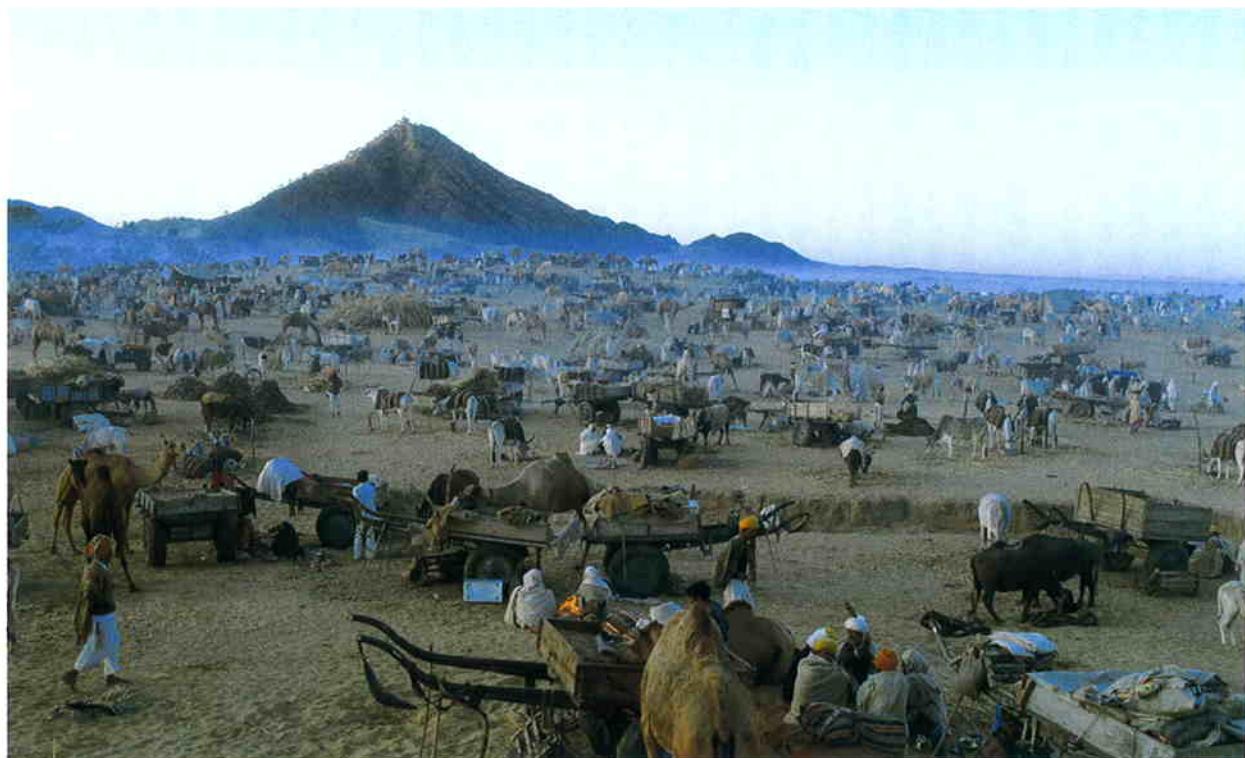


# Que Será, Será



プシカールキャメルマーケット

写真撮影：高子 忠雄

## パニック障害はルネッサンス病 ～人間性回復のための病～

医療法人和楽会 理事長 貝谷久宣



前回、「パニック障害発症の周辺」でも述べましたが、パニック障害の発症に先だって多くの患者さんは長期にわたって種々なストレスにさらされます。ストレスが頂点に達し、まもなく精神的な限界点でパニック発作を発症するのです。患者さんを診るにつけ、パニック障害患者は多かれ少なかれストレスに弱い人であることを実感いたします。では、そのようなストレスに弱い人はどのような性格も持つているのでしょうか？

「パニック障害の精神病理学」（日本評論社、2002）という専門家向けの本の中で筆者が引用した研究結果を紹介しましょう。

### パニック障害患者の発病前の性格

一昨年医療法人和楽会のセミナーハウスで開催したシンポジウムに招聘したロンドン大学のマーカス名譽教授（1979）は、多くのパニック障害の病前性格として、「やさしい、心配性、恥ずかしがり屋、依存的」という特性を挙げています。パニック障害とい

