国際研究論叢　33（3）：193～202，2020

翻　訳

危機介入としての論理療法の適用：
自殺念慮を持つクライエントの事例
アルバート・エリス

訳：森本 康太郎*

Using Rational-Emotive Therapy (RET) as Crisis Intervention:
A Single Session with a Suicidal Client
by Albert Ellis

Translation by Kotaro Morimoto*

訳者解題

本稿は，Rational Emotive Behavior Therapy（以下REBT：論理療法，論理情動行動療法）の創始者であるアルバート・エリスによる論文“Using Rational-Emotive Therapy (RET) as Crisis Intervention: A Single Session with a Suicidal Client”を翻訳したものである。この論文は，1989年に北米アドラー心理学会（North American Society of Adlerian Psychology）の学会誌である*Journal of Individual Psychology*[1)]に掲載されている。

エリスはアドラーの影響を受けていることから，論理療法にはアドラーの個人心理学との関連性が見られる。生涯，北米アドラー心理学会の会員であったエリスの論文は，*Journal of Individual Psychology*に５編[2)]が掲載され，エリスへのインタビュー[3)]も１編掲載されている。そのうち，論理療法と個人心理学について，理論的見地からその共通点と相違点を議論したものは２編ある（Ellis, 1957 森本訳 2019；Ellis, 1973 森本訳 2020）。しかし，エリスが論理療法をアドラーの個人心理学と関連させながら，セラピーの実例を紹介し，両者の関連について記したものは本論文のみと思われる。本論文は，自殺念慮を持つクライエントの実例をあげながら，エリスによる実際の介入がどのように行われたか，そのなかでアドラーの影響がいかに反映されているかを知る資料として，希少な価値を持つと考えたため，翻訳するに至った。また，認知療法をはじめとする他の認知的アプローチに対してアドラーが与えた影響を考えるうえでも参考となると思われる。

論理療法は，エピクテートスやマルクス・アウレリウスといったストア派哲学，カント，ポパー，ラッセル等の近現代哲学，コージブスキーの一般意味論，

＊もりもと　こうたろう：大阪国際大学基幹教育機構講師〈2019.11.14受理〉

アドラーの個人心理学やカレン・ホーナイの精神分析，ワトソンやスキナーの行動主義の影響を受けている。また，人間性主義，実存主義，構成主義的な要素も持ち合わせているため，多面的な性質・特徴を持つ。論理療法を深い理解の上に立って用いることは，効果的な介入を実現するために重要であるが，そのためには，源流にさかのぼりエッセンスを把握することが必要であると考えられる。なお，本文中の[1)~10)]は訳者による注番号を示す。

Originally published as the article "Using Rational-Emotive Therapy (RET) as Crisis Intervention: A Single Session with a Suicidal Client" by Albert Ellis, from *Journal of Individual Psychology* Volume 45, Number 1-2, March/June 1989, pp. 75-81. Copyright © 1989 by University of Texas Press. All rights reserved. Used by Permission. Japanese translation permission for this paper was arranged with University of Texas Press.

キーワード

論理療法，Rational Emotive Behavior Therapy，個人心理学，アドラー心理学

論理療法について，アドラーの個人心理学との関連で議論した。論理療法は，アドラーの主張と沿うように，パニック，うつ，自殺念慮を引き起こすようなクライエントが持つ，核となる哲学を早期に扱うため，危機の介入に有効である。用いられた技法は，クライエントの無条件の受容，クライエントの自滅的学習から生じる恐怖の感情に対する決然とした拒否，クライエントに対して人生は退屈なものではなく，魅力的で挑戦しがいのあることを示す積極的・直接的アプローチである。本稿では，自殺念慮を持つ27歳の女性に対して成功した介入の事例を示す。

