

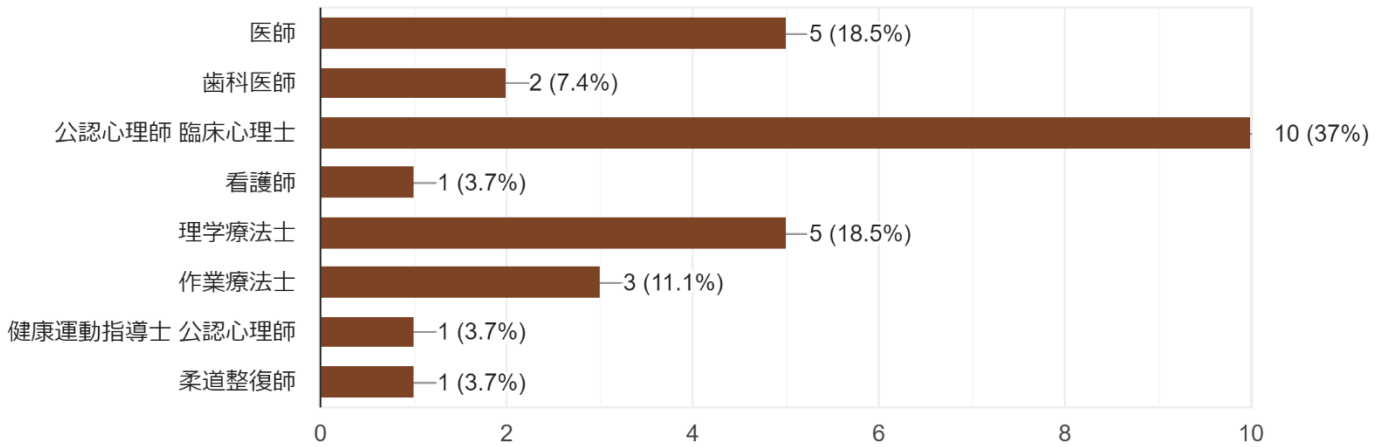
第8回 慢性痛に対する認知行動療法研修会 アンケート集計結果

2023年3月26日(日) 10:00~12:30 (オンライン開催)

参加者数 計 67名

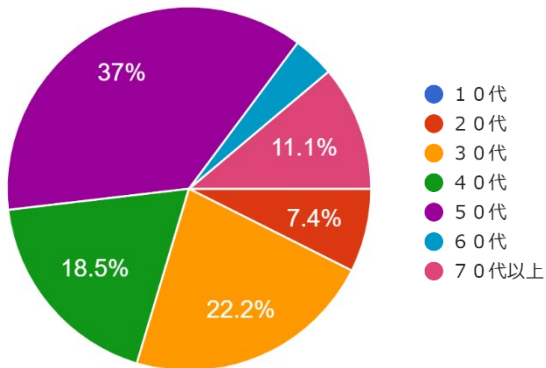
あなたの職種 (複数回答可)

