
統合的心理療法のための スーパービジョン

ジョン・C・ノークロス,
リア・M・ポプル著
平木典子監訳
平木典子, 藤田博康訳

金剛出版, A5判 224頁, 4,620円, 2025年12月刊

(ルーテル学院大学名誉教授) 福山和女

本書は、統合的心理療法という手堅い4つの概念を冠している点で、とても難しいのではないかと想定していた。読み始めると、やはり、心理療法の理論や技法という用語が飛び交っている。心理療法におけるスーパービジョンの理論、技術、原理等の相互作用のさまを詳細に描写しており、読者をスーパービジョンの研究に誘う。

読み進めるうちに、ページをめくるスピードが軽やかになった。それは、非常に柔らかい表現でしかも対話型の理解しやすい文章であるからか、読むのがとても楽しく、想定力を引き出してくれるようにも感じる。

この感覚は、スーパービジョンを受けたスーパーバイザーの感覚に似ている。そのさまを本書の序論のほんの一部を参考にして、描写してみたい。

スーパーバイザー：「心理療法をする場合、エビデンスに基づいた実践は、柔軟で、個別化された治療が要求される。スーパービジョンを考える上で、『統合的』とは、二つ以上の要素を一つにまとめるというイメージであろうが、統合には、4つの種類がある。それには、共通因子による統合、技法的折衷、理論的統合、同化的統合である」

スーパーバイザー（私）：「統合するにはスーパーバイザーのニーズなど多様な事象が影響するのでしょうか」

スーパーバイザー：「心理療法家にとっては、単一学派によるアプローチへの不満、学派を超えて心理療法を理解したいとき、多面的な診断と診断横断的な考察が必要な時などがあるだろう。諸学派の理論を越えた効果的な方法を体系的に活用する

ことが求められ、統合的活用としては、エビデンススペースの原則に従い、その方法を特定のクライアントに合わせることもありうる」

スーパーバイザー（私）：「統合的スーパービジョンでも、マッチングや適合性などの特徴に合わせる必要があるのですか」

スーパーバイザー：「それは、診断横断的特徴に応じる必要がある。治療同盟の構築、効果検証の機会、新たな取り組みの学びと実践が求められるときには、特定技法の適用が必要なのですよ」

統合的スーパービジョンでは、スーパーバイザーは、スーパーバイザー一人ひとりに対して、特定のニーズに合わせて、技法的介入を特定化する。そのためには、治療的関係の持ち方の精査が必要である。しかし、技法は、すでに理論が折衷的になっているため、技法の効果を特定することは難しいと考えられている。理論的統合については、理論的一元化には限界があるので、一つの理論よりも二つ以上の心理療法を統合すると効果があると考えられている。

最後に同化的統合とは、一つの心理療法システムを土台にして積極的に他のシステムの実践と視点を選択し、取り入れる（同化する）こととされている。心理療法家にとっては、一つのアプローチで洗練され、最初のアプローチの限界を知り、他のアプローチの部分や方法を取り入れ、自らの考えを放棄せず、再構成する、ここに、新たなものを創造する——共創が生まれるのである。

原書：John C. Norcross & Leah M. Popple :
Supervision Essentials for Integrative Psychotherapy