う病気の考え方を世に出したコロンビア大学のクライン教授（1964）は、一生を通して慢性的な「分離不安」を示すといっています。分離不安の典型像は、初めて幼稚園に行つた子供が母親と別れる際に不安になり泣き叫ぶ状態です。パニック障害の昔の診断名である不安神経症の病前性格について日本の精神医学者である長岡氏（1986）は、「明朗・活潑・活動的・しつかり者あるいは勝ち気強気・任侠」といった「軽快性・強がり性」と、「神経質・強迫性・粘着性・配慮性・内向性」といった「どちられ—こだわり性」といった相矛盾した二つの傾向を併せつ患者が60%に見られたと報告しています。毎週土曜日に赤坂クリニックで診察をされている日本における不安障害のパイオニアである高橋徹先生（1989）は、不安神経症者の発病前の性格として、「責任感が強い・はじめ・几帳面（2／3以上）、気にしやすい・緊張し易い（1／2以上）」を、発病後の性格特徴として、「気にし

## パニック障害はルネッサンス病

～人間性回復のための病～

易い・緊張し易い(2/3以上)、責任感が強い・まじめ・几帳面(1/2以上)をあげています。筆者らは、パニック障害患者、男性62名、女性94名に自分の病前性格傾向を2者折一で表現していただけました。その結果、多くの患者さんは自分のことを、「敏感、親切、協調的、おしゃべり、社交的」であると思っていることが明らかになりました(貝谷、1999)。海外でなされた念入りな調査では、パニック障害患者は「自己主張ができず依存的」、「世間体を気にして自分が悪く言われることを恐れる」「怒りや批判に弱く他人に追従する」と自己観察した人が多いと言われています(クライナーとマーシャル、1987)

### パニック障害をどう考えるか?

筆者はこのクライナーとマーシャルが示したマイナス面的な人間像がパニック障害の発症に大きく関わっていると考えます。クリニックでは東大式エゴグラムという行動パターンを調べる心理検査を初診の患者さんすべてにやつて頂いています。この検査ではパニック障害の患者は、自己犠牲タイプ(自分の羽で反物を織るタガの主人公のような人々)、井の中の蛙タイプ(自分が不幸であると思い込んでいる世間知らずの人々)、仕事中毒タイプ(仕事をやつていないと落ち着かず、趣味とかくつろぎを忘れた人々)を示すことが多いことがわかつています。この

ような人々は些細なストレスにも過敏に反応して悩みます。要するに、パニック障害の患者さんたちの発症前には、追いかまれた、息の詰まるような、不安定な、いつもびくびくした、人生を楽しむことから程遠い状態にあつた人々が多いと想像することができます。まさに心が束縛された精神的な奴隸状態です。パニック障害の発症によりこのような状態の壁はいろいろな意味で破られていきます。そして、病前のこのような非人間的な状況が発病により少しづつ変化していきます。筆者は、このプロセスを人間性回復→ルネサンスだといいたいのです。もちろん、人間性回復がすべての患者さんに幸せをもたらすとは限りません。いろいろな環境に置かれた様々な患者さんたちのそれぞれの立場に応じた病気の結果というものがあるでしょう。いずれにしろ、パニック障害という病気を発病することにより、人生の生き方が大きく変えられています。このよ

うな人間性回復の過程が幸運にも上手く行つた事例について以下に述べてみましょう。

**Aさんの事例—発病前**

Aさんは35歳の主婦です。背が高く、大きなひとみのエキゾチックな雰囲気を漂わせた美人です。製紙会社に勤める夫と結婚して13年目ですが、子供に恵まれていません。Aさんは3姉妹の次女で、短大を卒業して3年目に今の大と

職場結婚をしました。夫はAさんより5歳年上のよく気がつく根はやさしい技術屋です。男兄弟3人の長男として生まれ、学生時代は森林研究サークルの部長をしてきた世話を好きな人間です。結婚を機に親が建ててくれたマイホームの庭が自慢でした。休日になると野山に出かけて野草や苗木を探つて出かけ植物採集をし、2人で庭の手入れをしていました。Aさんにとっては楽しい新婚時代でした。しかし、夫の仕事が忙しくなるとそのような時間は少なくなったり、朝、出勤前に、今日は西側のかどの草取りをしておいて欲しいなどと夫はAさんに注文をつけて出かけました。始めのうちは、夫の注文に従いせつと庭の手入れをしていました。その後に夫の注文はだんだん厳しいものになり、雑草が1本でも残っていると夫は自分を監視する恐ろしい人になつてきました。Aさんは、前述のクライナーとマーシャルのいう「自分が悪く言われることを恐れ、怒りや批判に弱く、他人に追従しない自己主張ができない」役を演ずる典型的な人間を結婚生活で露呈していました。

