

---

## 認知行動療法の教育と スーパービジョン

ドナ M. スダック,  
R. トレント・コッド III,  
ジョン・ラドゲイト,  
レスリー・スコドル,  
マーシー G. フォックス,  
ロバート・ライザー,  
ディレック L. ミルン著  
大野 裕監訳, 柳沢圭子訳

金剛出版, A5判 348 頁, 5,280 円, 2024 年 4 月刊

(おぐメンタルクリニック) 松岡 潤

---

本書は、認知行動療法 (CBT) の教育・スーパー  
ビジョン (SV) を行う者にとって最適な一冊である。  
本書の構成は大きく二つに分けられる。第1章～第  
7章まではCBTの教育とSVに関する総論的事項が  
書かれている。総論というと概してどの書籍でも過  
去の文献の引用・レビューばかりで埋められ抽象的  
な内容に終始しがちであるが、本書には著者らが実

際のSVで取り組んできたエッセンスが具体的に随所に散りばめられているため飽きることなく読み進められる。第3章では研修において参加者からの積極的な反応を増やし、研修を通じて知識を習得しやすくするための工夫が紹介されており、本書の読者も本文を読み進めることでこの工夫を体験できるような配慮がなされている。第5章ではフィードバックがテーマとなっており、トレーニーの学習を促すためにフィードバックが必要である根拠や、フィードバックの行い方が具体的に記されている（例：SVの際には、SVの良かった点だけではなく、良くなかったと思う点もトレーニーに尋ねる）。原書を購入すれば付録の映像で著者らのSVの雰囲気確かめることもできる。この映像に日本語訳は付いていないが、一般に購入できる翻訳アプリを使用すれば十分に理解できる内容であるため、英語に不安のある読者もぜひ映像を実際に目にしてほしい。第7章ではCBTの学習を進めていく際にデジタルツールを利用することの重要性について触れられている。原書の初版は2016年であるため記載されている情報はやや古いが、著者らは読者に対して「常に最新情報を把握しておくように」と本文中で喚起を促していた。上述した翻訳アプリの利用は一例であり、2024年現在であればX（旧Twitter）をはじめとするSNSからキュレーターとなるアカウントを見つけ情報収集するのも一つの方法だろう。第8章～第14章は各論部分にあたり、トレーニーのレベルに合わせた教育手法について説明されている。これらの章については、読者は自分がどの立場・職責にあるのかを踏まえて興味ある章から読んでみると良い。本書は7名の著者らの分担執筆であるにもかかわらず、各章ごとのクロスレファレンスがしっかりと示されており、どこから読み進めても支障はない。私のお気に入りには、第13章の「スーパーバイザーに対するトレーニング」に収録されている患者の怒りの背景にある認知を同定することを扱ったSVのロールプレイの逐語録である。ここにはロールプレイでの具体的なやり取り・体験が描かれており、SVと治療場面の平行な展開が想起される。

本書では、CBTに習熟するためにCBTの概念やスキルを治療者が自分自身に適用することを推奨している。したがって、CBTのティーチングを身につけたいと考える者は、本書を手に取りながら実際にSVを体験することで、ティーチング方法を内省

し再構築する作業を続けてみると良いだろう。

原書：Donna M. Sudak, R. Trent Codd III, John Ludgate, Leslie Sokol, Marci G. Fox, Robert Reiser, Derek L. Milne：Teaching and Supervising Cognitive Behavioral Therapy

---