

思春期3例からみる内観療法の有効性 ～ 日本内観医療研究会の発展と普及を目指して～

医療法人耕仁会札幌太田病院 内観療法課
伊藤恵理 根本忠典 小田島早苗 太田耕平

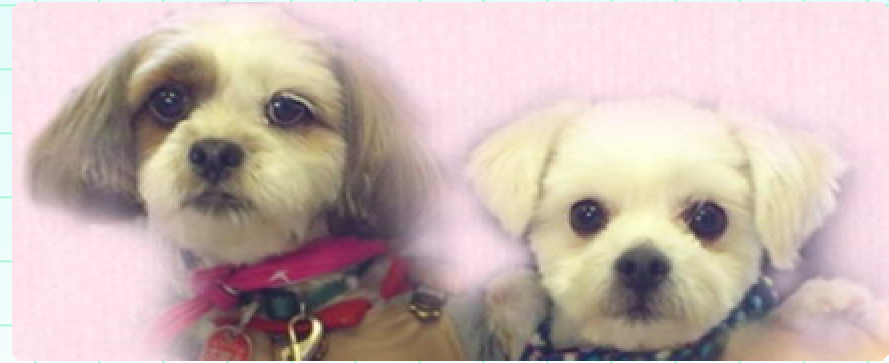
思春期症例の対応

- ◆ 遊び療法(小弓道、四半的、ミニダーツ、チャンバラ、箱庭療法、こま回し、竹とんぼ)
- ◆ 犬介在療法(ワンちゃん療法)
- ◆ ピア・サポート
- ◆ 心理検査(YG・エゴグラム、知能検査)
- ◆ 内観療法(病棟内内観療法、家族同時内観療法)
- ◆ 運動療法(ラジオ体操、体育館運動)
- ◆ 院内学校
- ◆ 登校支援など

院内学校の学習風景



ワンちゃん療法



課外活動



ホタル療法

トンボ療法



症例1 A子 10代 高校2年

主病名：登校拒否症

主 訴：人の視線が気になる、学校に行けない

家 族：父、母、姉

現病歴：高校入学後、人の視線が気になり始めた。

勉強と対人関係に悩み、不安を訴え、週に1～2回、遅刻や早退をした。

2年時から完全不登校となり、当院の外来治療を開始した。

症例1 治療経過

◆ 5日間の通い内観

- 1日目: 面接者と視線が合わず、落ち着きがなかった。
- 2日目: 真面目に取り組んでいるが内省が浅い。
- 3日目: 「家族の思いを考えていなかったなので、学校に行かなかった」と反省。
- 4日目: 面接者と視線を合わせて話す。表情明るく笑顔が増えた。
- 5日目: 「今まで、人と接することや嫌なことから逃げていたが、向き合うことの大切さを学んだ」

内観終了

症例2 B子 10代 高校2年

主病名：登校拒否症

主 訴：学校に行けない、食べ吐きが止められない

家 族：父、母、弟

現病歴：幼少期からの肥満体型がコンプレックスで
小学校6年から不登校。中学校も不登校。
高校入学後、拒食と過度な運動で体重が
20Kg減少。その反動から過食嘔吐、「死に
たい」と大声で叫ぶ、物を壊す行為が出現。

症例2 治療経過

- ◆ 摂食障害プログラムと併用して、入院6日目から内観療開始。導入時、声が小さく、返答に何分も時間がかかっていたが、徐々に改善した。
- ◆ 入院16日目、家族全員が参加し、家族内観を実施。「過食嘔吐で、食べ物やお金を無駄にしてごめんなさい」など、終始涙を流して話した。父は、「毎日、酔って夫婦喧嘩を見せて申し訳ない」とお詫びした。
- ◆ 現在、入院を継続し、復学、転校の調整中。

症例3 C子 10代 中学2年

主病名：中等症うつ病エピソード、登校拒否症

主 訴：不眠、外出するのが怖い

家 族：母、弟、妹

現病歴：母が父に離婚を要求すると、父のPtに対する暴言、母に対する暴力が始まった。父から逃げて転居したが、父が住所を調べて訪ねて来た。離婚成立後、父への恐怖から、週に1日程度欠席。不眠、腹痛、吐き気などの症状も出現し不登校。

症例3 治療経過

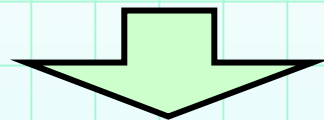
- ◆入院1日目、内観療法開始。
- ◆入院2日目、父に対する自分のテーマは、涙を流し拒否。
- ◆入院7日目、再度父のテーマ促し、恨み・辛みを吐き出した。「楽しい思い出が少なかったけど、大切にしたいと思った」と気持ちの変化を述べた。一方で心的外傷、解離症状に関する疾患教育を並行した。
- ◆入院9日目、当院の職員(登校支援療法士)や母の送迎により登校を開始。登校11日目、全授業の参加が可能になった。
- ◆現在、29日連続で登校している。

