

特別寄稿

日本認知療法学会：経緯と将来展望

井上和臣

認知療法研究

第1巻 2008年

別刷

日本認知療法学会

特別寄稿

日本認知療法学会：経緯と将来展望

井上 和臣¹⁾

1. はじめに

日本認知療法学会（以下、本学会）の機関誌『認知療法研究』が、丹野義彦氏を代表とする編集委員会のご尽力で始動しはじめた。これまで学会の会則第4条に明記されている「学会誌の発行」という事業が果たせぬまま、事務局長として内心忸怩たる思いを重ねてきた。約束不履行の終わるときが近いことに感謝するとともに、長くこの日を待っておられた会員諸兄姉に対してはお詫びを申し上げたい。創刊号に学会の過去・現在・未来に関する拙文を寄稿し、責を果たすことができれば望外の喜びである。なお、日本認知療法研究会と本学会の設立当時については、すでに公表した拙稿（井上，2000；2002）もご参照いただけると幸いである。

2. 日本認知療法学会の設立前史

1998年3月7日、第1回日本認知療法研究会が京都府立医科大学臨床講義棟で開催され、「日本認知療法研究会（The Japanese Association for Cognitive Therapy）」が発足した。会長は大野裕氏（慶應義塾大学）、事務局を井上が担当することになった。その後、第2回大会（1998年10月11日、慶應義塾大学医学部）、第3回大会（1999年10月16日～17日、京都府立医科大学）、第4回大会（2000年10月7日～8日、慶應義塾

大学医学部）と、京都と東京で交互に学術集会が継続された。2000年5月には日本認知療法研究会の会員名簿（同年1月現在：195名）が作成された。翌2001年3月末には、医学、心理学などを専門とする会員が220名を数えるようになった。この間に、「認知療法（The Japanese Journal of Cognitive Therapy）」と題する刊行物3巻（日本認知療法研究会，1999；2000；2001）が会員に配布された。

2001年5月、大阪において本学会の設立準備会がもたれた。折しも、2004年に神戸で世界行動療法認知療法会議（World Congress of Behavioral and Cognitive Therapies, WCBCT）が予定されていて、認知療法に関わる学会の組織化により積極的な貢献ができることとなった。

準備会では、学会名は日本認知療法学会とし、英語名称は研究会からの連続性を考慮し、The Japanese Association for Cognitive Therapy (JACT) とすることが内諾された。会則と役員構成が明確になり、京都府立医科大学で第1回日本認知療法学会が開催される運びとなった。日本認知療法研究会は発展的に解消されたが、研究会の会員は本学会の最初の会員として継承された。

3. 日本認知療法学会の設立

1) 第1回日本認知療法学会

2001年10月26日～27日、第1回日本認知療法学会が福居顯二氏（京都府立医科大学）を会長に同大学図書館ホールを会場として開催された。このとき本学会は正式に創設された（図1）。

¹⁾ 鳴門教育大学臨床心理士養成コース

第1回 日本認知療法学会

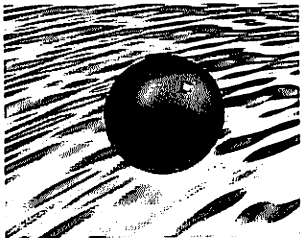
The 1st Congress of Cognitive Therapy

Symposium: 「各疾患・病態における認知療法の実際」
会長講演: 「日本における認知療法の拡がり」

第2回 認知療法研修会

2001年10月26日(金) 13:00~17:00
27日(土) 9:00~17:15 (15:15~17:15 認知療法研修会)

京都府立医科大学図書ホール
京都市上京区河原町通広小路西入ル(市バス府立医大病院前)
TEL 075-212-5414



会長 福居顯二(京都府立医科大学精神医学教室)
総会事務局 京都府立医科大学精神医学教室(担当: 山下達久, 吉田卓史, 土田美入)
〒602-8566
京都市上京区河原町通広小路上ル福井町485
TEL 075-251-5612
FAX 075-251-5839
E-mail: psyche@oto.kpu-m.ac.jp
日本認知療法研究会
<http://www.nurute-u.ac.jp/~kiroum/index.html/gakkaika.html>

