

日本精神分析的な精神医学会第 22 回大会
精神神経学会サブスペシャリティ認定をめぐって
認知行動療法と森田療法との対話

夢物語：Japan Psychotherapy Week の経験から

内海メンタルクリニック・認知療法研究所 井上和臣

Japan Psychotherapy Week

Japan Psychotherapy Week は、我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・森田療法・認知療法等について討議し学ぶ機会として企画され、2015 年から 2020 年まで神戸を拠点に開催され、成果の一部は『精神療法の饗宴』（誠信書房、2019 年）として出版されている。

Japan Psychotherapy Week の発想の一つは、精神医学領域における鑑別治療にある。治療学派に関して『精神科鑑別治療学』（高石 昇 監訳、星和書店、1989 年）ではこう述べられている。

各学派の治療者は治療の場と形態の選択についてはわりあい寛大だが、技法の選択となると鋭く意見が対立する。この理由は治療技法—実際に患者に行なうこと—が自分のうけた訓練や知識に基づくものであるだけでなく、人生観や、心の病の原因と治療についての見解を異にするからである。

複数の学会が関与して実現される「週間」の雛形は、日本消化器関連学会機構（Japan Digestive Disease Week, JDDW）による Digestive Disease Week（DDW）の我が国での展開にある。

触媒としての認知療法

Japan Psychotherapy Week のアイデアは、日本認知療法学会（現 日本認知療法・認知行動療法学会）の学会誌『認知療法研究』第 1 巻（創刊号、2008 年）への特別寄稿「日本認知療法学会：経緯と将来展望」にまで遡る。

日本認知療法学会が創設された 2001 年当時から、学会（あるいは認知療法）が触媒の役割を果たすことによって、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ことを夢見ている。Japan Psychotherapy Week の実現である。

消えゆく認知療法

2012 年大学を去るとき、消えゆく認知療法（vanishing cognitive therapy）について述べた。

認知療法が触媒の役割を果たしていく過程で、おそらく「認知療法」と名前がつくようなものは消えていく。... いちばん重要なのは「認知」療法ではなく、療法・セラピーなのではないか。

夢物語

今回のパネルディスカッションに関連する「夢物語」を『精神療法の饗宴』から引用する。2016 年の饗宴を閉じるにあたり提示したものである。

2014 年の一般社団法人日本専門医機構の設立とともに、日本精神神経学会の専門医制度は大きな転回点を迎えている。基本領域の一つとなった精神科（日本専門医機構認定精神科専門医）のサブスペシャリティ領域（サブスペシャリティ専門医）は未定のままである。夢物語の第一は、精神療法に関わる複数の学会が協力することによって新専門医制度のサブスペシャリティとして「精神療法」を提案することである。

未来を語る

専門職間の共同作業を促進する anticipation dialogue という方法に則って、2023 年に日本認知療法研究会の創立 25 周年を記念するオンライン会合を少人数の仲間と持った。死の床にある諸葛孔明を例に、「自分の登場しない未来図は、澄み切っているはずだ」（陳舜臣『秘本三国志』文芸春秋、2003 年）と、そのとき教えられた。

文献 井上和臣：精神療法の学び方・活かし方—Japan Psychotherapy Week の提案—。精神経誌, 118(5): 351-357, 2016