**パニック障害の発症とその後**

そんなある日、32歳の誕生会をフランス料理店で夫にしてもらい、ワインをたっぷり飲んで帰りました。しかし、その日は、朝から君の誕生日を祝つてあげよう

まいりました。庭のこと以外では、やさしくおもいやりのある模範的な夫でした。週末に、今晩は上手いステーキでも食べに行こうと夫に言われると、しかし、Aさんは自分のご機嫌をとつてもらつていてことに対する夫に気を使つてしましました。ですから、Aさんが夫を非難したり不満を述べる口実は表面的にはまったくありませんでした。しかし、他人から叱責されたり非難されることに対する極度に過敏なAさんの生活は息の詰まるような日々でした。Aさんは夫がほんのわずかに不機嫌な顔をしたときでさえ、それを笑い飛ばして話題を変えるほどの精神力は持ちあわせませんでした。Aさんは、庭は常に手入れが行き届いていないけれどならない、それは全部自分の責任であると自分で自分を束縛してしまう思いにとらわれていました。そして、無意識のうちに、夫は自分を監視する恐ろしい人になつてきました。Aさんは、前述のクライナーとマーシャルのいう「自分が悪く言われることを恐れ、怒りや批判に弱く、他人に追従しない自己主張ができない」役を演ずる典型的な人間を結婚生活で露呈していました。

という夫の言葉が心のどこかに引っかかっていました。自分以外の人、夫でさえ、人が自分に何かをしてくれると言われるとお返しをしなくてはならないということが気にならってしまうというのです。その樂しいはずの記念日の夜、Aさんはベットに入つて間もなく激しいパニック発作に襲われました。心臓の鼓動は天にまで届き、全身は震え、手足はしびれ、自分がどこかと煩悶する夢かうつ状態が30分以上続きました。その日を境にして、Aさんの生活は激変しました。時場所を選ばず襲つてくるパニック発作と離人症におびえ、終日自宅に閉じこもる生活が続きました。夫がインターネットでAさんの病気を調べてくれて、パニック障害ということがわかりました。会社の休みを取りやつと専門医の治療に連れて行かれたのは発病後半年経つてからでした。治療は上手く進み殆ど発作は生じなくなりました。しかし、発作が消えるのと前後して、激しいうつ状態に襲われるようになりました。午後4時過ぎになると、やるせない孤独感が襲い、理由もなく涙があふれます。そして居ても立つてもおられない焦燥感が生じてきました。大声で泣くこともしばしばでした。そして、その焦燥感が去つた夜更けになると、急に甘いものを食べたいという衝動に追いやり、台所へいって手当たり次第に食べ物を口に入れます。発作がおよつてから3kgも太つてしまい

ました。また真夜中に突然目が醒め悶々とする日も多くなりました。当然のことながら朝の目覚めが悪く、ベットから起き上がり全身に鉛を打ち込まれたようでも身体が重く、夫の朝食の準備さえ容易ではありません。そして、些細なことに腹が立つようになります。或日、朝刊が入っていませんでした。早速地区の新聞集配所に電話をいれ苦情を言いました。言い訳を聞くとますます腹が立ち、さらに攻撃的となりました。代理店の人がお菓子を持って謝りにきてもまだ怒りが鎮まりません。自分でもこれは怒り過ぎだと感じても、自分の感情をコントロールすることができません。Aさんはそのことに対しても激しい自己嫌悪感に見舞われました。そのうちに庭仕事はもろんのこと、家事は殆どできなくなりました。近くに住む夫の実家から姑がきて掃除・洗濯をやってくれていきました。Aさんは日中は殆どベッドの中で過ごしました。気が向くと自分の好きな俳優の主演するテレビのドラマを少しだけ見ました。真夜中になると元気になり、インターネットに向かいます。そのうちに人形のネット販売にはまってしまいました。一体数万円もする人形を次々に注文しました。家計を省みることなく、定期預金を下ろし、100万円近くも人形に使ってしまいました。人形を自分の部屋で見ているだけで、気分が安らぎ癒されるというのです。夫は、しかし、パニック

ク障害についての病状を本やクリニックで聞かれたパニック障害の講演会で一生懸命勉強してくれました。Aさんの自分勝手でわがままな行動や買物狂い、そして怒り發作が病気の症状であることを知り、Aさんを非難することはありますませんでした。病前の人となりからは想像もできないほど激変してしまったAさんの行動はパニック障害という病気に引き続く、パニック性不安うつ病に罹ったために出てきた一過性の性格変化だということをしつかり理解してくれたのです。夫の暖かい見守りと、担当医の指示に従つた服薬で、そして、マイナス思考を是正する認知療法志向の心理カウンセリングにより、行き戻りではありますましたが、Aさんの病状は確実に好转していきました。

Aさんの経過を見ているとパニック障害は人間性回復の過程をたどりましたが、恵まれた治療環境で徐々に回復していました。Aさんの経緯を見て、Aさんのような幸運に恵まれなく、不運にも離婚をしてしまう患者さんもしばしば見受けますが、その不運の中でも患者さん自身は人間性に目覚め、自分を再発見していると思います。そのようなことから、それぞれ、どの患者さんにとってもパニック障害はルネッサンス病であるということができます。病氣を憎むのではなく、病氣にかかつたことにより、より良い人生を再発見していただける患者さんが一人でも多いことを筆者たる私は願っています。

