

田中
康雄

Tanaka Yasuo

支援から共生への道
—
II

希望を共有する精神医療を求めて

慶應義塾大学出版会

本書に収めた二十四の文章は、月刊誌「教育と医学」の二〇一四年四月号から二〇一六年三月号までの二年間に連載したものです。

同誌に二〇〇六年七月号から二年間連載し、二〇〇九年に出版した『支援から共生への道』の続編になります。

前作刊行の後、僕は、二〇一二年三月にお世話になった大学をやめ、五月に開いた精神科クリニックで日々臨床に明け暮れています。三年目を迎えたときに、「教育と医学」の編集部から続編の連載依頼をいただきました。

前作は、北海道大学の教員として勤務し、週一回のクリニック診療も行っていた時期のもので、医師になって二十年ちよつと、医療から少し距離をおいていたので、それまでの臨床を振り返りながら書き記しました。そして今回は、約十年ぶりに全身を臨床に浸らせた時期に書きました。大学の教員室で考えながら書いた前作と異なり、今回は、毎日の外来診療が終わったクリニックで書き続けました。診察

が終わって、ちょっと一息ついて、今終わったばかりの臨床をまだ心のどこかに引きずっていたと思います。だからでしょうか、今回は臨床場面で考えたことが題材になっています。

前作同様、事例として登場する方は、僕が実際に関わった方々とのやりとりを切り取り、分解して、パッチワークのように寄せ集め創作した、架空の方ばかりです。でも、僕が診察室で関わる様子は、ほぼこんな雰囲気です。そこで僕は日々、考え、悩み、苦しみ、安堵し、申し訳ない気分を抱え続けています。

精神科診断の難しさ、関わることの責任の大きさ、面接という出会いに込める心、どれをとってもまだまだ未熟としか言いようのない現実を、僕は日々、クリニックで思い知らされています。

前作のキーワードは、「僕に何ができるだろうか」という戸惑いでした。今作は、「僕はきちんとキミに向き合えていますか？」です。これは医師としての所作の前の出会い方に後退したものです。逃げようのないクリニックで仕事をしていると、僕はできることの前に、そもそも、ちゃんと相手に向き合えているのかが大きな課題なんだ、と思い知りました。

精神科医療は出会いで始まり、出会いで終わる、と本書で書きました。この歳で、改めて初心者マークを貼ろうとも思いました。そして、普通の精神科医になりたい、と改めて決心しました。

前作はこれまでの僕の生きてきた足跡の整理でした。でも今作は、常に現在進行の僕の思いを記しました。僕は、日々の診療の最後に、僕と向き合い、僕に向けた、反省と小さなエールを込めて、この文章を綴り続けました。何度も振り出しに戻る双六のような臨床、出会い続ける臨床を記しました。

本書を手にとっていただけ、ありがとうございます。

本書は、前作同様、慶應義塾大学出版会「教育と医学」編集部の西岡利延子氏の支援により世に出ることができました。ありがとうございます。

二〇一六年八月

田中康雄

目次

Contents

前口上

Act1
春を迎えて

出立と別れの刻／“そだつ”ということ／
発達障害とは挑戦である／春を迎えて

Act2
五月病

Aくんの休暇制度／僕の脱走／期待と失望のなかで／
自分の身の丈を知ることの難しさ／ほどほどの折り合いに向けて

Act3
梅雨時に想う

祖母のこと／母に手紙を書き続ける／気持ちがあまく伝えられない／
疲れ果てる母親／ハラハラする子／みんな一生懸命のなかで／ふたたび祖母のこと

22

11

2

Act 8	Act 7	Act 6	Act 5	Act 4
精神科診断の難しさ(2)……………	精神科診断の難しさ(1)……………	秋になると……………	不登校を考える(2)……………	不登校を考える(1)……………
DSM・5の連続性／二つの島と臨床……………	DSM・5の刊行／診立てに入るために／まずは外因から／ 診断名がどうして増えるのだろうか／共同作業としての医療……………	決定的にできないこと／『恥の記憶』と心の傷……………	学校生活に『許せなさ』を抱えている子ども／ 子どもたちの『許せなさ』／『許せなさ』の背景／『許せなさ』と孤立／ それでも、『許せなさ』から登校を拒否する子どもたちの心を応援する……………	登校したいけれど登校できない子ども／登校したいけれど登校できない子どもの親／ 登校したいけれど登校できない子どもたちの心を応援する……………
68	58	50	41	32