図1 第1回日本認知療法学会ポスター
(提供: 福居顯二氏)

会長講演「日本における認知療法の拡がり」、シンポジウム「各疾患・病態における認知療法の実際」の一部が、この創刊号には掲載されている。その他には、症例報告(50分枠)が1題、一般演題(20分枠)が12題という規模であった。もちろん口頭発表だけで、発表と討論にも多くの時間をかけられたし、すべての演題を聞くことができるという1会場の利点も加わった。参加者は約150名で、医学、心理学、学校教育関係者が中心であった。印象に残るのは、臨床診断の重要性に関する指摘が座長からあり、懇親会でもその話題が続いたことである。多職種専門家が集う学会ならでは、の問題提起であった。

2) 第2回および第3回日本認知療法学会

日本認知療法学会第2回大会(2002年10月25日~26日)は小谷津孝明氏(日本橋学館大学)を会長に慶應義塾大学日吉キャンパスにおいて開

催された。プログラムには本学会が日本学術会議の学術研究団体に登録されたことが報告されている。招待講演にDSM-IV編集実行委員会委員長として著名なAllen Frances氏(デューク大学)をお招きし、特別講演3題(古川壽亮氏、岩崎徹也氏、大野裕氏)、自主シンポジウム1題、研究発表は15題であった。

第3回日本認知療法学会(2003年10月4日~5日)は切池信夫氏(大阪市立大学大学院)を会長に大阪市立大学医学部学舎において開催された。会長講演、特別講演2題(堀越勝氏、中村敬氏)、シンポジウム1題、一般演題は35題であった。昼食時にはランチョンセミナー2題がはじめて実施され、パニック障害と全般性不安障害が話題となった。

3) 世界行動療法認知療法会議(WCBCT)

日本行動療法学会、本学会、日本行動分析学会が共同で主催したWCBCT(2004年7月20日~24日、神戸)は、認知療法に対する関心を高め、本学会の会員増加に大きく貢献した(図2)。

4) 第4回日本認知療法学会以降

第4回日本認知療法学会はWCBCTの招致・開催に奔走した坂野雄二氏(北海道医療大学)を会長に、年を越した2005年2月18日~20日(20日:第5回認知療法研修会)、札幌コンベンションセンターを会場に開催された。会長講演、特別講演2題(大野裕氏、安藤一重氏)、シンポジウム3題、ランチョンセミナー1題、一般演題は48題であった。ポスター発表(20題)がはじめて導入され、最終日には市民公開講座「ひとりで悩まないで:うつ病の理解と自殺予防」が多くの聴衆を集めた。

第5回日本認知療法学会は貝谷久宣氏(医療法人和楽会)を会長に、年の瀬の2005年12月9日~11日(11日:第6回認知療法研修会)、名古屋銀行協会会館において、「科学としての認知療法」をテーマに開催された。会長講演、特別講演1題(中野東禅氏「日本の認知療法の源流——仏