### Aさんの述懐

発病後3年経つたある日の診察室で、Aさんは病状と最近の生活振りを話してくれました。週に1回か2回、目の前がちらちらするような軽い小発作があるが、不安感もないしあまり気にならないと。週末は夫と温泉に行ったり、美術館めぐりをしたりしてゆったり暮らしていると。また、毎日1時間の散歩を欠かさないと。結婚して10年以上過ぎたせいか、夫と一緒にいても気詰まりな気持ちになることはなく、自分の言いたいことを夫にはなすことが出来るようになつたと。余裕を持つて夫の

## 小メルヘン 箕の会 難波一義

みちのくの小公園に少女来て  
黄色いインコを知らぬかと聞く

今僕の一一番近くに君が居る

朱の木の実渡さん手と手その間を  
「受胎告知」の紋白は舞う

秋の川越えて鉄路の花に居し  
黄蝶の行方その後を知らず

パソコンにことりと落ちし一行の  
メールはわれと子猫がのぞく

# 香 道

## 文学散歩(二八)

御家流桂雪会理事長

熊坂久美子

月の美しい季節となりました。中秋の名月八月十五夜、后名月九月十三夜、は陰暦では共に九月中旬、十月中旬にあたり澄みきった月を眺めるには今頃が丁度良い時節です。時には童心に返り「かぐや姫」の物語を香りで楽しみましょう。

