

# 行動療法・認知行動療法 の立場から

大会企画シンポジウム 認知行動療法の近未来

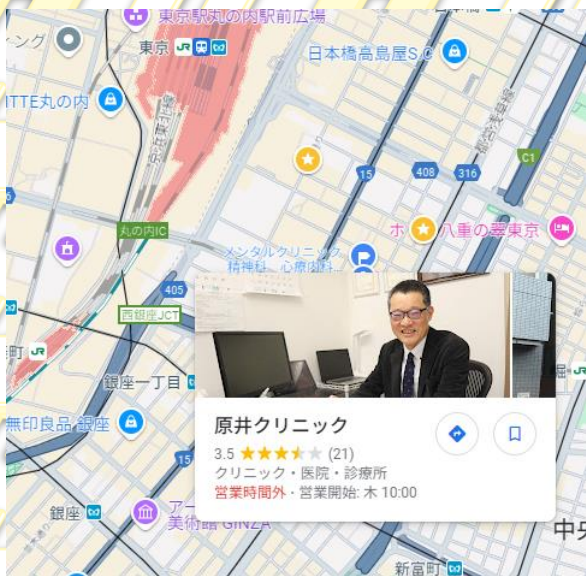
原井宏明

原井クリニック

(株)原井コンサルティング&トレーニング

日本認知・行動療法学会  
利益相反 (COI) 開示  
発表者名 原井宏明

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業など：  
受託研究費：大塚製薬 塩野義製薬 ヴィアトリス製薬  
顧問料：中外製薬 デマント・ジャパン (一社)公心会



心や脳を変えるのではなく、  
人の日々の生活が変わるようにし、  
癒やしを与え治療を施すことではなく、  
人が自ら喜びを見出すことを目標にする  
パフォーマンスのサイエンスがよりどころ

