

認知・行動療法研究の 価値を高める仕掛け

福島県立医科大学医学部
健康リスクコミュニケーション学講座

臨床心理士/公認心理師
竹林由武

- ・SIG/地方部会形成
- ・理論や方法論の知識共有機会の向上
- ・ウェブやSNSを活用した学術成果の広報

Special Interest Groupの形成

3

英米のCBT学会にはSIGがあるが、JACBTにはない。

ABCT(米)は41のSIG

SPECIAL INTEREST GROUP - SIGs

Current ABCT Special Interest Groups (SIGs)

A list of current SIGs is offered below. To Join a SIG, please contact the respective SIG leader listed below. Each SIG is run independently by its own leadership.

More information is available on how to [create a new SIG](#).

As a service to its members and to others interested in behavior therapy and cognitive behavior therapy, ABCT has included helpful website links to SIGs and organizations with similar interests and goals. ABCT neither reviews nor endorses these linked websites and is not responsible for their content.

- [SIG Leader](#)
- [Addictive Behaviors SIG](#)
- [African Americans in Behavior Therapy SIG](#)
- [Aging Behavior & Cognitive Therapy SIG](#)
- [Anxiety Disorders SIG](#)
- [Asian American Issues in Behavior Therapy and Research SIG](#)
- [Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder \(ADHD\) SIG](#)

http://www.abct.org/Members/?m=mMembers&fa=SIG_LinkToAll

BABCP(英)は17のSIG

Special Interest Groups

- ACT
- CBT Medics
- Children, Adolescents & Families
- Cognitive-Behavioural Analysis System of Psychotherapy
- Compassion
- Control Theory
- Couples
- Dialectical Behaviour Therapy
- Equality & Culture
- Group CBT
- Independent Practitioners
- IT
- Low Intensity Cognitive Behavioural Interventions
- Long Term
- Schema Therapy
- Supervision
- Women and Gender Minorities Equality

特定分野の関心を共有する専門家間で、定期的なコミュニケーションのための**オープンな**フォーラムを形成し維持すること (ABCT, 2019)。

http://www.abct.org/Members/?m=mMembers&fa=SIG_Guidelines#sec3

学会が母体のSIGの利点（私見）

- **研究の活性化, 体系化**
 - 学会主導研究や治療ガイドライン作成の発展基盤
- **研究の徒弟制を解体**
 - 研究室の繋がりに依存しない研究ネットワークの形成
(ボスにネットワークのない学生でもコミットできる)

学会SIGの活用例)

- 研究の優先順位づけ
- 学会主導研究/データベース構築の推進
- 重要なアウトカムセットの推奨形成
- 臨床的有意性のコンセンサス形成

学会の良いところは、専門家がたくさんいること。研究者一人では歯が立たないような、大きな問題に関して、専門家パネルを形成し、コンセンサスベースで課題解決 or 解決のためのリストを形成していくと良い。SIGが活発になることで知を体系的に構築、発展、発信していく。そんな学会の一員に私はなりたい。

SIG活用による優先研究コンセンサス形成 6

- 専門家パネル(患者含む)で研究の優先順位づけに関するコンセンサスを形成すると、当該領域の研究の質が向上する。



Series

How to increase value and reduce waste when research priorities are set

Iain Chalmers DSc^a✉, Prof Michael B Bracken PhD^b, Prof Ben Djulbegovic PhD^{c, d}, Silvio Garattini MD^e, Jonathan Grant PhD^f, A Metin Gürmezoglu PhD^g, David W Howells PhD^h, Prof John P A Ioannidis MD^{i, j, k, l}, Sandy Oliver PhD^m

・コンセンサス形成ステップ

1. 研究グループの長期計画に目的を記載し、意見と優先事項が考慮される関係者を明示する
2. 自前で優先順位づけを行使する前に、その専門分野においてすでに行使されている優先順位づけの既存の要約を利用する
3. 優先順位づけの目的への合わせ方について研究の優先順位づけについての方法論的レビューを指針として用いる
4. 優先順位づけチームが、その行使についての必要なデータや文脈についての情報、スキルの一式を持つことを確かにすること
5. 周期的に優先順位づけの行使を試験的に行い、評価し、見直し、改訂する
6. 知見と経験を共有するために、同業者のコミュニティでの議論に参加する