竹林	試一包内
おきな	二包内
おうな	試一包
小竹子	五包
各一包	
華桂	本香
去来	まどか
真南蛮	夕あかり
佐曾羅	千とせ
新伽羅	羅国

熊坂久美子組

下付皆満月 四中いぎよひ  
三中立待月 二中居待月 一中臥待  
無新月

「今はむかし、たけとりの翁といふものありけり。野山にまじりて丈をとりつゝ、よろづの事につかひけり」と語り始められる竹取物語は、「物語の出できはじめの祖」

翁	試一包内
かぐや姫	二包内
石作りのみこ	七包
車持のみこ	本香
阿倍左大臣	玉簾
大伴大納言	伽羅
右上中納言	佐曾羅

熊坂久美子組

今はとて天の羽衣着る折ぞ  
君をあはれど思いいでける

古い物語の中にある小さな姫の月を司る神の事で、小サ子は

「つくよみ」とは月の異名で「月讀」又は「月夜見尊」とい「天照大神」(日の神)の弟とも云わればかりの美しい姫となり「かぐや姫」と名付けられます。

者に加わりますがそれさえも

心を乱して家の廻りをうろくします。中でも熱心なのがこの五人の皇子や大臣達ですが、姫からの色々な難題に結局皆落傍してしまいます。

そして遂に天皇までも求婚



竹取の翁、翁の中にかぐや姫をみつける形容です。

「世界の男あてなるも賤しきもいかでかぐや姫を得てしがな見聞きめで、惑ふ」この世の男達は身分の高い者も低い者も皆なんとかしてこの姫

を見たい、我がものにしたいと

と記していますが、この

糸より織い新月が夜毎にふくらみを増しやがて鏡のような

満月となり地上すべての人々

は仰ぎ見て賛美します。けれどもそれは決して手に入れる

事の出来ぬ冷たい美しさ、この

世の男達の心をうばい惑わせたあげく「おのが身はこの國の人にもあらず」といへと去つてゆく。これこそがか

「今はとて天の羽衣着る折ぞ」と詠んで羽衣をまとい月の都へと去つてゆく。

前出の藤原定家はその最晩年に、

「涼秋九月月方二幽ナリ況や寂閑ノ人旧遊ヲ憶フ」とほのかな月光の下自己の人生を廻帰して過ぎ去つた日々や旧友達に思いを馳せた心境を詩につづります。

人類が月に着陸する現代、古人のようにひたすらロマンチックに月を眺める事はあり得ませんが蒼く白々と冴える月光の下で静かに聞く香は誠に幻想的なものです。

上のものと地上のものとがはつきりと分けられている。当時の人の天界に対する認識がわかるようで「寸面白く思います。

遠い世の人々がどうしてこんなに金色燐然たる世界をイメージ出来たのでしょうか。この世の男達は古人の想像力の豊かさを見直す思いです。

「初月糸より織くして」と十三世紀の歌人藤原定家は明月記の中に記していますが、この

糸より織い新月が夜毎にふくらみを増しやがて鏡のような

満月となり地上すべての人々

は仰ぎ見て賛美します。けれどもそれは決して手に入れる

事の出来ぬ冷たい美しさ、この

世の男達の心をうばい惑わせたあげく「おのが身はこの國の人にもあらず」といへと去つてゆく。これこそがか

「今はとて天の羽衣着る折ぞ」と詠んで羽衣をまとい月の都へと去つてゆく。

前出の藤原定家はその最晩年に、

「涼秋九月月方二幽ナリ況や寂閑ノ人旧遊ヲ憶フ」とほのかな月光の下自己の人生を廻帰して過ぎ去つた日々や旧友達に思いを馳せた心境を詩につづります。

人類が月に着陸する現代、古人のようにひたすらロマンチックに月を眺める事はあり得ませんが蒼く白々と冴える月光の下で静かに聞く香は誠に幻想的なものです。

上のものと地上のものとがはつきりと分けられている。当時の人の天界に対する認識がわかるようで「寸面白く思います。

遠い世の人々がどうしてこの世の男達は古いものとされこのお話は子供向けの童話ではなく大人の物語でありました。翁が竹の節の中から三寸ばかり育てますと、「この兒のかたちのきよらなること世にはなく屋の内は暗き所なく光満ちたり」三ヶ月程でかぐや姫と名付けられます。

「つくよみ」とは月の異名で「月讀」又は「月夜見尊」とい「天照大神」(日の神)の弟とも云わればかりの美しい姫となり「か

ぐや姫」と名付けられます。

者に加わりますがそれさえも

心を乱して家の廻りをうろくします。中でも熱心なのがこの五人の皇子や大臣達ですが、姫からの色々な難題に結局皆落傍してしまいます。

そして遂に天皇までも求婚

者に加わりますがそれ

## ストレス講座 一その13-

## 強迫性障害

～わかっちゃいるけどやめられない～

野村 忍 早稲田大学人間科学部教授

状態になると社会的生活に支障をきたすことになりなんらかの治療が必要となります。

強迫には、強迫観念と強迫行為があります。強迫観念とは、特定の考え(観念)が頭に思い浮かび、何回も同じ考えを繰り返すものです。そして、「夜、泥棒に入られたらどうしよう」とか「明日、火事になつたらどうしよう」という

強迫性障害(強迫神経症)とは、簡単に言いますと「わかっちゃいるけどやめられない症候群」です。自分でも不合理だと思いながら何回も繰り返すので本人にとっては大変つらい病気です。よくみられるものは、トイレに入つた後何回も手を洗う、ドアのカギをかけたかどうかガス栓をしめたかどうか何回も確認するというものです。本来これらの行為は清潔を保つたり安全を確保するためにだれでも行いますが、それが何回も何十回も確認しないと気がすまない

ようになります。強迫行為とは、不潔をおそれて何回も手を洗う、火事にならないように火の元を何回も確認する、仕事でミスをしないように書類を何回も見直すといった確認行動です。普通の人は1、2回確認すると安心して次の行動に移れます。強迫のは1時間も2時間も同じことを繰り返して次に進めなくなります。

神経心理学の研究によれば、強迫性障害の人は、「カギをかけた」という自分の行動を脳の記憶の中にしまいこむことには異常ないのですが、「カギをかけた」記憶を思い出す(想起する)ことが困難になつていることがわかつてい

ます。そのため、カギをかけたかどうかという疑問が生じ、「泥棒に入られるかも知れないと繰り返します。

このように強迫観念や強迫行為があつて社会的な生活が支障をきたしている場合に、強迫性障害(強迫神経症)と診断します。また、強迫に関連する病気としては、摂食障害、アルコール依存症、ギャンブル依存症、小児のチックや抜毛症などがあります。これらは、いずれも自分で「不合理だ」あるいは「体に悪い」と思ひながらも同じ行動を繰り返してしまい、セルフコントロールできない病態と考えられます。

強迫性障害の治療は、認知行動療法と薬物療法です。認知行動療法とは、「認知や行動の問題を合理的に解決するためには構造化された治療法」で認知の歪みを修正する(考え方を変える)というものです。強迫性障害に対してもは、強迫性障害に対する(暴露反応妨害法(エクスポー

ス)、ソーシャル・サポート)を確保するなどが重要です。習慣化した行動を変更するのはなかなか大変です。「わかっちゃいるけどやめられない」ことで、これが第一選択薬の地位を占めることになりました。その他には、不安のレベルを下げるという意味で抗不安薬が併用されます。

強迫性障害は、本来外界からの脅威に対して身の安全を守るために安全確保行動です。あるいは、不安・恐怖といふ不快な情緒を安定させるための行動によるコントロール法です。これが適切に行われれば何の問題もおこらないわけですが、気持ち的に余裕がなくなる、行動をコントロールできなくて過度に繰り返すようになると問題となります。したがって、日頃から心理社会的ストレスをためない、リラックス法を習得して不安のレベルを下げる、余裕のある

