

■ 第1回総会・中級研修会を開催

2010年11月13日(土) 8:40~16:00、NTT 東日本関東病院 カンファレンスルーム(東京)にて、第1回総会・中級研修会を開催いたしました。当日は、全国各地の幅広い職種の方々(医師、心理士、看護師、精神保健福祉士、作業療法士等)、34名にご参加いただきました。医療施設のみならず産業保健領域での活動報告などもあり、活発な意見交換を行うことができました。

■ 研修会プログラム

内容	担当案
挨拶	秋山剛
シンポジウム:「集団認知行動療法の効果研究」説明	座長:秋山剛
	演者: 北川信樹 松永美希 田島美幸
ディスカッション	全員
製薬会社協賛レクチャー① 「集団認知行動療法の運営」	岡田佳詠 高梨利恵子 田村隆
Q & A	会員
グループワーク・発表	
全体討論	
製薬会社協賛レクチャー② 「ファシリテーターの関わり方」	横山太範
Q & A	会員
グループワーク・発表	
全体討論	
製薬会社協賛レクチャー③ 「スタッフの研修」	松永美希 岡田佳詠
Q & A	会員
グループワーク・発表	
全体討論	
総会	世話人
終了の挨拶	秋山剛

<協賛製薬会社>

MSD 株式会社 (旧シェリングプラウ株式会社/万有製薬)

■ 研修会の様子



シンポジウム「集団認知行動療法の効果研究」では、北海道大学の北川信樹先生より、集団認知行動療法の効果、特に認知機能の変化についてお話いただきました。

また、比治山大学の松永美希先生からは、集団認知行動療法に関する国内外の効果検をレビューしていただきました。



また、慶応義塾大学の田島美幸先生からは、うつ病休職者を対象とした集団認知行動療法のRCT研究についてご発表いただきました。

製薬会社協賛レクチャー①「集団認知行動療法の運営」では、爽風会心の風クリニックの高梨利恵子先生から、リワークプログラム内で運営する集団認知行動療法についてご紹介いただきました。





また、日産車体㈱総務部人事グループ 健康管理センター・相談室 田村 隆先生から、企業内研修で実施した集団認知行動療法についてご紹介いただきました。

製薬会社協賛レクチャー②「ファシリテーターの関わり方」では、札幌駅前クリニックの横山太範先生から、集団療法を実施する際の注意点等についてお話いただきました。



製薬会社協賛レクチャー③「スタッフの研修」では、筑波大学大学院の岡田佳詠先生、比治山大学の松永美希先生から、スタッフの育成についてお話いただきました。



各レクチャー毎にグループに分かれてグループワークを行いました。日頃、集団認知行動療法を実践上で感じている課題や問題を共有し、他施設での工夫を学び合いました。

■参加者の感想

私は現在精科クリニックの復職デイケア（以下DC）で集団認知行動療法（以下CBGT）を行っており、自分の実践を見直し発展させる機会を持ちたくて今回の中級研修会に参加させていただいた。運良く、最近特に関心があった効果研究についてとCBGTの集団療法としての治療因について多くの話題提供があった。

シンポジウムではCBGTの効果研究についてのレビューと、北海道大学およびNTT 関東病院の効果研究について紹介があった。北海道大学の研究では、特に「非機能的認知尺度」の改善が対象群と比較して著名に改善しているという結果や「実行機能」、「運動」、「処理速度」における認知障害を改善する可能性が示唆されていて興味深く、認知療法の治療機序について考える機会にもなった。またNTT 関東病院の発表では、効果研究の結果を受ける形でプログラム改善をしながら実践し、一層効果を高めると言う経過のご紹介などがあり、「科学者-臨床家モデル」の実践といえる理想的な運営についてイメージを持つことができた。一般の精神科クリニックで臨床をしていると、自分の実践の効果を客観的に検討してみたいという気持を持ちながら、疾患や回数をはじめとした様々な要因のコントロールが難しく、なかなか手の出せない状態ではいたが、今後少しずつ取り組んでいけそうなアイデアを得ることができたように思う。

また、普段からヤーロムの言うような集団の相互作用から生じる効果を実感していたため、「ファシリテータとしての関わりについて」という横山先生の講義は、大変参考になった。特に集団の凝集性を高めるための関わりについての横山先生や秋山先生のアドバイスは役に立つと感じた。凝集性が生起する要因として「メンバー同士が対人魅力を感じることに」、そして、これに「お互いの類似性」が寄与しているという横山先生のご研究の紹介や、秋山先生の、「ファシリテータが『仕切るべきところを仕切る』」ことによるグループに対する基本的な信頼感の重要性というお話もヒントになった。さらに、今回の研修会ではたくさんのグループワークがあったが、グループで一緒にできた方々と実践上の苦労や工夫が話し合えたことも心強かった。たくさんの収穫を臨床現場にもちかえり、実践をブラッシュアップさせるとともに、今後はCBGTを広めていくための効果研究にも着手していきたいと思った。

（爽風会 心の風クリニック 高梨 利恵子）

私はEAP（企業の従業員支援プログラム）会社に所属する産業カウンセラーです。

EAPでの相談業務は仕事の問題、家庭の問題、プライベートの問題等、多岐にわたっていますが、その中でも特に復職支援は大きなテーマになっております。

私どもは今まで個別にCBTを使ってカウンセリングを行ってきましたが、「集団の相互作用を利用すれば個人療法より効果がある」ことを信じて、会社としてCBGTの実施に踏み切りました。私どもの第一回目のCBGTは良かった点もありましたが、変えていかななくてはならない点も多く、そんなときに絶好のタイミングでこの研修会に参加することが出来ました。

研修会の「効果研究」では、学会の雰囲気を感じ、CBGT実施の原点に立つことが出来ました。

「運営」では、対象者の選定やプログラムの構成を学んだだけでなく、個別対応の必要性など私たちがこれからCBGTを進めていく上での実務的知識を得ることが出来ました。また一次予防にもCBGTが役立つことを知り、CBGTに対する自分の視点が変わった思いがしました。

「ファシリテーターの関わり方」、「スタッフの研修」は私自身の問題でもあります。レクチャーの内容は、ファシリテーターのスキルアップという点で非常に参考になるものでした。社に戻って早速、仲間のファシリテーターとこれらを共有させて頂いたのは言うまでもありません。

研修会はレクチャー、グループワーク、発表、全体討議で構成され、まるで自分がCBGTを受けているようで、非常に充実した研修会でした。企画・運営して頂いた皆さまに心から感謝しています。ありがとうございました。

（株式会社 Eパートナー 石田 邦生）