
 東洋大学

「生きること」と「生かされること」の相克
としてのいのち—精神障害を持つ方々
への支援の経験から—


ライフデザイン学部生活支援学科
白石弘巳

われわれは、
ただ生きているのではない。
ほかならぬ自分として、
よりよく生きること
自分の力で生きること
を自他から期待された存在である
→人は常に未完の存在

 東洋大学


WHOの健康の定義
Health is a state of complete physical, mental and
social well-being and not merely the absence of
disease or infirmity.

健康とは、病気ではないとか、弱っていないということ
ではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的
にも、すべてが 満たされた状態にあることを言う。
→健康すら極める対象となる


 東洋大学

高齢でも、病気に罹患しても、障害を持ってい
ても、好ましい状態 (well-being) は可能。
1) その人が、楽しさや充実感を得ている
2) その人が、持てる能力を発揮している
3) その人が、孤立していない


→そうした状態は「負けないで自分らしく生きて
いる」状態といえるのではないか(「心の健康」)

 東洋大学

私は精神科医として約30年臨床に関わり、
精神障害は他の障害と比較し、「負けない
で自分らしく生きる」ことが容易ではないと感じてきた。
→今日は、精神障害者への支援と回復を「
いのち」という視点で論じてみたい。

 東洋大学

精神障害とは
物忘れがひどい人。
いるはずのない人の声が聞こえてくる人。
注意が散りすぎて、坐って授業を受けられない
児童。
会社に行きたくても行けない人。
酒を止めたいのにやめられない人。
潔癖性が過ぎて自分でも困っている人。
→精神障害では、できるはずと思われているこ
とができなくなる。

 東洋大学

精神障害の構造

精神機能に障害が生じる(精神症状)

- 1) 能動意識が剥奪される(させられ体験)
- 2) 自己の知覚が不確実になる(幻覚)
- 3) 能動的な行動が制限される(思考制止)

防衛過程としてのホメオスタシスとその機能不全

(これも精神症状)

- 1) 制御不全に陥る(強迫行為、アルコール飲酒)
- 2) 心的防衛システムが否認や歪曲を引き起こす

→発生した精神の機能障害に対し不適切な対処方法での防衛に固執することにより悪循環が生じる。
(**個体レベルでの悪循環**)



悪循環の帰結: 生きる基盤の切り崩し

日常生活面

- 1) 生活習慣の崩壊
- 2) 対人関係の崩壊

心理面

- 1) 自尊心が損なわれる(自己否定)
- 2) 自己の有効性に関する意識が損なわれる
(無力感)

→精神障害では、一般に重篤になるほど支援を拒む傾向が強まる(**社会レベルでの悪循環**)。



精神障害者の意思を尊重すべきか迷うことがしばしば生じる(1)

入社式間近の大卒女子の事例(うつ病)

自殺をほのめかす行動があったため、父母に伴われて精神科外来を受診した。入社式は3日後に迫っていた。本人は「自殺しない」「入院したら就職を取り消される」と訴える。父母は、入院の要否は医師の判断に任せるという。



精神障害者の意思を尊重すべきか迷うことがしばしば生じる(2)

体重約20kgの20歳代女性の事例(摂食障害)

体重20kgでも、もっとやせたいと言い続け、昼食は点滴で200滴しか受け付けず、数滴多く体内に入ったと言って怒り、病棟前の交通量激しい道路に飛び出して死のうとする。



精神障害者には支援が必要

エンパワーメント的支援

直面化

操作

養育的態度

→支援はできる限り、本人の自己決定を尊重したものであることが望ましいが……。



支援の矛盾

精神疾患が重い人ほど、本人の望む支援はできない。しかし、支援は本来本人の望むものであるべき。

→最悪の状況を回避し、その上で希望を叶える支援(エンパワーメント的支援)を行う。



ひきこもりに対する対応

病的な状態と見る→治療や特別の訓練を強制する(無理に関わる)
 不安から身を守っていると見る→成長や経験蓄積を重視(介入を控える)
 自分が決めた生き方と見る→尊重しつつ選択肢を広げる援助を実施(エンパワーメント的支援)
 →**変えることより関わること。できること探し。**

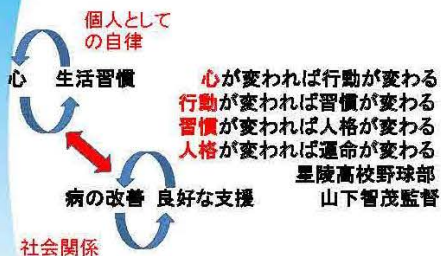
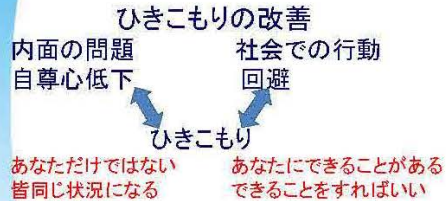


精神障害者に対する支援は、
 悪循環を阻止し、
 良循環を動き出させる
 触媒として機能するもの。
 →**個人の自律(ホメオスタシス)の破綻、
 周囲からの孤立から立ち直るための環境
 づくり。**



精神疾患からの回復を促す言葉

- (1) 回復はできないことをできるようにするのではなく、できることをきちんとできるようにすることから始まる(生活習慣)
 - (2) 今できることを頑張ってやっていたらどうか良くなる(希望)
 - (3) 自立とは、できることは自分でい、できないことを人に頼めること(対人関係)
- 悪いままの状況を肯定的に見る視点を共有**



結論

精神障害では個人のホメオスタシスが破綻する。その結果、個人の尊厳と社会関係を毀損する悪循環に陥る。従って、周囲からの支援が必要となる。支援は、強制的に生きる環境を整えることから始まり、本人の意思を尊重し、現状を肯定的に見ることが共有されることで良循環が回り出す。
 →**精神障害とその支援のありようから、人のいのちが人々によって支えられ「生かされる」ことと「生きること」の相克の中で存在できていることが明らかとなる。**

