

平成27年度

精神に障がいのある親とその子どもの支援に関する学習会

『親&子どものサポートを考える会の取り組み
と
“語りの場”の実践から見えてきたこと』
～語りの場の持つ力と限界～

2015.5.10

親&子どものサポートを考える会

『親&子どものサポートを考える会』について

- 土田らが「精神障害の親と暮らす子どもの支援」の研究に取り組み始める(2009年)。

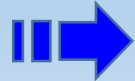
しかし、医療機関等の理解(協力)は難しく、“子ども”に出会えない。

- 『親&子どものサポートを考える会』を設立し、子の立場の者が語る講演会を開催。



- 「私も思いを聞いてくれるところがあるなら話してみたい」と子どもの方が来てくれるようになった。



- 「同じ境遇の人(仲間)に会ってみたい」、「他の人の話も聞いてみたい」  『サポート・グループ』
『三重 子どもの集い・交流会』へ

親&子どものサポートを考える会の スタッフ構成

- 代表：土田

（児童精神科での勤務経験のある看護師 & 大学教員）

- 看護師：7名

（臨床で働く看護師3名・教員4名、うち3名がCNS）

- 精神科医師：1名（専門は児童・青年期）

- 精神保健福祉士：2名（1名は保健師経験あり）

- 臨床心理士：2名

（1名はスクールカウンセラーとして子ども対応）

- 保育士：2名

*** 専門性を持つ15名のスタッフで構成**

私たちの会の基本的な考え

- 子どもの気持ち(当事者さんの気持ち)は、子どもにしかわからない。



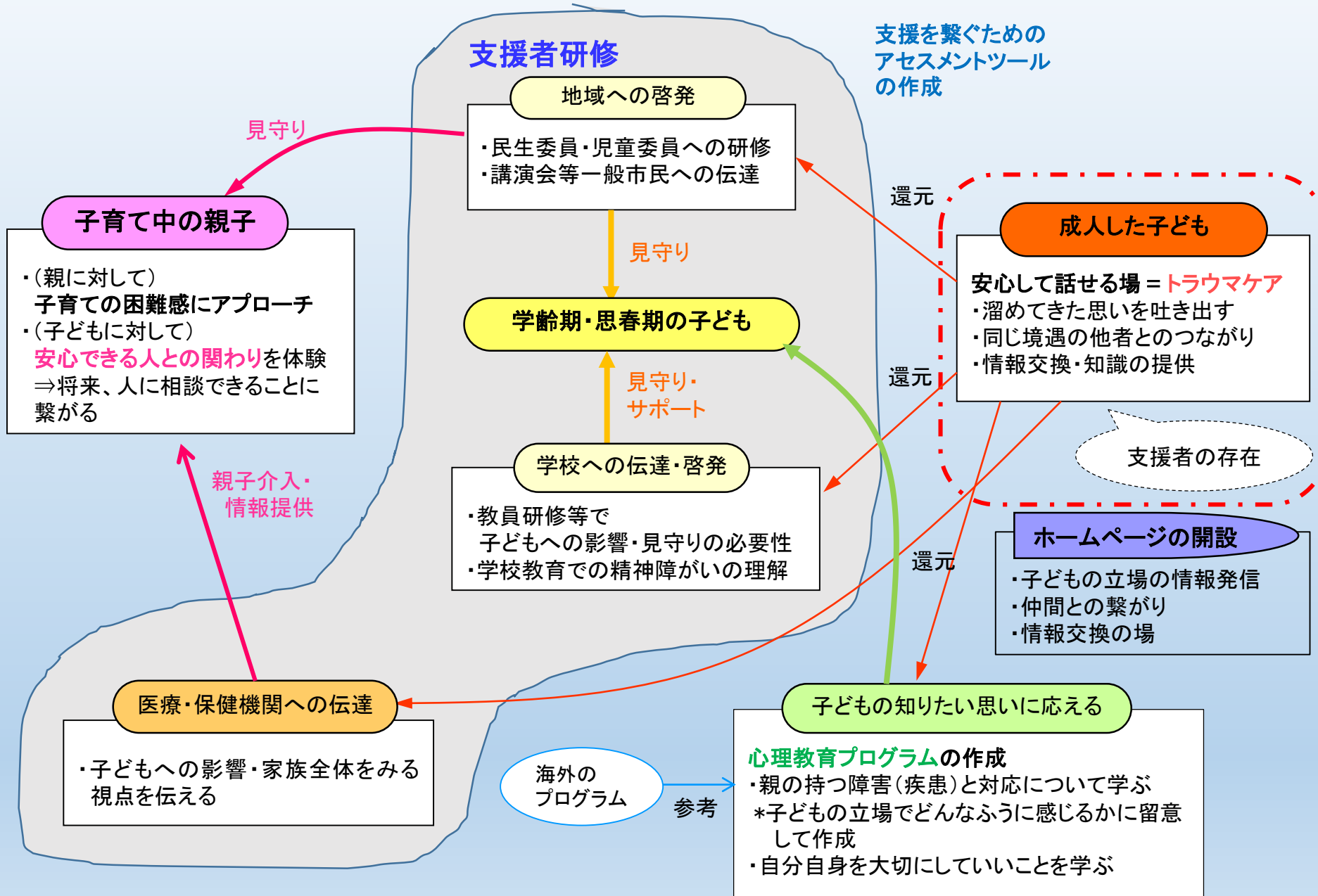
子ども(当事者さん)の話をしっかり聞いて、そこから考えた必要なことを取り組んでいこう！