方法論の詳細はこちら

2015/3/21 (土) 臨床疫学研究における報告の質向上のための統計学の研究会 第19回研究集会

研究疑問

土屋政雄

個人Web: <http://researchmap.jp/mtsuchi/>

科学医学コミュニティで専門家による研究の優先順位づけの重要性の指摘され、方法論が確立、普及している現状で、われわれは立ち止まっていて良いだろうか？

症例レジストリ、データベースの構築 他施設共同研究の実施

● 学会主導研究

| ヘリコバクター・ピロリ菌除菌症例の全国前向き調査

本学会では、多施設共同研究「ヘリコバクター・ピロリ菌除菌症例の全国前向き調査-全国除菌レジストリー」を開始しました。本研究は日本ヘリコバクター学会臨床研究推進委員会除菌レジストリー委員会が主導して、日常診療でH. pylori除菌成功が確認された症例を登録、除菌後の胃癌発症を前向きに観察する研究です。本研究は我が国のみが実施できる大規模登録調査であり、その成果を世界へ向け情報発信します。

■ 【症例登録に際して】

除菌症例の登録にご協力いただける先生方には、上記登録システムへのログイン方法をお知らせしますので、[学会事務局 \(jshr@kokuhoken.or.jp\)](mailto:jshr@kokuhoken.or.jp)までご連絡下さい。症例登録に際しましては、倫理講習の受講が必須となりますので、倫理講習会受講の確認をさせていただきます。

※本学会会員で、CITI「人を対象とした研究基盤編」または、ICR-web「臨床研究の基礎知識講座」、各施設主催の上記に準じた内容の倫理講習の受講修了者は登録が可能です。

※2017年4月1日以降に除菌確認した患者が対象になります。

ヘリコバクター・ピロリ菌
除菌症例の全国前向き調査

<http://www.jshr.jp/about/business.html>

一般
社団法人 日本動脈硬化学会
Japan Atherosclerosis Society

会員マイページ
一般の皆さまへ

web全体 当サイト内 検索 English Japanese

HOME サイトマップ お問い合わせ Google

日本動脈硬化学会について 学会情報・総会・シンポジウムなど 学会誌・ガイドライン・刊行物など 専門医・FHに関する情報など

JAS Cohort Study
Japan Atherosclerosis Society Cohort Study

脂質異常症を合併した一次予防患者における動脈硬化性疾患発症に関する観察研究

日本動脈硬化学会では、脂質異常症を合併した一次予防患者における動脈硬化性疾患発症に関する観察研究を行っています。

脂質異常症に対する治療の現状を把握とともに、脳心血管病の発症と動脈硬化性疾患予防ガイドライン 2012年版における一次予防のリスク区分別脂質管理目標値におけるカテゴリー管理区分との間の相関を評価するため、少なくとも5年間の追跡調査を前向きに実施します。

研究概要(公知)
UMIN CTR 臨床試験登録情報の閲覧

http://www.j-athero.org/other/jas_cohort_study.html

SIG等での優先順位づけから学会をあげて取り組むべき課題も見えてくるケースもある

- 精神的、行動的健康のレジストリをAPA部会主導で開発、普及推進（夢物語ではない）。

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION
Services, Inc.

