

オープンダイアログとは何か、心を開く対話とは

修士課程1年 林優希

まずは村上先生の優しい雰囲気、精神科に通う多くの患者が救われてきたのだろうと感じました。

そして、先生が言葉を選びながら悩み、じっくりとオープンダイアログについて語られる姿から、“対話する”ということがとても奥深く、説明するには非常に複雑なものであることを感じました。

私が精神科を経験したのは、看護学生の頃の実習が最初で最後でした。ほかの診療科での実習とは異なる独特の雰囲気と、牢屋のような病室がとても印象的でした。疾患は明かさず、自分が関わりたいと思う患者に声をかけ、学生が担当してもよいか確認を取るという、少し変わった実習であったことも振り返りました。

私が声をかけた患者は、うつ病と診断を受けた退院直前の中年男性で、“会話ができる人”でした。

その患者と過ごす時間は、多くの言葉を交わすわけではなく、ただ一緒に過ごし、アイスを食べるといった穏やかな時間でした。

その中年男性のところには、一方的に話す人、独語をひたすら唱える人、話さない人など、さまざまな人が寄ってきました。

学生ながらも、沈黙の中にもとても安心感のある人だと感じ、ほかの患者も同じような気持ちでその男性を頼っていたのだと思いました。これは“対話”であったのではないかと振り返りました。

精神科の患者は、対話すること以上に、会話することすら難しいという印象が、正直な気持ちです。

看護師として10年ほど総合病院に勤め、既往に精神疾患を抱える患者と関わることもありました。医療従事者にとって、精神疾患のある患者は少し厄介者のように扱われていた部分があったように思います。本来の治療をしたくても、会話が成立しないからです。対話という、もっと深いところまでいくことが、そもそも精神科患者を救い出す方法だったのかと気づき、反省しました。

もちろん、目まぐるしく診療が行われる場において、じっくりと対話することは困難かもしれません。しかし、身体的な病気の改善を望むのであれば、専門家につなぎ、時間を作り、対話する場所を提供することが必要なだと学びました。

それまでの関係性や、その時の場の雰囲気、空気を読んで、「言わないほうがいいのでは」と自分の気持ちに蓋をしてしまうことは、誰にでも経験があると思います。そして、相手に「何でも話していい」と伝えているにもかかわらず、相手が本心を話せない雰囲気を作り出してしまっている場面は、非常に多いと感じました。

精神科に限らず、相手を理解しようとする場面において、場所や雰囲気、そして自分が発した言葉が、会話ではなく“対話”になっているのか、今後も問い続けたいと思います。