・・・対話を大事にしてきた。



- 子どもの集い(語りの場)、ホームページの開設、支援者研修...へと発展してきた。

～親&子どものサポートを考える会が考える支援～



集いを始める前に・・・

★ クローズドメンバーのサポートグループ(2010.7月～ 計10回)

- ・ ここでの参加者の変化から、グループの有効性を実感。
- ・ ファシリテーターに求められること:
 - 場の安全性を確保し、見守る立場
 - 対等な立場
 - 引き出される様々な感情に対してのフォロー

参加者が安心
できるように

★ 集いを始めることについて、意見を問うミーティング

- ・ 三重県内を中心に、サポートグループ参加者や土田の研究のインタビュー協力者に声をかけ、意見を聞く(2011.8月)
- ⇒ サロンのように気楽に参加し、話せる場があれば…
- 参加することが負担にならない間隔 & 参加できなくてもまた次があると思える間隔が良い・・・月1回ペース、日曜日開催

三重 子どもの集い・交流会（2011.9月～）

- ・ 毎月第3日曜 13:30～16:00
- ・ アスト津3階、ミーティングルームB
- ・ “子”の立場の方が参加対象
（殆どが成人された方）
- ・ 三重県外からの参加者も多く、
1回の参加者は、3～12人。
延べ人数330人の参加。



第1回目の集い(参加者5名)

集いの概要(今後の予定)や意図について、土田より説明
参加者より、「**やってもらえるのは嬉しいけど、勝手に始めて
勝手に止めるのはやめてほしい**」と言われ、“**覚悟**”を持つ

集いのルール

この会のルール

- ・この場で話したことは外に持ち出さない。
- ・みんなの経験を共有できる場にしよう
- ・素直に意見は言い合おう
質問も相手か喜びはok
答えたくない時はパスできる
- ・3トバイスほしい。提案する形で伝えよう
それをあきらめないはその人の自由
- ・途中入室・退室 ok 5/17
- ・住んでいる所や名前も言わなくてok 6/21
- ・安全な場であるために } 7/19
みんなが話せるように } 8/16
場合によってはこちらから話を止めることがあります 9/13
- ・物品販売・暴力言いはやめよう 10/18

