

池淵 恵美 (著)

心理社会的プログラムガイドブック

岩 根 達 郎

(京都府立洛南病院リハビリテーションセンター, 作業療法士)



さあやってみよう, と著者が背中を押してくれている

私は当事者のよりよいウェルビーイングに向けて, 心理社会的プログラムを生業にしている. どうすればよりよい実践となるだろうかと, 心理社会的プログラムを実施する中で, 日々迷い, 悩み, 模索し, ブラッシュアップを繰り返している. それは臨床家として実践しはじめたときからずっと続いている. 多くの実践者の皆さんも同様であろうと思う. 駆け出しのころには, どのようなプログラムがあるのかわからず, 伝統的なプログラムや, 先輩が実施しているものを踏襲していた時期もあった. プログラムの目的というよりは, プログラムをすること自体が目的になっていた時期もあったかもしれない. 当事者の皆さんや, 一緒に実施したスタッフと多くの時間を過ごし, 多くのことを学ばせていただいた. 多分にご迷惑もおかけしたし, 間違ったプログラムを実施したこともあっただろう. 本書を拝読する中で, たくさんの経験を思い出させていただいた.

精神科臨床, あるいは福祉事業所等, 多くの場所で心理社会的プログラムが実施されており, 多くの実施者がいる. そして, 多くの当事者がその恩恵を受けているはずである. おそらく数千~数万人の実施者がいて, 当事者はその何倍もの人数であろう. 参加する当事者個人にとって, その人生がよりよいものとなるよう, あるいはその効果が最大化されるためには, どのような実践がよいのだろうか. 本書は心理社会的プログラムについて丁寧に整理されており, そのことについて考える機会を与えてくれる.

冒頭に事例を通じて心理社会的プログラムが紹介されており, 具体的なイメージがつかみやすく, どのような回復の時期に, どのような人に有用かが明記されている. 近年, 重要視されているエビデンスについても, プログラムごとに丁寧に記載されている. 多様な実施方法があるため, 実際にはエビデンスが示されていない(示すことが難しい)プログラムも多く, 「エビデンスが示されていない=効果がない」のではなく, 研

究デザインとして特定のプロトコルが明確な効果研究が組み立てにくく, 実証しづらいことが丁寧に説明されている. エビデンスは示されていないものの, 楽しかったり, 達成感があったり, 安心安全の感覚が満たされるプログラムは臨床では有用であることが述べられている.

本書の前半は心理社会的プログラムについて概観され, 後半はより具体的に場面別に例示され, スタッフとしてのかかわり方などの細やかな配慮点まで記載されている. どのように行うべし, というdoingも記載されているが, おそらく著者が伝えたいどうあるべきか, というbeingもうかがえる. 巻末のQ & Aでも, 多様な実践場面での思考が記載されており, 非常に示唆に富んだ内容となっている. 常に筆者らしい優しく穏やかな言葉で書かれており, 読み心地の良さも特筆すべき点である. 読み終えたときに, さあやってみよう, と筆者が背中を押してくれている.

A5判 216頁 2,500円+税
医学書院 刊
☎ 03-3817-5650