

上げるためには、この問題の分析と、問題のとらえ方が重要になります。ここではいじめ問題を取りあげ、その分析と改善のための介入そして効果を検討します。

いじめという問題は学校の教員にとっては「やっかい」なものです。暴力行為が伴うから、あるいはいじめられる側が追い詰められるからやっかいだというわけではありません。先生方にとっては最初は大したことはなく、しかも対応して改善されていったはずなのに、気がついてみると大事になっていたという事が少なくありません。いじめ問題でよく見られる「陰湿化」といわれる現象です。先生方にとっては何が起きているのか良く分からない「やっかい」な問題なのです。いったい何が起きているのかどうしてそういった状況になるのかを把握し、対応をしていくことが必要になります。当日はこういった問題の分析をもとに、実際のケースを例にとって認知行動療法をどう「使うか」に関して考えて行きたいと思います。



WS-4 「マインドフルネストレーニングを用いたエクスポージャー療法」

講師：岡嶋美代先生 時間：13：30-16：30 定員：40名

エクスポージャー療法は行動療法の要ですが、大学院教育でも殆ど行われておらず、実践教育の場がないと聞きます。また、嫌なことをやらされることだという思い込みから、「行動療法は自分には無理だ」と思ってしまう患者さんがいますが、治療者の中にも「自分には合わない治療法だ」と思っている方も多いようです。最近では新世代の認知行動療法と言われるアクセプタンス&コミットメント・セラピー（ACT）によって、言語行動（思考も含む）に関する行動療法をうまく実施できる解説書も増えました。そんな認知行動療法のブームに乗りそこなった方や認知療法が強迫性障害に有害であることを知らない方まで、このWSを受講するとCBTの最前線を使えるようになるかもしれません。

今回のメニューは、頭の中で行われるメンタル・チェックングと呼ばれる強迫儀式を上手に妨害する方法と、基本的なエクスポージャー療法の実践過程のコツをお伝えします。エクスポージャー療法や儀式妨害の治療戦略は強迫性障害だけのものではありません。慢性化した不安障害には強迫性に対処する技術が必須ですし、すべての不安障害からうつ病にまで応用可能です。実際には、治療者自身のプチエクスポージャーを3時間の中で体験していただきながら、カウンセリングや診察中に簡単にできるエクスポージャーのアイデア作りもお話し致します。

オープンミーティング（参加費：100円）

研修中10月の月例会を行います。

午前(ご家族)・午後(患者)に分かれて、なかなか話せない悩みや、困っている事についてお話してみましょ!!

いつも月例会に参加の方も、お手数ですが申し込みをお願いします。



●開催日：2013年10月27日(日)

《WS-1,3》 9:00 受付 9:30~12:30 (質疑応答含む)

《WS-2,4》 13:00 受付 13:30~16:30 (質疑応答含む)

●開催会場：市民会館崇城大学ホール (熊本市市民会館)

●受講料：各講座 WS-1.2 3,000円 ・ WS-3.4 4,000円

●参加申込み：2013年9月17日(火)~2013年10月25日(金)

専用申込みフォームに必要事項ご記入下さい。

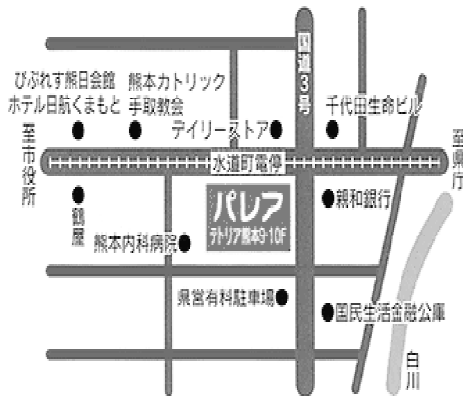
受講料をお振込みいただき受付完了となります。

<http://enq.jpform.net/p90676>

<http://enq.jpform.net/m90676> (携帯専用)