Act 9 気遣う人の存在

何気ない言葉による痛み／不思議な先生／みんなの責任ではないだろうか／
いつもと違うぞ／僕も精神障害になる可能性がある／気遣う人になる

76

Act 10 希望を探し、共有する営み

クリニックに話をしに来てくれる方々と／心の糸

85

Act 11 生きている意味がわからない

諦めをもった笑顔／「取り戻す」ことへの疑問／「意味のある人生」とは／
生きがいの欠落／「生きづらさ」とは

94

Act 12 面接のなかに生まれる言葉(1)

言葉に出会う／何気ない言葉の力／頭を下げ、詫びる／
言葉が生まれるとき

104

面接のなかに生まれる言葉(2)

言葉が飲み込めない／つい話してしまいました／
 生きつらさのなかにある力を見つける／夫婦の齟齬／
 生きつらさと付き合う前に、生きる力に光を当てる

113

人の前で話すということ

講演などをお受けするときの思い／来てくださった方への思い／
 質問してくださった方への思い／〝丁寧に生きる〝ことへの思い

122

僕の「子どもと家族の」精神医療—今昔(1)

総合病院での経験／精神病院での経験／大学教育学部での思い／
 〝むすびめ〝を求めて

131

僕の「子どもと家族の」精神医療—今昔(2)

発達障害から生活障害へ／生活障害への応援は生活相談／
 相談が広がり家族を個々に診る

141

Aez 17

母として・娘として・妻としての悩み

悩みのパターン／母として／娘として／時を薬に／妻として／
カサンドラ症候群とは／新しく折り合いをつけた生活を

150

Aez 18

対話から生まれるもの

次回への適切な時期を探る意味／スタッフ間での対話／
患者さんと二人きりではない対話／患者さんとの対話が生まれるとき／
対話が苦手な方との対話

160

Aez 19

終わりのない道

変わらない現実の中で／ねぎらいを伝える／過程を共有する／光がさすとき

168

Aez 20

医学的判断をもとに生活を応援すること

診断の役割／現場への後方支援の役割／現場を訪れる理由／
医学的対応と生活支援の狭間で

176

Act 21 面接について(1)……………184

顔をうかがう／うまく伝えられない思いと、すくいとれないという思い／
未来に耐える力、不確実性に耐える力／安定した関係と面接

Act 22 面接について(2)……………193

最初の出会い／気づきと働きかけ／僕自身を差し出す／一期一会の舞台

Act 23 僕へ……………202

初心のキミへ／立ち止まりそうなキミへ／明日に向かって

Act 24 キミへ……………211

尊いことだからこそ／苦しいからこそ／ささやかに、細々と

納め口上

支援から共生への道Ⅱ — 希望を共有する精神医療を求めて

Act

1 春を迎えて

出立と別れの刻

「大学、合格おめでとう」

「就職決まったんだね、よかった。おめでとうございます」

「中学卒業おめでとう、よく頑張ったね。ご苦労様」

春は、過去を大切にしながら心を納め、新しく出立する刻ときです。診察室でも、ホッとしました思いで、交わす言葉となります。

小学生のAくんは、正義感は強いのですが、そのせいで他人とはいえ、許せない言動には手厳し

い対応をします。直接面と向かって批判したり、教師にことの次第を訴えます。「まあまあ、大目に見たら」という緩い対応は許してくれません。

僕は、「その真面目さや正しさは好きだけれど、結構敵も作ってしまうよね」と言うと、

「それは仕方ありません。間違っているのはあちらですから」とにべもなく返答されます。

「そうだね、まあ、それも仕方ないか」と僕も納得します。

不注意極まりないBさんは、案の定大学入試のマークシートで失敗したようです。「でも、今度の試験は記述式だったので、大丈夫です」と悪びれません。そして有言実行、見事記述で合格を手に入れました。門出のあいさつに見えたとき、安堵とほんの少しの不安が口元に見えました。

