

# こころの健康

## こどもの心と大人の社会

### その6 薬とカウンセリング

千葉県こども病院 あんどう さきほ 安藤 咲穂 医師



精神科の診療をしていると「薬は怖いから」と使用を躊躇ちゅうちゆされる方がいます。確かに体に異物を入れるのですから、その不安は理解できます。こどもに対してであれば、親御さん達はより敏感になるでしょう。一方で、「カウンセリングをお願いします」とおっしゃる方もいます。カウンセリングは、「特殊な対話の作用によって悩みが解決される安全な方法」と感じられるのでしよう。

ある発達障害のお子さんの場合、親御さんから「薬はやめてカウンセリングで」と言われました。そこで家の中や教室の状況を詳しくお聞きし、良い点、改善すべき点などを指摘し、生活に様々なルールをつくりました。担任の先生も協力的で、席を前にしてくれて宿題量も加減してくれました。しばらくして幼稚園に通う弟が、「お兄ちゃんのせいでテレビが見られない」と怒りだしたのです。お兄ちゃんの宿題中はテレビを消すことにしていたからです。この子自身も「先生の前なんて嫌だ。特別扱いは恥ずかしい」と言い始めました。そして、

こどもの反応を受けた親御さんまでもが「カウンセリングはまだですか?」とおっしゃるのです。

私としてはちよつと驚きです。生活に様々なアドバイスをするのが、まさにカウンセリングであり、「まだですか?」という親御さんの主張は的外れに感じたからです。それと、この兄弟が示した反応はいわばこの方法の副作用です。実はカウンセリングを含めた様々な心理療法にも副作用があるのです。

この子にはその後、薬を投与しました。その結果、生活上の諸注意は欠かせませんが、特別扱いしなくても授業についていけるようになりました。薬は副作用が注目されがちですが、使わなかったことで余計な苦勞をすることもあるのです。同時に、薬以外のあらゆる治療法にも副作用があります。ある治療法を採用するかしないかは、それを用いた時のメリット、デメリットを冷静に比較して決めるべきもので、先入観にとらわれてはいけません。