


 書評

舩松克代 編

# SST はじめて読本

## スタッフの悩みを完全フォローアップ

西園昌久

**解決の道を一緒に探してくれる  
仲間意識が感じられる本である**

1995 年に SST 普及協会が創立された。本書の執筆者の皆さんは、SST 普及協会の事業に協力し、今やそのリーダーになられたコ・メディカルの方々が中心である。

本書は大きく分けると 3 部からなっている。1. Q & A, 2. コラム (SST とは何か, そして執筆者たちにとっての SST), 3. 練習問題・資料編である。

本書のメインである Q & A は計 57 項目にわたっており、SST をすすめるにあたって、現場のセラピストから実際に出されたさまざまな課題や疑問に、執筆者たちの実体験を通じて得られた解決策や考え方が明快に解答されている。その意味でこの本は、「SST の入門座右の書」といえよう。

Q & A で評者の関心をひいた項目の一部を取り上げよう。Q2「参加する対象者の基準(選択)をどうすればよいでしょう」。これに対する答えとしては、SST をやる目標、すなわち「対人技能の向上」「症状管理」「今の生活能力の維持」「退院後の生活」「就労準備」などを考え、目的や目標が共通するメンバーよりなる集団をつくることがよいとすすめられている。SST の効率を考えると納得のいくことであるが、同じ施設にいくつもの SST 集団が必要になるであろう。もちろんそうなることを期待したい。Q21「認知と行動の変化を通してところが変化することが本当にあるの?」という SST の本質についての問いかけに、答えでは、SST を通じての「行動の変化」が「認知の変化」をもたらし、「自分像の変化」が起こり、「望ましい行動のレパートリーの獲得と般化」が得られ、「心の変化」に至ることが説明されている。その他、病院管理や診察費の上からの制約をどのように考えるべきかも取り上げられ、SST と他の治療アプローチとの共存

も忘れない奥ゆかしさが感じられる。

Q & A の間をぬうように展開されるコラムでは、「SST とはどのようなものか」が、執筆者たち個人の経験と思いにもとづいて語られる。SST セッションは、ある数のメンバーよりなる集団なので特有の雰囲気があり、それがストレスになることも起こり得る。舩松克代さんはその集団を動かすことこそが大切なのでそれを恐れないうと励ます。評者が気になったのは、「集団を動かす」という言葉の真意である。セラピストが操作的になりすぎるとメンバーは依存的になるか、集団に分裂が起きかねないからである。このところが SST セラピストとしての訓練の重要なところであろう。

しかし、そうした SST 集団体験を通じて、佐藤珠江さんは「患者さんの話を聴くこと」の大事さを知り、患者さんの健康部分に出会えたという。また、河岸光子さんは SST を通じて職種の違いによって患者理解の多様性を学んだと、チーム医療の本質に触れたことを記している。

片柳光昭さんは、SST セラピストとして認定資格を得るまでの苦労と喜びを述べて後輩の皆さんへ指針を示している。「SST にマニュアルはない」は、本書の最後に舩松克代さんが主張していることである。

この本は、SST を学び、時に途方にくれる SST 実践者にとって、等身大で、同じ目線で、SST についての課題や疑問を明確にし、その解決の道をいっしょに探してくれるという仲間意識が感じられる本である。精神科臨床とリハビリテーションの現場に直結したユニークで実践的な SST 手引書が現れたことを喜ぶたい。

(SST 普及協会会長、心理社会的精神医学研究所所長)

●A5 248 頁 2008 定価 2,625 円(本体 2,500 円+税) 医学書院