

## 国際認知療法学会2000印象記

## 国際認知療法学会 International Congress of Cognitive Psychotherapy に出席して

慶應義塾大学医学部精神神経科 大野 裕

国際認知療法学会が、2000年6月20日から24日にかけてイタリアのシシリー島にある古い町カーニアで開催され、500人を越す認知療法家が集まった。わが国からは6人が参加したが、日本認知療法研究会会員は会費が10%割引になることが公的に認められ、私たちの研究会が国際的にも認知されたと嬉しくなった。

学会を開催したのは精神分裂病を中心に認知行動療法を実践、研究してきたカーニア大学精神科の Tullio Scrimali で、開会の挨拶で「夢を見る男がついに国際認知療法学会を開催するという夢を実現した」と語っていたのが興味深かった。

さて、その学会であるが、Aaron Beck は78歳という年齢もあって少し背中が丸くなった印象は受けたが、柔軟で幅広い視点から認知療法の最近の発展について語った講演の内容は相変わらずの迫力を感じさせるものであった。彼は、講演でも個人的な会話でも、認知療法がうつと不安はもちろん、さらに幅広く使用されるようになっている現状を生き生きと語っており、とくに精神分裂病の心理社会的介入に認知行動療法的アプローチが使われるようになってきたことを喜んでいて。

そうした現状を裏づけるかのようには、精神分裂病のシンポジウムで、American Journal of Psychiatry の chief editor の Nancy Andreasen, expressed emotion 理論で知られる Julian Leff, SST (社会生活技能訓練) で知られる Robert Liberman, 精神分裂病患者の家族への介入で知られる Ian

## 第14号の発刊にあたって

第14号では、『国際認知療法学会 (International Congress of Cognitive Psychotherapy)』の印象記を掲載しました。学会には大野裕 (慶應義塾大学、日本認知療法研究会会長)、吉村公雄 (国立がんセンター研究所)、内海浩彦 (有馬病院)、西藤直哉 (同)、柏木信秀 (大阪市立大和川中学校) の各氏と井上が参加しました。

日本認知療法研究会への入会をご希望の方は、ファクスまたは電子メールで研究会事務局<sup>1)</sup>までご連絡ください。

Faloon など、そうそうたるメンバーが、認知行動療法の有用性を中心に発表し議論を戦わせていたのが印象的だった。また、Beck は陰性症状に対するアプローチの臨床的重要性を語っていた。

この他に、個人的には、Behavioural and Cognitive Psychotherapy の chief editor である Paul Salkovskis や会の中心メンバーである Christine Padesky が治療者と患者の関係の重要性を再確認していたのが興味深かった。Salkovskis は、精神療法は science であるとともに art でなくてはならないことを強調していたし、Padesky は治療者と患者 (クライアント) が違う世界に生活しているということを治療者が認識している必要がある

<sup>1)</sup> 日本認知療法研究会事務局

〒772-8502 鳴門市鳴門町高島

鳴門教育大学人間形成基礎講座 井上和臣研究室内

FAX 088-687-6245

E-mail kinoue@naruto-u.ac.jp

URL <http://www.naruto-u.ac.jp/~kinoue/jact.html>

ことを指摘していた。また、気分障害の研究・治療で有名な Carlo Perris も治療関係の重要性を取り上げ、そのためには治療場面で起こっている治療関係の微妙な変化に注意しながら共同作業を維持することが大切であると述べた。情緒と認知の関連を重視する Jeremy Safran は、治療中断を防ぐためにも治療関係が重要であることを指摘した。認知療法というともすれば認知の再構成など技法に関心が向けられがちであるが、それと同時に治療関係など非特異的な要素にも注意を払う必要があるということが改めて強調されていたといえる。

問題解決技法で有名な Arthur Nezu は、ライブイベントに直面するなどストレス状況における問題解決技法の有用性に触れる中で、がん患者のケアでは患者にとって大切な存在である人に問題解決技法をトレーニングすることが重要であると指摘していた。また、スウェーデンのグループからは、高齢者のうつに対する認知療法では、情報処理速度の低下など認知機能の変化に留意しながら面接を進めることが重要であるとの報告があった。

この他にも、うつや不安、物質使用に対する認知療法についての報告が多く行われ、わが国からは井上和臣氏が京都府立医科大学の福居顯二氏と連名で、井上氏が開発した認知療法の CD-ROM (「心のつぶやきがあなただを変える」) に関する発表を、そして柏木氏と井上氏が認知療法の医療判断学に関する発表を行って注目を集めていた。

