

生活

本人はつらいのに、仮病に見えてしまう。こんな「非定型鬱病」がここ2、3年、職場で目立つようだ。何もする気力がない「定型」と違い、「非定型」は趣味の時間は元気で仕事は困難になるのが特徴で、「仮病」と誤解されやすい。新たな鬱病について、「管理職が現場も担当するなど多忙となり、若手への教育やコミュニケーションが手薄になった影響ではないか」などと指摘する声もある。(津川綾子、写真も)

「詐病ではない」

「週明けに日焼けして会社に来るが、時々連絡もなく休む」「変な部下がいて、好きな仕事はするが、嫌なことはしない」。企業のメンタルヘルス対策を行う「EAP総研」(東京都千代田区)に昨年以降、こんな相談が相次いでいる。こうした症状の若手社員が心療内科などを受診し、非定型鬱病と診断される。そんな話を耳にすることが増えた」と、同総研の臨床心理士、三橋乃梨子さんは話す。「性格なのか、病気なのか」と、企業の管理職が頭を悩ませるほど病気と分かりづ

健康

仮病に見える？ 非定型鬱病
できる範囲の仕事を

らしい。しかし、『「非定型うつ病」がわかる本』の著者で、南青山アンティーク通りのクリニック(港区)の福西勇夫院長は「朝、会社に行くこ



「EAP総研」は、増える社員の鬱病対策として、休職中の復職トレーニング法などを盛り込んだマニュアルを作成している
—東京都千代田区

に多く、「他者に対して批判的な人がなりやすい」と福西院長。これに対して、定型鬱病は几帳面で責任感が強く、自責的な人に多く、中高年の男性が目立つという。

悪循環も要因

症状も異なる。定型鬱病は午前中から体が動かず、何カ月もそのまま伏せてしまう。非定型の場合は、自分のやりたいことはできるが、やりたくない仕事だと症状が出やす

く、周囲から仮病とみられることがある。朝、会社に行くこととすると、頭痛、めまい、吐き気などの身体症状が出る。断言する。非定型鬱病は若い人や女性

「頑張る」も必要に
職場での適切な対処法として、まず、非定型の症状が鬱病によるものであることを周知することが大切だ。定型鬱病で禁句とされる「頑張る」という言葉もむしろ必要になることがある。「本人は精いっぱい頑張っているつもり。この言葉がけをしたうえで、仕事ぶりを認め、本人ができる範囲で仕事を与えるのがよい」と福西院長はアドバイスする。

非定型鬱病が目立つ要因として、福西院長は「環境や性格の要因が大きいのでは」と分析する。「そもそも日本人は、人にどう評価されているかを気にする。親にしかれた経験が希薄という時代背景もあり、上司にひどくしかられることが続くと、発症することがある」という。EAP総研の川西由美子社長も「不況による人員削減で中間管理職が現場を持つようになり、若手の教育ができなくなっ

た。若手は育たず、『できないやつ』と烙印を押されたままとなってしまう。その結果、管理職が現場フォローで