

〔公開講演会報告〕

障害と心のケア

講師 岩坪奇子 (つくば国際大学教授)

広瀬寛子 (東京都精神医学総合研究所主任研究員)

この講演会は、「障害と心のケア」と題して、1997年7月5日、筑波大学津曲裕次教授の司会のもと筑波大学大塚校舎で開かれた。当日は体温を超えるような暑い日であったにもかかわらず、会場には医療関係者、教育・福祉関係者をはじめ、学生や一般の方々まで様々な分野からの参加で会場は熱心な聴衆で一杯になった。

講師は、「身体障害者の心のケア」と題してつくば国際大学教授の岩坪奇子先生、「がん患者の心のケア～サポートグループを中心として～」と題して東京都精神医学総合研究所主任研究員の広瀬寛子先生がご講演された。

最初の講師である岩坪奇子先生は、ゆったり落ちついた口調でお話しされ、会場はなごやかな雰囲気が始まった。まず岩坪先生が心理士の友人からいわれた「心理なんてゴミカゴだよ」という言葉を引用しながら、2つの事例を紹介された。外傷性脊髄損傷の26歳女性。彼女は腰痛のため車椅子に3時間も座ってられない。16歳から腰痛が悪化し、医療機関の入退院を繰り返していた。そこで、面接において「今日、家から病院に来るまでを思い出すと、6時間も座っていられたね。どうやったら、長く座わっていただけるかを一緒に考えてみましょう」と提案した。患者さんはその後自動車の免許を取り役場に就職するに至ったが、退院時に本人から「面接の場面での言葉が心の支えであった」と聞いた。たまたま会話した言葉が、実はこのような患者さんの心の支えとなっていた。すなわち、組織の中でこと荒立てて心理療法をしたわけではなく、たまたまかわした言葉が、彼女に希望をあたえたケースであった。次に頸髄損傷の36歳男性。彼は、娘の父兄代表で泳いだときに受傷し四肢麻痺となった。機能訓練にも出たがらず、ベッドにふしていた。今後配置替えによる復職も話し合われたが、結局結論はつかなかった。そして、岩坪先生は受傷後一度も自宅に帰ることが許されていない彼を自宅に帰らせて、それから今後の生活の方針を考えてみることを提案した。

しかし、妻はそれを受け入れなかった。結局別の病院に転院し、面接はその1回限り。障害受容の過程において、ケースは混乱のまっただ中にある。しかし、損傷を受けるのは家族も同じであること、妻にとっても恐ろしく大きなものを失ったという心配りがなかった、奥さんが困っているという目配りが足りなかったと反省を述べられた。

心理士の中には催眠を使うとか、自律訓練法、ゲシュタルト療法といった具体的な技法そのことが治療ですという方もいる。しかし、技法が使えないということが自分の役割を果たせないことなのか。それよりも組織の中で自分の役割を見いだすことが重要ではないかと強調された。心理はゴミカゴであっていいのではないか。ゴミカゴがなかったら部屋の中は汚れっぱなしになるし、進んでゴミカゴになることによって、そこが住みやすいことになるならばそれでもいいのではないか。優秀なゴミカゴを果たしたいと話された。

また、配布された資料を示しながら施設に入所後、それまで自分の障害に対して悲観していた人の割合が減っていることを示された。身体障害者にとって施設そのものに環境療法的な意味あいがあること、すなわちそこに入ることによって自己認知を促進するという役割があることを指摘された。岩坪先生ご自身もそれを大切にしたいと述べられた。

次にラーメンのコマーシャル「私つくる人、あなた食べる人」を引用された。心のケアにおいて「する人、される人」とこのような対比するような見方をしてはいけないと思っていたが、必要として望んでいる方があるのであれば、そのような考えも必要なのかもしれない。そして最後に、「ふだんの生活の中で、自分たちが障害のある人に心を寄せているかどうか忘れてはならない」という言葉で締めくくられた。

次の講師である広瀬寛子先生は、流暢なテンポで情熱的にお話をされた。がん患者の心のケアをする上での2つのサポートグループをスライドを交えながら紹介された。サポートグループが行われるようになった

経緯は、広瀬先生自身が行われている個人カウンセリングにおいて、患者さんから「こんなことを考えているのは自分だけでしょうね」「他の患者さんはどんなことを感じているのでしょうか」などと質問されることが多かったことによる。そこから患者さんが直面している情緒的なサポートの必要性を認識し、このサポートグループは始まった。

まず短期型（2か月）サポートグループは、主に乳ガンの患者さんを対象としてきた。毎週1回3時間で計7回行われている。プログラムは、足の裏の指圧から初めて呼吸法を取り入れたリラクゼーション、いわゆる「からだほぐし」、自分が気がかりな身体の感じに焦点をあて、自分に問いかけるセラピー「フォーカシング」、メンバー同士の相互作用、自己開示の援助によって個人の成長を目指す「エンカウンター・グループ」の3つの組み合わせによって行われている。これらにより、⑥心地よさ、⑦話すことにより楽になる、⑧他の患者さんとの相互支援、④自己への気づき、⑤身体への関心の深まり、⑥心と身体のつながりの自覚、⑦前向きな姿勢などの効果が挙げられた。これらは、同じ様な障害をもった人の横のつながりが、いかに人間の情緒を安定し高める上で重要であるかを痛感させられた。

もう1つの継続的サポートグループ（外来サロン）は、月2回程度、外来診療が終了する頃の1時間ほどを利用して自由参加で行われている。乳ガン、子宮ガン、脳腫瘍の患者さんなどが参加されている。カウンセラーが司会をつとめ、患者さんがその日のテーマについて思うことを語っていくという形式で進められていく。テーマは、病気に関すること、医療や家族との人間関係、心理療法、教育的な内容などが話し合われる。参加者にとっての外来サロンの目的には、⑥話すことや聞いてもらうことによって自分が楽になる、⑦他の患者さんとのかかわりによる相互支援、⑧居場所づくり、⑨フォーカシングによる心地よさと自己への気づきなどがある。患者さんには乳ガンの手術後11年の人もいて、転移したらおしまいだと思っていた人に希望を与えている。

身体が病気になったり障害をもつことは、同時に心も病気になったり障害をもったりする。我々は障害者の心のケアをする上で、専門的な技法を伝えたり指導することも重要なことには違いないが、臨床におけるささいな会話や、患者さん同士の会話がその解決の糸口として、決して小さくないことをこの講演会で教わることが出来たと思う。

（リハビリテーションコース 中野克己）