27件の回答



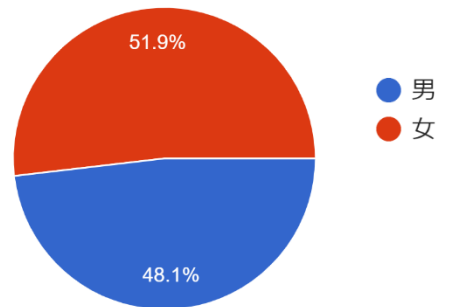
年齢

27件の回答



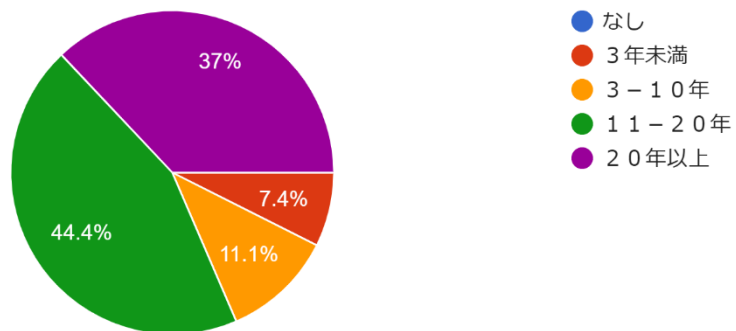
性別

27件の回答



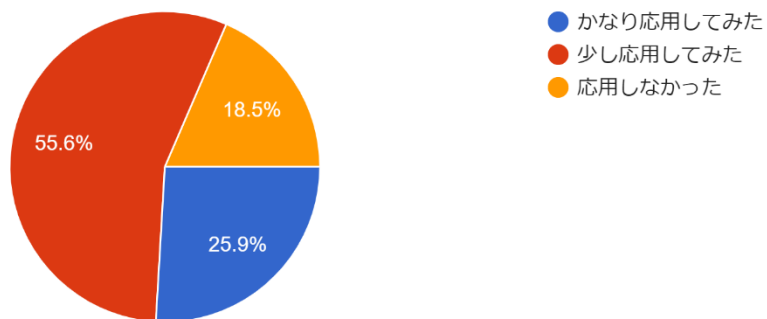
医療者ないし心理師としての経験年数

27件の回答



研修で学んだCBT的な対応を実際の診療で応用してみましたか？

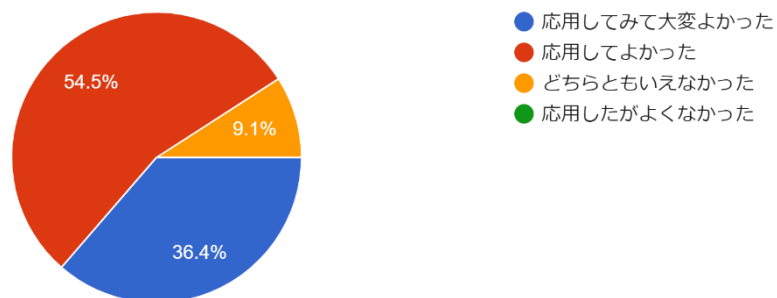
27件の回答



▶「応用してみた」と回答された方にお伺いします

応用してみた感想をお知らせください

22件の回答



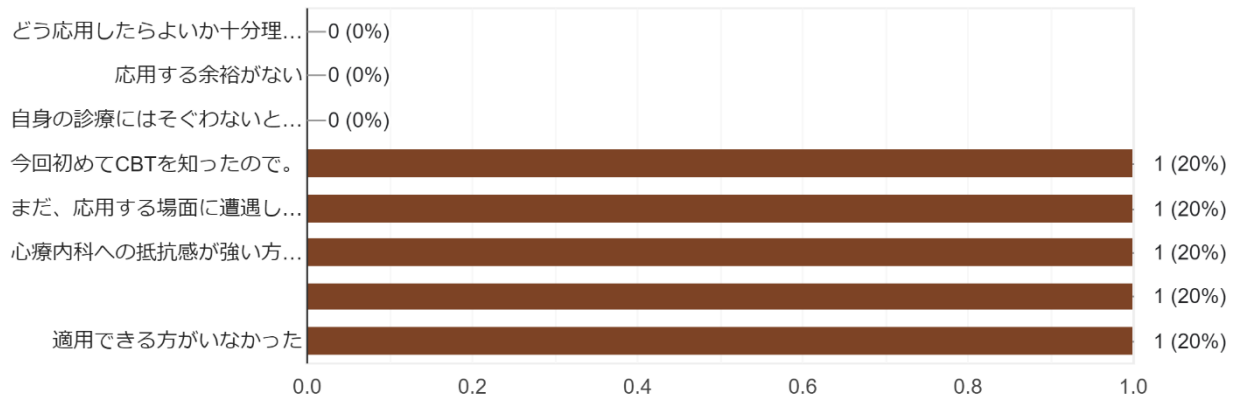
▶▶どうよかったのか、どうよくなかったのか、具体的にお書き願います

- ・症状そのものではなく QOL があがった。
- ・慢性痛が軽くなされた
- ・患者さんの表情が劇的に良くなり、医療者側も救われた
- ・うつ傾向が強かった患者さまや希死念慮が強かった患者さまが、行動活性化でかなり大きな変化が見られました。
- ・患者さんが痛みに振り回されず自分の考えで生活することを大切にできるようになった
- ・一部の方で QOL 改善、薬が中止できる
- ・基本的な型を知ることで、実践への安心感を得られた。
- ・心理療法がどこに向かうのか考え方の参考にもなりましたし、患者様にも部分的にですが利用できるのを助かりました。
- ・痛みそのものよりも QOL が向上すること