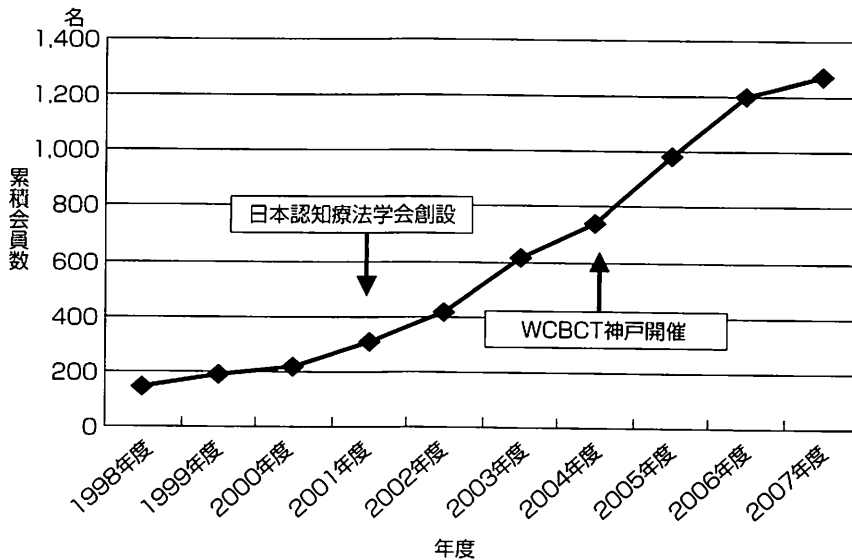


図2 会員数の推移：日本認知療法研究会から日本認知療法学会へ

教における説教)], シンポジウム3題, インターナショナルトピックス1題, ランチョンセミナー1題, 一般演題43題, ポスター発表27題であった。

第6回日本認知療法学会(2006年10月7日～9日)は丹野義彦氏(東京大学大学院)を会長に東京大学駒場キャンパスにおいて、「認知行動療法——社会的普及にむけた大同団結を」をテーマに開催された。会長講演, 海外招待講演2題(David M. Clark氏, Anke Ehlers氏), 学会企画シンポジウム2題, 特別レクチャー1題, 臨床レクチャー2題, 自主企画シンポジウム7題, ランチョンセミナー1題, 口頭発表32題, ポスター発表35題であった。ミート・ザ・エキスパートという企画が2題あり, 市民公開講座は「うつ病と自殺予防に認知行動療法は何ができるか」と題するものであった。

第7回日本認知療法学会(2007年10月22日～24日)は坪井康次氏(東邦大学)を会長に品川区立総合区民会館きゅりあんにおいて「認知療法の多様性を探る」をテーマに開催された。特別講演2題, 教育講演1題, 特別レクチャー3題, 臨床レクチャー2題, 学会シンポジウム2題(10演題), ミート・ザ・エキスパート2題, ランチョン

ンセミナー3題, 一般演題47題であった。市民公開講座は「人生を明るく生きるために——認知療法の普段使い」と題し, 最終日に行われた。

5) 認知療法研修会

認知療法に関する研修会は日本認知療法研究会第4回大会から始まった。第1回認知療法研修会(以下, 研修会)は2題で, 研究会に引き続いて実施された。第1回日本認知療法学会(以下, 学会)とともに開催された第2回研修会も同じく2題であった。続く第3回研修会と第4回研修会も, それぞれ第2回大会, 第3回学会にあわせて継続されたが, いずれも2題であった。この間は, 大野裕理事長と井上が中心となって研修を担当していた。

神戸でのWCBCTを境として研修会にも大きな変化が生じた。学会当日の最後に開催されてきた従来の方式から, 1日のすべてを研修会に費やす形になり, 充実が図られた。第5回研修会は第4回学会の翌日に6題が3時間ずつ行われた。第6回研修会も同様に3時間の研修が6題もたれた。

第7回研修会は第6回学会の当日にも開催されることになり, 3日間に13のワークショップが実現した。時間枠も3時間が9題, 4時間枠が2題

(Clark氏とEhlers氏による：通訳つき)、6時間枠(午前9時から午後4時まで)が2題となった。第8回研修会は第7回学会の翌日に設定されたものの、9題で、昼食をはさんだ7時間枠が2題、残りは3時間枠で実施された。

6) 「認知療法 News」

「認知療法 News」(季刊)は、再刊1号¹¹⁾が「こころの臨床 à la carte」(星和書店)誌上に掲載された1997年6月にまでさかのぼる。4ページの短い通信はやがて日本認知療法研究会から本学会にわたる定期刊行物として継続されることになった。硬軟織り交ぜた「認知療法 News」は多くの方々からの寄稿によって命脈を保ち今日に至っている。およそ10年間締め切りに追われながら、内容の選定にも四苦八苦で編集に関わってきたが、今後は広報委員会が業務を担当することになるはずである。

