

Conservative Psychotherapy

日本の精神療法と 都市・制度・時間感覚

都市が与え、制度が支え、日本の時間感覚が育てた「急がない治療文化」

この論考は「構造論」である

なぜ日本でこの臨床が成立してきたのか—技法論ではなく、その背景構造を問う

都市

匿名性と余地を提供

制度

継続可能性を保障

時間感覚

焦らない倫理を醸成

↓ 相互補強 ↓ 「急がない治療文化」としての日本の精神療法

1 | 日本精神療法は「都市臨床」である

都市が提供する条件

人口が多い

個人が埋没できる規模

匿名性が高い

素性を知られずに通える

役割から一時的に降りられる

職場・家族の視線から外れる

失敗が致命傷になりにくい

再出発が許される環境

都市と「慢性性」の相性

▶ 回復しきらない人を排除せずに置いておける

▶ 目立たずに通院できる

▶ 完全な役割遂行を求められない

▶ 断続的に関われる

地方共同体では「いつまでも治らない」ことは逸脱として可視化されやすい。都市では、治らないまま存在し続けることが可能になる。

2 | 制度が作った「時間の余白」

フリーアクセス

かかりつけを変えずに長期通院できる。患者は制度の網の目の中で漂流し続けられる。

長期通院の容認

「いつまでに治るか」を問われない時間が制度的に保証される。

比較的低額な自己負担

経済的障壁が低く、通院継続のハードルを下げる。

制度のポイント：点数はつくが成果は要求されない—非目的的な関わりを黙認する矛盾した構造

3 | 日本的時間感覚と精神療法

時間感覚の特徴

1

線形ではない

一直線の回復を前提としない

2

進歩を前提としない

停滞・後退を許容する

3

繰り返しを含む

同じ話を何度しても良い

「まあ、ぼちぼち行きましょう」

この一言は単なる慰めではない。
それは時間哲学の表明である。
「今すぐ治らなくてよい」という
臨床的・倫理的メッセージ。

欧米モデルとの対比

- × 期間限定の介入
- × 成果評価・アウトカム管理
- × 日本精神療法は成立しにくい

4 | なぜ今、この生態系は揺らいでいるのか

成果主義的医療評価

EBMやアウトカム指標の導入が「治らない通院」を説明不能にしつつある

都市の過密化と孤立

匿名性は残りつつも、社会的紐帯の喪失が慢性患者の居場所を失わせる

短期介入モデルの輸入

CBTや構造化介入の普及が「時間をかける関わり」を周辺化する

医療資源の圧縮

診療報酬の締め付けが長期・低密度の外来を維持困難にする

「治らないまま通うこと」が説明不能になりつつある

5 | 日本の精神療法の未来的課題

どう守るか

この臨床文化を意図的に保護する制度・組織の設計

どう説明するか

「急がない」「目的がない」ことの臨床的価値を言語化する

どこまで制度化するか

完全理論化すれば失われ、放置すれば切り捨てられる—その均衡点

この臨床文化は「脆弱で、同時に倫理的」である—回復を急がず、成果を誇らず、人を制度に回収しない

暫定結論

日本の精神療法は
「都市と制度と時間が、
人の回復を急がせないことで
成立した臨床」である

Conservative Psychotherapy — 温存精神療法