

う、それぞれが認知行動療法、家族療法、弁証法的行動療法の巨匠である。私は「へそまがり」な性格ゆえ、巨匠の手によって書かれた専門書は、どうも説教じみていて読後感があまり良くないことが多い。ところが本書は、患者さん・クライアントさんに対する著者らの思いやりや、うまく支援できない不甲斐なさのような、人間味あふれる内容が随所に見られ、それぞれの心理療法の流派を超えて共通する「臨床人」としての姿勢がリアルに伝わってきた。一気に読み終え、今は本書の題材となった『認知行動療法ケース・フォーミュレーション』（金剛出版、2021）を手にとっている。

本書は、それぞれの自己紹介を含めた各流派のケース・フォーミュレーションに関する前半パートと、著者らによる座談会の後半パートで構成されている。前半パートでは、単なる知識の教授ではなく、臨床実践におけるケース・フォーミュレーションの勘所やエッセンスについて触れられており、このパートだけでも十分に学びになる。後半パートは特に読み応えがある。3名が臨床経験を踏まえて各々に思うことを語り合うのだが、常に根底には「誰のためのセラピーなのかを忘れてはならぬ」という強いメッセージがあり、「どうしたら目の前のヒトが“ハッピー”になるかを考えつづける」ことをモットーとしている私は、読みながら心が震えた。気づけば私自身の臨床実践を振り返っていて、「そうか、このような着眼点があれば、あのケースももっと……」と反省したり、「どうして、患者さんとの、このやりとりだけで、その質問（発想）が浮かんで来たのですか」と著者らに聞いてみたくなったり。それこそ酒席でないと聞けないような裏技のオン・パレードで、座談会に陪席できなかったのが残念でならない。

本書を通しての特に重要なキーワードは、「協働」「学習」「機能」「フレキシビリティ」ではないかと思う。臨床実践は、(1) 患者さん・クライアントさんとセラピストとの協働コミュニケーションの場であること、(2) 生き抜くために、これまで獲得（学習）してきたことが、患者さん・クライアントさんの今の生活の中でどのように機能しているのかに関心を払うこと、そして、(3) 毎回の面接を通して患者さん・クライアントさんから寄せられる（言語的・非言語的）情報を丁寧に拾い上げ、組み立て、生活への適応に向けてフレキシブルに支援していくこと。これは、患者さん・クライアントさんと誠実に向き合っ

ケースフォーミュレーションを語る

3人のエキスパートから学ぶ心理療法の奥義

坂野雄二，中村伸一，遊佐安一郎著

金剛出版，四六判216頁，3,520円，2025年10月刊

（東京家政大学人文学部心理カウンセリング学科）

岡島 義

久しぶりに面白い専門書を読んだ。タイトルは『ケースフォーミュレーションを語る—3人のエキスパートから学ぶ心理療法の奥義』である。著者は、坂野雄二先生、中村伸一先生、遊佐安一郎先生とい

ていれば、至極当たり前のことなのだが、この当たり前のことがなされていない現状への巨匠たちの憂いと後進者への激励と私は受け取った。

私はいわゆる「パッケージ世代」である。本書では「なんちゃって認知行動療法」と表現されているが、私が大学院でトレーニングを積んだ時代は、まさにパッケージ化された認知行動療法の書籍がたくさん出版されていた。それこそが認知行動療法であると勘違いする時代であったし、「型」の重要性をつよく強調されてきた。それゆえ、私は「型」から抜け出すのに苦勞した。だからこそ感じるのが、患者さん・クライアントさんだけでなく、セラピストに対しても、どれだけ気づきを促せるかという視点である。とどのつまり、臨床実践もスーパービジョンも当事

者の気づきをサポートすることが大切であり、そのためには、当事者の日常語を面接内で使うこと、そして専門的なことを専門的に見せないためのふだん使いのトレーニングが欠かせないのである。著者らが日々、専門的に考え、それをふだん使いできるまでにしてきたことが垣間見えると同時に、巨匠と呼ばれる人たちでも、いまだに考え、反省し、学び続ける姿勢を崩していないことが分かり、背筋の伸びる思いである。

文 献

Persons JB (2008) The Case Formulation Approach to Cognitive-Behavior Therapy. Guilford Press. (坂野雄二・本谷亮監訳 (2021) 認知行動療法ケース・フォーミュレーション. 金剛出版)

■お知らせ

第 29 回 (2026 年度) 森田療法セミナー開催のお知らせ

日時：2026 年 5 月～10 月 (全 10 回) 木曜日 19:00～21:00

開催方法：オンラインセミナー (Zoom による)

内容：このセミナーは、森田療法初心者向けのものです。森田療法の基本的な理論と治療の実践についての講義を行います。本セミナーは、日本森田療法学会公認です。

受講対象者：メンタルヘルスに関わる医師、公認心理師、臨床心理士、カウンセラー (学生相談、スクールカウンセラーなど)、社会福祉士、精神保健福祉士、教育関係者、医療関係者で、森田療法セミナー資格審議会が適当と認めた方です。原則として、クライアントに対する守秘義務のある専門家で、かつ、臨床の現場を持つ方を対象とします。

受講料 (テキスト代 3,200 円含む)：医師 60,000 円、メンタルヘルス従事者 40,000 円、大学院生 (医師・社会人大学院生は除く) 20,000 円

問い合わせ先：〒194-0298 東京都町田市相原町 4342

法政大学現代福祉学部久保田研究室内 森田療法セミナー事務局

E-mail: morita.seminar@gmail.com

* 受講を希望される方には、詳細の開講案内と受講申込書をお送りいたしますので、事務局まで E-mail にてご連絡ください。