

2025 年 11 月 26 日

世界認知行動療法連合（WCCBT）認知行動療法トレーニングガイドラインと  
日本認知・行動療法学会（JABCT）認知行動療法トレーニングガイドラインの関係

一般社団法人 日本認知・行動療法学会

トレーニングガイドライン検討小委員会

委員長 伊藤大輔

認知行動療法師資格制度運営委員会

委員長 首藤祐介

認知行動療法の国際的なトレーニング水準との整合性を確認するため、日本認知・行動療法学会（JABCT）の「認知行動療法トレーニングガイドライン（カテゴリ：認知行動療法の基礎）」と、世界認知行動療法連合（WCCBT）が公表している「認知行動療法トレーニングガイドライン」との対応関係について、学会内のトレーニングガイドライン検討小委員会で精査しました。その結果、本学会がこれまでに整備してきたトレーニングガイドラインは、WCCBT が掲げる主要項目をすべて含んでいることを確認いたしました。すなわち、CBT の知識、アセスメント、事例概念化、具体的介入など、WCCBT がトレーニングガイドラインに定めている領域は、本学会のガイドラインにおいても網羅されています。

今回の確認作業では、まずトレーニングガイドライン検討小委員会にて項目の対応確認を行い、その後に認知行動療法師資格制度運営委員会で内容を確認、さらに理事会に承認するという三段階の手続きをとりました。日本のガイドラインは、英国 BABCP のトレーニングガイドライン（2008）や BABCP（2016）が認定した大学等のコースのシラバスから項目を収集して作成しており、さらに CBT を専門とする大学教員・臨床家によるカテゴリ化と、英国の大学教員による内容的妥当性の確認を経ているため、WCCBT ガイドラインと重なる基礎がもともと整っていたことも今回の結果を裏づけています。

加えて、本学会のトレーニングガイドラインには、WCCBT のトレーニングガイドラインでは前提とされている項目を明示的に含まれております。また、今回、整合性を

確認した認知行動療法の基礎というカテゴリのみならず、うつ病、不安症、学級集団など各領域に対応したカテゴリのトレーニングガイドラインもすでに整備しており、実践への接続可能性という点においては、WCCBT の枠組みを一步具体化した内容になっています。

以上より、本学会のトレーニングガイドラインは、WCCBT のトレーニングガイドラインから見て不足がなく、日本の臨床・実践的な文脈に即して拡張された形で提示されていることが示唆されることをご報告いたします。

JABCT Training Guidelines 日本認知・行動療法学会 認知行動療法 トレーニングガイドライン	2. Theoretical concepts of CBT and its development	3. CBT assessment and formulation, developing CBT treatment plans	6. Application and suitability for CBT	7. Fundamental attitudes and skills needed to establish collaborative relations with clients	8. Basic CBT techniques	9. Use of standard and idiosyncratic clinic measures to monitor CBT processes and outcomes	10. The role of the therapeutic relationship in CBT	12. Assessment methodology: clinical and research; clinical trials; outcome studies	14. Adapting CBT to optimise therapeutic benefits in individual cases	15. Application of CBT with more complex presentations, deriving CBT-driven formulations in cases of co-morbidity	18. Adapting CBT to accommodate different values, cultures and diversity	19. An overview of the principles of the stepped care system and the role of high-intensity psychological therapies within that framework	21. Working in multidisciplinary teams and with relevant agencies
	世界認知行動療法連合 認知行動療法トレーニングガイドライン WCCBT Training Guidelines	CBTの理論と発展	アセスメント、ケースフォーミュレーション、治療計画	CBTの適用と限界	協働的関係構築に必要な基本的態度と方略	CBTを構成する基本技法	CBTプロセスと治療効果を評価するための尺度の活用	CBTにおける治療関係の役割	アセスメントの方法 (臨床試験、治療効果研究)	個別性への対応と最適化	困難ケースや併存疾患への対応	価値観や文化、多様性への対応	Stepped Careおよび高強度／低強度セラピーの役割
2.1.1 CBT Knowledge	●		●										
CBTの知識													
2.1.2 CBT Assessment		●	●					●					
CBTアセスメント													
2.1.3 Building Commitment to Engage in CBTs				●			●						
CBTへのコミットメントの形成													
2.1.4 CBT Interventions					●								●
認知行動的介入													
2.2.1 Client Engagement and Collaboration				●									
クライアントのエンゲージメントと協働													
2.2.2 Assessment and Case Conceptualization	●					●		●					
アセスメントと事例概念化													
2.2.3 General Interventions					●				●	●	●	●	●
普遍的介入													
2.2.4 Specific Interventions: Behavioural Strategies					●								
具体的介入：行動的方略													
2.2.5 Specific Interventions: Cognitive Strategies					●								
具体的介入：認知的方略													
2.2.6 Specific Interventions: Contextual Strategies					●								
具体的介入：文脈的方略													

下記は、WCCBTトレーニングガイドラインには含まれない日本のトレーニングガイドライン項目。

※WCCBTトレーニングガイドラインは、a)一般的な治療スキル（リスクのアセスメントと管理）は習得済みであること、b)倫理、専門職者としての実践ガイドラインを遵守すること、c)必要な知識やスキルを常に探究すること、は前提条件として位置づけているため、ガイドラインには含まれていない。一方、日本のトレーニングガイドラインは、それらの内容も含めたガイドラインとなっている。

<b>1. Understanding of the phenomenology, diagnostic classification, and epidemiological characteristics of common mental health disorders</b>	<b>1. 症候学，診断分類，主要な精神疾患の病理</b>
<b>4. Risk assessment, mental state examination, personal and medical history</b>	<b>4. リスクアセスメント，状態理解，病歴・生活歴の聴取</b>
<b>5. Knowledge of relevant pharmacological interventions</b>	<b>5. 薬物療法の知識</b>
<b>11. Ethics as CBT practitioners</b>	<b>11. CBT実践家としての倫理</b>
<b>13. Methods of literature and basic research</b>	<b>13. 基礎研究と文献研究の方法論</b>
<b>16. Understanding CBT through trainees' own real-life experiences(Experiential learning of CBT principles in real-life)</b>	<b>16. トレーニー自身の実体験を通じたCBTの理解(CBTの原理を生活のなかで体験的に学ぶ)</b>
<b>17. Making best use of supervision</b>	<b>17. スーパービジョンの効果的な活用法</b>
<b>20. Importance of personal professional development</b>	<b>20. 自己研鑽の重要性</b>