

日本認知・行動療法学会〔編〕
認知行動療法ケースブック
 ——主要疾患・実践領域の援助技法を学ぶ

B5判上製・金剛出版
 2025年9月刊
 定価16,500円（税込）

評者＝**岡島 義**（東京家政大学）



本書は一般社団法人日本認知・行動療法学会が、その前身である日本行動療法学会発足から50年を迎えたことを記念して出版されたものである。97名の研究者・実践家による73ケースが収録されている。ここでは、編集委員長を務めた私が本書を紹介したいと思う。

兎にも角にも本書を手にとっていただきたい。その分厚さと重量感に衝撃を受ける。まるでケースを担当する上での責任感の重さのようだ。そもそも3つの基礎理論と73もの認知行動療法（CBT）実践ケースが1冊でまとめられた本は、世界的にも前例のない書籍であろう。それまでは、『行動療法ケース研究』や『60のケースから学ぶ認知行動療法』がCBTケースを包括的に学ぶ良い書籍であったが、残念ながら出版後10年以上経っている。ここ10年間だけでもCBT界限は大きな変遷を辿っていることから、本書が刊行されたことは大変意義深い。

本書は、3部構成となっており、第I部ではCBTの基盤となる学習理論・認知理論とその歴史、第II部では、精神疾患の診断と治療マニュアル（DSM）の診断基準ごとに、エビデンスに基づくCBTの介入事例がまとめられている。第III部では、実臨床でCBTがどのように実践されているのかが理解しやすいように、公認心理師の主な活動分野である5分野（保健医療、教育、福祉、司法・犯罪、産業・労働）ごとに介入事例がまとめられている。

公認心理師法では、「行動論・認知論に基づく心理療法の理論と方法」を学ぶことが定められており、実際には複数の活動分野で活躍されている臨床家の方も多くいるなかで（公認心理師試験研修センター，2024），各分野でのCBT実践例を1冊で学べる本書は重宝されるに違いない。

本書作成に当たり、編集委員会では各分野でよく出会うケースについて、エキスパートによる実践例を余すことなく掲載することを重視した。紙幅の関係上、

焦点を絞った介入内容になってはいるものの、その分、臨床実践での抑えどころが分かりやすくなっていると思う。特定ケースの深掘りに関しては他書に譲りたい。所感としては、困った時の「ケース事典」として、職場の、それも手の届く場所に本書を置いておくのがお勧めである。そこに『認知行動療法辞典』も並列しておく、理解が進むこと間違いなしである。ケース・フォーミュレーションのヒントとしたり、空き時間の有効活用としてもよいだろう。また、後進育成の観点から図書館での所蔵や授業資料としての利用もお勧めしたい。

●文献

- 行動療法ケース研究編集委員会 編（1987-1994）行動療法ケース研究〔全10巻〕. 岩崎学術出版社.
 公認心理師試験研修センター（2024）公認心理師活動状況等調査報告書.
 日本認知・行動療法学会 編（2019）認知行動療法辞典. 丸善出版.
 坂野雄二 監修（2012）60のケースから学ぶ認知行動療法. 北大路書房.