書 評

心理社会的プログラムガイドブック

池淵恵美　著
医学書院
2024 年 4 月　216 頁
本体価格　2,500 円＋税

本書は，精神障害，特に統合失調症のリハビリテーションや認知行動療法などの臨床や研究において，長くわが国の指導的な役割を担ってきた著者が単著で執筆した，心理社会的プログラム（心理社会的治療）に関するガイドブックである．最近，著者は精力的に単著を執筆しており，著者が執筆した精神障害リハビリテーションの入門書や，統合失調症の個人面接に関するガイドブックも本欄で紹介した．本書では心理社会的プログラムにかかわるさまざまな支援者が理解できるよう，著者の優しく温かみのある言葉で，イラストも随所にちりばめられ，親しみやすい雰囲気になっている．一方で，個々のプログラムのエビデンスの有無や出典についても丁寧に説明されており，学術的にも十分読み応えがあり，これからプログラムを開始する場合や，すでにプログラムを実践しており対応に苦慮している場合など，さまざまな支援者のニーズをみたす内容になっている．

心理社会的プログラムには，さまざまな技法があり，効果検証がなされたものもあるが，薬物療法や個人精神療法ほどには研究にのせにくいものも多く，研究費の獲得や診療報酬につながりにくいこともあってか，近年は医療よりも福祉の領域のほうが盛んな印象がある．本書では，医療に限らず，リカバリーに役立つさまざまな活動を心理社会的プログラムとして，網羅的に体系立ててまとめ，多領域多職種の支援者が，共通の目標に向かってプログラムを着実に実践できるよう，さまざまな工夫がなされている．

構成としては，第 1 章では本書で扱う心理社会的プログラムの概念について具体的に事例を交えて説明している．第 2 章では，心理社会的プログラムを分類する際の着眼点として，「身体活動-言語」「対人交流-課題達成」の 2 つの軸を用いることや，参加人数，運営の主体，ジェンダー，年齢などに基づくプログラムの違いについて説明することで，「誰のために」「何を目的にして」「どのような内容」のプログラムを行うのかを明確にしている．第 3 章では，心理社会的プログラムを，先述の 2 軸に基づき「身体活動-課題達成」「言語-課題達成」「身体活動-対人交流」「言語-対人交流」の 4 つに分類し，さらに家族支援プログラムも加え，それぞれの使い勝手やエビデンスなどをまとめている．第 4 章では，急性期や慢性期の入院病棟，外来，デイケア，アウトリーチ，グループホーム，就労支援，リワークなど，場面ごとの実践について紹介している．「恋愛・結婚」という，これまでの著者の単著で一貫して取り上げられているテーマに関する項目もある．第 5 章では，スタッフ・トレーニングも含め，心理社会的プログラムのスタッフやリーダーになったときの対応法について説明があり，第 6 章では，実際にプログラムを立ち上げて運営した際の流れについて説明している．全体的に事例も多く，column や Q & A コーナーなども多く盛り込んでおり，実践のための具体的なイメージを得やすい．

近年，精神症状だけでなく社会生活機能を治療のアウトカムと考える傾向が増している．社会生活のあり方は社会の変化とともに変わり，近年，仕事よりも余暇の充実を重視する人が増えており，評者が専門とする発達障害支援においても，社会性の獲得における余暇支援の重要性は増している．本書では，「身体活動-課題達成」プログラムとして作業療法や運動に加え，料理，音楽，俳句，書道，ゲームなど，「身体活動-対人交流」プログラムとしてカラオケ大会や季節の行事，ゲーム大会などの余暇的なプログラムについても説明している．個々の患者の多様なニーズに応えるためには，医療や福祉などの多領域の支援者が共通の理解と目標をもって連携する必要がある．心理社会的プログラムは，このような多職種地域連携を考えるうえで重要であり，本書は，その普及に貢献するであろう．

（高橋秀俊）

doi：10.57369/pnj.24-135