
老年期の精神療法

事例で学ぶ適応不安の理解と介入

北西憲二，新村秀人著

岩崎学術出版社，A5判248頁，3,960円，2025年10月刊
(東京慈恵会医科大学名誉教授) 繁田雅弘

超高齢社会の進展に伴い，精神科臨床においても高齢者が占める割合が増加の一途をたどっている。しかし，認知症という器質的疾患への対応や，うつ病や妄想性障害への薬物療法，あるいは効率的なケアの視点が強調されるあまり，高齢者が抱える固有の心理的葛藤や，それに対する「精神療法」の可能性については，いまだ十分な議論が尽くされていない

いのが実情である。そのような中、北西憲二氏と新村秀人氏によって刊行された本書は、高齢者の「心」へのアプローチに確かな羅針盤を与える一冊となった。

本書の特色は、高齢者の精神症状の背景に「適応不安」という概念を据え、そこへの理解と介入を軸に構成している点にある。高齢期は、身体機能の低下、社会的役割の喪失、死別など、絶え間ない「喪失」の連続である。著者らは、こうした環境変化に対し、従来の防衛機制では対応しきれなくなった際に生じる葛藤を「適応不安」として捉えている。この視点は、操作的診断だけでは見えてこない患者の「生きづらさ」の核心に迫るために極めて有効である。

日頃から認知症の人の人権や倫理意識を臨床の根幹に据える筆者にとって、本書は極めて刺激に満ちた内容であった。北西氏が長年牽引してきた森田療法の「あるがまま」や「目的本位」という視座は、コントロールを失いかけた高齢者が喪失を受け入れつつ、再び生の主体性を取り戻すための強力な枠組みとして機能している。また新村氏の科学的知見と的確な臨床感覚に基づいた解説は、精神療法が確かな治療構造を持った介入であることを裏付けている。これらの知見は、本人を単なる保護の対象ではなく「権利主体」として尊重するという私の倫理的信念を再確認させ、深く共鳴するものであった。

実践編では、退職後のアイデンティティの揺らぎや、認知障害に伴う生活上の困難をめぐる葛藤など、多岐にわたる事例が紹介されている。いずれの事例においても、治療者は患者の語る物語（ナラティブ）に真摯に耳を傾けている。両氏の背景にある森田療法的受容と老年精神医学的理解が高度に融合し、日本人の心性に即した支持的精神療法の真髄が、詳細な治療プロセスを通じて描き出されている。

「古い」とは獲得よりも喪失が多くなる過程である。しかし、その悲嘆に寄り添い、残された機能に光を当てることで、人は最期まで精神的な統合を遂げることが可能となる。本書は、そうした老年期固有のダイナミズムを信じ、目の前の患者と「権利主体」として誠実に向き合い続けるための勇気と技法を授けてくれる。若手医師や心理職のみならず、高齢者ケアに携わるすべての対人援助職にとって、自身の倫理的指針を問い直し、支えとするための座右の書となるべき良書である。