

PSYCHIATRY

# 精神科<sup>®</sup>

Aug.  
2017  
Vol.31No.2

## 特集 I. 未成年者の精神科診療—そのコツを知る

- 子どもの診察を躊躇するのはなぜか? 東京大学健康教育学 佐々木 司  
未成年者の診察のコツ—児童精神科医からのアドバイス 藤田純一  
横浜市立大学病院児童精神科  
未成年者の診察のコツ—小児科医からのアドバイス かねはら小児科 金原洋治  
児童精神科の薬物治療について、押さえるべき  
ポイントは何が? きょうこころのクリニック 江尻真樹ほか
- 未成年者の心理療法における苦心と工夫 五稜会病院心理室 松岡みずほほか**  
学校との連携のコツ—教員の知識と意識の観点から  
横浜市立大学市民総合医療センター精神医療センター児童精神科 廣内千晶  
治療に消極的な保護者にどう対応するか—教員の経験から  
埼玉県教育局県立学校部保健体育課 芦川恵美  
未成年者の不安診療における注意点 北海道大学児童思春期精神医学 柳生一自ほか  
未成年者のうつ病・双極性障害における注意点 東京大学病院精神神経科 西村文親  
未成年大学生の診療で注意すべきこと  
東京大学学生相談ネットワーク本部精神保健支援室 西岡将基

## 特集 II. 治療法の選択—このときどう判断する?

- このうつ状態をどう診るか—うつ病, 双極性障害,  
あるいは? 群馬大学神経精神医学 小野樹郎ほか  
不安障害の治療—双極性障害合併が怪しげなとき  
兵庫医科大学精神科神経科学 林田和久ほか  
プロ運転手のパニック症(パニック障害), パニック  
発作頻発期の治療 壺燈会なんば・ながたメンタルクリニック 永田利彦  
最近転倒しやすくなった慢性の高齢不眠症患者 久留米大学神経精神医学 橋爪祐二

## 特集 III. 著名人と精神疾患

- アルブレヒト・デュラーの病跡 関西医科大学総合医療センター精神神経科 木下利彦  
自閉スペクトラム症と著名人 奈良県立医科大学精神医学 太田豊作ほか  
病跡学におけるパーソナリティ障害の意味:  
大石内蔵助良雄のケース 帝京大学病院メンタルヘルス科 林 直樹

科学評論社

## 特集 I 未成年者の精神科診療—そのコツを知る

# 未成年者の心理療法における 苦心と工夫\*

松岡 みずほ\*\*  
坂野 雄二\*\*,\*\*\*,\*\*\*\*

**Key Words** : childhood and adolescence, psychotherapy, cognitive behavior therapy (CBT), clinical tips

### はじめに

医療の現場でも、教育相談や学校教育の現場でも、未成年者、とりわけ児童生徒を対象とした心理療法は一般的に行われている臨床心理学的サービスである。その歴史は長いものの、長きにわたって経験則に基づいて行われてきたというのが実情であり、その有効性を実証的に評価しようとする動きが現れてきてからまだそれほど久しくはない。しかし、いわゆる実証に基づく臨床心理学の発展と相まって、児童思春期のどのような問題の改善に、どのような心理療法が有効であるかがしだいに明らかにされてきた。

さて、最近の進歩をみると、児童思春期に対する心理療法としては、認知行動療法(CBT)の有効性を示すエビデンスが多く、これまでわが国で子どもたちを対象に多用されてきた箱庭療法等の芸術療法系の心理療法の有効性は乏しいと言わざるを得ない。CBTの効果を展望すると、おおよそ以下のような結果が示されている<sup>1)~3)</sup>。

①不安症および不安に関連する障害に対してCBTの効果サイズが大きい。

②強迫症に対しては、clomipramine, fluvoxamineによる薬物療法、および他の心理療法に比べてCBTの治療効果が大きい。

③うつ病に対しては、効果サイズは中程度であり、6か月のフォローアップでの維持効果がある。

④摂食障害の改善に効果がある。

⑤破壊的行動障害、攻撃行動に対して、CBTは他の心理療法に比べて治療効果が大きい。しかし、その効果は薬物療法に劣る。

⑥薬物依存に対するCBTの効果サイズは中程度である。

⑦ADHDに対してCBTは有効であるが、その効果は薬物療法に劣る。

⑧生活ストレスの改善、対人関係の問題の改善、不登校状態の改善、チック症、遺尿症、遺糞症、自閉症等のさまざまな問題の改善にCBTが有効である。

⑨思春期の性的攻撃行動のCBTによる指導は、無治療統制群より効果的である。

⑩慢性頭痛、児童期肥満、思春期糖尿病に対して、CBTは無治療統制群より効果的である。

\* Challenges and clinical tips in psychotherapy in childhood and adolescence.

\*\* Mizuho MATSUOKA, M.A. & Yuji SAKANO, Ph.D.: 医療法人社団五稜会病院心理室〔〒002-8029 北海道札幌市北区篠路9条6丁目2-3〕; Department of Clinical Psychology, Goryokai Medical Corporation, Sapporo, Hokkaido 002-8029, JAPAN

\*\*\* 北海道医療大学名誉教授

\*\*\*\* 北海道医療大学心理科学部特任教授