

KSK

発行 KSK 神奈川県障害者定期刊行物協会
〒222-0035 神奈川県横浜市港北区鳥山町1752番地
障害者スポーツ文化センター横浜ラポール3F 横浜市車椅子の会内

あゆみ会報

2019年7月 第143号

編集 湘南あゆみ会
〒254-0807 平塚市代官町21-4 SEA平塚ビル3F フレンズ湘南内
TEL/FAX 0463-24-0420
定価 50円（会員は年会費に含まれています）

報告

6月定例会 SST勉強会



6月10日（月）ひらつか市民活動センターに於いてSST勉強会を行いました。参加者38名新しい方が5名も参加されるなど、熱気にあふれた勉強会となりました。以下概要を報告します。

最近起きた2つの事件には、いずれもひきこもっていた人が関わっている。中高年齢者のひきこもりが若い人以上に多いと報じられているが、事件の報道が与える影響が心配である。

オープンダイアログについて。フィンランドでは連絡が入るとすぐに5人位でチームを作り、その人の家を訪問する。最初の10日位は毎日話しあう。86%位の人が薬なしで回復している。斎藤環氏は環境さえ整えば薬は要らないと云っている。

啓発型の方はプライドが高く、助言・勧告は聞かない。依存型の方は親が考えを押し付けることが多く、司令待ち症候群となる。親は良かれと思いい、不安や毒を与えてしまうこともある。

この病気は大人になりたくない、責任を持ちたくない病気であり、44歳でも心は子どもである。

グループホームで一人暮らしをしている息子が、正月は家に帰り、家族と一緒に寝たいとメールしたところ、父親から「それはない」という返事が来た。断る時は息子の気持ちを汲み、上手に断る。人ぐすりの出せる親になるように。

人には病気の部分と健康な部分がある。薬は症状を抑えるだけであり、健康な部分を増やすようにすれば病気の部分を減らすことができる。それには褒める、認める、けなさないことが大事である。

＜相手の話を聴く練習＞（2人1組になって）

- 1 関心表明 2 反復確認 のの字の哲学

3 質問 4 共感 5 自分の考え
2と3を繰り返し、相手の気持ちを良く聴く
＜聴く時の態度＞

ア 視線を合わせる ロ 身を傾ける ハ 心を使う ニ 明るい表情 ホ はっきりとした声 ヘ 話の内容が適切なこと

【お困り事 Q and A】

1Q 姉が病気で集団観察されているという。

A 反復確認、質問、共感で話を良く聞く。否定しないこと

2Q 緊張で下痢気味、斜頸になっている。

A 薬の副作用が考えられるので調節が必要

3Q 週に2～3回就労訓練に行くがそれ以外は寝ている

A 脳を休ませているのだから寝るのは大事

4Q 週に3回作業所に行くが歯磨きなど自分の身の回りの事ができない

A 作業所に行っていることを褒めてあげる
今を認める

5Q 摂食障害の子への対応はどうしたらよいか

A 心が大人になりたくないから。介入せずに任せる。愛情が必要な人。暖かい言葉かけを。

この日は個人的に相談したい人が多く、会終了後も先生は遅くまで一人一人に対応してくださいました。

タクシーの中に先生がバッグを忘れてきてしまったというハプニングもありましたが、バッグは無事戻り、「マンガで分かる統合失調症」の本を2冊、会に寄贈してくださいました。



7月定例会 映画会

「むかし Matto の町があった」

7月4日（木）平塚市美術館ミュージアムホールにおいて、イタリア映画「むかし Matto の町があった」を鑑賞しました。

参加者 35名（内訳 会員13名 会員外22名）

この映画はイタリア精神保健改革を描いたもので、2010年イタリア国営テレビがお茶の間向けに放送し21%の高視聴率でした。その後、日本でも各地で自主上映されました。

映画は1961年、大学で教鞭をとっていた神経科医バザーリアがゴリツィア県立病院長に就任し、初めて精神病院の内側を視るところから始まり、1978年に精神病院廃止法が様々な困難を乗り越えて、漸く成立するところが描かれています。強制収容所のような中で、非人間的な扱いを受けてきた患者たちが、少しずつ人間性を取り戻し、病院から社会へ出て行くという、非常に内容の濃い、また示唆に富む映画でした。

感想 「むかし Matto の町があった」を観て

♥ とても迫力のある心揺さぶられる映画でした。精神病の患者を一人の人間として尊重して行こうとするバザーリア医師によって行われた精神病院の改革。紆余曲折があって精神病院をなくす法律まで進めていく姿に深く感動させられました。患者を病院の中に閉じ込めるのではなく、社会の中で治療していくには一般の人の理解と受け皿が必要ですね。日本の精神医療はこれからですね。家族会も横のつながりを深めて、皆で精神障害者にとって住みやすい社会を作っていくよう頑張らねばと思いました。（R.M）

