

心健康 101号
1998年

巻頭言

心を癒すには

(註)日本精神病院協会北海道支部長

(医)五稜会病院院長

田中稜一

開業して20余年、還暦も過ぎて孫を持つ身となった。精神科医でありながら、我が子の心の成長には全く無関心、気にもかけなかったのが孫となると実にいろいろなことに気がつく。

自分が自分であることがわからなかった赤ん坊が、3歳近くになると、なんでも自分でしようとし、周りの者が手助けすると嫌がるのがみうけられる。いわゆる自我の目覚めである。素直に自由に伸び伸びと自我が成長するよう、あまりお節介をやかず暖かく見守っているようにしようと思う。休みの時、最初は機嫌よく孫と遊んでいても段々疲れてくると、つい手抜きをして素っ気ない素振りをする。すると孫はなんともいえない顔をする。孫は、昨日の祖父も今日の祖父も常に一定の祖父であると信じているから、私の態度が不安定なのは孫にどういう影響を与えるか。将来自我の同一性のうえで悪影響を与えるのではないかと大袈裟に反省したりする。

また“ちび”でも人に知られたくない何となく秘密のことをした時、それを指摘されると嘘を云うことがある。なるほど、これこそ自分と他者とは、はっきり別の者だということがわかってきたのだ「自他の境界設定作用の最初の兆候だ」と喜んで感心するが、嘘をつくのはいけないと叱るべきか迷ったりする。つくづく、自我の形成に幼児

期は大切な時期であることを痛感する。

最近テレビなどの影響もあるのか、心身症や神経症が随分外来に多くなった。このうちの多くは抗不安薬の投与と簡単なカウンセリングで良くなる。しかし大変面倒なケースもある。そして、この心の病で難治性のもは、殆どが基底に自我の脆弱性の要因をつよく持っている。これは分裂病の難治例でも同じである。

自我境界が希薄だと、他者が自分の秘密をすべて知っているような感じになったり、自我の同一性に問題があると、「過去の自分」と「今の自分」の連続性に不安をもち恐怖を抱く。そして人との交流を避け、非社会的で偏った性格となり、重症の心の病になると自己の内的世界にひきこもってしまい幼児期の自我の段階へと退行してしまう。

したがって、この治療は自我境界の強化が重要で、彼等の心の追求、種あかしをしてみせるのではなく、いかに彼等に安心感をあたえ得る存在になるかであり、常に変わらない安定した態度で接し、言葉より表情すなわち非言語的メッセージを大切にすることなのである。

しかし、私にはこれがなかなか出来ず、時にいい心の謎ときをしてみせ失敗する。孫の自我形成の芽生えを目のあたりにすると、すこぶる反省する日々である。