7) ホームページ

日本認知療法研究会当時の1999年からホームページを公開し、入会案内のほか学術集会の情報などを掲載してきた。本学会の設立後は大学病院医療情報ネットワーク(UMIN)において学会公式ホームページを開設している。高橋良育氏がUMINとの折衝から始まり、留学中も維持管理を担当してきたが、氏も加わった広報委員会のもと新たな情報発信の時代を迎えようとしている。

8) 関連する国際学会

認知療法に関連する国際学会としては、かつては世界認知療法会議(World Congress of Cognitive Therapy, WCCT)があったが、1995年のコペンハーゲン以降はWCBCTとして継続されている。神戸の後、2007年バルセロナで開催されたWCBCTには、助成金を得た若手研究者を含め多くの参加がわが国からあった。一方、2000

年にイタリア・カタニアで国際認知療法協会(International Association for Cognitive Psychotherapy, IACP, 1990年創設)の学術集会在が復活開催され、2005年にはスウェーデン・イエテボリでAaron T. Beck博士と第14世ダライ・ラマ法王との対談があった。2008年6月にはローマで開催された。

4. 日本認知療法学会の今後

本学会の今後が会員の総意にかかっていることは言うまでもない。以下に述べる事柄は、前身である日本認知療法研究会の発足から本学会に関わる者の期待であり、願望であり、夢である。十分な根拠があるものもあれば、空中楼閣の観があるものも含まれる。真摯なご批判とともに、何がしかの賛同が得られれば望外のことである。

1) 職種の多様性の維持

多様な視点を希求するのが認知療法であるとする、この理念は本学会の発展にとっても不可欠な培地である。培地を形作るのは1人ひとりの会員である。本学会の今後は会員構成というきわめて現実的な事柄と関連する。

2002年5月15日当時の会員数は276名、内訳は医師(45%)がもっとも多く、心理学を専門とする会員(30%)が続き、これに学校教育関係者と看護師(あわせて10%弱)が加わるとともに、次代を担う大学院生(特に心理学系)の会員(10%)が含まれていた。多職種から構成されていることが特徴的であった。

2008年5月15日現在の会員数は1,171名、内訳(複数の専門職種を含む)は心理学関係の会員473名(40%)、医師326名(28%)、看護師55名、教諭36名、精神保健福祉士16名、作業療法士5名、大学院学生178名、その他88名である。本学会が異なる職種の共同に支えられていることは明らかである。

もちろん今後の会員動向は予測できるものではないし、制御可能なものでもない。しかし、1つ

¹¹⁾1989年から1991年まで「認知療法ニュースレター」が3号まで大野裕氏によって刊行されたが、長く中断したままであったので、再刊第1号と銘打った。

の職種が圧倒的に優勢になることは、培地の構成に影響することが考えられる。職種間の均衡が崩れることは、おそらくは好ましくない結果をもたらすだろう。本学会の発展どころか、生命維持に黄信号が灯らないとも限らない。精神障害の生物・心理・社会的モデル、チーム医療、癌の集学的治療の例を引くまでもなく、multidisciplinaryであることは本学会のキーワードであろう。異なるものとの邂逅が本学会の推進力になるはずである。

2) 基礎的・臨床的研究

日本認知療法研究会から数えて10年、本学会の年次学術集会在認知療法に関する基礎的・臨床的研究を公にする機会を提供してきたことは言うまでもない。今後とも、各年次集会の会長をはじめ関係者の創意が自ずと研究を方向付けすることになると考える。脳科学との関連性の追求、認知モデルの実証、予防を含む対社会的活動における認知療法の適用など、広がる可能性を掴むことがないよう留意することが本学会には求められるだろう。