♥ この映画はフランコ・バザーリアという実在した精神科医の活動の道を描いたものだが、この病故の世間、そして家族からさへの差別、偏見をありの儘に見せてくれる。このバザーリア医師は、理不尽な目に遭いつらい過去を持つ当事者一人一人に愛を持ち、その気持ちに寄り添って、

よく話を聞いていた。これは私達が高森先生のSST勉強会で学んだ「聞くは宝」を思いださせてくれる。当事者会議の場面で発言することが、その人々の能力、人間性を回復してくれるということも教えてくれた。1978年に世界初の精神病院廃止法「バザーリア法」が生まれるが、日本でも一日も早くこの日が来ることを願っている。

現在は薬の開発、進歩が目覚ましく、この病の原因究明が明らかになれば完治する日が来ることを信じて行こう。その時こそ「電気ショック療法」も「身体拘束」からも解放され自由へと、彼らは壊された夢から回復出来る。私達家族も共に苦難の中、試練を通過してきたが、そのことが宝となって返ってくる。だからその日を待ち望み、へ垂れ込む時があっても、一日一日を生きて行こう!! この映画は私に深い教訓と希望を与えてくれた。心から感謝します。最後の場面近く、“マルゲリータ”が愛息子にバザーリア医師と同じ名“フランコ”と名付け、港の岸壁を手をつないで散歩する姿が温かかった。（S.I）

♥希望もあったけれど、とても重い映画だった。この映画を作り、上映したイタリアはすごいと思った。息子の発病以来「普通って何だろう」とよく考える。この映画で患者たちが自分の服を着、スタッフが制服を脱いだら、全く見分けがつかなくなった。いかに偏見で色分けしているのか。悲しいことに映画の中では、家族の偏見が強い。一人でもいいから温かい家族が出てきてほしかった。でも家族以外でも繋がれる人がいれば、人間は生きていけるというメッセージも感じた。（H.I）

♥この映画は50～60年位前イタリアで実際に起きた精神保健改革を描いたもので、精神病院をなくしたという、現在の日本の状況からは信じられないような内容の映画ということで、興味深く、生憎の雨模様の中、美術館へ出かけました。

想像も含めてではあるものの、精神病院、精神障害者の実態を描いただけに、かなり衝撃的な内容でした。隔離、身体拘束、症状に対応だけの薬物療法等、人権侵害甚だしく、患者も医療者

側もそのような状況に慣れきっている中、精神科医のフランコ・バザーリアが地域の精神病院の改革を行い、そしてとうとうイタリアで精神病院廃止法が成立に至りました。

バザーリアが一人ひとりの患者を一人の人間として温かい眼で見て、患者の立場に立って考え対応していて感動しました。身近なところにこのような医師がいてくれたらなあ、とつくづく思ったものでした。

患者は一人ひとり感じ方、受け止め方が異なります。何気ない一言、何気ない態度が大きな不安や怒りを引き起こすことがあります。毎日傍らに居る家族であっても、傍らに居るからこそかもしれないかもしれませんが、理解しがたい言動、こちらの事も理解してもらえないという思いもまた、日々痛感しているところです。患者の思いに耳を澄ませ、心を寄せて行かなければと思いつつ、苦しい思いで鬱々とした日々を過ごしており、でも私も辛いけど当事者の辛さはなおの事、というのも日々感じているところです。そして自分の辛さを軽くしたい思い以上に、障害者本人には少しでも幸せになってもらいたい、幸せと思える一瞬だけでもいいから味わってもらいたいと祈る気持ちでいます。患者を温かく見守り、温かく関わっていく社会の体制ができるのは、今の日本では遠い先のように思いますが、身近な精神科医療者や福祉関係者だけでも変わって行ってくれることを切望する思いが改めて湧き上がりました。 (K.H)

♥イタリア精神保健改革の立役者はバザーリア医師ですが、彼が県立サンジョヴァンニ病院長として力を発揮できた陰には、若きトリエステ県知事、ミケーレ・ザネッティという政治家がいました。日本ではイタリアと異なり、私立の病院が多いために改革がなかなか進まないと言われていますが、心ある医療者たちが立ち上がり、政治家を動かす、患者の人権が守られる医療改革がなされる日が必ず来ると信じています。 (Y.Y)



★家庭内暴力、止める方法あります

(2019年6月20日 朝日新聞デジタル版より抜粋)

中高年齢者のひきこもり者数が非常に増えているという報道があり、また、ひきこもり者が関わる殺傷事件もありました。私達家族も80-50問題を抱え、他人ごとではありません。

