



村井俊彦 / 精神科医

主体性を尊重し、
まかせるべき点はまかせ、自立を促す。

大月 はい。統合失調症の再発因子として、「感情表出

(Expressed Emotion)」という概念が提唱されたのも、60年代のイギリスにおいてでした。英語の頭文字から「EE」と略されますが、これは患者さんにとって苦痛となる家族の感情表出を意味します。

村井 「感情表出」とは、家族が患者さんを批判したり、敵意を向けたりといったことを指します。「いつまでも甘えてないで働け!」などのキツイ言葉で怒鳴ったり、患者さんの言葉を冷たく無視したり、あるいは逆に、過度に気を遣うなどの「情緒的巻き込まれ」に陥ったり……。そういうことをひつくるめて「感情表出」と呼ぶのです。

Q 「感情表出」が多いことが、「家族の対応が悪い」ということなのですね?

大月 ええ。患者さんに苦痛を与える感情表出が多い家庭を「高EE」、少ない家庭を「低EE」と呼びま

すが、高EEの家庭と低EEの家庭を比べると、統合失調症の再発率は約5倍もの違いがあることがわかっています。

村井 それと、EEが最初に注目されたのは統合失調症についてですが、「気分障害」(うつ病・躁うつ病)についても同じことが言えます。高EEの家庭ほど再発率が高いのです。精神科臨床の現場ではなかば常識となっているこの高EEの調査結果に、今こそ再注目する必要があると感じています。

「適度な距離感」を身につけるために

Q 患者さんを怒鳴ったりすることが悪影響を与えるのはわかりますが、家族の「情緒的巻き込まれ」が悪いというのはわかりにくい気がします。

村井 「情緒的巻き込まれ」とは、言いかえれば患者さんに対する「過保護・過干渉」ですね。「私がこの人を支えなきゃ!」と力んでしまい、患者さんをギョツと抱え込んでしまう状態です。自立の妨げにもなりますし、そういう状態でした場合、百のうち九十九までは優しい言葉をかけたとしても、疲れきったときについ発した一つのキツイ言葉で、全部台無しになってしまったりします。「これだけ私が頑張ってるのに、なんでわかってくれないのよ!」と爆発してしまったり……。そういう「爆発」は、熱心な家族だからこそ起きます。家族が患者さんに対する「適度な距離感」を保つことが大事なのです。

Q 「適度な距離感」……つまり、放任でも過保護でもない、ということでしょうか?

村井 ええ。過保護から一歩身を引いた状態が、「見守り」です。これはまだ一部「保護者的」で、患者さん

家族に患者がいる人にしか
わからない気持ちも
ありますから……。



大月祥宏 / 精神科医

を家族の管理下に置くとうとする姿勢と言えます。そこから一歩進んで、「患者さんの主体性を尊重し、まかせるべき点はまかせ、自立を促す」という姿勢が、「適度な距離」にあたります。「まかせる」の域に至ったとき、患者さんご家族もつと「自分の人生を歩める」のです。

大月 その「適度な距離」を身につけるためにも、精神疾患に対する正しい知識を家族が持つことが必要だし、「心理教育」(患者やその家族が、病気についての知識と注意点を学ぶこと)・「家族教室」が大切なのです。孤独な状態で家族の病気に立ち向かっていると、どうしても「抱え込み」「情緒的巻き込まれ」に陥りがちですから……。

村井 当院では、統合失調症がまだ「精神分裂病」と呼ばれていた1995年に、医局でアンケートをとりました。その中で「この病気に対する心理教育は必要だと思いませんか?」という設問をしたところ、医師全員が「必要だ」と答えました。その結果をふまえて、