- ・初めて参加させていただいたので、学ばせていただいたことはまだ実践できていませんが、自分なりに実施していたことが大きく間違っはいなかったということが確認できました。ただ、期間を設定したり、効果判定などが不十分であり、今後に生かしていければと考えています。
- ・CBT 対象者の方が、なぜ良くなったのかを他職種へ説明できる点や、自分自身の臨床思考過程を明確にできる点。
- ・ペーシングの考え方が、痛みのある方には効果的であった。
- ・身体科と精神科の双方の要因が重なり困りごと（痛み）に繋がっている患者さんの解決策を共に考える個別の材料を引き出しやすくなり、難渋しつつも困りごとが絡んだ糸を解す事が出来るようになってきている。判断の定規を持てている感覚があります。
- ・患者さんが自身でもよくわからないことを整理出来たり振り返りが十進で出来るようになったりする姿が見れたこと。
- ・治療対象を痛みではなく QOL の向上とすることにより、結果的に患者が生きやすくなって、痛みの改善にもつながった、という例が増えた。
- ・「もうこれ以上の変化は望めない」と諦めている相談者さんへの、新しい打開策として非常に有効でした。興味・理解を示されるかたは非常に効果を感じていただけですが、反面、諦めの強い方やそもそも興味を示さない方は、いくら適応であっても取り組むことさえしませんので、その動機づけが難しいなと感じておりました。本日も貴重なご講演本当にありがとうございました！今回の研修では、とくに「専門の心理士さんでも、同じような躓きやお悩み、患者さんからのネガティブな反応もあったりするんだな～」ということを知れて、私自信が安心しました。本当にありがとうございます。今後とも何とぞよろしくお願ひ申し上げます。
- ・患者さんの QOL が向上する

