
生活臨床の探求

“どう治すか”から“どう生きるか”の支援へ

伊勢田 堯, 小川一夫, 長谷川憲一編著

金剛出版, A5判 238頁, 3,740円, 2026年3月刊

(澁谷川診療所) 星野概念

伊勢田は本書の「はじめに」において、「70年近い生活臨床に貫かれる所感は、どう治すかから、どう生きるかの支援へのパラダイムシフトである」と述べている。この言葉は、本書全体を貫くメッセージでもあるように感じられた。

本書は、タイトルどおり生活臨床を徹底的に探究した一冊である。2012年に刊行された『生活臨床の基本』を継承しつつ、その出版以前の歩みを総括し、その後の展開と新たな理論化までをまとめている。

まずは、群馬大学病院における「再発予防5カ年計画」を起点として誕生した生活臨床の歴史が整理される。再発予防と社会適応を目標に、生活行動を丹念に観察する中から、能動型・受動型という「生活類型」や、「生活特徴」という視点が生み出され、それらによる「生活特性」の見立てに基づいた支援が展開された経緯が紹介されている。支援の中では、職業生活と結婚生活を社会適応の中心的課題として位置づけているが、特に結婚生活に着目する点は、私を含めた現代の読者には新鮮に映るかもしれない。当時の生活世界を正面から捉えようとすれば、必須のことだったのだろうと想像した。また、「再発予防5カ年計画」の対象者を平均36年間追跡した成果が示されており、長期にわたる実践の重みが伝わってくる。

次に、地域精神保健活動におけるアウトリーチ、精神障害を抱える妊産婦支援など、『生活臨床の基本』刊行以降の実践が紹介される。家族論では、既存の家族療法を当てはめるのではなく、先入見なしで日本の、目の前の家族を生活行動から理解しようとする姿勢が貫かれていた。私は、オープンダイアログに強く関心を寄せているが、家族メンバーを勾配なく尊重する視点には重なるものを感じた。他にも、「通訳療法」「留守電療法」「つぶやき療法」「独り言作戦」といった取り組みが紹介され、その発想と語感

には、長年の臨床実践から生まれた生活臨床ならではの独特さと泥臭さが感じられ、見習いたいと思った。

三つ目には、生活臨床を統合失調症以外にも展開した実践が紹介される。精神症状が発症する背景には、生活と人生の行き詰まりがあり、その背景には数世代にわたる家族運営の行き詰まりが関係しているという臨床知をもとに新たに提案される「精神疾患の脳と心の反応性不調モデル」は、生活にどこまでも着目し、地道な臨床を続けてきた末に辿り着い

た境地である。

現在の精神医療における中堅的なキャリアを持つ私は、生活臨床が最も活発だった時代を実体験としては知らない。おそらく、読者の多くもそうではないだろうか。しかし、自らの哲学を貫き、生活の現場で臨床を積み重ねてきた実践者たちの言葉は、今なお独創的で熱量に満ちている。本書は、その歩みを知り、今日の精神医療を改めて考える契機を与えてくれる一冊であると思う。

■お知らせ

日本メンタライゼーション研究会 第6回学術集会

大会テーマ：あらためて技法について考える

Thinking/Rethinking about the mentalizing techniques

開催日：2027年2月20日（土）～21日（日）

会場：大正大学 巣鴨キャンパス（東京都豊島区西巣鴨 3-20-1）

会長：西村 馨（国際基督教大学）

実行委員長：池田暁史（大正大学・個人開業）

概要：特別講演、シンポジウム、入門セミナー、一般演題、自主企画、Thinking Together などを実施します。

特別講演：Peter Fonagy（ユニヴァーシティ・カレッジ・ロンドン）

MBTの開発者を日本にお招きし、技法についてご講演いただきます。

参加対象：守秘義務を有する専門職および専門職訓練を受けている大学院生

参加募集期間：2026年10月15日（木）～2027年1月31日（日）

※詳細は本研究会ホームページ（<https://mentalization.umin.ne.jp>）をご参照ください。