for Mental Health

# 原井クリニック

## 精神科・心療内科

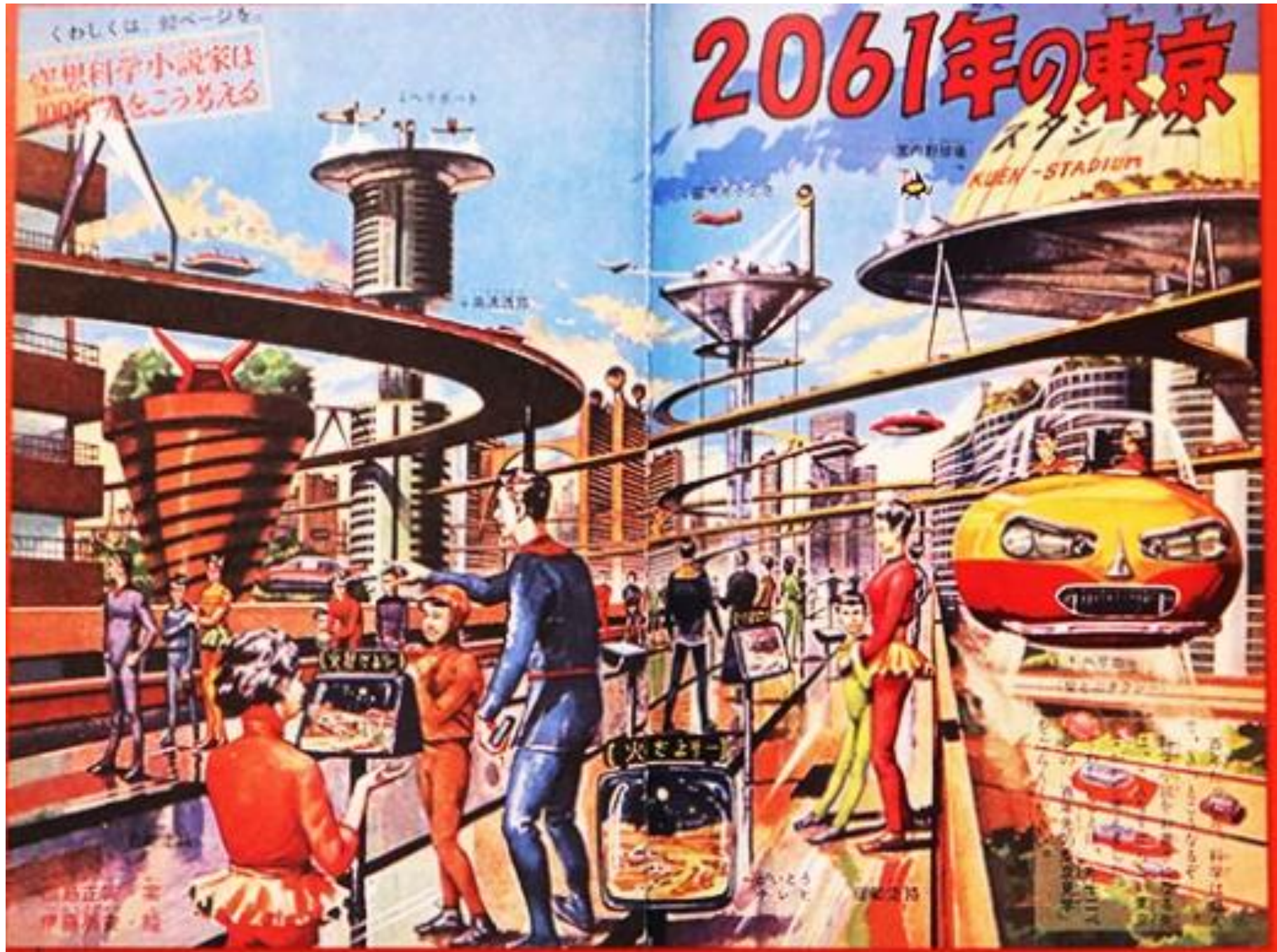
(株)原井コンサルティング&トレーニング

Harai Consulting & Training Inc.

104-0031 中央区京橋2-6-6 藤木ビル2階

# 過去も未来を予測する

- 1981 内山「行動療法の沿革と展望」  
木村、茨木、高石、藤田、滝沢「行動療法の未来」
- 1990 山上「行動療法展望:生活への寄与」
- 1997 園田「私の行動療法 過去・現在・未来」
- 2001 内山、上里、高山「わが国の行動療法」
- 2015 神村、五十嵐、若島、鶴、熊野、井上  
「行動療法・認知行動療法の現在と未来」
- 2020 岡本「脳からみた認知行動療法とその近未来的展開」

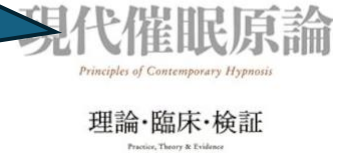




行動療法の基礎理論としての行動理論に斬新な提案がなく、技法と理論との解離が目立つようになった・・認知行動療法などのいわばソフトなアプローチが台頭するとともに行動療法の定義や概念が曖昧になった

行動療法不振を予測するもう一つの理由は現在のわが国の精神医学界には行動療法のある特徴になじみにくい風潮があるように思えることである。たとえば、治療の場における統制研究や、治療的指示による患者の操作性、といった側面である・・わが国の行動療法は、当分の間、大学病院や研究所で細々と続けられるであろう

高石昇+大谷彰  
Noboru Takashi Akira Otsu



行動療法・認知行動療法の現在と未来  
— 一般公開シンポジウム —

神村栄一 (新潟大学) , 五十嵐透子 (上越教育大学)  
若島孔文 (東北大学)  
鶴 光代 (東京福祉大学)  
熊野宏昭 (早稲田大学)  
井上雅彦 (鳥取大学)

ターゲット行動選択に関するケース・フォーミュレーション、シングルケース研究デザイン、実践家の育成

私たちブリーフセラピストは問題を解決する際に、何かを付け足すことで解決しようとするのは一般的ではない。何かを付け足すのではなく、むしろうまくいかないときにはそぎ落とす



