

## ACT Japan 2020 年度・年次ミーティング プログラム 第3報

【日程】2021年3月13日（土）～3月14日（日）

### 2020年度年次ミーティング開催責任者

マネージャー 伊井 俊貴（ACT Japan 理事/メンタルコンパス株式会社）

サブマネージャー 瀬口 篤史（ACT Japan 理事/犬山病院）

大会企画委員 井上和哉（早稲田大学人間科学学術院）、久留宮由貴江（シカゴスクールオブプロフェッショナルサイコロジー）、斎藤順一（早稲田大学総合研究機構）、嶋大樹（同志社大学心理学部）、首藤祐介（広島国際大学）、林幹浩（株式会社ビスメド）本田暉（ウェルネス高井クリニック）、柳澤博紀（犬山病院）、渡辺孝文（名古屋市立大学大学院医学研究科 精神・認知・行動医学分野）（あいうえお順）

【事務局連絡先】act.2019.application@gmail.com

### 【テーマ】「プロセスに基づいた CBT」

テーマは昨年度を継承して「プロセスに基づいた CBT」としました。プロセスとは疾患に対するプロトコルではなく、変化のプロセスそのものにアプローチする方法で、2017年 Steven C Hayes 博士と第2世代認知行動療法における不安障害研究の第一人者 Stefan G Hofmann 博士が共同で発表した概念です。従来のエビデンスに基づく治療における答える正しい問いは、「不安障害に対して CBT は効果があるか？」「発達障害に対して応用行動分析は効果があるか？」など「どの治療法を、どういう人が行えば、これこれといった特定の問題を抱えた、これこれの人に、最も効果的なのか？またそれは、どの条件のもとで、どのようにして効果を及ぼすか？」です。

一方でプロセスに基づいた介入における効果的な問いは「この目標とこの状況で、このクライアントのどのような生物学的・心理社会的コアプロセスに照準を定めるべきなのか、そしてどうすればそれらコアプロセスを最も十分かつ効果的に変化させることができるだろうか？」です。この立場に立つと、医療や心理療法だけではなく多様なアプローチがコアプロセスを変化させるための手段となります。例えば、仕事に行けないクライアントを変化させるために最も効率的な手段は会社の組織を変えることかもしれませんし、クライアントを取り巻く社会からのアプローチが最も効果的な方法かもしれません。

コロナウイルスの影響で様々な変化が10年早まったとも言われます。変化の激しい時代において、ACTのコアプロセスの1つである心理的柔軟性が効果を発揮する場面は少なくありません。今後オンラインを使った介入や、メンタル不調の予防ニーズなど、これまでとは違ったアプローチを必要とされる機会も増えてくることが予測されます。今回のオンラ

イン開催がACTの幅広い展開に対して議論できる機会となるよう企画委員一同尽力してまいります。

【場所】 オンラインで Zoom を使って開催します。Zoom へは Peatix から参加できます。

- ①<https://peatix.com/>にアクセスし、右上の「ログイン」メニューからログインします。
- ②最上タブにある「マイチケット」メニューをクリックし、「2020 年度 ACT Japan 年次ミーティング」の「イベントに参加」ボタンを押します。
- ③2020 年度 ACT Japan 年次ミーティングのイベント視聴ページに繋がりますので、「イベントに参加」ボタンをクリックして、Zoom の参加 URL に移動してください。

【参加条件】 「ACT Japan の会員、あるいは心理関連領域の専門職および学部生、大学院生、および本会活動に関心のある方」

【参加費】 一般 会員 0 円（会員であることを確認します。）一般 非会員 3,000 円

大学院生・学部生(会員非会員を問わず) 0 円（学生であることを確認します。）

※申し込み時にクレジットカードでお支払いください

※なお、ACT Japan への入会申込みは、随時、ホームページから受付けておりますが、入会は理事会での審議にて決定されます。3月の年次ミーティング開催時に、会員扱いとなるのは、次回（1月末：既に終了）の理事会にて入会が承認された方まで、が対象となります。

【リモート懇親会費】（会員非会員を問わず）0円

【リモート懇親会参加方法】 大会プログラムと同様、Peatix からアクセスします。

- ①<https://peatix.com/>にアクセスし、右上の「ログイン」メニューからログインします。
- ②最上タブにある「マイチケット」メニューをクリックし、「2020 年度 ACT Japan 年次ミーティング」の「イベントに参加」ボタンを押します。
- ③2020 年度 ACT Japan 年次ミーティングのイベント視聴ページに繋がり、懇親会用の URL を確認できます。そちらからアクセスしてください。

【発表者へのお知らせ】 発表は zoom で行います。詳細は座長から発表者に連絡します。

【参加申込の方法】 参加はすべて事前の申し込みが必要です。下記リンクより 2021 年 3 月 12 日(金)までに必ずお申し込みください。 <https://actjapan-2020.peatix.com>

