

ご近所の お医者さん

□
705
□

半田あつたか
クリニック院長

松向寺孝臣さん

—大阪狭山市

生きていくための処方

日常生活の悩み(対人関係や職場の環境など)もありますが、人として生まれてきた時点から、生きづらさというものがつきまといまいます。

生老病死による苦悩は、現代の医学でも扱うことができません。それが原

けることができません。そんな時の薬物療法はまやかしてしかないことを知りつつ、時間的な制約があるため診療が限られています。

最近、オープンダイアログという言葉を耳にすることが多くあります。

ダイアログという手法

因で気分が落ち込んだり、生活する活力が低下したりする患者さんを時に診ることがあります。死に対する恐怖、病むことや老いることの悲哀は誰も避

これは、フィンランドの病院で1980年代から実践されている治療的介入の手法で、「開かれた対話」と訳され、統合失調症、うつ病、引きこもりなどの治療に大きな成果を上げているそうです。

対話(ダイアログ)とは、ディベートとも討論でも、何か決定するための話し合いでもありません。また、単なる言葉のやり取りではなく、聞いて

もらえているという感覚を得ることができ、心に触れられているという実感に発展します。共感を超えた共鳴に近いのかも知れません。

対話により、相手の経験からくる視点を知ることにより、自分の視界が一気に広がる場合があります。心の中のモヤモヤや、わだかまりがスーッと晴れるような感覚、それが「腑に落ちる」という感覚に通じます。こころの病に

おいては、この腑に落ちるといふ感覚が回復につながっていくと私は考えています。

治療とは病気やけがを治すことではありませんが、病気やけがをする前の状態に戻すということではありません。治すということを目指さない、回復を目的にした人生の生きづらさに対するアプローチがあってもいいと思います。(府医師会広報委員会委員)