僕が口を挟む前に、Bさんは、いつものように「大丈夫です。私は強運の持ち主ですから」と笑顔を見せました。「ほんと、いつもなんとかしてきたものね」と、僕も相づちを打ちました。

小学生時代から診てきたCくんは、持ち前の勤勉さと実直さで、苦勞しながらも大学を卒業し、公務員試験に見事合格しました。採用された地域の関係で、はじめて親元から離れることになりました。周囲はとて心配していますが、当の本人は意に介さず、胸を張っています。小学校時代に、友人の何気ない一言に怒り机を倒したこと、相手が教師といえども間違った見解には対等に意見を述べ煙たがられた中学校時代、そこから多くを学び、「外では迂闊に話をしないこと」を実行し、そ

の姿勢で高校時代を乗り切り、本当に苦勞しながら徐々に「ここそこで話せることと、話せる人」を識別してきた、とCくんは話します。その成長と努力に頭を下げつつも、時に生じるほつれへの思いに対して、長時間付き合ってこられた両親の気持ちを思いました。Cくんは真夜中に親元へ電話をかけます。さまざまな出来事を不条理とし、それを一方的に話し、時には絶望と失望を伝え、唐突に電話を切る。はらはらと心配する両親の思いに、僕は心を寄せます。

「Cくんが行く地域の近くに住む、僕の知り合いを探してみるよ」。これからのCくんにとっての「いまここで話せる人」を探すこと、それも僕の仕事です。

そだつ　と　い　い　よ

刻と共に大きくなる、成長することが「そだつ」の意味です。また、鍛えられる、力を身につけるという意味もあります。

僕がささやかな刻を共にしてきた子どもたちは、刻とともに大きくなり、相応の力を身につけてきました。同時にそれは、自らにある不器用さとの付き合いの日々を、痛みを持ちながらも生き延びてきた道のりでもあります。

「時々、どうして生まれてきたのかなあって、考えてしまいます」

高校を卒業し、「じっくりと人生を考えたい」と次の進路を一旦中座し、一年間自宅で過ごすことを決めたDくんの台詞です。

「人間の運命はいつも苦しんでいることにある」とはルソーの言葉です。その意味では、Dくんはまさに自らの運命を全うしています。日々はそれほど単調でも、苦痛に満ち溢れているわけではないのですが、ひとつ、ほんのひとつの出来事、例えば、期待していたゲームソフトの出来が悪いということ、Dくんは「僕の人生は、どうしてこんな目に遭ってばかりなんでしょうね」ということになります。

僕は、そんなDくんに「少なくとも、僕がDくんの年頃には、それほど真剣に人生を考えたことはなかったなあ」「その意味では、いつも僕はDくんに感心するんだよね、誠実に生きようとしているなあって思ってる」と感想めいた言葉を伝えます。決まってDくんは、苦笑しながら「僕の性格なんです」と述べます。

「自然は絶えず子どもに試練を与える。あらゆる試練によって子どもはの素質を鍛える」とは、やはりルソーの言葉です。

時々、Dくんは将来の夢を語ります。「特殊メイクを学んで外国で仕事したい」とか、「インターネット事業を起こしたい」とか、「今、小説を書いているんです。書きたいことがたくさんあって」と語ります。マンガは描けないけど、マンガの原作を書きたいとか、ゲームクリエイターになりたいとも話します。

十代のあるとき、自分はなんにでもなれそうな気と、なんにもなれそうにない気がして、ただ、ここに居ることが息苦しく、いつもたくさんの夢を抱き、同時に諦め、ここではないどこかに向かって、もがき、あがき、今に対して多くの不満を持っていた僕は、Dくんの一言一言に、かつての僕を発見します。

しかし、人はある時点で、多くのことを諦め、己の身の丈を知り、相応の生活を営もうとします。それもまた「そだち」です。成長とは諦めることも含まれます。

「わたしたちの欲望と能力とのあいだの不均衡のうちこそ、わたしたちの不幸がある」、これもまたルソーの言葉です。そだつということは、この欲望あるいは希望、切望と己の能力がほどほどに折り合いをつけることでもあるのかもしれない。