若島孔文の面接録  
MRIアプローチの実践

2024

日本不安症学会

# 日本認知療法・認知行動療法学会

## 合同開催

総大会長

中尾 智博

(九州大学大学院医学研究院  
精神病態医学 教授)

第16回日本不安症学会学術大会 大会長

岩永 誠

(広島大学大学院人間社会科学研究科 教授)

第24回日本認知療法・認知行動療法学会 大会長

白石 裕子

(令和健康科学大学看護学部看護学科精神看護学 教授)

事務局長

村山 桂太郎

(九州大学病院精神科神経科 助教)

会期

ワークショップ

# 私の発見

- CT-R
- 不在だった井上和臣先生

認知をめぐる随想

Words Matter

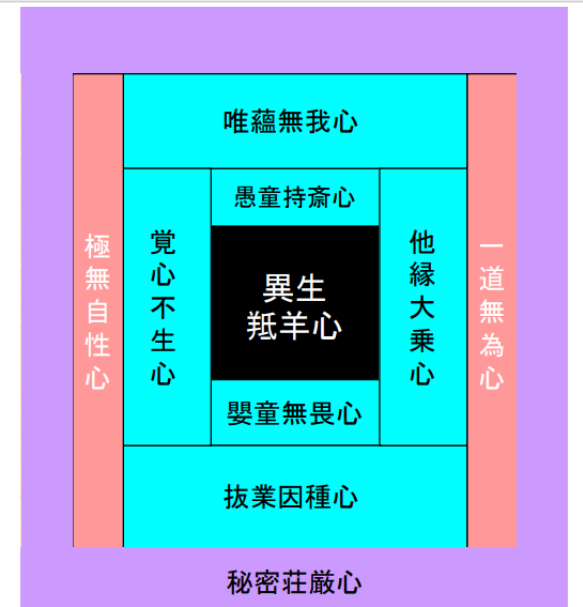
井上和臣



空海をめぐる随想

Expressions Matter

井上和臣



# 増え続ける技法

## 第12回大会

- 対人スキル訓練(SST)
- モデリング
- トークン・エコノミー法
- フリーオペラント法(HIROCo)
- Activity Scheduling
- バイオフィードバック
- セルフモニタリング
- セルフエフィカシー
- 半睡暗示法による括抗制止
- 自律訓練法

## 最近の追加

- ポリヴェーガル
- MBCT
- CT-R
- CBT-I
- TSプロトコール
- 条件反射制御法
- RO-DBT
- 言語的価値低減法

Symposium

AN 1965 Beck's report  
Operant principle  
Cognition = M E M O =  
behavior, misclassification  
maintenance

? ANでBW記述の如何?  
最初の統合的アプローチ  
1960年代 -  
認知行動療法は認知と行動の相互作用を重視する  
認知 行動 相互作用の重要性

Difficulties  
毎朝決まった時間に起床  
行動制限 (外出 面会 禁止)

(some part of the cognitive therapy)  
普通は睡眠が不足している  
認知行動療法のメカニズムを説明する

行動制限  
肉食禁止、全量摂取  
Cue confrontation

AVOIDANT PERSONS D/O  
Success fear  
挫折の恐怖

困窮言解

身に付いたことを行動に移す。目標  
3Mにて退院。1ヶ月で全て再発。7ヶ月でようやく行動

◎ 本人固有の問題  
取捨で正解

Depre chronic

認知歪曲 類型化  
社会心理学理論第I, II, III, IV  
世帯・再発例 重症例は B.T.E.  
社会的教育に拘

S.D. での 認知歪曲  
認知歪曲の変化  
Anxiety

頭痛 Biofeedback法

頭痛 (筋収縮性) 前頭部筋relaxation  
migraine EMG 痛みの発生  
拍動皮の温度 - 痛みの発生  
の上昇を抑制

子供 筋 50%  
片 60%

S.D.