MEMBERS SCIENCE PRACTICE EDUCATION PUBLIC INTEREST

Home // Practice // Reimbursement // Mental and Behavioral Health Registry

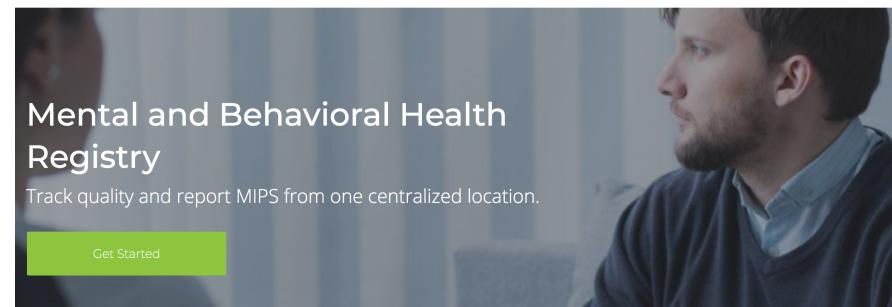


Mental and Behavioral Health Registry

The Mental and Behavioral Health Registry (MBHR) allows practitioners to track quality outcomes on their clients and patients utilizing measures identified by the discipline as being the most meaningful to both practitioners and those we serve. With psychologists being added to the Merit-Based Incentive Payment System (MIPS) in 2019, the MBHR is an important resource to effectively report quality outcomes to CMS. The MBHR can be used to meet board certification maintenance of competence requirements, negotiate with value-based reimbursement payment programs (i.e., pay-for-performance) and market your practice by including our MBHR badge on your website.

M-B-H-R
MENTAL & BEHAVIORAL
HEALTH REGISTRY

MIPS Training Measures Pricing Log In Register



Get Started

Real-time Dashboards

Identify and respond to data you capture to maximize your reimbursement



All MIPS Categories

The MBHR can report for MIPS



Data Validation & Support

Our quality experts validate your data before submission to ensure your reporting success.



Choose your pace

JABCTには地方部会なし

- 全国的な普及、均てん化は大きな課題
- 地方部会が重要な役割を担う
- 学会所属メンバーが学会とは無関係に地方部会を設立
- 既にニーズはある！
- 学会としてサポートできたら良いのでは？なぜしないのか？

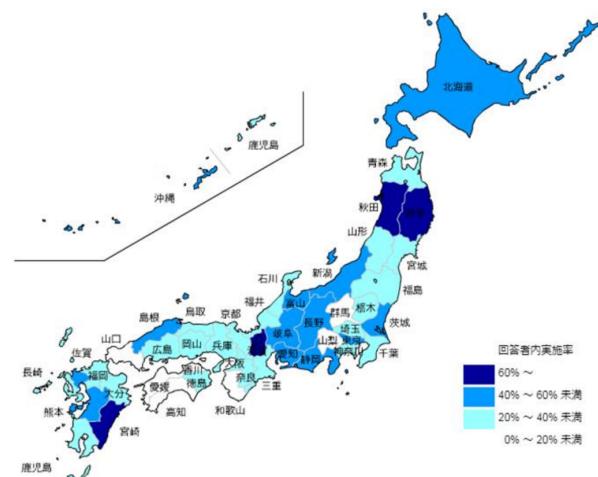


Figure 3 認知行動療法実施診療所の分布(回答者内実施率)

高橋史ら(2018) 日本の精神科診療所における認知行動療法の提供体制に関する実態調査

BABCPの地方部会

BABCP Regional Branches
Chester, Wirral & North East Wales
Devon & Cornwall
East Kent Coastal
East Midlands
Eastern Counties
IABCP
Isle of Man
Liverpool
London
Manchester
North East & Cumbria
North West Wales
Scotland
South East Wales
South East
South & West Wales
Southern
West
West Midlands
West Yorkshire
Yorkshire

- ・ SIG/地方部会形成
- ・ 理論や方法論の知識共有機会の向上
- ・ ウェブやSNSを活用

- ・ 学会のプログラムは実践家重視
 - 実践家向けのコンテンツが充実しており、科学者としての態度、スキル養成コンテンツは不足気味
- ・ 学会での科学者知識養成の必要性
 - 大学院のカリキュラムは現状でつめつめ
 - 修論、博論の指導に頼るのは指導教員のクオリティで左右されてしまう
 - 科学的知識とスキルを常にアップデートできるような機会を学会が積極的に提供すべき（口心に丸投げしない）

