

# 日本禁煙学会 心理学部会設立にあたって

日本禁煙学会理事、心理学委員会委員長

加濃正人

## 1. 心理国家資格の誕生と部会設立の経緯

2017年9月、「心の健康」を促進する専門国家資格「公認心理師」が誕生し、医療、福祉、教育、産業、司法の5領域で責務を果たすことが法律（公認心理師法）で定められた。その責務は心理学に関する専門的知識および技術をもって、表1に示す4行為を行うこととされた。

この4行為のうち「心理に関する支援を要する者に対する援助」には禁煙支援や禁煙治療も含まれる。また「心の健康に関する知識の普及」には防煙教育や健康増進法啓発等も含まれると考えられることから、公認心理師の責務の一部はすでに日本禁煙学会会員が活動の中心としている内容といえることができる。

2018年から始まった公認心理師の資格試験は、本来は心理系大学院等を修了した者だけに受験資格がある。しかし2023年（第5回試験）までは移行期間として、公認心理師法に規定される表1の4行為のうち1～3のいずれかを週1日以上かつ5年以上行っている対人支援職（現任者と呼ばれる）にも「現任者研修会」受講により受験資格が与えられる。受験資格として問われるのは業務内容のみで、もともとの資格は無関係である（無資格でもよい）。医療機関、事業所、学校等の所属施設から所定書式の「実務経験証明書」を発行してもらうことによって受験が可能になる。

公認心理師資格取得に関心を持つ禁煙学会会員に情報面でのサポートを行い学会内に心理専門家を増やすことは、後述のように、該当会員にとっても学会全体の推進活動にとってもメリットが大きいと考えられたため、かねてから個人的に構想していた部会設立を学会に提案し、部会設立の運びとなった。

部会の正式発足は2019年11月の山形学術総会

表1 公認心理師が行う4行為（公認心理師法より）

1. 心理に関する支援を要する者の心理状態の観察、その結果の分析
2. 心理に関する支援を要する者に対する、その心理に関する相談及び助言、指導その他の援助
3. 心理に関する支援を要する者の関係者に対する相談及び助言、指導その他の援助
4. 心の健康に関する知識の普及を図るための教育及び情報の提供

での設立集会ということになっているが、4月4日付け理事長呼びかけ文により部会参加募集を開始しており、メーリングリスト上での情報交換という形で実質的な活動は始まっている。2019年5月1日時点で登録者は52名で、約半数が医師、1/4が看護師や保健師、残りが臨床心理士など各種職種である。第1回試験で公認心理師になった者は4名だけだが、第2回以降の試験によって大はばに増えることが期待される。

なお部会の運営は心理学委員会（部会メンバーからの立候補者9名で構成）が行う構造になっている。これは、すでに学会にある3つの職能部会がまとまった全体組織を持たず、同職種が参加するセミナー等を企画する委員会組織によって成立していることと整合性を保ったためである。心理学部会は、部会組織の中に委員会組織があるという2重構造でスタートする。

## 2. 参加要件、参加方法

部会の暫定的な参加要件は、日本禁煙学会会員で、

- 1) 心理学の専門家を自認する方
- 2) 心理学の専門家を目指す方

### 3) 上記趣旨に賛同して部会の活動に協力いただける方

のいずれかに該当する方とした。ここでいう「心理学の専門家」の定義は「系統的な心理学の知識と技術によって問題解決を図る専門家」であり、職種や専門資格は問わない。したがって、臨床心理士や産業カウンセラーなど従来の心理専門家を自認する方や目指す方、あるいは資格と関係なく心理学の専門家を自認する方や目指そうとする方も歓迎である。

参加申し込みは、心理学部会ウェブサイト (<https://tcpsycol.jimdofree.com/>) から可能で、部会参加に際して金銭的負担はない。入会時には禁煙学会の会員番号記入が必要である。

### 3. 参加のメリット

部会参加は、禁煙学会会員が公認心理師になるための早道であるが、公認心理師資格を取得することは、個人にとっていくつかのメリットがあるだろう。たとえば公認心理師資格を有した職員として雇用されることによって、カウンセリングに特化した業務や部署に安定して専従できる可能性がある。とくに医療機関においては今後、精神療法・心理療法の保険算定に公認心理師が関与できるようになる可能性が高い(民間資格である臨床心理士資格は保険算定に無関係)。あるいは、所属組織で心理的課題についての発言力が増すこともあるかもしれない。

