

静岡県立大学附属図書館

## シリーズ 私の一冊の本

食品栄養科学部 伊藤 創平 先生

岡田 尊司 著

### 『 パーソナリティ障害 いかに接し、どう克服するか 』

閲覧室 2階 493.76//038 PHP 研究所

みなさんは、自分のパーソナリティ(人格・個性)によって生きづらさを感じたり、身近な人との接し方で困っていたりしていないでしょうか。自分でそう感じていなくても、身近な人を困らせていることもあるかもしれません。現代人の多くが抱えているパーソナリティ障害とは、偏った考え方や行動パターンのために、家庭や社会生活に支障をきたしている状態のことです。障害といっても珍しいことではありません。愛に依存する、孤独を恐れる、称賛が欲しい、義務感が強い、傷つくことを恐れるなど、多かれ少なかれ誰もが持ちうる個性が、強すぎるままに大人になった場合に問題となります。また、仮想の物語の主人公を演じ平気で嘘をつく、善悪の区別がつかない、精神的な世界で生きているなどの理解し難い個性もあります。本書では、10種の型(個性)について、特徴と背景、接し方のコツ、克服のポイントを、精神医学的な観点から解説しています。筆者の岡田先生は、精神科医として医療少年院に勤務され、長年患者と向き合ってきた経験と専門的な知識、人に対する深い愛と理解を感じる言葉がちりばめられている本でもあります。

そもそも個性とは何でしょうか？地球に住む2000万種の生物は、多様な個性を持っています。また、種が同じで見た目では区別できなくても、行動パターン・個性の違いがあります。昆虫ですら個性の違いが報告されています。人間ならなおさら、見た目や身体能力以上に、内面的な個性は多様です。内面的な個性の一つの表現型として、近年認知と理解が進んできたLGBTがあります。同性を好きになる、どちらの性も好きになる、複数の愛がある等、性の個性は多様であり、個人の尊厳に関わる大切な問題です。しかし、すべて個性がグラデーションであり多様であること、個性の良し悪しの判断が主観に陥りやすいことはあまり認識されていません。実は、現代社会に蔓延する多くの問題・生きづらさは、パーソナリティ障害を理解することで本質が見えてきます。生物は、生存競争という単純な法則で生きてきました。しかし、人は先人たちが構築してきた社会のシステムの中で生きる必要があり、規律にそぐわない偏った個性は障害とみなされてしまいます。一方で、強烈な個性を持つ人しか持ちえない特性や才能が世界を魅了し続けてきたことにも本書では気づかされます。パーソナリティ障害は、苦しさや困難を引き起こしますが、同時に大きな力を生み出す可能性も秘めています。克服した時に真価を発揮するのは、身体的な障害と同様です。

岡田先生の言葉を借りると、かつての学びとは、知識よりもまず心のあり方を学び、人としての道を修める鍛錬を重ねることでした。しかし現代の学びにおいて、勉強や研究と、人格の鍛錬は分離してしまっています。人格を陶冶し自分にふさわしい生き方に出会える前に、氾濫する情報に飲み込まれ、パーソナリティに障害を抱えたままの大人が増えているのでしょうか。また、生きづらさを感じていなくても、人間を客観的に理解し対人関係を良好に保つ一助となる良書です。