▶「応用しなかった」と回答された方にお伺いします

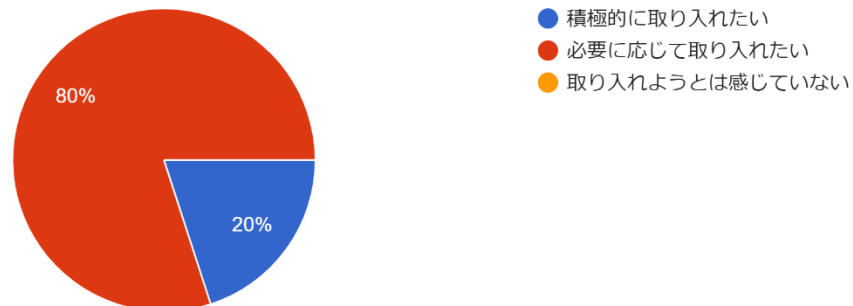
応用しなかった理由についてお聞かせください。

5件の回答



今後取り入れたいと感じておられますか？

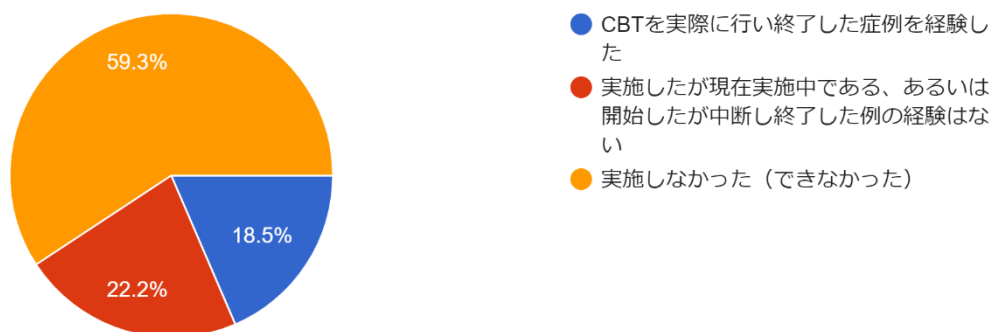
5件の回答



▶上記を選択された理由について

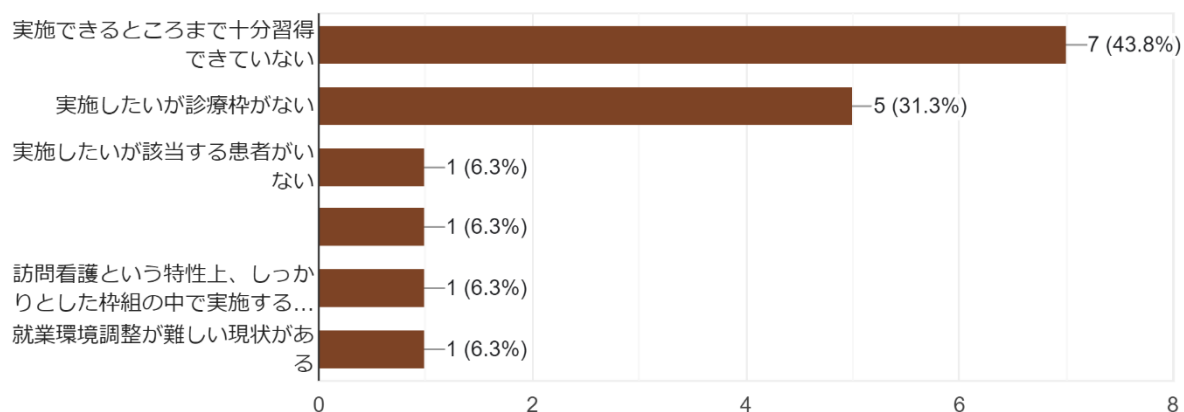
- ・ 今回の内容がとても参考になり、実践で生かせそうに思ったから
- ・ CBT 適用の例とそうでない例があるように感じたため。
- ・ 生活の質向上には患者さん自身の意思決定や行動変容が必要なため
- ・ 研究に取り入れたい。
- ・ 医学的治療を受けても困っている方に対して、できることの1つと思うため。

研修で学んだCBT（1回の時間と回数を事前に決めて）を実際の診療で実施されましたか？
27件の回答



実施しなかった（できなかった）理由についてお答え下さい。

16件の回答



その他会の運営などに関してご意見のある方はお願いいたします。

- ・ 大野先生にまとめていただいて内容がわかりやすかったです。
- ・ 勉強になりました。
- ・ 参加させていただきありがとうございます。大変勉強になりました。
- ・ 今後もぜひオンライン開催を継続していただければと地方在住者でもコストがかからずに気軽に参加できるため大変ありがたいです。

- ・ 特記すべきことはございません
- ・ 貴重な学びの機会をありがとうございました。
- ・ 次年度以降も、研修会や事例報告の機会を設けて頂きたいです。
- ・ CBT 自体は、精神的な症状のある方に大変効果的だと思います。今日は学ばせていただき・ありがとうございました。
- ・ 定期的にブラッシュアップがあるため、知識等を風化させず、また臨床でのお話が聞けるので、非常に有難い機会となっております。
- ・ 非常に有意義な会でした。
- ・ 大変ありがたい学びの場です。CBT に取り組んでいる多様な医療従事者の経験を伺い、モチベーションが高まりました。
- ・ 特段ございません