反応をコントロールできるようにする治療法が用いられます。薬物療法としては、三環系抗うつ薬であるクロミップラミンが強迫性障害に有効であることなどが確認され、この病気の原因として神経伝達物質の一つであるセロトニンが考えられるようになりました。次いで、選択的セロトニン再取り込み阻害薬(SSRI)が登場し、これが第一選択薬の地位をやめるのは至難のことです。自分一人では変容できないうことでも、医師や心理療法士などの医療スタッフやあるいは家族の人の助けをかりれば何とかなるかも知れません。思いきつて門をたたいてみましょう。

（野村忍略歴）  
一九五一年京都生まれ。  
神戸大学医学部卒業。東京大学医学部心療内科助教授を経て、現在は早稲田大学人間科学部教授。専門は、心身医学、行動医学、臨床心理学。  
編著書は、「ストレス－心と体の処方箋」「ストレスと心臓病」「心臓病専門は、心身医学、行動医学、会的ストレスをためない、リラックス法を習得して不安のレベルを下げる、余裕のある



シリーズ 家族30

## 想像力を高めたい

—この夏少年凶悪犯罪が続発した—

岩館憲幸

沖縄県北谷町で、中学2年・13歳の座喜味勉君は、6月28日中学3年生の男子生徒と16歳の無職少年を中心とする少年グループに、2時間にも及ぶ集団暴行を受け殺害遭棄されたのでした。逮捕された少年らの供述によると、勉くんの返答態度が気に食わなかつたことから暴行、途中ジュースを飲むなどの休憩を挟みながら暴行を繰り返したが、殺すつもりはなかつたというのです(朝日H15・7・23)。日常的にいじめがあつたとも伝えられています。これまでの少年による集団暴行殺人事件に共通してうかがえるのは、特定標的への暴行が、日頃の鬱憤晴らしとして、集団心理的に一種のエクスタシー効果をもたらし、その結果攻撃衝動の抑制不能となつてしまつたのではないかと思われる節があることです。それでも一つもつと重要なことは、暴行を受けた相手の痛みを思いやる心の麻痺であり欠落であります。少年らの残虐行動に関連させてならなかつたのです。

その矢先のことでした、7月初め少年による殺害事件が沖縄と長崎で立て続けに起きたのは。

今春心理学コースの学生達に実施した恒例の家族心理学アンケートで、"家族"について最初に思いつく言葉やイメージの順位に微妙な変化があつたのが気になつていました。例年上位を占める「暖かい」・「団欒」・「愛情」に代わって、いかにも即物的な「親(親子・父・母)」がトップになつたのが、たまたま今年だけのことだつたとしても私には、"家族"に対するイメージや想像力の乏しさが示されたように思えてならなかつたのです。

私は「自分がこんなことをしたらどんな結果になるかを考

える想像力が、今このこどもたちやその親の世代には欠けているのではないか」という、非行少年の補導や少年捜査の経験の長い警視庁の捜査員のコメントを紹介いたしました。

かかる想像力の欠落を最も感じさせたのが、長崎で4歳の男児を暴行転落死させた中学生1年・12歳の少年でした。長崎事件は、12歳という年齢に、これまであまり類のない事件の特異性から、連日マスコミによって、数年前世間を驚愕させた14歳少年の酒鬼薔薇事件と対比、論じられることがなりました。だからといって、勿論ここで私ごときが少年の凶悪犯罪について語ろうというわけではありません。

最初に述べたように、私は相手の心や事情を思いやることで、相手に対する行動を手加減できる、そのための感受性や想像力の乏しい人間が、子どもだけではなく大人にも増えてきていくよう思えてならないのです。



### フクロウ博士の智恵袋

#### パニック障害にタバコは毒か薬か?

大変ジャ! 大変ジャ! フクロウ博士の昔いたミュンヘンの精神医学研究所からすごい研究発表が有ったのジャ。喫煙とパニック障害は関係が有りやなしやという問題だ。ミュンヘンに住む青年と若い成人の喫煙状態を調べ4年間追跡をした。追跡を開始する時点で、タバコを時々または定期的に吸っている若者やニコチン中

毒者は吸っていない人に比べてパニック発作またはパニック障害が3倍から28倍も多かつた。そしてさらに4年後の調査では、タバコを吸っていた人達は吸っていなかつた人達に比べてパニック発作を約3倍も多く新しく発症した。ニコチン中毒者はそうでない人に比べて3.6倍も多く新しくパニック障害を発症した。反対にパ

ニック障害を持っているが故にニコチン中毒になったという事実は見つからなかった。禁煙をしたら服薬量がどんどん減らすことができたパニック障害患者をワシは実際に知つておる。皆さん禁煙をしよう! タバコは百害あって一利無しジャ。

