

ポストコロナの心理学

私どもの社会はすでに一年以上にもわたり新型コロナウイルスに脅かされつづけた。これほど長期かつ恒常的に強いストレスに晒さらされたのであるから、収束後も社会が以前と同様の日常に復することは難しいのではないか。

人間のストレス反応については、ハンス・セリエによる古典的な研究がある。セリエによれば、外部から与えられる刺激に対して生体は最初は適応できないものの、やがて生体防衛反応が働いてストレスに対する抵抗力が生まれ、二つがバランスを保つようになるといふ。しかし、さらにストレスに長期かつ継続的に襲われつづけると、抵抗エネルギーが消耗し心身のバランスを保つための機構（ホメオスタシス）が崩壊してしまふ。セリエはこの時期を「疲憊ひばい期」といふ。日本の社会が疲憊期に入ってはまずい。ワクチン接種が開始され、コロナ拡散はやがて押さえ込まれるのであろう。それにこの感染症による死者は他の感染症に比べて多いものではない。皮肉なことに、このコロナは弱毒性で軽症者や無症状者

渡辺利夫わたなべ ともお (公益財団法人オイスカ会長)

一九三九年、山梨県生まれ。七〇年、慶應義塾大学大学院経済学研究科博士課程修了、経済学博士。筑波大学、東京工業大学教授、拓殖大学学長、総長、学顧問などを歴任（二〇二〇年十二月退任。二〇一七年六月より現職）。

の移動により感染が拡大してしまっているらしい。不気味というより他ないが、ここは政府、自治体、医療従事者の適正な対処を祈るしかない。

不快、不安、抑鬱よくうつ、恐怖といった負の感情にこれほど長期に晒されると、感染が収束してなおトラウマが居座り、さらにはPTSDとして知られる心的外傷後ストレス障害に苦しめられる人々さえ大量に発生するという危険な可能性がある。阪神・淡路大震災、地下鉄サリン事件、東日本大震災を経験した人々の中には、今もこの疾患しづかんに悩まされている人々が少なくないといわれる。

人間の移動をいかに厳しく制限しようとも、いや厳しくすればするほど不安や恐怖という人間感情は、これを他者に発することが難しくなるために、個人の中に深く押し込まれてしまうのであろう。不安や恐怖といった負の人間感情の呪縛じゆばくから人々を解放することがどうしたら可能なのか。新型コロナウイルス感染症のポイントはここにあると思うのだが、そのように問いかける識者を私は知らない。