



精神科医
瀬戸 睿

「オープンダイアログ」はなぜ効果があるのか？

オープンダイアログは、ここで以前話したフィンランドで行われた治療法で、ただ当事者の人とその家族、スタッフ数名とで約2週間、毎日1時間半程会話をすることだけで83%が回復したという画期的な治療法です。なぜ薬も使わず、話をするだけで回復するのかの謎は解けていません。

ある雑誌で精神科医である三吉譲氏の寄稿文を読みました。その時あったこれだなあとわかったような気がしました。それによると「精神科医の過剰な薬物療法で、多くの患者さんが社会との関係を発展させるところか、自己治療に向かう気力さえ削がれてしまっている」「地球上における生きとし生けるものはみな相互に依存し、共に立ち、その関係性（つながり）を軸に生きています」「精神障害の多くは、当人が本来抱えている困難とは別のこつした社会との関係性の困難に由来する二次障害です」「患者さん本人が社会との折り合いを自発的につけ、社会とつながっていきけるような方向性を共に考え、歩んでいくことを第一義とするべきだと私は考えています」と書いています。これを読んで、オー

プンダイアログはこの社会との関係性を回復するのに役立っているやり方であると思いました。オープンダイアログは「参加する人は地位にとられない」「診断や病状に目を向けず、置かれている状況を注視する」「お互いの考えの違いを認め合う」「当事者の発言を批判しない」の大原則で、結論を求めず、ただただ話し合うだけなのです。多分そのやり方が、当事者の自己回復力を結果的に大きく高めるものになるのだろうと思います。

心の悩みを募集します

お寄せ頂いたお悩みを紙面で紹介し(匿名とします)アドバースいたします。

〒343-0845 越谷市南越谷1-4-53 103号 東武朝日編集部
「心の悩み」係
または FAX 048-985-12927
まで。

医療法人社団 俊睿会

精神科・神経科・心療内科・デイケア

越谷市増森 252 URL <http://www.minamisaitama.com>

南埼玉病院

☎048-965-1151

