CBT を用いた親と子の心のケアを実施するための人材育成法と保健プログラムの開発

研究分担者　　片柳　章子（国立精神・神経医療研究センター　認知行動療法センター）

研究要旨

認知行動療法(Cognitive behavior therapy; 以下、CBT)は、40 年前に最初の効果研究が示されて以降、うつ病、不安障害、強迫性障害、心的外傷後ストレス障害など、年齢を問わず幅広い対象に対する効果が示されている(Clark, 2010 他)。本研究の CBT 班では「CBT を用いた親と子の心のケアを実施するための人材育成方法と保健指導プログラムの作成」を目指し、親と子の心のケア体制を構築することを目的とする。平成 29 年度は海外や本邦で使用されている児童・青少年用のメンタルヘルスに関する心理教育マテリアルや文献を集め、関係者や業者との会議を重ね、日本版親と子のメンタルヘルスに関する心理教育用冊子の構成を検討した。

A．研究目的

子どもの心の問題は、親を含む家族の心の問題が背景に存在することを鑑み、本研究では、子どものみならず、親と子の心のケア体制を構築することを目的とする。

そこで、CBT 班は、親と子を対象に CBT を用いた心のケアを実践するにあたって心理教育マテリアルと研修プログラムを開発する。

B．研究方法

本研究の方法は以下の通りである。

1. 親と子の心のケアのための心理教育マテリアルの開発
   - 様々な精神症状に合わせた親用と子ども用の心理教育マテリアルを作成
   - コミュニケーションスキルの訓練用のハンドブックを作成（親用と子ども用）
2. 親と子の心のケアのための専門職を対象にした研修プログラムの開発
   - コミュニケーションスキル訓練の研修（医療従事者用）
   - 短時間 CBT 実施訓練の研修（医療従事者用）

C．研究結果

平成 29 年度は児童・青少年用のメンタルヘルスに関する心理教育マテリアルや文献を検索し、関係者や業者との会議を重ね、日本版親と子の心のケアに関する心理教育マテリアルの草案を作成した。

D．考察

平成 29 年度は、日本版親と子の心のケアに関する心理教育マテリアルの草案に留まったが、平成 30 年度は、親、養護教員、医師、心理士、看護師など、親や専門職が子どもと一緒に読み合せるだけで心理教育と精神的なケアの介入が可能な心理教育マテリアルの作成を計画している。その後、医療従事者や専門家にヒアリングを行い、マテリアルの改善を施し、効果的な心理教育用冊子の検討を考えている。

E．結論

CBT 班は、現時点で研究の進行が遅れているため、平成 30 年度中に親と子の心のケアのための心理教育マテリアルの完成を目指し、同年後半には、親と子の心のケアのための専門職を

対象にした研修プログラムの開発に着手することを目標とする。そして、平成 31 年度前半に、研修プログラムの完成を目指し、同年の中頃には、連携機関での研修を実施できるよう立案していく必要がある。

【参考文献】

1) Clark DA & Beck AT. Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice. Guilford Press, 2010.

Ｆ．研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

なし

Ｇ．知的財産権の出願・登録状況

なし

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他

なし