また、受験の過程で心理学の基礎知識を学ぶことは、効果的な禁煙支援、防煙教育、受動喫煙防止活動などに役立つばかりでなく、あらゆる対人支援業務の質を向上させる可能性がある。

部会会員が参加できる(任意)メーリングリストでは、すでに公認心理師試験受験のための情報提供、情報交換が行われている。現任者として受験する場合、

- A) 実務経験を証明する書類の作成
- B) 現任者講習会受講
- C) 受験勉強

という3つのハードルがある。もともと心理学を専門としていなかった禁煙学会会員には、これらに

ついて何をどのようにすればいいのか戸惑うだろう。部会には、似た環境から受験をして資格を取得したメンバーがいるので、その情報は受験に役立つはずである。具体的にはAの書類作成方法、Bの開催情報、Cに役立つ教材や通信講座の情報などが、メーリングリスト上でやりとりされている。

本稿が禁煙会誌記事として発表される時期は、2019年8月4日の第2回公認心理師試験の少し前だろうと思われる。正確な数を把握していないが、部会内には第2回試験受験予定者が相当数いる。これから受験を検討する方は、2020年夏頃と予想される第3回試験以降が目標となりうる。第3回試験受験に必要な現任者講習会は2019年8月以降順次開催されるとの厚生労働省発表がなされているので、準備は2019年中から始める必要があるかもしれない。

公認心理師資格と切り離しても、動機づけ面接法、認知行動療法など禁煙支援等に必要な技術を身につけるうえで、部会は有益な情報・研修リソースとなるだろう。具体的には、さまざまな心理技法があるなかで、禁煙支援に有効と思われるものの研修機会を選別して部会会員に紹介することができる。今後、禁煙治療がさらに普及してくるにつれ、標準的な治療だけでは禁煙に到達させることが難しい患者も増えてくるだろう。そのときに役に立つ技術を身につけられる窓口になるのが、おそらく心理学部会ということになるだろう。

### 4. 禁煙推進への意義

禁煙治療の保険適用、健康増進法、受動喫煙防止条例等の効果もあり、学会外の心理専門家が禁煙支援、受動喫煙防止、防煙教育といった禁煙活動に関心を持つ機会が増えてきた。そのような状況において、禁煙学会内に心理専門家が参集して情報交換をする部会が存在することは、潜在的に禁煙活動に関心を持っている専門家が禁煙学会に参加してより効果的な禁煙活動を展開する助けになるだろう。

禁煙学会に心理学の知識を持った会員が増えることは、それ自体で禁煙推進に有利である。心理学には社会心理学の分野があり、人の社会行動や集団行動を予測・制御する法則や方法論が集積されている。禁煙推進活動の多くは社会活動や集団

行動への介入である。たとえば国政・地方行政や世論を動かして政策を推進することも、つまるところは心理学の課題である。心理学の視点が一般化することによって、禁煙推進活動はより効果的なものとなる可能性がある。

## 5. 今後の展望

今後の活動は部会会員の意見を取り入れながら、運営を司る心理学委員会で相談していくことになるだろう。

研修面では、一般的な研修会で動機づけ面接法や認知行動療法などの基礎知識を身につけた禁煙支援者に、次のステップとして熟達者からフィードバックを受けながら事例検討を重ねていく形式の研修機会(グループスーパービジョン)を提供していくことが必要だと思われる。学術総会などの機会を利用して、このような中・上級者向けの研修会を実施することが検討されてよい。

団体間連携の仲介も部会の将来的な可能性である。日本には数千人以上の規模を有する心理系学

会が多数存在し、そこには自らの技術を普及できる応用分野を模索する人々がいる。一方で禁煙学会は、禁煙という応用分野に特化した団体で、会員の多くは禁煙推進の目的を達成するための効果的な方法論を模索している。方法論である心理系技法と、応用分野である禁煙との間で情報、人材、人脈の共有ができれば、双方にとってメリット(技法の普及、方法論の獲得)があるだろう。このような形態の連携は、技法に特化した団体間の連携や、応用分野に特化した団体間の連携よりも容易である。

幸いなことに、すでに部会には各種心理系学会・団体の役員をしているメンバーが、筆者を含め複数参加している。これらメンバーを仲介役として、イベント等の合同開催など具体的な連携を目指したい。

## 6. おわりに

本稿を読んで興味を持たれた方は、ぜひ部会への参加をご検討されたい。