**1日目 2021年3月13日(土) 場所: Zoom**

13:00~13:30 受付・主旨説明

13:30~15:00 <シンポジウム> 座長：嶋大樹・本田暉【ACTへ踏み出す】

15:10~18:20 <ワークショップ> 講師:瀬口篤史・柳澤博紀・齋藤順一・井上和哉  
【行動を継続的に測定して臨床のプロセスを重視する】

18:30~19:00 ポスターの閲覧方法・リモート懇親会に参加方法の説明

19:00~ 懇親会（リモートで予定）

**2日目 2021年3月14日(日) 場所: Zoom**

9:20~9:30 主旨説明

9:30~10:00 総会

10:00~10:30 <活動報告> 座長：林幹浩 【職域でACTを活かす】

10:40~12:10 <大会企画シンポジウム①> 座長：井上和哉

【日本のACTとRFT研究の最前線—世界に追いつくために出来ること】

12:10~13:00 休憩

13:00~15:00 <大会企画シンポジウム②> 座長：伊井俊貴・久留宮由貴江

【個人から組織そして社会へ】

15:00~15:30 閉会

## 各シンポジウムの内容の概略

### 【ACT へ踏み出す】

- ◆座長（五十音順） 嶋 大樹(同志社大学心理学部)、本田 暉(ウェルネス高井クリニック) (兼司会)
- ◆パネリスト(五十音順) 井上湧斗(赤穂仁泉病院)、小口真奈(早稲田大学大学院人間科学研究科)、綱川弘樹(那珂市教育支援センター)、光定博生(横須賀共済病院精神科)
- ◆コメンテーター：増田暁彦先生 (ハワイ大学)

◆概要 この企画では、初学者や学生がどのように ACT を学び、実践し、研究しているかについて語り合います。ACT を学ぶ方法、苦労、工夫など、それぞれの経験の共有を通して、「勉強の仕方がわからない」「使ってみていいのだろうか」というみなさんが、「ACT へ踏み出す」後押しをできればと考えています。

◆募集 登壇者とのパネルディスカッション形式で進めますが、事前に聞いてみたいことやみなさんの経験についてのご意見を募集します。登壇者への質問や、実践上の悩み、ご自身の ACT を学ぶ上での経験等を質問フォーム（受付は終了しました）からお寄せください。なお、具体的なケースに関する相談などはお受けできません。また、時間や進行の関係上、すべてのご質問、ご意見を取り上げることはできませんので、予めご了承ください。

当日も質問を受け付けながら進めていく予定ですが、事前にご質問いただくと登壇者も話す準備ができますので、ご協力よろしく願いいたします。

ACT へ踏み出だす仲間として苦労した点や工夫している点などを共有し、一步を後押しする時間にできればと考えていますので、普段なら「ちょっと聞きづらいな～」という質問も大歓迎です！たくさんのご質問、ご意見お待ちしております！

### 【行動を継続的に測定して臨床のプロセスを重視する】

- ◆講師 瀬口篤史（立命館大学）柳澤博紀（犬山病院）齋藤順一（早稲田大学）井上和哉（早稲田大学）

このワークショップでは、『行動の測定』をキーワードとして、行動を測定するための基本的な手続きから、行動指標を選択するプロセスを体験的に学ぶワーク、行動測定に役立つアプリ、そして行動指標を用いた実践例まで、幅広く扱うことを予定しています。

## 【<活動報告>職域で ACT を活かす】

◆座長：林幹浩（株式会社ビスメド）

職域で ACT を活かそうという実践家の集まりとして 2019 年から「職域の ACT 研究会」が活動しています。さまざまなテーマでディスカッションしてきたこと、企業内での ACT を活かした研修についてなど、現状を報告します。

## 【日本の ACT と RFT 研究の最前線—世界に追いつくために出来ること—】

◆座長：井上和哉

◆話題提供者：佐藤友哉（新潟大学） 茂本由紀（京都文教大学） 井上和哉（早稲田大学）

◆指定討論者：谷 晋二（立命館大学）

本シンポジウムでは、各話題提供者の Relational Frame Theory (RFT) の実験を紹介する（発表者順に不安、抑うつ、変容のアジェンダをテーマとしたもの）。

そして近年、RFT の新たな概念的的分析ユニットとして注目される Relating, Orienting, Evoking (ROE; D. Barnes-Holmes et al., 2020) の観点から各実験内容の解釈を試みる。

さいごに、RFT 研究の今後の方向性、各実験内容からの臨床的示唆、ROE を用いた臨床について議論を深める。

## 【個人から組織そして社会へ】

◆座長：伊井俊貴（メンタルコンパス株式会社）、久留宮由貴江（シカゴスクールオブプロフェッショナルサイコロジー）

◆コメンテーター：増田暁彦（ハワイ大学）

◆動画メッセージ提供者：Steven C Hayes (University of Nevada) Paul Atkins (Australian National University)

本企画のテーマは「個人から組織そして社会へ」です。疾患に対するプロトコールに着目すると個人に対する介入に着目されます。これが、プロセスに着目するとテーマでも説明したように個人だけでなく、組織や社会も介入の対象となります。しかしながら、これまで ACT の組織や社会に対する議論は十分にされてきませんでした。本企画では ACT セラピストが組織や社会で活躍する方法を議論することで、これからの時代の ACT の役割を議論することを目指します。議論にあたって ACT 創始者であるヘイズ先生と組織に対する介入を専門とするアトキンス先生からビデオメッセージをいただきました。全員でビデオを鑑賞した後、参加者全員で議論することで、今後の活動に対するコミットメントにつなげることを目的とします。