

■ 書 評



双極性障害の心理教育マニュアル—患者に何を、どう伝えるか—

Francesc Colom, Eduard Vieta 著

秋山 剛, 尾崎紀夫 監訳
医学書院 2012年4月
200頁 定価 3,570円

「双極性障害患者は、集団精神療法の『最悪の災難』の一つであり、グループには適さない。」

「精神分析で双極性障害患者は治療者に『強い逆転移』をもたらす。」

本書では、これらの専門家の述懐を前半で引用し、おだやかに反論した上で、著者らがスペインで実践している双極性障害を持つ人へのグループ・アプローチ「バルセロナ・プログラム」が展開されている。かといって、本書は双極性障害に関する挑発的な内容ではなく、隠れた熱意は伝わってくるものの、論調はシンプルかつ論理的な「マニュアル」である。

引用文献と索引を除くと166ページに収まる、コンパクトな紙面のなかで、双極性障害のためのプログラムの全21セッションの説明がなされているが、題名通りマニュアルとして使えるように、セッションの具体的な流れとクライアント用配布資料が明確に公開されていて、それらを補完する解説として、非常に興味深い著者らの実践例が、自然な日本語によって翻訳されているため、この一冊から臨床の現場における心理教育プログラムの実践が可能であると考えられる。

セッションで取り扱うテーマなどの紹介は書評では避けるが、参加のルールの説明や症状の説明、再発予防についてなど、他の心理教育プログラムと比して、新奇で奇抜なものではない、むしろ臨床家として、より目が引かれるのは、双極性障害の何について話すかよりどのようにしてクライアントに伝えるかで、著者が各セッションで実際に使っている言い回しや説明の工夫に、価値のあるエッセンスを見いだすことができる。例えば、患者が集団的な治療への参加によって、薬物

療法が不要になると勘違いしないように、一連のセッションの中で繰り返し説明がなされる点や、軽躁状態は幸福感であり、手放すことができないと主張するクライアントと議論するときの反論集、精神面にばかり注目せず、身体の変化もディスカッションする薦めなど、部分的にでも、日々の双極性障害の診療に活かせるようなエッセンスが紹介されている。また「この話をプログラムの中に取り入れるかどうかは個々の判断に任せたい」と前置きしつつ、スタッフが作成したと思われる童話のパロディ「3匹の子ブタ（+双極性障害バージョン）」が全文開示されているところに、心理療法におけるユーモアの重要性とともに、ユーモラスな話の背後にある治療者の熱意と粘りが伺える。

他に本書の注目すべき点として、バルセロナ・プログラムの有効性はRCTによって証明されていることと、本文中にある「今までに心理教育プログラムを受けた200人以上の患者の誰一人として自殺をしていない。」という記載である。講義で教えられたことより、同じニーズを持つ患者と専門家との毎週のミーティングを通しての結びつきが自殺への予防効果へと繋がると、本文中で考察されている点である。

双極性障害は、実際の症状が一般市民にも治療者にも案外に正しく把握されておらず、実は統合失調症よりもスティグマが強いとも言われている。

双極性障害は、結局のところ、薬物療法のみしか有効な治療法はないという治療者側が持つスティグマに対して、グループ・アプローチの基本に立ち返り、クライアントに包括的に真摯に関わることが、有効であることを、著者らがその実践で証明していく過程が本書には綴られているとも言える。

コラムとして掲載された、日本の翻訳者による双極性障害の診療におけるワンポイントアドバイスも、国境を越え、遠く離れた医療圏ながらバルセロナの実践と共鳴している点も興味深い。

巻末において「日本の読者に、専門家も、患者さんも、家族も、本書を活用していただき、一人でも多くの双極性障害の患者さんに、元気で社会の中で活躍していただきたい」と監訳者が結ぶように、著者の見せる静かな熱意が、治療者とそのクライアントに希望を与える一冊である。

(今村弥生)