- 再現可能性の危機
 - 統計、研究デザイン、研究法報告への理解必須
- 解析モデル、ツールの複雑化、普及の高速化
 - ベイズ、機械学習、各種モデリング、データベース作成
- 科学的な知識の高度化とその速度は、一人の研究者で力バーできる範囲を超えている。

→ 学会として取り組む必要性

- ・理論・方法論セミナーの開催
- ・理論/方法論SIGの形成
- ・研究版コロキウムや学会での口頭研究発表
- ・SNSの活用 (TwitterやSlack)

- 英文投稿、査読の推奨、強化
- 海外査読者、編集員の追加
- 追試研究枠、研究プロトコル掲載枠の設置
- 系統的レビューを展望ではなく原著に
 - 日本精神神経医学会や日本疫学会の国際誌は国内外からの投稿が伸びIFも急増中。
- SIG/部会の報告掲載
- 方法論の特集号を盛んに
- 査読者のクオリティコントロール。レポーティングガイドライン研修の実施や、複数年英論誌に投稿がない査読者を除外(投稿件数などの実績を加味)。
- 査読後の査読者公開、表彰システム

- ・ SIG/地方部会形成
- ・ 理論や方法論の知識共有機会の向上
- ・ ウェブやSNSを活用

第二条 この法律において「公認心理師」とは、第二十八条の登録を受け、公認心理師の名称を用いて、保健医療、福祉、教育その他の分野において、心理学に関する専門的知識及び技術をもって、次に掲げる行為を行うことを業とする者をいう。

- 一 心理に関する支援を要する者の
心理状態を観察し、その結果を分析すること。
- 二 心理に関する支援を要する者に対し、
その心理に関する相談に応じ、助言、指導その他の援助を行う。
- 三 心理に関する支援を要する者の関係者に対し、
その相談に応じ、助言、指導その他の援助を行うこと。
- 四 心の健康に関する知識の普及を図るための
教育及び情報の提供を行うこと。

- 公的機関, 個人, 専門家がSNSでの発言を増やさないとどうなるか?

例) 東日本大震災でのデマ拡張 vs 専門家

→ 専門家が情報発信を頻度多くしていないと誤情報、怪しい情報がタイムラインを埋め尽くし、一般の人はそれらで印象形成を行ってしまう

現代的にSNSでの情報発信は科学者としての責務

- 市民向けのページの情報が充実
 - Find a therapist
 - 心理教育素材 (podcastやyoutube, テキストなど)
 - セルフヘルプ教材, アプリ

CBT Pioneers

CBT is already a mature field, often being the approach someone seeking treatment specifically names, and a young enough field to still have many of the first influential thinkers, researchers, and practitioners among us. We are thus blessed with the ability to ask them about themselves and their approach to the problems that confront many of us. Imagine a world where we got to listen to Darwin outside the Royal Society or to the Wright brothers, and you'll get a sense of the importance of these sessions, and the treat they are to so many of us.

Meet our CBT Pioneers....



Russell Barkley

Meet Russell Barkley, who has explored ADHD and its implications for half a century, looking at familial relationships, its effects on executive functioning as well as its long-term health and occupational outcomes. Lately, he's been studying mortality rates and life expectancy as he has followed ADHD through adulthood, showing it is not only a mental health problem but a health concern as well.



(HOME)

The Lead Organisation for CBT in the UK and Ireland
British Association for Behavioural & Cognitive Psychotherapies

(LOGIN)

BABCP
www.babcp.com

About BABCP Membership Accreditation Jobs, CPD & Training Public

Public
Find a Therapist
What is CBT
Accessing CBT
Self Help

CBT | therapy worth talking about

What is CBT?

Cognitive behavioural therapies, or CBT, are a range of talking therapies based on the theory that thoughts, feelings, what we do and how our body feels are all connected: if we change one of these we can alter the others.

When people feel worried or distressed we often fall into patterns of thinking and responding which can worsen how we feel. CBT works to help us notice and change problematic thinking styles or behaviour patterns so we can feel better. CBT has lots of strategies that can help you here and now.