私が以前記したように（Ellis, 1973），論理療法はアドラーの個人心理学と以下にあげるように，いくつかの重要な点において重なっている。第一に，積極的・直接的で問題解決志向である点，第二に，人々は意識的であれ無意識的であれ自分自身を混乱させてしまうことを教える点，第三に，簡潔かつ確信をもってクライエントの基本的なイラショナルビリーフや誤ったライフスタイルに焦点を定め，のちにクライエント自身でその焦点化を行うように支援する点，第四に，反完璧主義かつ反権威主義であり，子どもじみた誇大妄想を捨てて，著しい成功を収めなければならないことはなく，他者からよく扱いを受けなければならないことはなく，望むものをそう望んだ時にその通りに手にする必要もない，という考えを合理的に受け入れて信じることができるということを，力強く示し続ける点である（Ellis, 1962, 1971, 1973, 1985a, 1985b, 1988; Ellis & Becker, 1982; Ellis & Bernard, 1985; Ellis & Dryden, 1987; Ellis & Grieger, 1987; Ellis & Harper, 1975）。

アドラーは，20世紀の初期において論理療法のいくつかの基礎的前提を形作った，認知

主義のセラピストにおける先駆者[4]である。彼は以下のように述べている。

> *私たちは明らかに「事実」そのものよりも事実の解釈から影響を受けている。*（Adler, 1964a, pp. 26–27）。*個人はあらかじめ定められた方法で外界に自分自身を関連づけない。人生に対する姿勢が，外界とのかかわりを決めている*（Adler, 1964b, p. 67）。*一言で表せば，私は人間の行動は思考から生まれ出ていると確信している*（Adler, 1964a, p. 19）。*我々は，経験に意味を与えることを自己決定している。意味は状況から与えられるのではなく，我々自身が状況に意味を与えているのだ*（Adler, 1958, p. 14）。

論理療法は，当然大きく混乱したクライエントを扱うし，なかには比較的長期間―例えば１年か２年―をかけて，基本的な変化をもたらすこともある。しかし，アドラーが主張するように，早期の段階で，パニック，うつ，自殺念慮を引き起こすようなクライエントが持つ，核となる哲学[5]を扱うため，危機の介入に有効である。論理療法が危機介入に有効であり，時に１回または２回のセッションで自殺念慮を持つクライエントの自殺を阻止できることを示すために，以下の事例を紹介する。

ヘレン・Gは，27歳の魅力的な女性で，ニューヨークの論理療法研究所[6]の訓練生の１人と面談し，自殺の強い恐怖にさらされていることから，相談のために私にリファーされてきた。彼女はニューヨークのある一流病院で産科学と婦人科医学の研修医であったが，慢性的なうつ状態で，研修に挫折するところだった。彼女は過去に最愛の恋人３人と別れており，その理由は，彼女は非常に気が狂っていて良い妻にはなれないと思われたからである。彼女はひどく混乱し，自分で気がおかしくなったことに気づいた。彼女は強いパニック状態で複数の恐怖症を持ち，他者からの極度の承認欲求と，重要な他者からの愛情を求めていた。彼女は自分自身が他の人と著しく異なっていると考えていた。彼女は２年前，聡明で魅力的な彼女の妹が「適切な理由」もなく突然睡眠薬を過剰摂取して自殺未遂をしたことに，未だ混乱していた。ヘレンは，妹と同じように自分が「救いようのない欠陥」であると考えて，自殺の危機に瀕していた。また，致死の薬が入手可能でかつその使用方法の知識も持っていたため，容易に自殺することができた。

これは痛ましい事例である！実際私はヘレンに会うことに対して大きな喜びを持たず，思いとどまっていた。しかし，私は論理療法を自分自身に用いることで不安を通常レベルの動揺にとどめ，仮に最悪なことにこのクライエントを自殺から思いとどまらせることができなかったとしても，自分自身を一人の人間として受け入れることができると，強く信じるようにした。論理療法では，そのような失敗は，私を堕落したセラピストにさせるのではなく，ただ今回は失敗に終わったことを意味する。仮に私がいつもセラピーで失敗していたとしても（もちろん，大抵はそのようなことはないが），私はくだらない「失敗」でもなければ，「人間として」無能という訳でもない。

