集団認知行動療法研究会

令和４年１月13日 第７号

目次

1. 学術総会大会長からの報告
2. 会員紹介
3. 研修会・総会案内
4. 事務局より

学術総会大会長からの報告

大会長　**渡部亜矢子**（公益財団法人正光会　広小路診療所）

去る２０２１年１２月５日、第十二回学術総会（大会テーマ：集団認知行動療法とジェンダー～グループでの「役割」を考える～）が開催されました。新型コロナ感染症対策のため昨年度に引き続きリモート開催となりましたが、７０名の会員が参加されました。

特別講演として、アサーショントレーニングの第一人者、平木典子先生より「アサーショントレーニングの展開とその意義」と題したご講演を賜りました。アサーションの意味とその背景、人権としてのアサーションなどについてお話し頂き、誰もがアサーションする権利を持っている事などを確認し、グループでトレーニングするＤＥＳＣ法をご紹介頂きました。４つの自己表現のタイプ（非主張的、攻撃的、アサーティブ、攻撃的非主張的）のうち、攻撃的な自己表現は権力、権威、役割、地位、年齢を使って相手を思い通りに動かそうという意思が背景にある事をお教え頂きました。この表現をとり得るのは必ずしも男性だけでない事、あらゆる場面で起こりうる事、この自己表現方法は、本人にも後悔や孤立をひき起こすためデメリットが大きい事、などがジェンダーと関連して個人的には心に残りました。

引き続いてワークショップ「変容する治療者～「自分らしい」ＣＢＧＴリーダーになるために」が行われました。草岡章大先生から心理臨床家の職業的発達段階についての知見を紹介頂き、その後、参加者がＣＢＧＴリーダーとしての経験年数別グループに分かれ、ブレイクアウトルーム機能を使って小集団で討議を行いました。終了後のアンケートでは「自分を振り返る良い機会になった」「実際に会場で会って話をしたかった」など嬉しい感想を頂きました。

ランチョンセミナー（大塚製薬共催）は、伊賀淳一先生より「高齢者のうつ病の最近の話題」についてお話し頂きました。高齢者のうつ病を治療している者にとって大変実践的、かつ日常臨床に非常に役に立つお話を頂きました。

最後はシンポジウム「様々な領域でのＣＢＧＴとジェンダー」です。シンポジストの大黒剛先生より、先生が刑事施設内で実施されている「性犯罪防止プログラムについて」のご報告、同じくシンポジストの石丸径一郎先生より「ＬＧＢＴＱと認知行動療法」をお話し頂きました。大黒先生のお話から、性犯罪にはセクシャリティの嗜好性だけではなく孤立や対人関係の障害など社会性な問題が隠されている事が分かりました。石丸先生からはＬＢＧＴは人口の８．９％であり決して少数派ではないという事、また彼らの特有の認

知や行動などをご紹介頂き、彼らの生きづらさについて理解が深まりました。座長の中島美鈴先生から、日本は世界の中でジェンダー公平において遅れをとっている事なども紹介され、その後グループに分かれた討議では、それぞれのグループでＣＢＧＴとジェンダーについて活発な議論がなされました。その中で、「ＣＢＧＴを実施するには自らのジェンダー意識や価値観を振り返っておくことが重要」という意見が多く聞かれました。一方、公平性や正しさなどを強調しすぎると日頃のコミュニケーションはギスギスしたものになってしまうという懸念も聞かれ、もっともな事だと思いました。グループ討議を含めて１００分のシンポジュウムでしたが「時間が足りない」と感じた方が多くおられたのは嬉しい事でした。このシンポジュウムを通じて、立場や意見の異なる人々と共により良い問題解決に進むには、「自他尊重のアサーションの考え方・方法」を身に付ける事が大切だと改めて認識し、ふりだしに戻るという奇しくもループの状の構造をもった学術総会となりました。とても示唆に富んだ総会であったと自負しております。

最後になりましたが、参加者の皆様、講師の先生方、プログラム委員の諸先生方、そして大会を力強くバックアップして下さった事務局の伊藤利香氏には厚くお礼を申し上げます。

会員紹介

西尾　悠佑（医療法人杏和会　阪南病院　診療部　心理室）

この度は、入会を承認していただきありがとうございます。
私は、公認心理師としてスーパー救急を主とした精神科病院で勤務しております。CBT との出会いは大学生のときで、指導教員の専門がそうでした。今の職場に 2 年前から勤務し、集団認知行動療法プログラムを担当するようになりました。入院中の患者様を対象としており、実施期間も限られてる中で、いかにより質の高いセラピーを提供できるかということに悩みつつ、先日の集団認知行動療法の基礎研修を受講しました。講師の先生方の教えが分かりやすく、また体験的な学びが非常に有意義であり、今後も学びを深めていきたいと思い、入会を希望しました。
臨床歴 4 年とまだまだ短いですが、これからも研鑽を続けて、現場でよりよいセラピーを提供できたらと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

