



書 評

価格はすべて10%税込です

---

## 遠隔心理療法の理論と実践

オンラインを活用した心理支援のためのガイド

平泉 拓, 中村洸太編著

金子書房, A5判 324頁, 4,400円, 2025年9月刊

(EASE Mental Management/Auckland University of Technology)

**三瓶真理子**

---

2020年のコロナウィルスのパンデミックにより、これまで対面で行ってきた心理援助を半強制的にオンラインに切り替えなければならず、その対応および状況への適応に多くの臨床家が心身ともに力を注いだことは記憶に新しい。どの領域の臨床家もクライアントが心理支援にアクセスできるように、クライアントの不利益がなるべく生まれないように、最

大限心血を注いだことであろう。この書籍は、その臨床家たちの知恵や工夫の結晶であり、臨床のヒントの宝庫である。

本書は遠隔心理療法の全体像や倫理を含む理論編からなる前半と、各分野での現状や実践例が掲載された後半からなる全13章で構成されている。第2章では遠隔心理療法のアウトカムや治療同盟について解説があり、遠隔心理療法において治療同盟の形成に力を入れるべき理由、そしてその方法が会話例（プロトコル）を用いて説明されている。第4章、遠隔心理療法の倫理の章においては、遠隔心理支援をおこなう上でわれわれ支援者が迷うであろう代表的な状況の一つ、自傷他害のリスクへの対応、緊急時の対応について、海外の例を参考に具体的な対応方法が提示されている。第5章では、遠隔心理支援を行う際のツールとなる、代表的なWeb会議システムとその特徴について整理されている。第6章では治療同盟について1章を割き、遠隔心理療法だけでなく対面での心理支援にも役立つ治療同盟について解説されている。第7章は徹底的に具体的な遠隔心理療法によるセッションの手引となっており、相談の申し込み、返信メールの文例、Zoomの設定の仕方までが丁寧に解説されている。また、遠隔でのグループセッションの実施例や工夫すべきポイントについても言及されている。第8章以降は産業、福祉、教育、医療、司法・矯正の各領域における遠隔心理支援の現状と実施上での工夫が示されている。

本書について特筆すべき点の一つは、試行錯誤しながら自己流で遠隔心理支援体制を築き上げてきた支援者あるいはこれから遠隔心理支援を始めようとする支援者にとって、教科書あるいは手引書のような役割を果たすことである。特に第7章の遠隔心理療法のセッションの設定、あるいは準備に関する細やかな解説については目を瞠るものがある。Web会議システムの背景画像や、カメラ越しに目線が合わない問題に対して、編者たちが行った調査結果を用いた提案は、評者が漠然と感じていた迷いに答えをもたらすものであった。

各領域での遠隔心理支援の現状と工夫も、若い世代にとってのSNSという遠隔相談ツールの不可欠さ、オンライン診療が広がらないのはなぜなのか等、どの章も非常に学びが多い。字数の関係上、紹介が叶わないため、是非本書の一読を促したい。

遠隔心理支援は対面での心理支援の単なる代替で

はなく、それ自体がメリットを持つものであることをどの章も明らかにしている。遠隔心理療法のさらなる効果的な活用をもたらす一助となる一冊である。