それで，事前にヘレンが自傷の兆候を示していることを知りながら，力強く論理療法を自分に適用することで，彼女の相談を受けることが悪魔との戦いのようなものではないの

だと考えた。実際に，来るべきヘレンとの出会いが魅力的な挑戦であり，一度（または二, 三度）のセッションが待ち遠しいと思い始めた。私の深刻な気がかりは，第一にヘレンの人生に対する懸念，第二にそれは彼女に会うことへの期待に変化した。

新しい挑戦に対する意欲的な姿勢によって，私は最初の数分間が経過する時からヘレンとのセッションを楽しんだ。私は彼女を恐ろしく危険なノイローゼの人ではなく，大きな潜在力を持った一個人として捉えた。私は，彼女の残忍な現在や過去に対してではなく，満足できて楽しめる未来に焦点を置いた。私は彼女の持つ自分や他人に対して役に立つ長所について想像し，私と彼女との遭遇によって，彼女の無知で無効なライフスタイル[7)]は必ず変えることができると考えた。私は独断的でなく蓋然的に，彼女が自身の乱れた思考（アドラーが呼ぶところの彼女の「共同体感覚」ではなく「個人感覚」）を修正することができて，自身のことをこの世界に存在できないような無能な人間ではなく，役に立ち自助的で，社会的に魅力を持つ人間であることに気づくようになると確信した。

セッションの開始時から私はヘレンに対してアドラー派および論理療法的な勇気づけ[8)]を強くおこなった（Adler, 1958; Losoncy, 1980）。私は彼女が幸運にも知性や長期の目標達成のために働く能力，親しい人間関係を持とうとする意欲，よい容姿といった，よき人生に備わっている特徴を持っていることを示すよう試みた。また，私は彼女が有しているこれらの価値と，逆説的に彼女がこれらの特徴を無視して（完璧主義によって）自分自身を蔑む傾向についてのジョーク[9)]を言った。「もし火星人が地球上に現れて（しかも良識を持って！），客観的基準で彼女は実によい人物であるにもかかわらず，彼女が自分のことを駄目な人間だと言っていることを聞いたら，きっと笑い死にするだろう」と私が言うと，すぐに彼女は笑った。

彼女が私のユーモラスな冗談に対して心から陽気になったので，すぐさま彼女のユーモアセンスを称賛した。「自殺を企てているのと同時に，あなたのように簡単に笑うことができる人は，真にユーモアセンスを持った人物に違いない！生きてそのユーモアを楽しみ続けないのは，なんともったいないことか！」

ヘレンが「人生に全く価値がないので終止符を打つ」こと―まさにセッションを始める時に彼女が言った言葉―をほのめかすや否や，彼女の自殺傾向によって私が個人的に怖れていないことを伝えた。私は彼女が自殺する権利を行使することはいかに馬鹿げたことであるかを伝える一方で，彼女の自殺する権利については尊重した。私は彼女に，短所と共に自分自身を受け入れることはすばやくできることで，それは50年またはそれ以上の楽しい年月をもたらすことになるので，死や無存在はかなり先のことになるだろうと，半分冗談で半分深刻に伝えた。

私がヘレンと会ったのは一度だけであったが，彼女に対して論理療法のいくつかの一般的技法を用いた。認知的技法としては，彼女の完全でなければならない，重要な任務や恋愛において決して失敗できない，という思考を積極的に論駁した。そして非常に力強く，人生を早まって終えてしまうことの不利益と，人生を生き続けることの利益とを示した。私はただちに，彼女の確実性に対する要求―いかなるときも良く振る舞い，愛されなければならないという不合理な思い込み―の要点を示して，それに対抗した。私は論理的に，