岩館憲幸

沖縄県北谷町で、中学2年・13歳の座喜味勉君は、6月28日中学3年生の男子生徒と16歳の無職少年を中心とする少年グループに、2時間にも及ぶ集団暴行を受け殺害遭棄されたのでした。逮捕された少年

返答態度が気に食わなかつたことから暴行、途中ジュースを飲むなどの休憩を挟みながら暴行を繰り返したが、殺すつもりはなかつたというのです(朝日H15・7・23)。日常的にいじめがあつたとも伝えられています。これまでの少年による集団暴行殺人事件に共通してうかがえるのは、特定標的への暴行が、日頃の鬱憤晴らしとして、集団心理的に一種のエクスタシー効果をもたらし、その結果攻撃衝動の抑制不能となつてしまつたのではないかと思われる節があることです。それでも一つもつと重要なことは、暴行を受けた相手の痛みを思いやる心の麻痺であり欠落であります。少年らの残虐行動に関連させてならなかつたのです。

その矢先のことでした、7月初め少年による殺害事件が沖縄と長崎で立て続けに起きたのは。

今春心理学コースの学生達に実施した恒例の家族心理学アンケートで、"家族"について最初に思いつく言葉やイメージの順位に微妙な変化があつたのが気になつていました。例年上位を占める「暖かい」・「団欒」・「愛情」に代わって、いかにも即物的な「親(親子・父・母)」がトップになつたのが、たまたま今年だけのことだつたとしても私には、"家族"に対するイメージや想像力の乏しさが示されたように思えてならなかつたのです。

私は「自分がこんなことをしたらどんな結果になるかを考

える想像力が、今このこどもたちやその親の世代には欠けているのではないか」という、非行少年の補導や少年捜査の経験の長い警視庁の捜査員のコメントを紹介いたしました。

かかる想像力の欠落を最も感じさせたのが、長崎で4歳の男児を暴行転落死させた中学生1年・12歳の少年でした。長崎事件は、12歳という年齢に、これまであまり類のない事件の特異性から、連日マスコミによって、数年前世間を驚愕させた14歳少年の酒鬼薔薇事件と対比、論じられることがなりました。だからといって、勿論ここで私ごときが少年の凶悪犯罪について語ろうというわけではありません。

最初に述べたように、私は相手の心や事情を思いやることで、相手に対する行動を手加減できる、そのための感受性や想像力の乏しい人間が、子どもだけではなく大人にも増えてきていくよう思えてならないのです。

私たち人間誰しもが、心の中

に、場合によつては相手を

殺しかねない程の破壊的な攻

撃感情を潜ませていると知る

シリーズ 家族30

想像力を高めたい

べきなのです。通常それが行動化することなく抑えられているのは、相手の苦痛を我がものとする感性や、人を悲しませ命まで奪うが如き邪悪な行動への報いの恐ろしさを思ふ浮かべる想像力のお陰でもあるのです。

最近岐阜県関市の中学で、生徒理解の在り方について話す機会がありました。話の収口となつたのが少年凶悪犯罪でした。最後に想像力を育てるためにどうすべきかアンケート形式でたずねてみました。先生方が想像力を育ててくれたものとしてまず挙げたのは読書でした。次いで自然の中での遊びや生活体験、人との積極的な関わりやコミュニケーション、絵や音楽等の美的なものとの触れ合いと続き、いずれもテレビ、ゲーム、コミックに夢中な子どもたちにとつて疎かになりがちなものばかりでした。先生方はテレビゲームのよくなバーチャルな世界に夢中になることが、現実世界での人との関わりや出来事に対する適切な対応を困難にさせている、自分が今行おうとしていることの意味や結果をまず考へるということを難しくさせてしまつていると懸

念するのです。その上で感性や想像力を育てる読書の大切さが強調されたわけですが、私も全く同感でした。

読書については一度このシリーズで取り上げたよう（シリーズ11「読書と家族」）、「読書に親しみ、感動体験など読書を持つことで感性が育まれ、物語の展開、登場人物のところに思いをはせることで想像力が豊かになっていくものなのです。

長崎事件の少年は三国史を愛読するなど読書好きと報じられていましたが、その三国中とは、昔我々が夢中になって読んだ吉川英治の長編小説ではなくて、いま子どもたちに人気の劇画の方でした。コミックや劇画は余りにもすべてがトレーリーに描き尽くされていて、想像力を働かせる余地の少ない、バーチャルな世界に近いものだと考えられます。

文化庁は6月19日「国語に関する世論調査」結果として日本人の3人に1人（37.6%）が最近1か月、漫画や雑誌を除いて全く本を読んでいないと公表しております（朝日15・6・20）。親が読書

一九三五年秋田生まれ。  
早稲田大学文学部哲学科卒業。  
心理系専修。  
自衛隊中央病院精神科、航空自衛隊岐阜病院などを経て、現在は東海女子短期大学人間福祉学科科教授。なごやメンタルクリニツク心理カウンセリング担当。



