

# 希死念慮の訴えを繰り返す長期入院患者へのACTの実践

Practice of Acceptance and Commitment Therapy to long-term in-patient who has strong suicidal ideation

○橋本哲也・宇佐美優

(社団法人岐阜病院)

Tetsuya HASHIMOTO and Yu USAMI

(Gifu Hospital)

Key words: Acceptance and Commitment Therapy, suicidal ideation, support of leaving hospital

## 【問題と目的】

Acceptance and Commitment Therapy (ACT) は、いわゆる行動療法の「第三世代」と呼ばれる治療形態のひとつであり、行動分析学におけるルール支配行動や関係フレーム理論といった言語行動に関する理論を治療の中核に据えている。

ACTの有用性を示すエビデンスは数多く報告されているものの、本邦における臨床研究はまだ少なく、また、行動的な指標によるデータはあまり示されていない。そこで本研究では、ACTによる介入を実施した症例を通して、その有用性について検討すると共に、行動的なデータ収集の工夫を試みることにした。

## 【方法】

以下の入院患者に対し、第一発表者による個別心理面接を、原則週一回の頻度で実施した。

**対象者 (CI)** 40代前半女性、独身、無職。最終学歴は通信制高校卒業。同胞なく、両親は既に他界している。

**主訴** 抑うつ感、不安焦燥感、希死念慮、男性恐怖

**問題の経過** 30歳のとき、婚約破棄されたことを機に抑うつ状態となり、精神科クリニックを受診。その後も数カ所の精神科外来を転々とするも改善はみられず。X-4年11月(39歳)より、精神運動制止、希死念慮、抑うつ気分が悪化し、A病院へ入院。3ヶ月ほどで退院となったが、X-3年12月より再び症状悪化。希死念慮や自殺企図も認められるようになったことから、X-2年4月、B病院へ入院。治療により症状は軽減してきたものの、退院に対する不安を訴えるため入院は長期化した。そのため、X-1年3月より当院へ転院となるが、その後もアピール的な希死念慮や不安感を繰り返して訴え、退院を回避し続けた。X年10月、CI自らがカウンセリングを切望し、心理治療開始となったものの、CIの要望が傾聴的カウンセリングであったため、開始から半年は情報収集とラポール形成に費やされ、積極的な介入は実施されなかった。

**機能分析** CIの希死念慮を訴える行動が、医療スタッフからの注目獲得や退院の阻止として機能していることが予想された。また、CIの訴えから“体験の回避”や“認知的フュージョン”といった心理的非柔軟性が確認された。そのため、心理治療では、言語ルールの不適切な結び付きを弱め、退院への動機づけを高めていくためのACTによる介入が有効であると考えられた。

**介入** X+1年2月より、希死念慮の随伴性に関するセルフモニタリングを開始すると共に、ACT導入を想定した心理教育を始めた。X+1年4月からは、不快な感情のアクセプタンスと脱フュージョンを促すための体験的エクササイズを開始。不安を「あっても良いもの」とし、不快な感情やイメージを客観的に眺める練習を繰り返していったものの、男性に対する不信感・不安感に関する訴えに大きな変化はみられなかったため、それが退院を拒む理由として残った。そこでX+1年8月、男性に関する過去のトラウマ体験(心理面接で明らかになった婚約破棄以前にあったもの)をCIに語ってもらう形式でエクスポージャーを実施。同時に、人生における“価値”へのコミ

ットメントを促すためのセッションを行っていった。

## 【結果】

ACT導入から12ヶ月後、CIは約4年間に亘る入院生活を終え、「不安を抱えたまま」一人暮らしを始めた。「学ぶ」という行為に価値を見出し、退院後は通信制の大学へ籍を置いた。退院してからも外来にて月一回のフォローを実施しているが、再発の兆候はみられていない。

当院入院後、CIが1日当たりに不安時・不穏時薬を頓服した回数の頻度をFig.1に示した。ベースライン期では不安定な増減を示していたが、ACT導入後から安定し始め、ACTに加えてトラウマへのエクスポージャーを実施した直後から頻度は激減した。

また、心理面接開始前と退院後に実施されたMMPIの結果をFig.2に示した(破線がX年9月、実線がX+2年6月実施)。パーソナリティ検査においても、CIが適応的な行動変容したことが確認できる。

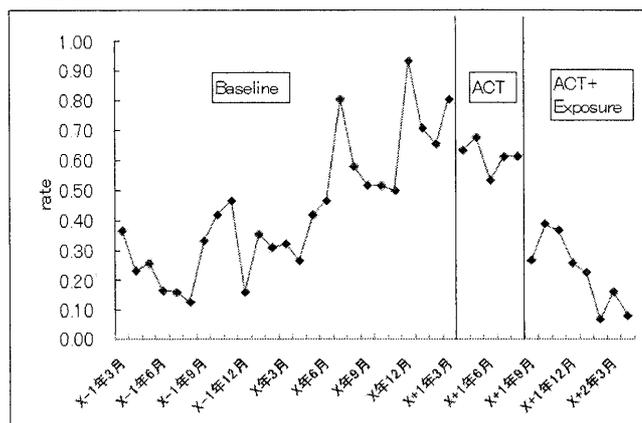


Fig.1 1日当たりの不安時・不穏時薬の服薬頻度

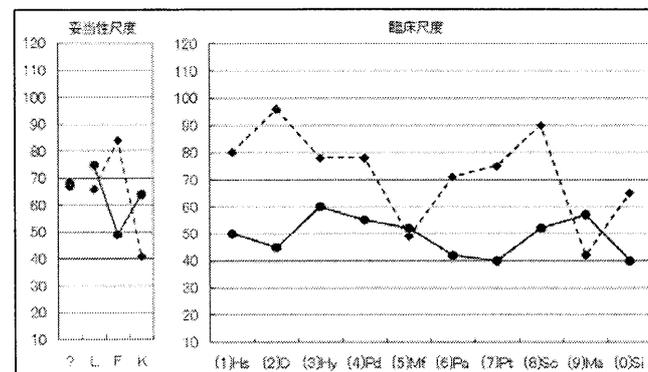


Fig.2 MMPIの結果

## 【考察】

以上の結果から、ACTによる介入は、多様な訴えを持ち、退院に消極的な精神科長期入院患者への治療と退院支援にも有効であると考えられる。また本事例の場合、トラウマへの積極的なエクスポージャーも奏功したと思われるため、ACTにおけるエクスポージャーの役割と重要性についても示唆されたと考えられる。