伴　直美（医療法人ひつじクリニック　精神保健福祉士）

初めまして。この度入会いたしました伴直美と申します。
滋賀県にあります精神科クリニックに勤めております。リワークスタッフとしてグループワークに関わっておりました。その中で認知行動療法に多くの学びと気づき、関わり方へのヒントをもらっており、よりしっかりと理解を深めたいと思い今回入会申し込みさせていただきました。

現在は就労移行支援とクリニック業務に従事しております。今まで認知行動療法の研修、講座に参加する中で私自身も視野が広がり、グルグルとした思考の悪循環から少しずつ気持ちが軽くなる経験をさせてもらいました。ですが、伝える立場に立つと難しさを感じています。グループワークも良さと同時に難しさを感じていました。
この度、学びの機会を頂き本当にありがとうございます。どうぞよろしくお願いいたします。

富永　敏行（京都府立医科大学大学院医学研究科精神機能病態学　医師）

　初めまして。この度、入会の許可を下さり感謝申し上げます。
私は現在、京都府立医科大学で精神科医として勤務しています。
今回、当教室の青山臨床心理士、小川臨床心理士と一緒に入会させて頂きました。
私は昭和人ですが、様々な事に迷いながら、研鑽の毎日です。
　私は慢性疼痛など身体愁訴（身体表現性障害）に興味を抱き、認知行動療法が相性良いので、数年前から細々と行っております。これまで厚労省認知行動療法研修事業のうつ病、パニック障害の研修や SV を受けてきました。
　2017 年“疾患を限定しない集団療法”を精神科病棟で立ち上げ、好感触だったのですが、コロナ禍となり、度々病棟がコロナ病棟に変則運用されてしまい、集団療法は暫く中断しています。このような中、身体表現性障害に対する集団・認知行動療法の導入を検討していたところ、本会に巡り会いました。色々学びたいと思っています。
　これからどうぞよろしくお願いいたします。

青山　巧（京都府立医科大学精神医学教室　臨床心理士・公認心理師）

　はじめまして。
京都文教大学大学院臨床心理学研究科博士後期課程の
青山巧と申します。
　私はこれまで主に精神分析的心理療法を学びながら、
発達障害児や被虐待児の心理療法に関わってきました。
研究テーマは、青年期における恋愛関係で生じる怒りについて研究しております。
怒りを関係の中でどのように扱うことが個人の成長や、
関係の継続において望ましいのかについて検討しています。
これまで認知行動療法については、基礎的なところや ABA について勉強してきましたが、実践は経験がありません。
　そんな私ですが、ご縁があって京都府立医科大学で集団認知行動療法の研究に関わる機会をいただきましたので、しっかりと学んでいきたいと思い、本研究会に参加させていただきました。
知識も経験も浅く、知らないことも多いですが、たくさんのことを吸収して成長していきたいです。
どうぞよろしくお願いいたします。

小川　真由（京都府立医科大学大学院　臨床心理士・公認心理師）

　この度、集団認知行動療法研究会に入会させていただきました小川真由と申します。現在、臨床歴 9 年目の臨床心理士です。所属は、京都府立医科大学大学院医学研究科精神機能病態学の研修員という立場で研究を主体としていますが、現在 1 歳児の子育てを楽しむために実質的な臨床活動はお休みしています。それま

では、京都府立医科大学付属病院で社交不安障害に対する集団認知行動療法を実施し、近畿精神神経学会で発表も行いました。

今後は、同時に入会しました同所属の富永医師と青山先生と共に身体症状症に対する集団認知行動療法を研究目的で実施していく予定です。集団認知行動療法研究会の皆様の英知を今後の研究活動等で活かせたらと考えております。どうぞよろしくお願いいたします。

2022 年度　研修会案内

第 40 回基礎研修会（リモート）
【日時】2022 年 5 月の予定
【会場】Zoom によるリモート開催

中級研修会
【日時】2022 年 7 月の予定
【会場】Zoom によるリモート開催

第 13 回学術総会（会員限定）
【日時】2022 年 12 月 4 日(日)
【会場】NTT 東日本関東病院

決まり次第、詳細・参加申込は HP に掲載いたします。

事務局より

2021 年度年会費未払いの方は、なるべく早くお振込みを
お願いいたします。
登録ご住所、メールアドレス等に変更があった場合は事務局（cbgta.jimu@gmail.com）まで
お知らせください。

会員数:314 名（令和 3 年 4 月 1 日現在）

集団認知行動療法研究会事務局　(0467)81-4280