

ご近所の お医者さん

690

向井メンタル
クリニック院長

向井泰二郎さん

—大阪市北区

言葉の処方

「演奏会が近づくと手がこわばって弦楽器がうまく弾けない」という音楽愛好家が来院されました。症状確認のため楽器を持参いただき、治療方針を説明の上、診察室でスタッフを聴衆に、私が司会のミニ演奏会を開きました。

「今から
思いつきり
下手くそな
演奏をしま

すので聞いてあげてくださいあーい」。ユーモアたっぷりに言います。ご本人は当初困惑しますが、「もっと失敗して！」とパチパチ激励の温かい拍手、失敗しようとするほど失敗でき

なくなりません。結局、ミスなく無事に演奏、プロ並みです。

同様に、演奏会前になると声が出なくなる音楽家、手がこわばる管楽器奏者、吃音の方、書齋の方、現代風に言えば「イップス」でしょうか？ この方たちには、もっと症状を意図して出

す努力をする指導をします。

これはナチスの強制収容所での記録「夜と霧」で有名な精神科医師、ピクトール・フランクル(1905-97)が考案した「逆説志向」と呼ばれる治療技法です。NHK「100分で名著」で、「生きる意味」など彼の哲学的側面が紹介されていますが、「目の前の患者さんの症状の治療技法」も考案する臨床家です。

彼の「現代人の病—心理療法と実存

哲学」(丸善)という本を読んで「ほんまにこんなに効くんかいな？」と懐疑的でしたが、的確に適応させれば、症状がみるみる改善する「医師にもやりがいのある治療技法」です。

その理論は、不安な状況に置かれた際、過去に起こった症状が再び出現するのではないかと考えてしまう「予期不安(期待不安)」が生じ、元の不安がこの予期不安により更に増強され、

不安から出る症状に

症状が出
現、より不
安を駆り立
て、症状が

増悪するという悪循環に陥るといふものです。また、治療は逆に自ら症状を意図することにより、症状に対する正しい能動性を取り戻すということですね。ちょっと難しいですね。要は、「もっと症状を出してみよう」と意図することです。

以上、薬物療法が中心となる以前に考案された精神療法の一つ「逆説志向」という技法を紹介しました。

(写真はイラスト)