sex therapy 性心理治療 障害

NFI sex therapy 2000人

AAECT Am. Assoc. of Sex Educators  
Counselors and Therapists  
Journal of Sex & Marital Therapy

masters & Johnson

Helen Singer & Kaplan

心身症 sex D/O  
性器性器  
勃起不全 (Erection X) 射精不能  
早洩  
セックス法  
セックス法 (org.不全)  
S.D. (射精不能 遅延)  
7ヶ月  
交流分析  
Pole play  
タイミン療法  
自己暗示療法  
逆性療法  
marital therapy

未成婚 (結婚前に sex (21st))

<Uro あり>

Hite report

Impot.  
organic 40%  
functional 60%

日本行動療法学会第12回大会準備委員会

potency meter

会長 筒井 末春 (東邦大学心療内科)  
委員 坪井 康次 中野 弘一 田原 啓二  
中川 保弘 久津見 律子 野中 辰彦  
柱 宗孝 芝山 幸久 五十嵐 美加  
立田 秀明 村林 信行 牧野 真理子  
佐々 好子 中野 博子 蓮沼 純子

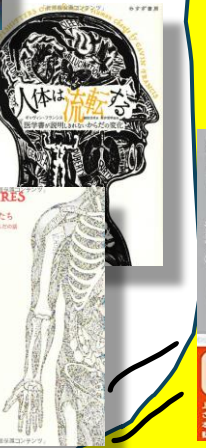
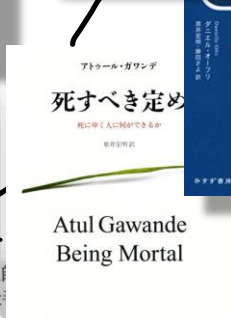
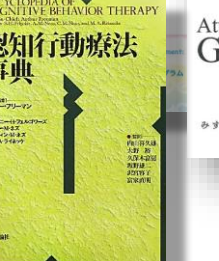
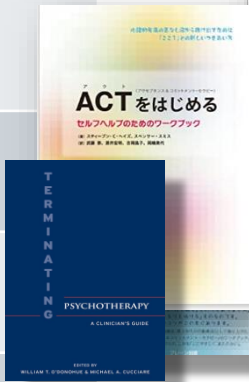
NTP  
motional erection  
REM

1965年11月15日

Corpus cavernosum  
射精 3本 射精時 erection complica.

# 私の本の森

- 2024
- 2022
- 2020
- 2018
- 2016
- 2014
- 2012
- 2010
- 2004



# Furukawa 2024

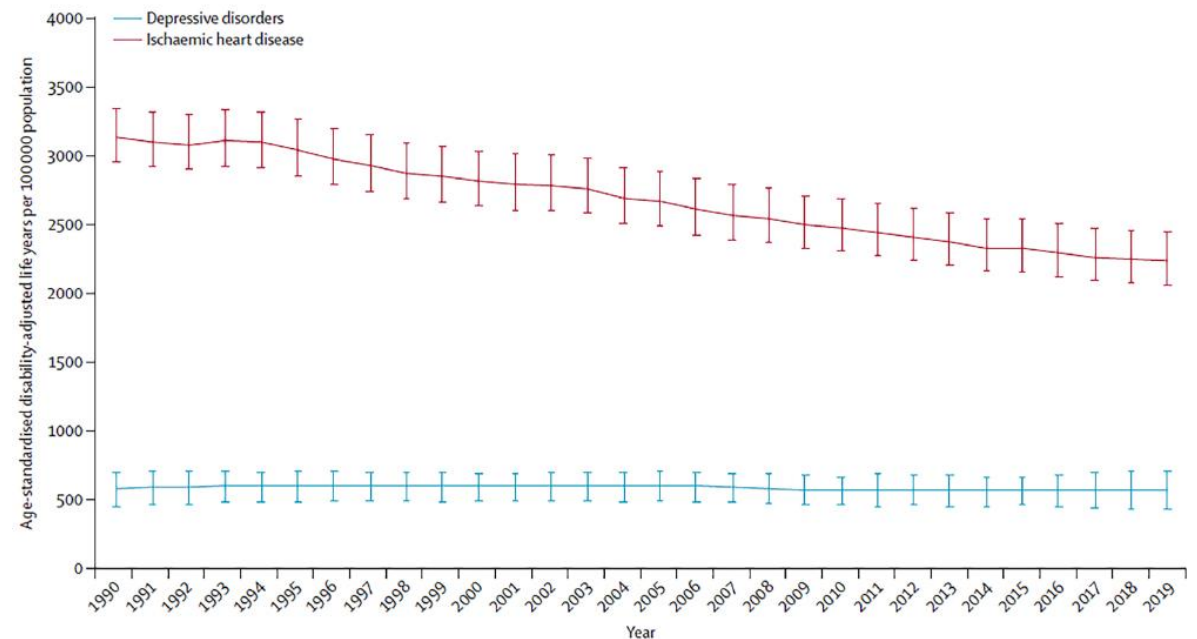
- Scientific Autobiography of a Japanese Psychiatrist Turned Cognitive-Behavioral Therapist, Clinical Epidemiologist and Smartphone App Developer

