

精神療法委員会の活動について

中尾 智博 Tomohiro Nakao
日本精神神経学会理事

私は2021年から日本精神神経学会（本学会）の理事を拝命し、現在本誌編集委員会のほか、専門医試験委員会、専門医テキスト作成委員会、PCN編集委員会などの委員を務め、勉強の日々が続いております。今回巻頭言を書かせて頂くにあたり、理事就任の遙か前、本学会で初めて仕事をさせてもらう機会となり、現在も継続している精神療法委員会での活動について触れたいと思います。

参加当時のことを振り返ると、2011年9月某日に当時委員長の藤山直樹先生から一通のメールを頂いたことから活動が始まりました。メールには、「本日は日本精神神経学会教育に関する委員会精神療法部会（注：発足当時の名称）委員にご就任いただけないか、というご依頼のお便りを差し上げております。精神療法が精神科臨床のなかで等閑視されがちな現状に鑑み、本部会は、精神科医の『患者との基本的な関係構築と維持を目的とした精神療法的配慮』というようなものを主題に、特定の学派の専門的技法に偏ることなく、精神科臨床の基礎をなす面接技法や対人関係構築技法について検討し、それをテキスト化したり、講習会を開いたり、というような活動のために設立されました」と書かれていました。当時の私は留学先のロンドンから九州大学に戻って間もない時期で、行動療法を専門とするとはいえ歳も40ちょっとの（この業界としては）若輩者であり、精神分析大家の藤山先生からのお誘いにとても驚くとともに、本委員会の活動理念を目にしてたいへん胸が高鳴ったことを憶えております。以来10年余にわたる本委員会での精神療法の流派を超えた活動にはたいへんな充実感を覚えており、今も2代目委員長の池田暁史先生のもので活動を続けています。

どのような精神科医療を展開しようとも、精神科医の本分がこころを病んだ患者を診ることにあるからには、すべての精神科医は精神療法マインドをもって患者に接することを求められており、絶対的に必要な素養であるといえます。一方で、精神分析療法、森田療法、認知行動療法といっ

た系統的な精神療法を身につけることは確かに精神科医として高い専門性につながりますが、生物学的精神医学も含めた現代における精神医学の広がりを見ると、その選択と追求は個々の判断に委ねられるべきといえましょう。私たち委員会のメンバーがすべての精神科医に望むのは、日常臨床での基本的な精神療法的態度の習得です。しかし国内に数多ある医局でどの程度精神療法の教育が行われているかについては未知の部分が多く、精神療法家の不足による教育状況の格差も推測されます。本委員会の活動は個人的学びや、医局・病院単位での教育活動を補完するものであり、若手精神科医に治療関係の構築と維持に必要な臨床姿勢やスキルを学ぶ機会を提供することにあります。この目的を達成するために、本委員会は学術総会におけるシンポジウムやワークショップの開催、全国各地で年数回の講義と症例検討からなる研修会の実施、面接の基本を学ぶ書籍^{1,2)}の出版など、精力的な活動を行っています。今年の福岡総会では、「日常臨床における精神療法的アプローチ」をテーマにしたシンポジウムと、「映像で学ぶ初診面接—強迫症編—」というワークショップを開催しました。

私が以前、自身の所属する医局で行ったアンケートでは、若手精神科医は精神療法の必要性を理解する一方で、研修プログラムだけでは不十分であり、もっと学ぶ機会を得たいと考えていることが明らかになりました。専門医制度の発展により若手精神科医の教育水準は向上していると思われませんが、精神療法の教育という点ではまだまだ改善の余地があることは明らかです。本委員会の活動が今後の精神療法教育にいっそう貢献できることを願っています。

- 1) 日本精神神経学会精神療法委員会編：臨床医のための精神科面接の基本。新興医学出版社，東京，2015
- 2) 日本精神神経学会精神療法委員会：エキスパートに学ぶ精神科初診面接 [Web 動画付]—臨床力向上のために—。医学書院，東京，2018