こうした勉強に加えて、国際学会のもうひとつの楽しみに交流プログラムでの個人的文化的交流があるが、なかでもオペラ観劇は印象深いものであった。ヨーロッパ各地にオペラ劇場があるとは聞いていたが、カタールニアのような地方都市にまでそうした施設があり深夜までオペラが公演されているというのは驚きであった。バンケット(夕食会)は、エトナ山を望む古いビルの屋上で行われ、生のバンドが入った夕食後はヨーロッパの学

会らしくダンスパーティーに移行したが、きれいに着飾った女性に Beck がホールに突然引き出されて踊り出すなどのハプニングがあり、楽しい時間が過ぎていった。

### International Congress of Cognitive Psychotherapy 体験記

国立がんセンター研究所がん情報研究部 吉村公雄

イタリアはシチリア島のカタールニアで開かれた。私の職場では学会参加はあくまでも私用という位置づけなので、休暇を取り自費で参加した。学会の学問的内容は、別の先生が書かれると思うので、私はそのほかのエピソード等を日記風に記すことにした。

21日朝、学会場に到着したが、はじめから不便さに直面し、ここはイタリアだということを実感させられることになった。学会の受付で参加費を払おうと思ったが、クレジットカードは使えないという。参加費は72万リラ(5万円位)で、現金しか受け付けないというわけである。しかし、なぜか学会場に銀行が出張してきており、そこでクレジットカードでリラの現金を買うことができた。というわけで、なんとか入ることができた。ちなみに、この地で英語を話せる人の割合は日本のそれとほぼ同じだそうである。確かに店でも英語はほとんど通じない。しかし、観光が最大の産業なのだから、店員が数字くらい英語で言えてもよさそうなものである。夜はオペラを見に行った。Beck 先生も来ていて、たまたま大野先生と私の近くの席になった。大野先生が遠くに座っている井上先生を指し示すと、Beck 先生は立ち上がって非常にうれしそうに両手で大きく手を振っていた。Beck 先生の人柄がよくわかる瞬間であった。ブッチーニのオペラは当然イタリア語で、売っていた解説冊子もイタリア語だったので、何の話かさっぱりわからなかったが、楽しかった。

22日の夕方には、大野先生と市内を散歩した。カタールニアは1663年の大地震と1669年のエトナ山

の大噴火で大きな被害を受けたものの、その後再建され、町にはバロック様式の建築が立ち並ぶ。途中、教会で結婚式をやっており、まるで映画の1シーンのような感じであった。

23日金曜日の午後には、大野先生、井上先生と3人でタオルミーナへ観光に行った。ご存じの方も多と思うが、映画「グラン・ブルー」が撮影されたところである。電車で45分位でタオルミーナ駅に到着した。駅は海岸の近くにあり、標高200メートルの町までかなり距離がある。歩くと上り坂で1時間以上かかりそうだし、何しろ非常に暑かった。そんなわけで、駅前に止まっていたタクシーに乗り込んだが、なんとメーターがなかった。いくら請求されるか気が気ではなかったが、着いたら25,000リラを請求された。計算するとおよそ1人500円であるから大した金額ではないが、ボラれたような気がする。

タオルミーナは高台にある都市で、今はヨーロッパ人あこがれのリゾート地であるが、紀元前350年頃からの長い歴史を誇る都市でもある。観光の目玉は、紀元前250年頃に作られたギリシャ劇場である。その後、シチリアはローマ支配下に入り、紀元前30年頃、皇帝アウグストゥスの時代に、この劇場も煉瓦を用いたローマ風に改造されたそう。劇場は海に突き出た崖の上であり、エトナ山と、濃いコバルトブルーの海が美しく、まさに絶景である。人類は2200年も前に、この高台に大量の石を運んで劇場を作り、そして、それが今でも存在する。タオルミーナは、その後も何回もの戦争を経て、中世にも栄えた。教会や修道院はその時代のものであり、街並みはどこを撮しても絵になる。我々はつかの間の観光を楽しんだ。いつかまた、数週間位、リゾートとしてここに滞在できれば最高であろう。まさに、「グラン・ブルー」の世界を満喫できそうである。

なお、シチリアといえばマフィアが有名であるが、マフィアが押さえている分、観光客にとっては、イタリア本土よりもむしろ安全らしい。

カタリーニャで出会った人々

大阪市立大和川中学校 柏木信秀

シチリア島の太陽の日差しは強かった。けれども、日陰の乾燥した風は心地よかった。その東の玄関口にある商都カタリーニャを歩く人たちの服装は、町全体を包む土の色（私たちがなじんでいるメタリック色とはほど遠い）をキャンバスに、色鮮やかに輝いていた。そんな街で開かれた今回の学会に参加した私の目的は、ポスター・セッションで「うつ病治療における認知療法、薬物療法、併用療法の効果比較：医学判断学的研究」を発表することと、認知療法の創始者 Beck と認知療法の効果研究を積極的に行っているリヨン大学（フランス）の Cottraux に会うことだった。

