

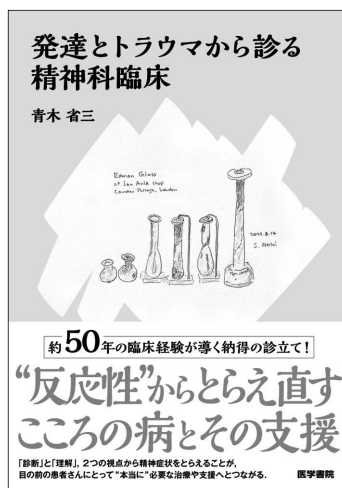
発達とトラウマから診る精神科臨床

青木省三【著】

評者

福田正人

群馬大学名誉教授



精神疾患について、「発達メガネ」や「トラウマメガネ」をかけて、「生活のなかで困っていること」への「反応性と考える」。そうした「素朴な心因論」に基づき、「ねぎらうことの大切さ」を心掛けて「やわらかく治す」。そのような精神科診療を、数多くの症例に基づいて身近に学べる本である。

「何かの出来事が原因のように見えても」(中略)「本質的には脳の失調、脳に主な原因がある」と若いころに教えられた世代にとっては、精神疾患の見方に根本転換を求められることになる。しかしそれは古き心因論の復権ではなく、精神医学の進歩を踏まえたより精緻な心因論である。そこでのキーワードは、発達症とトラウマの相互作用「発達⇔トラウマ」である。

「素朴な心因論」を示すのは、印象的なキーワードである。病状の特徴として、「スポンと抜ける」「入院反応」「一過性の発達障害」という指摘がある。医療者の心掛けとして、『『よい子』『普通の子』の奥に潜む過剰適応に気づく』『ニコニコしている人の孤立に気づく』が挙げられている。その背景として、「個人的な資質や生活史、生活環境などの面において、不利な条件が多い人」「生活圏の狭まりが精神症状を引き起こす確率を高め

る」「生きていくための戦略の1つとして回避、解離がある」とこへの気づきが必要とされる。

心因論を踏まえた「やわらかく治す」の基本は、「体系立った狭義の精神療法ではなく『(中略) 今一生懸命に生きている、その人を支える』という支持的精神療法」「症状や原因に迫る鋭く深い精神療法ではなく、応急手当を繰り返しながら自然治癒力の発動を待つような、鈍く浅い精神療法」「いくらか温かみのある、あっさり、さっぱりとした関わり」であるという。

具体的な心掛けとして挙げられているのは、『『傾聴』が不安を招いてはいないか』に気をつけ、「サラサラと流れるように診察」「退室まで視線や気持ちを、患者さんから逸らせない」よう心掛け、「ほんのりと温かい生活支援」「注意を内(身体)から外(環境)に向ける」「解離には解離で」に努めることである。

「素朴な心因論」に基づき「やわらかく治す」ことの総論である冒頭の4章と末尾の3章の間に、診断ごとの6章がある。そこにほとんどの精神疾患が挙げられ、高齢者まで含まれていることが、「鈍く浅い精神療法」の真価を示している。

持って生まれた資質(発達症)と育った環境での出来事(トラウマ)

を背景に、生活での困り事への反応として精神的な変調が生じるという理解は、改めて考えれば当たり前である。精神機能も脳機能も、暮らし生きるために進化を重ねたものだからである。それをまとめた前著『大人の発達障害を診るということ』『大人のトラウマを診るということ』(ともに医学書院)を、「素朴な心因論」へと発展させたのが本書である。

「心理も脳機能も自然な流れに沿った『当たり前』感覚の診療は、お互いに無理のない理想の姿である」と評者は書いたことがある¹⁾。本書を穏やかで安心した気持ちで読めるのは、素朴な心因論の「当たり前」によるものだろう。そうした臨床が精神科診療の当たり前となり、日々の治療や支援が変わっていくことを期待したい。

●参考文献

- 1) 福田正人。「未来のあたりまえ」と三百昔。こころの科学。2017；195：1。

A5・240頁

2025年6月

定価：3,520円

(本体3,200円+税10%)

[ISBN978-4-260-06216-9]

医学書院刊