個人メール 2024/7/17

ええ、退官講義などで総復習をして、何じゃ、結局進歩しとらんやないかとつづく思います。

1980年代と比して、少なくとも私の認識の中で大きく変わったのは、不安症に対する行動療法ぐらいでしょうか。。。

うつの治療も変わったと言えは変わったけど、結局そんな効かんものねえ。。。



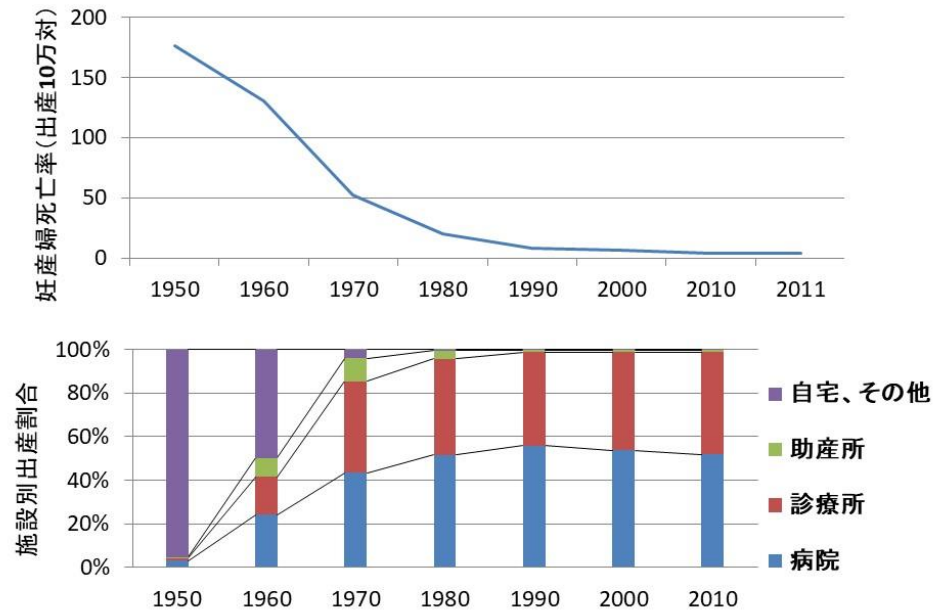
# CBT-Sはない

## 精神科

- 精神科医の20～68%が患者を自殺で失う経験をする
- ハイリスク
  - うつ病、双極性障害、統合失調症、アルコール依存症、パーソナリティ障害・・・
- 境界性パーソナリティ障害
  - 10人に1人が最終的に既遂
- 原井クリニック開業後5年間1700人中の3名を失いました

## 産科

日本の妊産婦死亡率と施設別出産割合の年次推移



# 最後に聞きたいこと

- 認知行動療法の未来ではなく、あなたの未来は？
- それは何によって維持・強化されているのでしょうか？
  1. 物や活動が得られる
  2. 注目が得られる
  3. 逃避・回避できる
  4. 感覚が得られる
- 機会コスト こうしておけばよかったということは？
- 死後に残したいものは？