3) Japan Psychotherapy Week

JDDW (Japan Digestive Disease Week, 日本消化器関連学会機構) というものがある。1993年の第1回日本消化器関連学会週間では第35回日本消化器病学会大会、第24回日本膵臓学会大会、第29回日本胆道学会総会など6学会が同時開催された。以降、JDDWは継続され、2008年には第50回日本消化器病学会大会、第76回日本消化器内視鏡学会総会、第12回日本肝臓学会大会など5学会が10月初旬に開催予定である。

本学会が創設された当時から、本学会が触媒の役割を果たすことによって、精神療法(心理療法)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開催されることを夢見ている。

Japan Psychotherapy Weekの実現である。

精神医学領域では、たとえば、2008年の第30回日本生物学的精神医学会が第51回日本神経化学学会大会と連合同開催される。2004年には日本神経精神薬理学会との合同年会在、2006年には日本神経精神薬理学会と日本神経化学学会と合同開催が実現している。

本学会も2008年11月には日本行動療法学会との同時開催が予定されている。この初めての試みはWCBCTの国内版と考えることもできるが、2つの学会がそれぞれの独立性を保ちながら協調することができれば、Japan Psychotherapy Weekの実験と位置付けられるかもしれない。

4) 日本発の認知療法

認知療法が躍動するためには他(あるいは多)との交流が要請されるだろう。思い返せば、第1回日本認知療法研究会は「認知療法をめぐる同一性と差異性」をテーマとしていた。大野裕氏と坂野雄二氏が、それぞれ、精神分析と行動療法と対比させて認知療法との異同を語るという企画であった。Japan Psychotherapy Weekが始動すれば、そこから新たな認知療法の可能性が生まれるかもしれない。欧米では差異性が強調され、認知療法もその例外ではないが、わが国に移入された認知療法は他との同一性を重視する「包容性」を軸に展開することが期待される。空海の十住心思想(空海, 2004)のように。

5. おわりに

Beck (Beck, 1991:1993:1997:2005) は認知療法の過去・現在・未来について折々に語っているが、いずれもきわめて現実的な論述である。いわく、重症の精神障害の治療、児童青年期に見られる精神障害の治療と予防、プライマリ・ケア領域への適用が21世紀の認知療法の当面する目標である、と。

拙文は具体性に欠け、いささか妄想的であるが、ご寛恕を願いたい。

21世紀を迎え創設された本学会の目的は、認

知療法を臨床の場に普及させ、基礎的・臨床的研究の充実を図ることにある、と会則の冒頭に記されている。しかし、目的は時代とともに修正が加えられることはもちろんである。多くの見識ある提案が生まれることを切望する。

本学会の設立準備会がもたれたのはKKRホテル梅田においてであった。3週間ほど前、所用で太融寺を訪ねたとき、そのホテルが近いことを知った。2001年5月18日、遠路大阪まで足を運んで下さった方々のことがゆくりなく思い出され、感慨深いものがあった。

引用文献

- Beck, A.T. 1991 Cognitive therapy: A 30-year retrospective. *American Psychologist*, 46, 368-375.
- Beck, A.T. 1993 Cognitive therapy: Past, present, and future. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 194-198.
- Beck, A.T. 1997 The past and future of cognitive therapy. *Journal of Psychotherapy Practice and Research*, 6, 276-284.
- Beck, A.T. 2005 The current state of cognitive therapy: A 40-year retrospective. *Archives of General Psychiatry*, 62, 953-959.
- 井上和臣 2000 日本認知療法研究会(シリーズ精神医学関連学会: 歴史と最近の動向 24). 最新精神医学, 5, 499-505.
- 井上和臣 2002 日本認知療法学会の発足. 心療内科, 6, 195-201.
- 空海 宮坂宥勝(訳注, 監修) 2004 秘蔵宝鑰. ちくま学芸文庫 空海コレクション I, 筑摩書房, Pp. 13-40.
- 日本認知療法研究会 1999 認知療法(第1巻第1号).
- 日本認知療法研究会 2000 認知療法(第2巻第1号).
- 日本認知療法研究会 2001 認知療法(第3巻第1号).