

書評：『社交不安症の基礎理解と認知行動療法』

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 武蔵野大学認知行動療法研究所 公開日: 2020-07-07 キーワード: 作成者: 大山, みち子 メールアドレス: 所属:
URL	https://mu.repo.nii.ac.jp/records/1240

■ 書評

『社交不安症の基礎理解と認知行動療法』

大学出版部協会 A5判 148ページ, 2,500円(税別), 2019年刊 城月健太郎編・著

大山みち子
武蔵野大学・広尾心理臨床相談室

城月健太郎と、その若手弟子である大川翔・野田昇太の共著によるもので、外連味を抑えた作りになっている。内外の論文を紹介した章は、社交不安症と現在いわれるものの疫学からはじまる、認知行動モデルないしは治療についての、索引としても有益である。これまでを概観することで今後の展望も自ずと開けることや、地道な作業の重要性を実感させてくれる。目先の「新しさ」や「独自性」をすぐに求めず、足元の鉤脈を掘り進める誠実な態度が好ましく、それによってはじめて、新しく独自であるものも見えてくる、と改めて実感できる。また、「臨床研究」を扱った章も興味深い。あとがきで自ら、これらの研究には10年程度かかっている、と述べているように、研究の手続きや結果について、慎重に検討を繰り返してきていることがうかがわれる。このように本書では、文献研究・臨床研究のどちらの部分についても、労力を惜しまない姿勢が見受けられる。

一般に心理臨床は、社会のありように強く影響を受ける分野でもあるので、現代では、効果的であること・それを証明することが重視される傾向にある。しかし、その功を急いで、報告や検討の場で、言い過ぎになることや取りこぼしが多くなる（と指摘される）ならば、本来の有用性が見えにくくなる実害はもちろんのこと、臨床のプロセスや香りを感じ取ることは難しくなるだろう。ちなみに、認知行動療法の領域における臨床は、黎明期から、内省中心の臨床に比較して、冗長さや気取りを取り除いたところに持ち味があると評者は感じているのだが、それでも、そこに至るまでの実践のくふうや慎重さは、当然ながら他の技法と同様、求められるものであろう。評者が今さらのことを述べるのは、「治ればいい」「エビデンスがある」「ユニークである」等と声高に主張しない、本書の特徴を感じたからであり、慎ましさ、粘り強さに敬服しているからである。

会社員の男性の事例の報告でも著者は、共感的理解をした、などとは表現しないが、実際には、患者に対する治療場面での温かなやりとりが奏功していることがうかがわれる。また、「チーム」などとあえて言わずとも、専門家・同僚など周囲の人々の支えが、回復のためには重要であることにも着目しており、他の理論でこの事例を解釈しても、十分に有意義だと感じられる経過報告である。ところで、ここまでで評者は、著者らの誠実さを述べてきたのだが、実はこの事例では現病歴の中で、患者が「誠実にすれば(よい)」と考えていたがうまくいかなかったことが述べられている。誠実さは、考えたり後付けしたりして生まれるものではなく、自然な努力と望ましいベクトルがかみあうことが必要であり、この章は、それを導いた実践報告だと感じている。