

清水栄司先生 認知行動療法を活用したオンラインメンタルヘルス相談支援の社会受容性シンポジウム「企画主旨」

千葉大学子どものこころの発達教育センター 大学院医学研究院 認知行動生理学
医学部附属病院 認知行動療法センター
清水 栄司先生

<スライド>

今回は「認知行動療法を活用したオンラインメンタルヘルス相談支援の社会受容性シンポジウム」というタイトルでやらさせていただきます。まず、企画者である千葉大学の清水栄司、私から少し趣旨をお話させていただきます。

<スライド>

まず、私の利益相反でございますが、本シンポジウムは科学技術振興機構、JST の研究成果最適展開支援プログラム A-STEP という形でやっております。主観アウトカム・データ駆動型オンラインメンタル相談支援システムの効果検証と社会実装へ向けた展開、企業責任者が共和薬品工業株式会社、研究責任者が千葉大の私という形で企画させていただいております。

<スライド>

ただ今ご紹介させていただいたこの研究ですが、現代社会におけるストレス過多によるメンタル不調からの社会課題解決のため、多様な心身の状態、主観アウトカムを柔軟に把握し、データベース化し、セルフケアを提供できるオンラインメンタル相談支援システムを用いて、メンタル不調の未病の状態、閾値下不眠、閾値下うつ、閾値下不安を改善できるように、モジュールを組み合わせた認知行動変容アプローチに基づくデジタルケア技術のランダム化比較試験での効果検証と満足度調査を行うというような研究もしております、そちらの方はまた今後、別に発表させていただければと思います。

今回の方はもう 1 つの、本システムを社会実装する上での倫理的、法的、社会的課題については、心理学、情報工学、教育学、法学、医学、脳科学などの有識者や市民との対話から解決への指針を導くというテーマで進めさせていただくところでございます。

<スライド>

千葉大学の方に、ご覧のようなホームページも作らせていただいております、～「総合知」で創るこころの健康～というようなテーマで、今日もシンポジウムをさせていただければと思っております。

<スライド>

今回の内容でございますが、この後、私、清水と、今回の学会の大会長でもいらっしゃいます北海道医療大学の富家直明先生と司会をしていくわけでございます。最初にご登壇いただくのが北海道医療大学の富家直明先生から、「地域に必要とされるオンラインカウンセリング」のお話。その後に千葉大学の大橋将一先生から「不安の予防教育プログラム「勇者の旅」

e-learning 版」のお話。そして、さっぽろ駅前クリニックの横山太範先生から、「認知行動療法的サイコドラマとオンラインメンタルヘルス相談支援」、そして株式会社アウェアファイ (Awarefy) の小川晋一郎先生から、「デジタル認知行動療法アプリ Awarefy をリリースして得た学び」というお話を 4 ついただきます。

<スライド>

そして、総合討論の時間を取っておりまして、このときにまたお話をさせていただきたいと思っております。

<スライド>

本シンポジウムは録画されまして、日本認知・行動療学会の会員に限定したオンデマンド配信が行われることに加えて、会員以外にも、広く日本国民にこの認知行動療法を活用したオンラインメンタルヘルス相談支援の社会受容性、必要性を考える機会としたいという意図から、日本認知・行動療学会のご理解をいただきまして、その内容を先ほどお示した、千葉大学の「オンラインメンタル相談支援の社会受容性シンポジウム」のウェブサイトで 5 年間程度をめどに公開させていただく予定でございます。

本シンポジウム全体、そして総合討議の質疑応答でのご発言、あるいは会場のご参加いただいた皆様のアンケート回答結果をこの総合討論の一部として、後日一般公開させていただきますので、ご理解、ご了承の上、ぜひ総合討論でも活発なご発言、あるいはアンケートへのご回答をお願いしたいと思っておりますので、どうぞよろしくご協力のほどお願い申し上げます。

<スライド>

総合討論でのテーマでございますが、各先生方をお願いしておりますが、今回、社会受容性ということでございまして、相談支援システムを総合知の活用と、相談支援システムに関する心理学、情報工学、教育学法、経済学、医学、脳科学など、総合知を活用したいと、それをオールジャパン体制で推進する対話を今回のシンポジウムで行いたいというふうに考えています。

1 番目として人的ネットワークについて、2 番目については新しいテクノロジーについて、こういったところを総合討論でディスカッションしたいと考えているところでございます。以上が私からの企画趣旨となります。