To read personal accounts on a variety of topics from people who have experienced CBT, visit our [personal accounts page](#)

CBT works

CBT has a good evidence base for a wide range of mental health problems in adults, older adults, children and young people. This research has been carefully reviewed by the National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE), who provide independent, evidence-based guidance for the NHS on the most effective ways to treat disease and ill health.

What can CBT help with?

NICE recommends CBT in the treatment of the following conditions:

- Anxiety disorders (including panic attacks and post-traumatic

Let's Talk About CBT
Podcast



Dr Lucy Maddox interviews experts in the field including people who have experienced CBT for themselves. A mix of interviews, myth-busting and CBT jargon explained.

[Find out more](#)

Royal College of Psychiatrists

[What is CBT? \[External Link\]](#)

[CBT Register UK](#)

[Find a CBT Therapist](#)

Japanese Association of Behavioral and Cognitive Therapies

一般社団法人 日本認知・行動療法学会

ご案内 学会組織 学会活動

*お問い合わせの際、学会名（日本認知・行動療法学会）をお知らせ下さい。

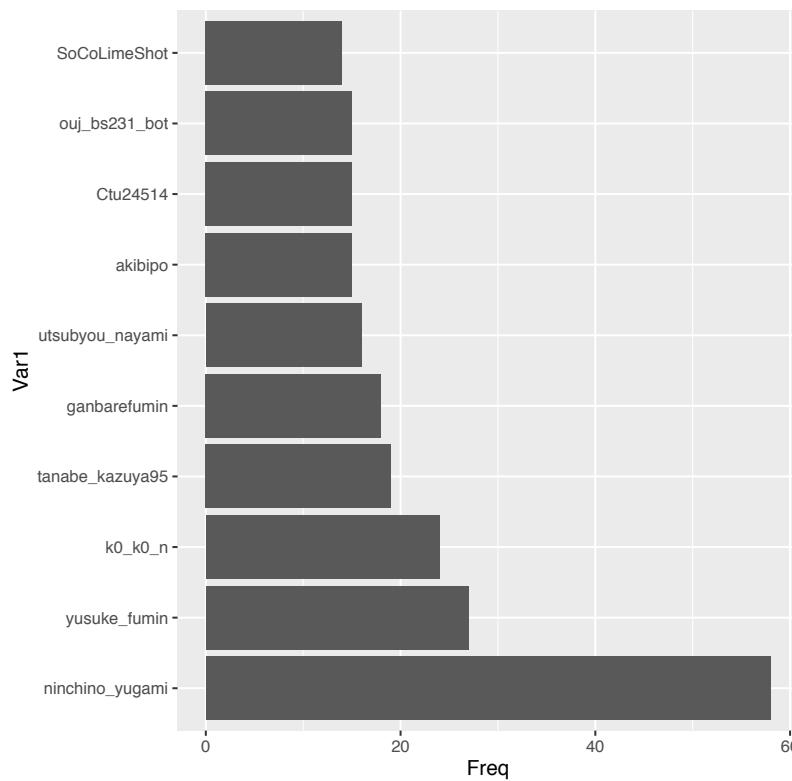
*日本認知・行動療法学会では、具体的な病院等の紹介や斡旋などはいたしておりません。

*日本認知・行動療法学会事務局の住所が2012年9月23日から上記に変更になりました。

公認心理士のトレーニング制度が整備されていくと、
Find a therapistもシステムatischに学会と連動していくける？

“認知行動療法”に関するツイート 21 (Twitterのテキストマイニング)

