

## 事例にまなぶ認知行動療法

子ども×学校の困りごとが解決に向かう  
マインドセット

西川公平著

金剛出版, A5判 200頁, 3,080円, 2025年4月刊

(原田メンタルクリニック・東京認知行動療法研究所)

原田誠一

古くからの友人西川公平さんが今年49歳を迎え、満を持して刊行した初の単著の登場である。西川さんは、卓越した臨床スキルとその内実を分かりやすく説明する能力に長け、頭の回転が速くユーモアのセンスや絵心も豊かで、社交性に富み組織のマネージメントに秀でている。円熟期を迎えた畏友西川さんは、認知行動療法（CBT）を活用しつつ児童思春期・青年期の困りごとの解決を目指す西川流臨床実践を、本書でたっぷり披露してくれる。スクールカウンセリング（SC）などを通して「本人や周囲や教師や学校が、より良く変化していくための“マインドセット”を伝える」（本書6頁）ことを企図したこの書は期待通り、いや期待を上回る素晴らしい出来映えだ。

西川さんは「世間では自由の利かないCBT観がはびこって、薄ら寒い時代になってきているように思うから、【本書でのCBT活用法は】ささやかな私のアンチテーゼでもある」と述べ、この本を通して「伝えたい大切なメッセージのひとつに『臨床の楽しさ』がある」（5頁）と記した。その意気や良し、この狙いが見事に結実して大輪を咲かせた吉祥に、評者はすこぶる嬉しく感じ入った。

本書を紐解くとすぐ気づくことだが、西川さんの際立った臨床実践の背景には、類い稀な強い倫理感とプロとしての厳粛な責任感がある。確固としたこの基盤をふまえて、西川さんは症例、状況、組織を的確にアセスメントして、図抜けた状況判断のもと傑出した実践を披露する。この本には忌憚のない、手厳しくも感じられる批評、苦言が散りばめられているが、西川さんが目指し実現しているレベルの高さ、かの村瀬嘉代子先生を彷彿とさせる志と実績をふまえれば、「さもありなん」と理解でき誤解が生

じる余地はないはずだ。

本書は4章構成で、1章は「CBTの基本的な考え方—その歴史と理念」。読者はCBTの勘所を明快に解説する西川さんの名講義を楽しむことができる。続く2章「データで読み解くSC—統計分析」では、各種統計データを基にSCの現状、いじめとSCの関係、教職員のメンタルヘルスに関する斬新な議論が繰り広げられる。

次の3章は「スクールカウンセラーを定義する—学校でのポジション・介入のアウトカム」。ここでは学校におけるスクールカウンセラーの「立場の作り方・戦略」が具体的に詳述されており、読者が参考にできる箴言満載の宝箱になっている。さらに「小学校に出向する」「学校や医療機関をアセスメントする」「SCシステムの構築」「クライアントをリクルートする」の中で、西川さん独自の優れた実践、工夫を満喫できる。続く「対応策を決定する」「アウトカム評価」も、要点が具体的に明示されている万全の布陣だ。掉尾では「生徒の自死とその対応」にまつわる経験が詳述され、ここでの西川さんの奮闘ぶりは圧巻で本書の白眉の一つである。

最後の4章「CBTの事例検討会—5つのケースとディスカッション」では、西川さんの5自験例が供覧されていて、著者自ら「ここが一番読みやすく楽しいはずだ」（4頁）と記す通り、西川さんの水際立った臨床の実録を堪能できる。次々と披露される華麗な名人芸に読者は喝采し感嘆することになるが、実は西川マジックは常識的な道理にかなっていて、事態の核心とTPOをふまえた当意即妙の当事者・周囲との関わり、そしてそれを支える温かく豊かなコミュニケーションが達人の技を演出している事情が良く分かる。加えて症例毎に付されている仲間の皆さんとのQ&Aが、読者の理解を助けてくれる。

臨床家が自らの成長を目指す過程で欠かせない経験の一つに、名著との遭遇、対話がある。評者は「自分はこうした優れた実践はできないけれど、この内容を目標、手本として臨床の場に臨むことはできるはずだ」と感じられる傑出した著作と出会う僥倖を経て、何とか育てられてきた。西川さんの書は、評者の内なる名作の森の中でも格別の存在となった。

評者からのお祝いを西川さんに、そして本書を親しく手に取る諸兄姉にお届けする。