◎インターネット環境が整っていない方は、FAXをご利用下さい。



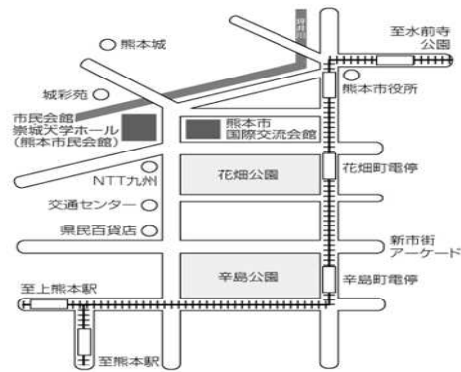
くまもと県民交流館パレア

(市民フォーラム) 熊本市中央区手取本町8番9号

熊本駅⇒市電で17分、「水道町」又は「通町筋」電停下車
バスで18分、「水道町」又は「通町筋」バス停下車
タクシーで15分

熊本交通センター⇒市電で6分、「水道町」電停下車
バスで7分、「水道町」バス停下車
タクシーで5分

熊本空港⇒バスで40分、「通町筋」バス停下車



市民会館崇城大学ホール(熊本市市民会館)

(行動療法研修会) 熊本市中央区桜町1番3号

熊本駅⇒市電で15分、「花畑町」電停下車
バスで15分、「交通センター」バス停下車
タクシーで10分

熊本交通センター⇒徒歩2分

熊本市役所⇒徒歩5分

熊本空港⇒バスで50分、「交通センター」バス停下車

★ 専門家のコラム

●組織とマネジメント, AA

私たちは1人だけでは何もできないことがたくさんあります。強迫性障害の治療がもっと世の中に広まるようにすること、困っている人たちにこのニュースレターが届くようにすること、月例会を開催すること、そして今年10月26~27日の第10回市民フォーラム。どれをとっても私個人はもちろん、どこかにスーパーマンのような人がいたとしても、その人1人でやりこなせるものではありません。診察室では患者さんと私だけの2人で問題を探り、物事を解決しているように見えますが、これも事務受付や調剤薬局などの組織が健全に動いていて始めてやれることです。日本銀行が崩壊したらお金も使えなくなります。

原井には医師という資格がありますが、厚労省が国家試験で裏口をやったり、医療過誤や犯罪を犯した医師の資格を剥奪する医道審議会が機能しなければ、無意味な資格になってしまいます。組織とは個人に生活のもととなる社会的地位や役割を与えてくれるものです。逆に言えば個人は組織に属することで自己実現や社会貢献の機会を見いだすことができます。



他人の手を全く必要としない、組織などいらない、一人だけでいくらでもやりたいたいだけ完璧にこなせる行動の代表選手と言え、強迫儀式でしょう。強迫性障害を治すとは、一匹狼になっている患者さんや社会から孤立した家族を治療者が意図的につくった“治療組織”に巻き込むことだと言えらるぐらいです。

一方、このような大事な組織をどう運営するか、つまりマネジメントは、誰もが悩む難しい問題です。選挙で選ばれた選良ですらそうです。たとえば今の民主党は党を誰がどう運営したらいいのか、答えが見つからないようです。私にとってもそうです。一対一ならば行動療法、動機づけ面接という武器がある私も、組織相手となると“〇〇療法”を使えば良いと簡単には言えません。行動療法の一つである応用行動分析の中には組織内行動マネジメントという専門領域があります。とても有用なツールですが、OCDの会のようなボランティア組織で系統的に使うのには無理があります。どう使えば良いかを説明するのに時間がかかるし、それでできることは月例会の出席者数を増やす事ぐらいだからです。

このように考えれば、どんな組織も苦勞しているということになりますが、実際は上手く行く組織と壊れていく組織に別れていきます。どんな組織でもスタートはある程度上手く行きます。強迫儀式が最初のうちはやることで生活もある程度こなしながら、強迫観念にも上手く対応できるのと良く似ています。何年かは特別なルールをつくらなくてもなんとかなります。しかし、途中から、組織が大きくなったり、世代が交代したりすると、どこかで意図的なマネジメントを行う必要がでてきます。

私が知る限り、世界的規模に大きくなりつづけながら、壊れずにやれている組織の代表選手はA A(無名のアルコール依存症者たち)でしょう。彼らは逆説的ですが、マネジメントをする組織内組織をできるだけ小さくすることを選びました。特に「匿名性」のおかげで人間が大きくなった組織に求めがちな売名欲を未然に防ぐことに成功しています。こうしたA Aの組織原則をまとめたものが、12の伝統です。伝統の12:「無名であることは、私たちの伝統全体の霊的な基礎である…」は、「OCDの会の原井」であって、「原井のOCDの会」ではあってはならないことをよく思い出させてくれます。(原井宏明)



各地のおたより



●名古屋OCDの会から

名古屋OCDの会世話人の「胡弓」です。私は元患者？で、日常は住職です。今、名古屋