2019年8月10日～19日: 認知行動療法の総ツイート件数 1021件)
認知行動療法ツイート数のうちトップ10アカウントでしめる割合: 22%



ツイート数Top5アカウント

悩み相談掲示板



認知的歪み診断チェックと悩み相談

物事に対する考え方を改めることで、ストレスを和らげていつも苦しいではありませんか。認知的歪みに対する診断チェックと認知歪み相談や情報を発信中。8,000件以上の悩み相談を無料で質問・検索が可能。自由にご活用くださいませ^_^

cocoono.com 2019年7月からTwitterを利用しています

15 フォロー中 1,045 フォロワー

個人:患者



不眠症からの下克上

@youike_kimin 2018年9月からTwitterを利用しています

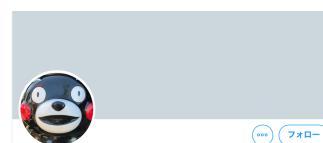
1,305 フォロー中 1,229 フォロワー

クリニック



慢性疼痛に対する心身実験室を中心に情報発信するocです。
経験者限定で最新情報を患者さんへはじむとする慢性疼痛は、痛みをもける医療機関の情報発信アカウントを運営させてもらいます。
これらの情報は自分や家族や患者さんとも領域と共にあります。慢性疼痛には認知実験的治療が必要になります。
内容はどちらか専門知識を必要とします。
◎ www.bci-medical.com/bciweb.php
◎ 2019年8月17日からTwitterを利用しています
2,129 フォロー中 2,129 フォロワー

個人:患者



安眠テクニック研究所

@tanabe_kazuya95
誰でも簡単にできる安眠テクニックを紹介します。 fuminsyou-koppamjin.com/160-2/
◎ 千葉 喜久地力 2017年1月からTwitterを利用しています
1,428 フォロー中 1,280 フォロワー
フォローしている人にフォローはいません

個人:患者



不眠症だけど頑張る人

@ganbarefumin
本気見せたる。重度の不眠症から復帰した方法。fuminsyou-koppamjin.com/160-2/
◎ 日本 千葉 2017年1月からTwitterを利用しています
1,397 フォロー中 1,282 フォロワー
フォローしている人にフォローはいません

公式情報乏しい

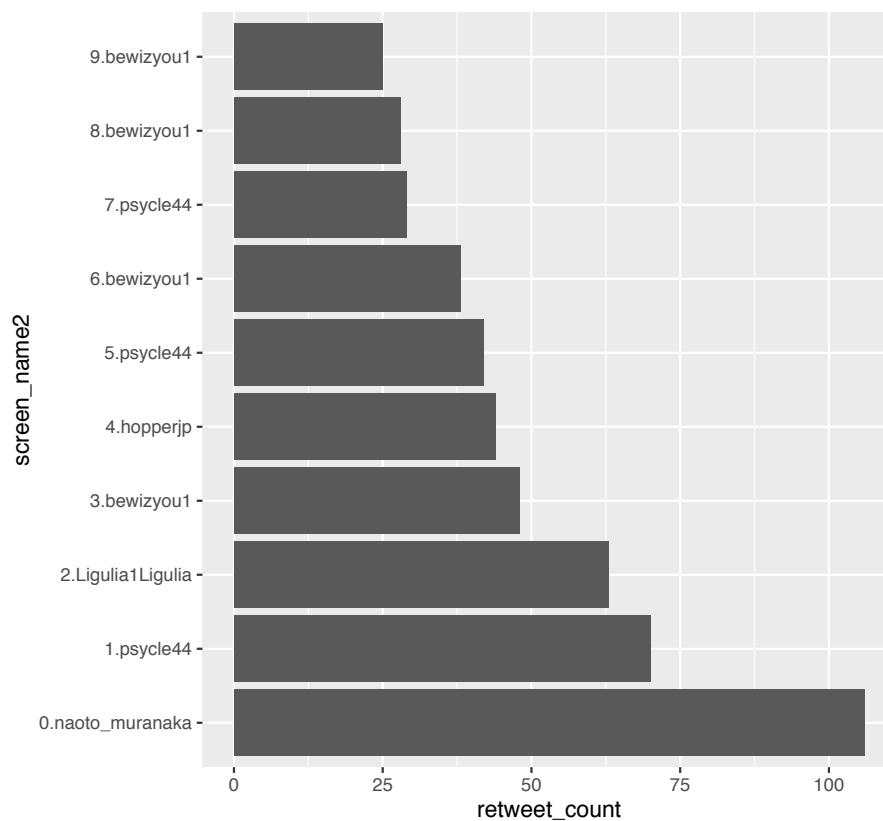
“認知行動療法”に関するツイート 22

(Twitterのテキストマイニング)

