

なぜ子どもは自殺するのか

大森哲郎

日本の自殺者数は1998年から10数年間にわたり年間3万人を超えて高止まりしていたが、さまざまな取り組みが功を奏して2010年ころから減少に転じ、2017年には2万1千人ほどになっている。限りなくゼロに近づけるべき数値とはいえ、良い傾向である。ところがここには思わぬ落とし穴があった。全体数は顕著な減少を示しているにもかかわらず、青少年と若年層の自殺者数はまったく減っていないのである。それどころかむしろ増加傾向を示しているという。これまでの取り組みがこの世代には通用しないのである。

2002年出版の「子どものうつ病―見逃されてきた重大な疾患」で、当時はそれとして認知されていなかった状態をうつ病として見る診方を提示して以来、子どものうつ病に関して発言を続けている著者が、この状況を看過できないのは想像に難くない。

本書のタイトルは、一見一般向きの啓発的な読み物の印象を与えるが、内容的には子どもの自殺の実態と対策を論じたきわめてオーソドックスなハンドブックである。自殺の疫学、危険因子、自殺へ至る心理、心理学的剖検研究、自殺企図者への対応、心の病と自殺の関係、子どもの精神症状と自殺意識に関する著者らの調査結果、自殺予防戦略の国際的エビデンス、自殺予防のためのスクリーニングや介入方法などが、子どもの場合に絞って手際よく解説され、巻末には著者自身による児童・青年期のうつ病に対する治療ガイドラインが提示されている。

記述は客観的データや臨床エビデンスを主体としているが、著者の臨床経験がところどころに程よくブレンドされている。たとえば、自殺念慮に気づくには「自殺したいと考えたことはありますか」と率直に問う以外に方法はない、とはっきりと述べられている。そして、その問いに対する相手の回答と反応によって、自殺についての深刻度、心理的距離感、切迫感などが明らかになってくることが、いくつかの例を挙げながら詳述されている。心のうちに押さえ込んでいる自殺念慮を言葉に出せれば、自殺念慮を希釈化できることを面接に携わる私達は知らなければならない。

あとがきに、2003年の「子どものうつ病」実態調査時には冷淡だった地域の関係者が、何度かの調査を重ねるごとに関心と理解を深め、2016年の同様の調査後には真剣な議論をする間柄となったという経験が紹介されている。子どもの自殺の減少は私達おとなが必ず達成しなければならない課題である。そのためには、子どもが自殺念慮を抱くことは稀ではないことを皆が熟知し、その背景や対応について理解を深め、それが防ぎ得るという認識を共有することが起点となるだろう。本書が、精神科関係者だけでなく、広く医療、心理、教育、行政の関係者にも読まれることを心から願う。

(徳島大学医歯薬学研究部精神医学分野)

●B5 120頁 2018年 定価：本体3,300円＋税 新興医学出版社刊