考察

- ◆ 父母の不適切な性役割が、放任、密着、反感、敵意などの親子関係を形成。

家族の問題解決能力が弱く、不登校、摂食障害、
家庭内暴力など問題が進行

- ◆ 内観療法は、劣等感・葛藤を和らげ、自己中心性を反省し、登校などの目標に至る。
- ◆ 家族内観は、相互理解や信頼関係の回復を高める。



これらの治療が不登校や摂食障害の改善に有効

日本内観医療研究会細分化「内観の種類と適応に関する120項目」 太田耕平作成 2012年7月現在

1	吉本内観基本療法(士)	31	先祖内観療法(士)	61	内観標語揭示療法(士)	91	臨死体験と内観体験
2	内観三問の説明と明細化	32	宿泊内観療法(士)	62	内観社会啓発療法(士)	92	曼荼羅(図)に見る内観性
3	内観説明(CD・DVD)の作成・利用	33	外来内観療法(士)	63	内観歴史研究療法	93	フラクタル・マンデブロー図形と内観性
4	行動内観療法(士)	34	デイケア内観療法(士)	64	内観奏功機序研究療法	94	木の年輪、古代からの地形・地層に見る内観性
5	内観による心境変化の表現	35	児童親同時内観療法(士)	65	情動体験対応	95	内観体験後の長期予後
6	記録内観療法(士)	36	児童生徒内観療法(士)	66	情動体験出現後の認知修正研究	96	内観体験者の人生展開
7	内観記録と心理・看護・治療効果研究	37	摂食障害内観療法(士)	67	情動体験機序分析	97	内観無効事例の背景
8	内観記録の保存と利用	38	若年女性内観療法(士)	68	内観療法過程と脳機能	98	内観療法とピア・サポート
9	内観環境の選択・内観意欲集中度の推移と効果	39	酒・薬物依存内観療法(士)	69	内観奏功機序と大脳生理	99	内観効果とデイケア参加状況
10	内観自己分析深度の評価と内観効果の持続性効果	40	うつ病内観療法(士)	70	脳弓の記憶・情動機能	100	内観効果と断酒会参加状況
11	屏風・屏風内貼付文・図の工夫と効果の評価	41	統合失調症内観療法(士)	71	内観過程と夢分析・睡眠の変化研究	101	内観後に親族を内観推薦してくれる状況
12	内観テープの内容・種類の分類と選択方法	42	自傷自殺願望内観療法(士)	72	内観過程と自律神経機能	102	内観後に内観業務に感心・協力を示す状況
13	内観テープの症状・年齢に応じた使用時期	43	高齢内観療法(士)	73	内観過程と免疫・ホルモン系	103	内観後のキャリアアップ
14	内観奏功機序10段階分析療法	44	せん妄時内観療法(士)	74	内観過程と表情・容貌変化	104	病棟内内観療法のシステム
15	十牛図と内観過程10段階	45	自己賞賛、父、母賞賛100項目	75	内観過程と認知修正効果	105	全職員が採用研修に集中内観体験の意味・効果
16	十段階と内観過程	46	父、母に詫びてもらいたいこと50項目	76	papez's cycle脳弓機能と内観効果	106	内観療法への看護師協力一体化の効果
17	エリクソン・マスローの発達段階と内観過程	47	父、母に詫びたいこと50項目	77	人生経験・記憶と人格形成と内観過程	107	内観無効事例と内観指導者
18	内観日記療法士	48	内観終了後ケア療法(士)	78	葛藤・悩み・うつ体験の条件反射とその解消	108	内観指導者の指導力と成長を分析
19	日常内観療法士	49	内観終了レポート	79	感情・認知・思考の条件反射と脱感作	109	内観指導者の育成方法
20	歩きながら内観療法士	50	内観後日記内観	80	認知行動療法と内観療法	110	内観指導者の実力評価方法と給与
21	生活(衣食住)内観療法士	51	職員研修内観療法(士)	81	内観の成立の歴史	111	重症困難例の内観指導者支援・安全・効果確保
22	身体(目鼻耳口手指足土ふまず)内観療法(士)	52	カルチャー内観療法(士)	82	内観法と宗教性	112	労働基準法と内観療法
23	自室内観療法(士)と内観ピアサポート療法(士)	53	内観研修所内観療法(士)	83	内観療法の脱宗教性	113	内観療法と指導者保護
24	内観室内観療法(士)	54	学校内観療法(士)	84	内観過程と宗教体験	114	内観療法課と看護部・多組織との連携
25	保護室内観療法(士)	55	ホームルーム内観療法(士)	85	歴史上人物の内観体験	115	内観指導者の人権と労働時間環境の擁護
26	拘束時内観療法(士)	56	ベッドサイド内観療法(士)	86	神話・説話・伝説上の類内観体験	116	内観指導者のストレス・喜び・達成感を確保
27	電話内観的対応	57	ターミナル内観療法(士)	87	絵画・名画・宗教画に見る類内観体験	117	内観原法を医療現場で実践する人的・時間的工夫
28	メール相談対応	58	内観看護療法(士)	88	十牛図と内観療法	118	内観療法課の勤務表・労働環境
29	家族内観療法(士)	59	内観CD管理療法(士)	89	白隠の内観(夜船閑話)と内観療法	119	病棟内内観療法と病院内機構
30	祖父母参加参加内観療法(士)	60	内観DVD作成療法(士)	90	ヨブ記に見る内観性	120	病棟内内観療法の医療経済