ポスター発表は、大会初日の6月21日午後1時30分から始まった。周りのポスターの中には、アルゼンチン認知療法センターのグループが500人に対して行った飛行機恐怖の治療法とか、中国国籍でリヨン病院の Yao（日本語・英語が通じなかった）の強迫性障害に関する発表等20程度行われていた。Yao の発表の中に Cottraux の名前があったので話をすると彼が来たら呼んであげるとのことだった。30分ほどすると大柄の男性を紹介された。彼こそがまさしく Cottraux 本人だった。修士論文作成に際してメールでのアドバイスに感謝を表すとともに、メタアナリシス、コンピューターソフトのこと、リヨンとパリが600km 離れていること、今やっている研究のことなど話をした。それから、Liberman の熱いメッセージのセッションに参加し、初日の予定が終了した。

次の日、いよいよ Beck に会う時が来た。セッションを終えた Beck は、開襟シャツにお腹の辺りがおやまを造っている少しきゅうくつなズボンをはいた白髪で小柄な人物だった。しかし、握手した手は、大きく温かで強かった。歩くスピードはゆっくりだったが、発する声には張りがあり、その言葉、一言一言には重みがあった。短くとも心に残る学会参加だった。

## イタリア滞在記（観光・グルメ編）

有馬病院 西藤直哉

今回同じ有馬病院の大先輩である内海先生と International Congress of Cognitive Psychotherapy に参加させていただきました。学会は、情熱的なシチリーの太陽が降り注ぐ中カターニアの“Le Ciminiere”というところで開催されました。国際学会初参加、しかもヨーロッパ自体生まれてこのかた行ったことがなかったので、非常に楽しみでもあり、また不安でもありました。会場のあるシチリア島以外にローマ、ミラノにも寄り、大変充実した1週間を送らせていただきました。

カターニアにはレストランがほとんどなく、結局ホテルのレストランで食事。偶然にもそこで井上先生・柏木先生とお会いしました。学会会場はカターニア駅の近くにあり、工場跡地を利用して作られたイタリア人の芸術性が現れているような不思議な空間でした。カターニアも非常に暑く、この暑さでスーツはちょっと耐えられないな、と思い一応ジャケットを着ていきました。ところが会場に着いてみると、Tシャツ・短パンの人、家族連れの人等もいて全体的にラフな格好の方が多かったです。学会場では、Beckはもとより、Lieberman, Freeman といった認知療法の大御所の方々に会うことができ、とても感動しました。

今回の学会の特徴として、スウェーデンの Peris による Keynote Address の “Progress in the Cognitive Therapy of Patients with a Schizophrenic Disorder” や、あの biology で有名なアメリカの Nancy Andreasen の “Schizophrenia as a Cognitive Disorder” など精神分裂病に対する認知療法をテーマに取り上げたものが多く見られました。さらに印象的であったのは、精神療法家だけでなく、生物学の第一線の研究者らの参加もあり、精神医学における認知療法の役割の大きさ、重要性を再認識させられ、今後もさらにこのような試みがな

されますますます認知療法が発展していくであろうと確信させられました。

学会後、カターニアの街を散策した結果カターニアのレストランの少なさに失望した我々は街を脱出することを決意、ガイドブックを読みあさった結果、シチリアでもっとも知られたリゾートの街タオルミーナにウニのスパゲッティなるものがあることを発見！早速出掛けることにしました。ガイドブックによれば、タオルミーナにはウニのスパゲッティの他に「グラン・ブルー」で有名なイソラ・ベッラ（美しき島）もある（他の人にとってはこっちの方が主ですが）とのことにて、完全にリゾート観光客に変身した我々は、海水パンツを新調、ミレニウム初海水浴をしばしの間楽しみ、その後ロープウェイで高台の街タオルミーナに向かいました。タオルミーナは標高200メートルの高台にあり、前にはイオニア海、背後にはエトナ山を望める非常に眺めのいいところで、こぢんまりとしていて綺麗な街でした。特にギリシャ劇場は、舞台の向こう側にイオニア海が見渡せるという絶好のロケーションに位置するタオルミーナ一番の見所でした。そのギリシャ劇場の近くで夕食を食べましたが、ウニのスパゲッティはもちろん、その場で粉から作っている石釜焼きのピザも絶品でした。

来年のバンクーバー<sup>2)</sup>にも是非参加し、おいしいものを食べようと思いながら、9時間遅れのアリタリア航空によって一路関空へ帰途につきました。（アリタリア航空は本当に時間通りに飛びません！）

<sup>2)</sup>World Congress of Behavioral and Cognitive Therapies (WCBCT) 2001. 2001年7月にカナダ・バンクーバーで開催される予定である。

(鳴門教育大学 井上和臣)