彼女には死という人間にとって避けられない事実についての決定権はあると伝えた。しかし，それはネガティブな事実である。何という犠牲を払った勝利であることか！もし彼女が引き続き働いていれば手にするであろう，より賢明で健全な道で実際に彼女が成功するという非常に高い可能性を選べるのに，死を選ぶことはなんと愚かなことか。私は彼女が利益に基づいて賢明に行動できるための知性を元来持っていると主張し，生き続けることで自分自身を助け，社会的に貢献できることを説いた。私は彼女の低い欲求不満耐性を強調した。それは感情的な痛みを抱え，人生と未来の幸福を永遠に終わらせることを考えるという，狂った思考である。

情動的技法としては，勇気づけとユーモアを用い，その最たるものとして私はヘレンの愚かな行動を受け入れた。これはスタンダール（1959）やロジャース（1961）が無条件の肯定的配慮[10]と呼んだもので，論理療法では無条件の受容[11]と呼ぶものである。しかし私は，仮に自分自身または人としての根源に対して総体的な評価を下すことを止め，彼女が実現したいと願う価値観に関連した特性や業績のみを評価するのであれば，彼女はいつでも自己を受け入れることができることを，端的に力強く教えた。さらに，私はいかなる人間も―ヒトラーでさえも―人間以下の人間または忌々しいものではなく，いかに彼女の行動がまずいものであっても，自分自身や自分が「人間」であることを軽んじる必要は一切ないことを示した。再びユーモラスに，私は彼女が，たとえ自殺しても愚かな人間や虫けらではなく，（彼女の利益に反して）愚かで価値のない振る舞いを取ったただの一人の人であることを確信させた。

行動的技法としては，彼女の本来の担当セラピストである私の同僚にセラピーを戻すため，再びヘレンに会うことはないだろうと分かっていたが，彼女には次の３つの宿題[12]を渡した。（１）本当に自殺しようとした時は，担当のセラピストか私に電話をかけること，（２）うつや自殺念慮を引き起こすような，独断的かつ完璧主義な「～ねばならない」を探して書き留めること，（３）以下にあげるような私の「ラショナル・ユーモア・ソング」[13]を今後数週間にわたって１日最低３回，自分に対して歌うこと。

めそめそめそ！
（ガイ・スカル作曲「ウィッフェンフープスの応援歌」）
私の望みのすべてが満たされることはない
めそめそめそ！
フラストレーションが治まることはない
めそめそめそ！
今は手にしていないものでも，私の人生で望んだものは手に入るべきだ
運命は私に最上の喜びを与えなければならない！
こんな世の中で生きていくしかないから

完璧なる理性
（ルイジ・デンツァ作曲「フニクリ・フニクラ」）

ある人たちは，世界はあるべき方向に向かわなければならないと思っている
私もそう思う！そうあるべきだ！
ある人たちは，わずかな不完全があれば
どうしようもないと思う－私もそう思う！
私は一般の人々よりもはるかに優れた
超越した人間だということを証明しなければ！
私が奇跡の才能を持つことを示すためには
いつも私は偉大な人間だと評価する
完璧，完璧なる理性よ
それはもちろん，私の唯一無二のもの
間違いのある人生なんて，想像もつかない
理性は私の完璧なるものなのだ

落ち込み，落ち込んで
（チャールズ・ウォード作曲「ザ・バンド・プレイド・オン」）
人生で少しでも間違いが起これば
気分は落ち込む
ささいな言い争いで打ちのめされた時はいつでも
この上なく落ち込む
人生が神聖なるものでなければ
まったく我慢できない
人生で少しでも間違いが起これば
大声で泣き叫んでしまう

愚か者でなかったらいいのに
（ダン・エメット作曲「ディキシー」）
ああ，自分が有能な人間だったなら
エナメル革のように滑らかで高品質な
生まれながらの平穏な人だと思われたらいいのに
でも運命的に欠点ばかり
父や母のように気が狂っているなんて悲しすぎる
愚か者でなかったら良かったのに！フレーフレー！
頭の回転が速くて，ボケてなったらよかったのに！
もっとまともな人間だったらよかったのに
でも，ああ，私のなんと怠け者であること！