2019年8月10日～19日: 認知行動療法の総ツイート件数 1021件)

認知行動療法ツイートのリツイート数トップ10:

個人: 専門家



個人: 専門家

村中直人 @naoto_muranaka · 8月12日
この本がたくさんの人には読まれて「コグトレ」こと認知機能トレーニングに注目が集まってるのはいいことなんですが、Twitter見てるとかなり言葉の混乱が起きてる気がする！！
とりあえずこれだけは知っててください。コグトレの認知と認知行動療法の認知は、同じ認知でも
「全く別の言葉」です！！

村中直人 @naoto_muranaka · 8月8日
話題の「ケーキの切れない非行少年たち」を読みます。売れ過ぎて今Amazonでは書籍版が入荷待ちですね
まだ途中ですが、なんというか
私が会ってきた子どもたちの、私が会えなかった人生を伝えてくれている本だと思いました。何らかの形で医療少年院に関わりたいなあ
amzn.to/33jOQfs

このスレッドを表示

個人: 専門家

TAKEbayesHI @psycle44
フォロワー一定数越えたら、記念になんかしなきやいけないのか。。。1000人越えたら認知行動療法研究法ラジオでもやろうか。俺の推し心理学者の話を聞いてくれ、とか、この研究の解説えぐくない?とか。需要ないよな。拡散するなよ。もういちどいいうぞ、絶対に拡散するなよ。

午後6:02 · 2019年8月15日 · Twitter for iPhone

ツイートアクティビティを表示

70件のリツイート 91件のいいね

個人の専門家による偏り

学会のツイート内容 (Twitterのテキストマイニング)

23



構造的トピックモデリングの適用

Top five topic

1. Conference
 2. about twitter
 3. Event info
 4. treatment
 5. Children anxiety

Top five topic

1. Mental health
 2. Conference
 3. Branch/SIG
 4. Research
 5. Cultural Issue

どういう情報をツイートするか？ 24

例) 社会心理学会

お金かけずにできること

- 学会誌掲載論文、学会員の海外誌掲載情報
- 学会員関連書籍情報
- 学会大会情報、開催セミナー等情報
- 他のウェブで見られる社会心理学関連情報(TEDなど)
- 使える心理学研究ツールに関する情報
 - これらはbot化してランダムに反復して提示させられるので、一定の投稿頻度を自動で確保可能
 - 公的なCBTに関する機関がSNSで高頻度に情報発信することが誤情報に対抗する為にも重要かつ有効

- SIG/地方部会形成
→ 研究課題の優先順位づけ
- 理論や方法論の知識共有機会の向上
→ 方法論セミナー, 理論のセミナーの開催
- ウェブやSNSを活用した学術成果の広報
→ Twitterによる周知, 一般向けコンテンツの強化

立ちはだかる壁: エフォート問題 26

- 奪われ続ける大学教員の研究へのエフォート
 - SIGを通じた共同研究の活性化→個人教員の研究負担減?
 - 方法論セミナー講師は領域外からも招聘
 - ウェブやSNSによる広報は、心理療法へのアクセス改善やメンタルヘルスリテラシー教育に関心のある若手研究者と共同する。
 - 例えば、学会でのソーシャルワークは論文化してもらい、論文投稿費用を負担するなどできればWin Win?
 - 開業している人が、教育ウェブコンテンツを廣告がてらアップしてくれるのも“Win Win”?

- **早めに大きな学会（日心）に合併？**

- スケールメリットを生かす
- アカデミアの学会参加費、会員費をあげる
 - (海外学会、平気で3万くらい出しますよね？でもコンテンツ充実してるから満足)
 - コンテンツ満足できれば学会費上がっても出す (多くの研究者は研究費から出せる範囲)

- **無駄な出費を抑える？**

- 雑誌の印刷の廃止
- 会議旅費を抑える (極力メール審議、スカイプ等審議)