し終わった後, 認知療法の未来予想図について質問を受けたので, こう応じました。

一つは「消えゆく認知療法 vanishing Cognitive Therapy」<sup>i</sup>という予言であり, もう一

## しんがりであること:事務局長退任に当たって

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 井上和臣

つは認知療法のしんがりを務めるという意思表示でした。

「消えゆく認知療法」は楽観的な予測です。もっとも勢いのあるものがすべてを吸収し、目視はできなくなるものの、十全な機能が維持されているという状態です。

しんがりであるということは、織田信長の越前攻めからの敗退に触発された、最も悲観的なシナリオです。隆盛の道を歩みつつある認知療法と日本認知療法・認知行動療法学会に反省と逆風の時期が訪れて、多くの人々が認知療法から離れて行くことがあっても、認知療法の隊列の最後尾に居続けるということです。

最後になりましたが、事務局業務への長年のご協力とご寛恕に対し会員の皆様に心よりの感謝を申し上げて稿を終えたいと思います。どうもありがとうございました。

---

i 井上和臣. 日本認知療法学会：経緯と将来展望. 認知療法研究 2008; 1: 10-15.