作詞　アルバート・エリス　1977年
著作権　論理療法研究所　1977年－1980年

私がヘレンに会ったのは一度だけだったが，セッションを通じて彼女は笑い，彼女が終わり際に「お話しできてよかった。本当に楽しかった！」と言ったことが，私には喜びであった。ヘレンは私にリファーした研究所のセラピストのもとに戻り，私はこのセラピストから数週間後に手紙を受け取った。そこには，私の介入に対する感謝と，ヘレンが私と話してから自殺するような考えを完全に捨てたことと，ヘレンとセラピストがしっかりと協働して，長期の問題であるうつに対して取り組んでいることが記されていた。

当然，アドラー派や論理療法が用いる，早期かつ短期的な方法によって，すべての自殺のケースが今回のように終結するわけではない。しかし私がヘレンに対して行った危機介入のようなテクニックは，しばしばよく機能している。まとめると，（1）セラピストがクライエントを無条件に受容し，ティリッヒ[14]（1953）が呼ぶところの「生きる勇気」を十分に持てるよう勇気づけること，（2）クライエントの強い自殺傾向によってセラピストがおびえることを断固として拒否すること，（3）人生は空疎で退屈なものではなく，どれほど魅力的で挑戦しがいのあるものかを，自殺傾向のクライエントに積極的・直接的アプローチによって示すこと。これらの個人心理学および論理療法の手法は，しばしば自殺の過程を妨げ，重いうつ状態[15]のクライエントによりラショナルに，生き続けるように考え行動する機会を与えるのだ。

筆者引用文献

Adler, A. (1958). *What life should mean to you*. New York: Capricorn.

Adler, A. (1964a). *Superiority and social interest*. H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Eds.). Evanston, IL: Northwestern University Press.

Adler, A. (1964b). *Social interest: A challenge to mankind*. New York: Capricorn.

Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Secaucus, NJ: Lyle Stuart.

Ellis, A. (Speaker). (1971). *How to stubbornly refuse to ashamed of anything*. (Cassette recording). New York; Institute for Rational-Emotive Therapy.

Ellis, A. (1973). *Humanistic psychotherapy: The rational-emotive approach*. New York: McGraw-Hill.

Ellis, A. (Speaker). (1977). *A garland of rational humorous song*. (Cassette recording). New York; Institute for Rational-Emotive Therapy.

Ellis, A. (1985a). *Overcoming resistance: Rational-emotive therapy with difficult clients*. New York: Springer.

Ellis, A. (1985b). Expanding the ABC of rational-emotive therapy. In M. Mahoney & A. Freeman (Eds.). *Cognition and psychotherapy*. New York: Plenum.

Ellis, A. (1988). *How to stubbornly refuse to make yourself miserable about anything—yes, anything*. Secaucus, NJ: Lyle Stuart.

Ellis, A., & Becker, I. (1982). *A guide to personal happiness*. North Hollywood, CA: Wilshire.

Ellis, A., & Bernard, M. E. (Eds.). (1985). *Clinical application of rational-emotive therapy*. New York; Plenum.

Ellis, A., & Dryden, W. (1987). *The practice of rational-emotive therapy*. New York: Springer.

Ellis, A., & Grieger, R. (Eds.). (1986). *Handbook of rational-emotive therapy*. 2 vols. New York: Springer.

Ellis, A., & Harper, R. A. (1975). *A new guide to rational living*. North Hollywood, CA: Wilshire Books.

Losoncy, L. E. (1980). *You can do it: How to encourage yourself*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton-Mifflin.

Standal, S. W. (1959). *The need for regard: a contribution to the client-centered theory*. Unpublished Ph. D. thesis, University of Chicago, Chicago.
Tillich, P. (1953). *The courage to be*. New York: Oxford.