こころに思いをはせることで、想像力が豊かになつていくものなのです。

悪いことをすれば恐ろしい報いがある……人間の邪悪を悪業への因果応報の怖さを私に教えてくれたのは、お寺の本堂に掛けられた地獄絵図であり、芥川龍之介の「蜘蛛の糸」だったのかもしれません。

念するのです。その上で感性や想像力を育てる読書の大切さが強調されたわけですが、私も全く同感でした。

読書については一度このシリーズで取り上げたよう（シリーズ11「読書と家族」1999・1）、小さい時から絵本や童話、昔話、名作小説など読書に親しみ、感動体験を持つことで感性が育まれ、物語の展開、登場人物の

好きだと、子どもも読書好きになるといわれております。学校の先生方が心配していく子どもの読書離れは、我々人たちの読書離れと無縁ではなかつたのです。

大人たちが本を読まず、への思いやりや想像力を働かせなくなつてきてる、私たちはそのことにまず気付くべきなのかもしません。

●野鳥図鑑●



【ウミネコ】

冬季、河口や海岸で普通に見  
ることができるカモメの仲間で、  
港に出入りする漁船の周りを群  
れ飛ぶ白い鳥はほとんどこの鳥  
です。

「ミャウミャウ」と猫のよう  
な声で鳴くの海猫という名前が  
ついています。

撮影（財）日本野鳥の会  
岐阜県支部長 大塚之穂

## INFORMATIONS

## ●冬期休業のお知らせ

12月28日(日)～1月4日(日) 休診致します。

## ● クリニック関係図書出版案内

## ● 「人はなぜ人を恐れるか」

編著者：坂野雄二／不安・抑うつ臨床研究会編  
出版社：日本評論社

## ● 「パニック障害に負けない

～不安恐怖症の体験・克服記～」

編著者：貝谷久宣／不安・抑うつ臨床研究会  
出版社：日本評論社

## ● 「強迫性障害～わかっちゃいるけど

やめられない症候群～」

編著者：久保木富房／不安・抑うつ臨床研究会  
出版社：日本評論社

## ● 「うつ病／私の出会った患者さん」

編著者：樋口輝彦／不安・抑うつ臨床研究会  
出版社：日本評論社

## ● 「不安とストレス」

編著者：野村忍／不安・抑うつ臨床研究会  
出版社：日本評論社

## ● 「パニック障害」

編著者：貝谷久宣／不安・抑うつ臨床研究会  
出版社：日本評論社

## ● 「PTSD～人は傷つくとどうなるか～」

編著者：加藤進昌・樋口輝彦／不安・抑うつ臨床研究会  
出版社：日本評論社

## ● 「対人恐怖—社会不安障害」

編 著：貝谷久宣  
出版社：講談社健康  
ライブラリーシリーズ

## ● 「摂食障害—食べられない、やめられない」

編著者：久保木富房／不安・抑うつ臨床研究会  
出版社：日本評論社

## ● 「社会不安障害」

編著者：樋口輝彦・久保木富房／不安・抑うつ臨床研究会  
出版社：日本評論社

## ● 「強迫性障害」

著 者：Padmal de Silva・Stanley Rachman  
訳 者：貝谷久宣  
出版社：ライフ・サイエンス

## ● 「脳内不安物質」

著 者：貝谷久宣  
出版社：講談社ブルーバックス

## ● 「パニック障害の理解と看護

～患者とその家族のために～」

著 者：貝谷久宣  
出版日：平成14年12月  
出版社：医薬ジャーナル社



## 【診療時間】

	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
月	休診	診 療 (安田)		休 診		診 療 (安田)		休 診				
火	休診	診 療 (貝谷)		休 診		診 療 (貝谷)		休 診				
水	休診	診 療 (貝谷)		休 診		診 療 (貝谷)		休 診				
木	診 療(土田)		休診	診 療(宇野) <small>(第1・2 ・4・5のみ)</small>		休 診						
金	休診	診療(井上)		診 療(福原)		心理カウンセリング(岩館)						
土	診療(岡崎・定松)		集団行動療法(横山)	休	診							

※予約診療(日曜休診)

発行者 貝谷 久宣

発行所 医療法人 和楽会

なごやメンタルクリニック  
〒453-0015 名古屋市中村区椿町1-16  
井門名古屋ビル 6FTel 052-453-5251 Fax 052-453-6741  
ホームページアドレス<http://www.fuanclinic.com>  
E-Mail office@fuanclinic.com

印 刷 ヨツハシ株式会社

〒501-1136 岐阜市黒野南1-90  
Tel 058-293-1010 Fax 058-293-1007

定 價 ¥500

