

## 『悪い知らせに対する心理反応』

聖ヶ丘サテライトクリニック 院長 岡本 拓也



訪問診療を始めて間もない昨年の春、警察に捕まりました。

静岡県は浜松市の病院で働いていた16年前、何気なく運転免許証を見ると、免許証更新の時期が既に半年以上も過ぎていました。北海道を離れてからは車を運転しない生活であったこと、引っ越しを繰り返していたために交通安全協会からの葉書が届かなかったことが原因で、免許証更新の時期が来ていることにまったく気付かないでいたのです。以来、免許証なしの(つまり、自動車を運転しない)生活を続けてきましたが、昨春、訪問診療を始めるに当たって、やはり車なしでは訪問診療の仕事はできないことを思い知らされ、再び教習所に通って免許証を取り直し、15年ぶりに車を運転して訪問診療に精を出しておりました。

その矢先、とある土曜日の午後、事件は起こりました。洞爺の自宅でのんびり寛いでいましたら、伊達にあるケアハウスから電話があり、「患者さんの具合が悪い」とのこと。早速、車を運転して出勤しました。診療を終え、大事に至らずホッとして自宅への帰り道、白黒ツートンカラーの車のサーチライトが、視野の端でピカッと光りました。嫌な予感。果たして、その車は、「止まりなさい!」とスピーカーを鳴らしながら追いかけてくるではありませんか!

私に湧き上がってきた最初の感情は「否認」でした。え、うそでしょ! ? 本当に? しかし、残念ながらツートンカラーの車の前を走っているのは明らかに私の車だけです。呼び止められているのは間違いなく私の車でした。次に湧いてきた感情は「怒り」です。何故こんな善良なドライバーを捕まえるんだ! ? もっとスピードを出している車はいっぱいいるのに! 地域住民のために働いてのことなのに、なんて今思えば随分勝手なことも思いました。しかし、違反は違反(ちなみに16kmオーバー)。次は、「取引」です。パトカーの後部座席に悄然と座し、「今後は気をつけますから今回だけは勘弁してください」と何度も頭を下げましたが、ダメでした。「冷徹な警察官」(その時の私の正直な心境)を恨みました。

でも、向こうも仕事です。仕方ありません。次に襲ってきた感情は、「抑うつ」。自分でもあきれほど落ち込みました。たったこれしきのことでこんなにも落ち込んでしまう情けない自分自身にがっかりして、さらに落ち込みました。ようやく「受容」に至ったのは、数日経ってからでしょうか。まあ、人身事故でなくてよかったとか、これからの教訓として神様がお与えくださったものだ、とか。そんな風に考えて自分を納得させました。

さて、キューラー・ロスさんという方は、200人もの死にゆく患者さんたちの観察を通して、50年程も前に「死ぬ瞬間」という本を出版し、世界中でベストセラーになりました。その中で、ロスさんが死にゆく患者さんが迎える5つの心理プロセスとして挙げたのが、上に記した「否認」「怒り」「取引」「抑うつ」「受容」でした。どうやら、これは悪い知らせを聞かされた人に共通する心理反応のようです。

医療を行う上では、「悪い知らせを伝えること」は決して避けては通れません。そして、悪い知らせは、伝えられる側だけではなく、それを伝える側の医療者にとってもストレスが大きくとても辛い経験です。例えば、もはや効果が期待できない抗がん剤治療であっても、この治療はもう中止した方がいいでしょうという話をするのは、医師にとっても非常に困難な仕事なのです。

さて、悪い知らせを伝えるとき、悪い知らせを聞かされる人間がこのような5つの心理反応を迎えることを知っておけば、多少の役には立つかもしれません。相手の反応を冷静に見守ることができずし、また心理状態は変化していくものであることを知っておくことは有益です。同時に、この5つの心理反応を知っておくことは、自分自身が辛い経験をした時にも役立つかもしれません。試練や悩みのない人生はありませんからね。あなたがスピード違反で警察に捕まって落ち込んだ時には、是非、思い出してください。もっとも、捕まらないような運転をするのが一番ですが。