訳注

1．北米アドラー心理学会の学会誌は，創刊以来名称が複数回変更されている。本論文掲載時の名称は*Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*であった。
2．Ellis（1957; 1970; 1971; 1976; 1989）を参照。
3．Nystul（1985）を参照。
4．Watts & Critelli（1997）は，個人心理学が認知療法や認知行動療法に与えた影響について次のように解説している。アドラーの理論では，人間を単に環境からの影響に反応する受動的存在ではなく，自らのパーソナリティを能動的に形成していく（Shulman, 1985）ことが強調され，個人心理学が認知的，構成主義的な立場に立っていることが示されている。つまりアドラーにとって，不適応的なライフスタイル（認知的概念）は不適応症状の中核をなすものであり，治療者とクライエントの協同作業によってそのような思い込みを発見し再構成していくことが，セラピーの中心に置かれる（Watts & Critelli, 1997）。Murray & Jacobson（1978）では，アドラーは，そのアプローチにおける認知の扱いによって，アルバート・エリス，ジュリアン・ロッター，ジョージ・ケリー，エリック・バーン，アーロン・ベックといった現代の認知的アプローチのセラピスト達にとっての先駆者として記されている。
5．論理療法の介入では，不適応的な感情や行動の原因であるイラショナルビリーフを特定し，その修正によって問題解決を行う。対して個人心理学では，クライエントのライフスタイルの発見，自身の誤りの洞察を通じて再方向付けが行われる。
6．現在の名称はAlbert Ellis Institute（アルバート・エリス研究所）である。
7．ライフスタイルとは，人生に対して個人の持つ特有の考え方や見方，感じ方（Mosak & Maniacci, 1999），あるいは自己と世界の現状と理想についての信念体系（野田，2016）を指す。
8．個人心理学では，人間の問題や不適切な行動の根本的な原因は，勇気を失なっていることである，としている（野田，2017）。勇気づけられた人は，自己を信頼し，人生の課題を直視し，行動することができる。そのため，個人心理学では勇気づけがセラピーの過程で不可欠なものとされている（Mosak & Maniacci, 1999）。
9．論理療法は，他の認知行動的アプローチと比べて，ユーモアの活用を重視している（Dryden, 2015）。Ellis（1987）は，クライエントの感情的問題の原因は，自身，他者，世界に対する見方の深刻さにあると述べている。セラピストのユーモアは，クライエントが自身の愚かな思考や行動を一歩引いて見ることを勇気づけ，合理的に考え行動する決心を促す際に効果的であるとされる（Dryden, 2015）。また，個人心理学においても，セラピストがユーモアの感覚を持ちセラピーでジョークを用いることが奨励されている（野田，2016）。
10. Rogers（1957）によると，健全なパーソナリティの変容が行われるためには６つの必要にして十分な条件を満たす必要があり，そのうちの１つが無条件の肯定的配慮であるとされている。無条件の肯定的配慮は，セラピストがクライエントの体験のあらゆる側面を，そのクライエントの一部として温かく受容していること，と定義されている（末武，2008）。
11. 論理療法では，無条件の自己受容（Unconditional Self-Acceptance: USA）が重視されている。これは，行動や業績に対する評価と人間としての価値を関連づけないことを意味する。USAは，自分自身に対して一人の人間としての包括的な評価を下したり，価値下げを行うことをやめ，自分を不完全な存在として条件なしに受け入れることを目指す。エリスは，自尊心を高めることを手助けする他のセラピーの姿勢について懐疑的な立場を取っている（Ellis, 1990）。
12. 論理療法では宿題を重視し，構造化されたセラピーの一ステップとして組み込まれている。面接で費やされる以外の時間も活用することでセラピーの効果を促進し，セルフヘルプを実行可能にすることで，クライエントがセラピストへの依存から脱し，自ら問題解決できるようになることを後押しすることを目的としている。宿題の内容は，セラピストとクライエントが協議して最終

的に決められる。

13. エリスは，替え歌を自作し，感情的技法としてそれらをセラピーで活用している。皮肉も混じったイラショナルビリーフを大げさに表現した歌詞を，なじみのある曲や国歌のメロディーに合わせて歌う，というユニークな方法である。
14. パウル・ティリッヒ（1886－1965）。宗教社会主義，哲学，思想，芸術について幅広く論じたドイツの組織神学者，宗教哲学者。
15. 論理療法のうつ病に対する治療効果は，エビデンスが蓄積されている（例えばDavid, Szentagotai, Lupu, & Cosman, 2008）。また，論理療法を用いたうつ病治療のためのマニュアルも作成されている（David, Kangas, Schnur, & Montgomery, 2004）。

訳者引用文献

David, D., Kangas, M., Schnur, J., & Montgomery, G. (2004). *REBT depression manual: managing depression using rational emotive behavior therapy*. Babes-Bolyai University, Romania.

