

第2章

基礎研究

[編集担当：金井嘉宏・岩永 誠]

認知行動療法は基礎研究を基盤として発展してきた。特に行動療法は学習理論に基づいており、その基礎研究の対象は人間に限らない。動物を対象とした研究の見聞も多く、行動療法は人間を含む動物の行動原理に基づいた治療法であるといえる。例えば、系統的脱感作法はネコを対象とした研究知見を人間の恐怖症に適用したものである。

本章は、認知行動療法の治療原理やモデルに関する基礎研究、各種治療法に関する基礎研究、代表的な疾患に対する認知行動療法の基礎研究で構成されている。特定の項目を読むだけでも基礎研究に触れることができるだろうが、複数の項目を比較しながら読むと学びの幅が広がり、理解も深まるだろう。例えば、認知行動療法の代表的な治療技法であるエクスポージャーの背景理論としては複数の考え方が提唱されている。本章ではエクスポージャーに関わる基礎研究として、レスポネント条件づけの消去、情動処理理論、そして新たに提唱された制止学習も取り上げているため、それぞれの内容を比較しながら学ぶことができる。

日本の科学系のノーベル賞受賞者が共通して訴えているのは、基礎研究の大切さである。基礎的な原理が理解できているからこそ、多様な応用にも適応することができるからである。認知行動療法の基礎研究の場合、その臨床的意義、あるいは臨床での気づきに基づく基礎研究が行われることも多いが、治療に直接結びつかない基礎研究、つまり「即戦力ではない」研究であっても、人の認知や行動の原理や特徴を明らかにし、その視点から人の病的行動を理解することは、長期的には認知行動療法の発展に寄与することになるだろう。本事典が改訂されるときには、認知行動療法の基盤となる基礎研究が進み、本章のような基礎研究を構成する項目が増え、臨床への応用的展開がさらに進化していることを期待している。

新しい理論だと思ったことが、よく調べてみると古くに見出されていることもある。基礎研究の歴史を知ることは、今自分が発想していることが、まったく新しいことなのか、古くからわかっていることを発展させたものであるのかを知ることもなるし、さらに新しい応用へ展開させていくことにもつながる。新たな基礎研究を生み出すためにも、また新たな臨床応用を行うためのヒントとしても、本章を活用していただきたい。

[金井嘉宏・岩永 誠]