Dくんがほんの少しほえみ、ほんの少し悔しそうに、その刻を迎えた台詞を、僕は、こっそりと心待ちにしています。

発達障害とは挑戦である

ここに登場してもらった方々のエピソードは、日々診察室で出会う方々を元に僕が創作したものです。その元になった方々に、僕は「発達障害」の診断をつけています。

僕にとつての「発達障害」とは生来的にもっている考え方、感じ方、行動の示し方という特性が、生活するうえで支障を来すものであると考えています。医学的には、考え方、感じ方、行動の示し方を、その特性に沿って名称をつけて分類しているわけです。でも、生活するうえで支障となるか否かという特性の線引きは、容易ではありません。日々の生活を送るうえで、支障にならず、かえって成功に導く特性とも判断されることがあるかもしれません。この差はどこから生まれるかという、周囲との関係性のなかに生じる評価によります。

Aくんの正義感の強さを、一番理解してくれていたのは、担任でした。だからAくんは、担任にだけは、真実を伝え続けることができましたのです。しかし、当然それは「チクリ」と称され、より立場を悪くしてしまう結果になりました。「でも、担任はわかってくれるから」と、Aくんは、ちょっと誇らしく語ります。

「不注意力」という能力がマークシートで如実に発揮されるBさんは、まるで、マークシートは専門外だからといわんばかりに、「でも私の力は自由記述だから」と語ります。そこに「強運」という言葉を当てはめたことにも感激します。そして「なんとかなる」という一見樂觀的に見える言葉の裏に、どれほどの痛みが隠れているのだろうかと思います。少なくとも僕の想像をはるかに超えた、茨の道があったはずです。

たくましくそだったCくんは、成長とともに、周囲との関係性を学び続けています。信じられなほどの器用さで乗り切ろうとしています。でも、ふと一人になると、かれの特性はやはり際立つのです。

そしてDくんは、今も社会との関係性のなかで、あれこれと悩み、ぶつかりながら、生き続けています。

発達障害と思われる子どもたちのそだちに関わっていると、僕はつくづくかれらは挑戦者だなあと感じます。孤軍奮闘に近い闘いを必死に行い続けているのだと思うのです。

発達障害とは、過去から未来永劫に至るまでを決定づけた普遍的なものではなく、人間が個々にもつさまざまな条件や特性のうち、今の社会生活を送るうえで生きづらさが強く感じられる、つま

り生活をうまく営めなくなっている状態につけられる名称です。確かに、その子の特性に対してつけられる名称ですが、その特性が生活するうえで、特に大きな問題になっていない場合は、相談にくることすらありません。時には、その子の特性が、生活場面において重宝がられる場合もあるはずです。

「ともかく、この子は、真面目で律儀でしっかりしているんです」とは、その青年が勤める会社の社長の言葉です。特性だけに光を当てると診断名がつくEさんは、職場で一番の掃除名人として脚光を浴びています。

生活を送るうえで、日々悩み、挑戦をし続けるかれらに対して、僕ができることは、「いかに生きるか」に戸惑うかれらを見つめ続け、応援することです。ただ「元気づける」ことに心をこめるしかできません。僕は発達障害をもつ方々への医療的な応援とは、障害の克服や消退をめざすことではなく、障害のある方や家族、あるいは関係者を元気づけ、かれらが日々を「丁寧に生きる」ように応援することにあると信じています。

人間の運命が、いつも苦しんでいることにあるとしても、苦しみのなかにある喜びに光を当てたいと思っています。そこに、生きているという実感が伴うことをめざしたいと思います。

春を迎えて

僕がかれらに伝える祝福は、かれらの周囲の方々へのねぎらいの思いでもあります。よくここま
で日々見守り続けてくれました、と思います。それ以上に、実は、かれらはみな優れた挑戦者であ
る、ということに気づかされます。孤軍奮闘のようにみえたかれらは、だれ一人として、ひとりぼ
っちではありません。

刻は春、挑戦し続ける勇氣あるかれらに、応援する言葉はひとつ。

「未来はきみのためにある」

〈資料・文献〉

・ルソー著（今野一雄訳）『エミール（上）』、岩波文庫、一九六二年