ひきこもり問題に詳しい斎藤環精神科医（筑波大学教授）のお話を抜粋します。

適切に対応すればほとんどの家庭内暴力は解決が可能

否定的な言動への反発としての暴力

—家庭内暴力に結びつく背景に何があるのでしょうか？

一般的には家族が本人を責めることです。本人の人格を否定したり、怠け者扱いをしたり「早く仕事をしろ」などと追いつめられると、それに対する反発として暴力が起こる、という構図があります。私が今までしてきた仕事の半分位は、家族に本人に対する批判や否定をやめてもらうことでした。

—やめるだけで変わりますか？

かなりの割合で親からの暴言や批判に反応して起こる暴力があり、これをやめれば暴力は終わります。本人は親が自分をコントロールしようとしていることに非常に敏感で、怒りを感じます。枕元にアルバイト雑誌等を置いておき、「これを見て奮起しなさい」といったやり方は殆ど嫌がらせです。見てほしいものがあったら直接渡して「読んでくれると嬉しい」という位の感じで欲しい。

一方、刺激しなくても怒る暴力があります。長らく密室的な親子関係が続いていると、本人がこれまでの人生に対してすごく否定的な思いを抱いている。「自分の人生は意味がない」「惨めだ」。その思いを自分一人では引き受けられない。「こうなったのは自分のせいじゃない」「親の育て方がまずかったんだ」。様々な思いが渦巻いていて他責的になりやすい。親にぶつけずにはいられなくなってしまい、これが慢性的な暴力の根源にあります。

「怒り」ではなく「悲しみ」

これは怒りというよりも悲しみなんです。暴力を振るってすっきりするわけではないが、振るわ

ずにいられない辛さ、悲しみがある。

さらに親に「自分の苦しさを味わえ」「共感せよ」といっている意味もあります。受け入れがたい無理難題を言ってきたり嫌がらせもあります。それは「自分の辛さを知れ」という主張です。根源にあるのは、怒りや攻撃というよりは、悲しみであり、その悲しみを分かってほしいという思いだということ踏まえて置いて頂きたいです。

暴力を受け入れてはいけない

——具体的には何から始めればいいのでしょうか？

まずは本人の言葉、訴え、恨みつらみをちゃんと聞いてほしい。しっかりと聞くだけで一切反論しない。弁解しない。ひたすら聞く、という姿勢でやって頂きたい。これは難しいです。でも、ちゃんと聞くと収まるんです。この聞くは「言いなりになる」というのではなく、「耳は貸すけど手は貸さない」。つまり「要求はのまなくて良い」ということです。「100万よこせ」などと慰謝料を求めの人がいますが、「それは出来ない」とはっきり断ってください。理由は「したくないから」と答えて下さい。それで十分です。

一番やってはいけないのは「暴力を受け入れること」です。すべてを受け入れたら本人が反省し、暴力を止めてくれたという実例があるようですが、それよりはるかに多い割合で、受け入れた結果、トラウマになり、心身共に傷だらけになって耐えられなくなり、子殺ししてしまうというケースが多くありました。

このように斎藤環教授は言っています。6月のSST勉強会でも相手の話を聴く練習をしました。つい、私達親は自分の考えを云ってしまい、ひたすら聴くということが如何に難しいかを痛感しました。しかし、それをする事により、本人の気持が収まり、問題行動が少なくなるならば、是非、やってみましょう。



これからのお知らせ

《◆8月定例会はお休みです》

◆9月定例会

9月10日（火）SST勉強会 13：30～
会場は8月会報でお知らせします。

じんかれん研修会

講演 「障害者権利条約の精神 と
差別解消法の理解」

講師 弁護士 内嶋順一氏

日時 8月6日（火）10：00～12：00

会場 かながわ県民センター 305会議室

横浜駅西口歩5分

日常生活の中で障害者も障害のない人と同じように権利が守られ、差別なく生活出来ているのでしょうか。大事な学びです。是非ご参加下さい。 交通費補助あります。

❖サロンあゆみのお知らせ❖

毎月第3金曜日 13：00～16：00

場所 ひらつか市民活動センター会議室

毎回、大勢の参加者で賑わっています。同じような経験をしている家族ですから、すぐに打ち解けた話ができます。まだ 参加したことのない方、是非来てみてください。話すことは放すこと。

少しでも荷が軽くなりますように。

途中参加 OK お茶代1コイン（100円）

※ひらつか市民活動センターは4月に移転しました。

旧平塚警察署跡地 ☎0463-31-7571

会報原稿募集!!

あゆみ会報の原稿を募集しています。

是非 あなたの声をお聞かせください。

日々の生活で感じていること、嬉しかったこと悲しかったこと、本を読んだり、映画を観た感想などなど。

一品料理紹介も大歓迎。いつでもお待ちしております。

送り先 フレンズ湘南迄 平塚市代官町21-4

SEA平塚ビル3階 FAX 0463-24-0420