

第 29 日本思春期学会大会 (2010 年 8 月 28 ~ 29 日、グランドパーク小樽)  
ワークショップ 2 「思春期のこころ」、発表抄録

精神科治療を要する思春期症例の症状、治療の推移・・・35 年を振り返って  
・・・病棟内・内観療法 内観認知行動療法 スピリチャリティ法の必要性・・・  
『何を目標に、どのように生きるか、生きる意味は何か』が問われている

医療法人耕仁会札幌太田病院  
理事長・名誉院長 太田耕平

1. はじめに：不登校の予防・治療の重要性

この 40 年間、子供・青年症例は多様化し増加している。高頻度の病態は 3 ~ 5 年ごとに、シンナー乱用 学校内暴力 非行 いじめ 不登校 モラトリアム・引きこもり ゲーム・パソコン依存 うつ状態 自傷・他害言動と行為 多剤依存 自殺願望・・・と今日へ推移した。近年は、いじめ、不登校から始まり、無気力、目標欠如、うつ状態、自傷、自殺願望、と増悪する傾向がある。不登校を予防し早期の通学支援、就労支援、家庭機能、学校環境の健全化が極めて重要。遊びを通じて高齢者支援を教育・実践している。

2. 少女・若年女性 中年期までの若年女性の精神的不適応の増加

女性は、子供 少女 就労 配偶者選択 結婚し妻役割 出産し母役割 育児と妻役割、と短期間に多様な役割をこなすことは女性にはストレスに満ちている。

思春期の発達課題と症状、問題行動、家庭よりキャリア願望傾向。小・中学・高校期：

いじめられ、不登校、怠学、摂食障害、家庭内暴力、自傷、目標喪失。

自立期：就職困難、分離不安、親と葛藤、女性性拒否、性的逸脱、失業。

社会人期：職場不適応、テクノストレス、解雇・転職、低収入、配偶者選択期が

長期化：失恋、結婚願望の低下、婚活葛藤、出産・育児期：産休・産後うつ。

女性の自立願望・葛藤は男性と妥協よりも対抗し、キャリアアップ願望がある。結婚・出産後には離婚願望が出現し男女の競争が、少子化、自殺増加の背景にあり得よう。

3. 青年の支援・治療対象：30 年継続採用した十段階療法、病棟内内観療法の対象

精神（心 + 精神 + 性格）面：多面的方法で気付き 理解 開示 受容 安心。

身体面：保清、やせ、肥満、外傷、自傷。 家庭面：不和、離婚問題、単親、暴力。

学校・職場面：いじめ 不登校 同伴登校。学力低下 院内学級。教師・校長と連携。

趣味・スポーツ面：身体へ感謝、運動の重要性理解実践[心身一如] = 運動場で活動指導。

将来目標（ ~ ）設定：目標設定と実践開始を支援し、自信と生きがい、遊びの回復。

4. 青年の発達課題を支援し、葛藤を解決する認知行動療法 = 内観分析療法の奏功機序

1977 年採用し工夫・改善を現在まで継続してきた内観療法 内観認知行動療法

仮自己受容	自己(他者)観察	自己(他者)分析	抵抗排除	情
動体験 (流涕 笑顔)	自己(他者)理解	自己(他者)受容	自己開	

## 放 自己確立 自己創造・新目標へ（スピリチャリティの気付き）

ついで から へと螺旋的に段階的成長が始まる契機となる。表情が明るく変化する。

### 5. 楽しく心身を活性化する遊び 高齢者を支援 介護職で社会参加を

青年が喜ぶ、ミニダーツ、小弓道、サンドバック打ち、パークゴルフ、箱庭などを診察室、運動場で職員と遊び喜びを共感し、攻撃心を発散する。子供や高齢者に安全な小弓道やミニダーツ療法を創始し実用新案登録した。矢やダーツの命中は高齢者も笑顔になり、これを高齢者と共有し介護職の見習いを。自分や親・先生・友人を20ヶ所誉める認知修正療法。2週間の内観分析療法、家族同時内観療法、ピアサポート活動参加、青年期デイケア参加 高齢者介護学習、家族は家族会、家族教室、家族療法へ。この多様なプログラムで、新しい生活・活動・目標を開始する。生きる喜び、手足・命への感謝、社会・宇宙との一体感、恩返し・奉仕の心構え形成。これが治療のゴールである。

### 文献

1. 太田耕平 アルコール依存に対する10段階の教育的精神療法．アルコール研究 12：4．163～164．1977
2. 太田耕平 診療内科、精神科症例検討会の進め方 十段階心理療法 p225、2009.
3. 太田耕平 シンナー乱用と非行少年の内観療法．日本医事新報．3049、43～50、1982
4. 太田耕平 登校拒否と内観療法．センターだよりNo.149 北海道立精神衛生センター．1988.4.1
5. 太田耕平 幼児から高齢者までの心の発達 = 十段階心理療法 = 幸せな人生のために 10版5刷 2009年 三誠社 札幌