David, D., Szentagotai, A., Lupu, V., & Cosman, D. (2008). Rational emotive behavior therapy, cognitive therapy, and medication in the treatment of major depressive disorder: a randomized clinical trial, post-treatment outcomes, and six-month follow-up. *Journal of Clinical Psychology*, *64*, 728–746.

Dryden, W. (2015). *Rational emotive behaviour therapy: distinctive features, second edition*. Hove: Routledge.

Ellis, A. (1957). Rational therapy and individual psychology. *Journal of Individual Psychology, 13*, 38–44.（森本康太郎（訳）（2019）．論理療法と個人心理学　国際研究論叢，*33（1）*，129–136.）

Ellis, A. (1970). Humanism, values, rationality, in tribute to Alfred Adler on his 100th birthday. *Journal of Individual Psychology*, *26*, 11–12.

Ellis, A. (1971). Reason and emotion in the individual psychology of Adler. *Journal of Individual Psychology*, *27*, 50–64.（森本康太郎（訳）（2020）．アドラーの個人心理学における理性と情動　国際研究論叢，*33（2）*，135–149.）

Ellis, A. (1976). The biological basis of human irrationality. *Journal of Individual Psychology*, *32*, 145–168.

Ellis, A. (1987). The use of rational humorous songs in psychotherapy. In W. F. Fry, Jr. and W. A. Salameh (Eds.), *Handbook of humor in psychotherapy: advances in clinical use of humor*. Sarasota, FL: Professional Resource Exchange, Inc.

Ellis, A. (1989). Using rational-emotive therapy (RET) as crisis intervention: a single session with a suicidal client. *Journal of Individual Psychology*, *45*, 75–81.

Ellis, A. (1990). Special features of rational-emotive therapy. In W. Dryden & R. DiGiuseppe, *A primer on rational-emotive therapy*, Champaign, IL: Research Press. 79–93.

Mosak, H. H., & Maniacci, M. P. (1999). *A primer of Adlerian psychology*. New York: Routledge.

Murray, E. J., & Jacobson, L. T. (1978). Cognition and learning in traditional and behavioral therapy. In S. L. Garfield & A. E. Bergin (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change*, New York: Wiley.

野田俊作（2016）．アドラー心理学を語る１　性格は変えられる　創元社

野田俊作（2017）．アドラー心理学を語る４　勇気づけの方法　創元社

Nystul, M. S. (1985). An interview with Albert Ellis. *Journal of Individual Psychology 41*, 243–254.

Rogers, C. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, *21*, 95–103.

Shulman, B. H. (1985). Cognitive therapy and the individual psychology of Alfred Adler. In M. J. Mahoney and A. Freeman (Eds.), *Cognition and psychotherapy*. New York: Plenum.

末武康弘（2008）．受容　日本産業カウンセリング学会（監修）　松原達哉・木村周・桐村晋次・平木典子・小澤康司（編集）　産業カウンセリング辞典　金子書房　194.

Watts, R. E. & Critelli, J. W. (1997). Roots of contemporary cognitive theories in the individual

psychology of Alfred Adler. *Journal of Cognitive Psychotherapy, 11*, 147–156.

謝辞

訳稿の発表に際し，翻訳許可を頂戴した原論文版権所有者である University of Texas Press に，感謝の意を表する。また，訳出に関して立命館大学のStephen Harrison氏より助言を頂戴した。記して感謝する次第である。