

## ■ 書 評



子どものうつ 心の治療  
—外来診療のための  
5ステップ・アプローチ—

傳田健三 著  
新興医学出版社  
2014年10月 152頁  
本体価格 3,500円+税

本書は、「子どものうつ 心の治療」という書名から連想して子どものうつ病の精神療法の本と思ったのが早計であった。本書は、第1章を「子どものうつ病の最前線」とし、DSM-5におけるうつ病の位置づけから丁寧に議論をはじめ、今回新たに抑うつ障害に重篤気分調節症が追加された背景についても歴史的な背景を踏まえて書かれており、新しい抑うつ障害・気分障害について概要している。さらに子どものうつ病の治療に必要な薬物療法と精神療法の基礎について述べている。

第2章では、第1章を発展させ、「子どものうつ病の精神療法」と題し、1)子どもの精神療法の基本的な考えから、2)子どものうつ病への精神療法—認知行動療法と対人関係療法—、さらに3)子どものうつ病に対する5ステップ・アプローチでは、成人のうつ病に対するアプローチを著者の考えに従い子ども向けに応用している。①見立て・診断的なアプローチ、②心理教育的アプローチ、③真の感情を表現させるアプローチ、④問題解決的アプローチ、⑤生き方や特性・性格へのアプローチが子どもの精神療法を適切に進めるために必要と述べる。特に子ども用に追加された「見立て・診断的なアプローチ」と「真の感情を表現させるアプローチ」が必要であると述べているのは、実際に子どものうつ病を治療する機会のある治療者にとってはなるほどと思わせるポイントである。子どもの「うつ病の見立て」は中でも重要である。子どもの症状の中から「うつ」に気づくことが診断の第一歩になるわけであるから、子ども

のうつ病がどのように表現されるかを的確に記述することは不可欠なことである。本著者はこの点について、子どものうつ病症状についてDSM-5を超えてどのように抽出するかを具体的にわかりやすく記述している。この章では単に精神療法のみ焦点をあてるのではなく、薬物療法との併用について言及している。児童思春期には適応を持つ抗うつ薬は現在のところ、ない。しかし、精神療法の中で薬物療法を適切に行うことは重要なことであり、両者を包括的に行うための糸口を提供しており、精神療法あるいは薬物療法のいずれかに偏ることなくバランスの取れた記述となっている。

第3章では、「子どものうつ病と家族へのアプローチ」と題し、子どものうつ病の治療における家族の役割とどのように家族と治療の同盟を作り、子どもの症状の情報源として、かつ家族にアプローチすることで子どもが変わっていくかに言及している。子どもの精神療法では親の関与がしばしば不可欠である。患者との治療関係に悪影響を与えない形で家族を治療に関与させることは1つの芸術的なスキルである。本書ではそのコツをわかりやすく、ステップ・バイ・ステップで丁寧に記述している。

第4章では「子どものうつ病と非言語的アプローチ」と題し、遊戯療法に限らず、非言語的なアプローチのうつ病治療の意義からその実際についてコンパクトにまとめられている。児童思春期では言語的な表出がしにくい場合も多く、非言語的なアプローチを習得することは子どもの治療の選択肢を広げるものである。

本書は「子どものうつ 心の治療」と子どものうつ病の治療について書かれた書のように見えるが、第1章以外の治療に関する章ではうつ病に限らず子どもを見立て、子どもの包括的な治療を行う治療者すべてに推薦できる良書である。著者が最後の述べているように、このような治療を通してうつ病が「生き方を問い直すことの契機」として子どもの未来を変えることを切に願うものである。

(齊藤卓弥)