
精神療法という治療技術の科学

右脳と感情調整

アラン・N・ショア著

小林隆児訳

遠見書房, A5判576頁, 9,020円, 2025年11月刊

(本郷の森診療所／京都大学) 岡野憲一郎

アラン・ショア著, 小林隆児訳『精神療法という治療技術の科学』は壮大な本である。一言で表現するならば, 「神経科学や愛着理論, 精神分析理論などを縦横無尽に援用しつつ新しいパラダイムに基づいた精神療法の在り方を論じた書」とでも言えるだろうか。

ただネットや店頭でこの大著を目にした事情通の読者はこう考えるかもしれない。「確かにアラン・ショアという名前は最近時々耳にする。訳者である小林先生は確かショアの入門書を書いた方だろう。ショアの本の翻訳としてもう一、二冊, 薄い本が出ているようだ。まずはそちらを読もうか」。

確かに小林氏のこの労作以外に, 我が国ではすでにショアの『右脳精神療法』(2022), 『無意識の発達』(2023) が出版されている。これらをすでに読んだ人にとっては, さらに本書を購入するのは屋上屋を架すという印象を与えるかもしれない。しかし本書は既刊の翻訳書やショアの入門書(小林著)を読み, もう少し内容を詳しく知りたい人間にはきっと満足できる充実した内容である。

本書(原題: The Science of the Art of Psychotherapy, 2012)はショアがこれまで出した6冊の著作のうち4番目に相当し, 彼が考える精神療法(感情調整療法, のちに右脳精神療法という呼び名に改められる)について詳細に論じたものである。ショアの臨床理論を知るためには非常に重要な書なのだ。

訳者の小林隆児氏は, 2022年にショアの最新作である『右脳精神療法』を訳出した後, その理解を深めるためにも, ショアの「感情調整三部作」に続く4作目である本書を日本の読者に提供することが必要であると感じたとのことである。

本書は576ページとかなり分厚いが, 英語の原書でも458ページというボリュームである。それだけ

に本訳書の出版先を探すことにも小林氏は難渋したというが（「訳者あとがき」から）、本書は内容も極めて緻密でショアの驚くべき生産性（それは本書を訳した小林氏にも通じることかもしれないが）を感じさせる。本書を通読した読者はそこに盛られている情報量に圧倒され、嘆息するのではないか。少なくとも私はそうであった。

最終章のマッキントッシュとの対話にも表れている通り、ショアの頭には、莫大な情報量に基づく理論体系が渦巻いている。それは最新の脳科学が示す生後一年の驚くべき脳の感受性とその脆弱性への理解を基盤とした愛着理論であり、それ根差した養育や臨床の在り方についての膨大な知見である。この驚くべき頭脳が紡ぎ出す著作は各方面に大きな影響力を及ぼし、現代的な人間理解や精神病理に関する一つのパラダイムシフトを生みつつある。私たちはこの「アメリカのボウルビー」の異名を持つというショアの偉大な精神に非常に多くを負っているのである。精神療法が目指す一つの方向性を知りたい方にはぜひご一読をお薦めする。

原書：Allan Schore：The Science of the Art of Psychotherapy
