



佐々木淳 [著]

こころのやまいのとらえかた

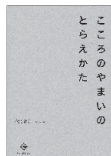
ちとせプレス・四六判並製

2024年4月刊行

2,640円 (税込)

評者=丹野義彦

(東京大学名誉教授/一般社団法人公認心理師の会理事長)



新しい心理学のリーダーズ

本書は、こころの諸問題をどのように理解し対応するかについて、全体的・多層的に捉えようとした労作である。特定の学派や理論にとどまることなく、幅広い目配りで、古典的な理論から最新の研究まで意欲的にレビューしており、とても役に立つ。多くの考え方を公平に紹介しており好感が持てる。本書を読むことによって、実践心理学の基礎理論の全体像を理解することができる。

著者はこの分野のリーダーとして頭角をあらわしている大阪大学教授の佐々木淳氏である。本書の発刊後、あちこちで本書の評判を聞いたが、いずれも評価が高かった。公認心理師制度ができてから、新しい心理学のリーダーが出てきて、世代交代が進んでいるのは感慨深いものがある。

生物・心理・社会の多層的な理解をめざして

本書が枠組とするのは、バイオサイコソーシャルモデル (生物・心理・社会の統合モデル) である。バイオ、すなわち生物学的・医学的モデルと、サイコソーシャル、すなわち心理学的・社会学的モデルをどのように統合するかは実践家にとって大きな関心事であり、それはなかなか難しい。佐々木氏はこの問題に正面から取り組み、本書の第3章「バイオから見えてくるやまい」、第4章「サイコ、ソーシャルから見えてくるやまい」、第5章「社会システムの中で見えてくるやまい」において考察される。さらに、第6章では文化心理学と進化心理学から、第7章では発達心理学から考察される。とくに進化心理学の視点は実践家にとっては新鮮であろう。

科学者－実践家モデルのバージョンアップ

生物・心理・社会の統合は、養成においては科学者－実践家モデルとも言われる。本書ではその深化拡大版である内省的科学者－実践家モデル (reflective scientist-practitioner model) を紹介している。佐々木氏はこの普及にも力を入れ、勢力的にワークショップをおこなっている。

科学者－実践家モデルといった総合的な視点は、大学の教養課程の目標でもある。佐々木氏は本書において大学で学ぶ「教養」の意義を強調している。「教養だけで人を助けることは不可能だが、人間の多様性を知ることは臨床に不可欠である」公認心理師が大学・大学院の6年教育であるのは、専門性ととともに、対人援助職としての総合的人間力・教養を身につけるためである。ここが専門学校との大きな違いである。

自分で考える力を養うために

本書の各章は実践現場や日常場面での発想を重視し、そこから理論へとつなげる工夫がなされている。『こころのやまいのとらえかた』という平仮名のやわらかいタイトルや、書籍としてのコンパクトで軽い手触りなどにもあらわれている。しかし、その中身は、決して軽くはなく、むしろずっしりとする本と言える。佐々木氏の導きにしたがって、考えながら少しずつ読んでいくうちに、理解が深まり、どんどん視野が広がっていくタイプの本である。公認心理師は、実践の現場において、新しい実践のリーダーとして活躍することが期待されており、自分で考える力こそが最も大切となる。本書はそうした力を養成してくれる。

現場の心理職の方だけでなく、公認心理師をめざす大学生・大学院生、一般の方にまで広く勧められる一冊といえる。