

カップル・家族への認知行動療法

臨床家のための包括的ガイド

フランク・M・ダッティリオ著
若島孔文，浅井継悟，前田駿太編訳

北大路書房，A5判312頁，4,400円，2025年10月刊

（東京認知行動療法センター／東京発達・家族相談センター）

日下華奈子

本書『カップル・家族への認知行動療法—臨床家のための包括的ガイド』は，認知行動療法（CBT）を個人内過程に限定せず，カップルおよび家族という相互作用的文脈へと拡張することを目指した実践的著作である。著者フランク・M・ダッティリオは，カップルの認知療法をはじめとする一連の著作を通して，CBTを関係性の臨床へと展開してきた臨床家であり，本書にもその長年の実践知が色濃く反映されている。

学術研究や理論書は，ときに臨床現場から乖離した「フィクション」として受け取られることがある。一方，臨床の現場は常に個性と偶発性に満ちた「ノンフィクション」であり，その緊張関係は多くの臨床家を実感しているところであろう。本書の意義は，まさにこの乖離を意識的に橋渡ししようとしている点にある。理論的整理やエビデンスを重視しつつも，家族・カップル臨床の複雑さを単純化せず，実践に耐え得る枠組みとして提示している。

本書では，認知や行動を個人の属性としてではなく，関係性のなかで相互に形成・維持されるプロセスとして捉えている点が特徴的である。夫婦間の葛藤や親子関係の行き詰まりを，単なるスキル不足や歪んだ認知の問題に還元せず，相互作用の連鎖として理解する姿勢は，家族療法的視点とも親和性が高い。臨床例も豊富で，評価から介入，フォローアップに至るプロセスが具体的に描かれており，実際の臨床場面での使用を強く意識した構成となっている。

家族臨床に携わる者であれば，「関係性は果たして主訴になり得るのか」という問いに一度は直面するだろう。関係性を扱うことは，個人症状を扱う以上に輪郭が曖昧であり，介入の焦点化や成果の評価も

容易ではない。本書は，この難しさを回避することなく，関係性そのものを臨床の対象として捉えるための具体的視座を提供している。関係性のなかでは傷つき，同時に，関係性を通して回復していくという臨床の実感が，CBTの言語で丁寧に言語化されている点は注目に値する。

評者自身も，フランク・M・ダッティリオら（Dattilio & Padesky, 1990）のカップル認知療法の枠組みを臨床で用いてきたが，本書はそれらの実践を理論的に再整理し，家族臨床全体へと拡張するうえで有用な参照点となると感じた。一方で，文化的文脈への配慮については限定的であり，日本の家族・カップル臨床に適用する際には，情動や沈黙の扱い，関係維持の価値観といった点で補助的な視点が求められるだろう。それでもなお，本書は，エビデンスと臨床実践の間を往還しながら，関係性を主たる臨床対象として扱うための確かな手がかりを提供している。関係性を扱うことの難しさを引き受けつつ，なお実践を支える一冊として，家族・カップル臨床に携わる臨床家に広く推薦できる著作である。

文 献

Dattilio FM & Padesky CA (1990) Cognitive Therapy with Couples. Professional Resource Exchange, Inc. (井上和臣監修，奈良雅之・千田恵吾監訳 (2012) カップルの認知療法，星和書店)

原書：Frank M. Dattilio : Cognitive-Behavioral Therapy with Couples and Families : A comprehensive guide for clinicians