- ・言いつ放し、聞きつ放しではない。
- ・断れない人が多い・・・物品販売の項目、互いに抱え込まない距離感

集いの大まかな流れ

- 13:30～ 自己紹介・近況紹介
14:15ぐらい (順番に一人一言ずつ話していきます)
- その後 話したい人が話し、相づちをうったり、
自分の体験を話したり、質問したり...
でも、すぐにエンジンはかからず...
土田が「〇〇さん、さっき△△って言ってたけどさあ...」と話しかけることが多い。
参加者が積極的に話し出す(話が止まらなくなる)のは、
15時を過ぎたあたりから
- 15:30 ぐらい 休憩
休憩中も、そのまま喋っている人も多い
- 16:30～ 土田より、「そろそろ終わろっか」の声かけ
17:00頃 終了
片づけながら、まだ喋ってる

運営上の留意点 ①

- 初回参加者に対して：
30分前に来てもらい、土田と顔合わせ。
集いのルールや場の雰囲気の説明し、疑問やその方の状況を確認
- 参加者のフォロー：
参加中の表情や様子から気になった方にメールや電話で連絡を取り、状況確認⇒フォロー。
- 場の安全性：
 - 安心して話せる＝話し(吐き出し)過ぎてしまう方も。
そのことを伝えて話を止めたり、全体のバランスを見て話題を交換させたりしている。
 - 研究や取材等の目的でコンタクトを取って来られる方。
土田が目的・内容などを確認。意思が明確でない方はお断り。

運営上の留意点 ②

- 場の雰囲気作り: 対等性
- 他職種からなるスタッフ: 人に頼る姿を示す
社会資源に関すること・・・PSW・保健師の2人に
心理面でのフォローが必要な時・・・臨床心理士に
- 集団の場が合わない方 ⇒ 個別相談の場につなぐ
(集いのメリットと限界を知る)

仲間と繋がることができている子どもたちへの発信

- テレビ・新聞等の取材への協力。
自身の生活状況や思い、集いに参加した感想などについて語ってもらっている。
- 集いの様子について、会のホームページ(掲示板)を通して伝え、集いの雰囲気を味わってもらっている。

集いの発展 ①

「クリスマス会に参加したことがない」との言葉に、
やってみよう！と企画。

嬉しいサプライズも…

「みんなで何か、してみたかったの」

「仲間とともに楽しむ、自分たちの居場所・空間づくり」

以来、毎年、ゲームをしたり、皆で楽しむ時間を
クリスマスに実施。



⇒ 課題：遊びと語りの場のバランス
グループの分化も必要？

集いの発展 ②

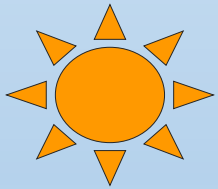


「参加してみたいけど、三重は遠い」という方のために、交通の便の良い地で、『全国版の集い』を開催（2013年～）

2013年(東京)・・・54名

2014年(名古屋)・・・34名

全国の親支援・子ども支援
情報もマップで提示



今年は川柳大会??



《精神障がいの親と暮らす子ども》

- 精神疾患の特質から障がいを持つ親は、子どもに関心を向け、子どもの要求に応じた反応を返すことが苦手。また、自身の日常生活にも支障をきたすことが多い。



子どもは受け止められた感覚を持ちにくい。

親から生活の仕方(振る舞い方など)教えてもらった経験に乏しい。

生活に支障をきたした親を支える役割を担っていることが多い。



- 家のこと(親の病気のこと)は、人に知られてはいけないと思っていた。

自信が持てない

自分の希望や
感情が
わからない

人と違うこと、
突出することを
避ける



人づきあい
(距離の取り方)
が難しい

参加者が感じる集い - メリット -

- 同じ状況の人がたくさんいるとわかり、一人でないことが心強かった
- 話を聞いてもらえる、受け入れてもらえる、安心感がある
- 今まで相手に合わせて話をしたり、「これを話すとどう思われるか？」と心配になって言えなかったが、集いでは思ったまま話しても受け止めてもらえるので、安心して話せる
- 共通の経験を探すことができ、癒しに繋がっている
- 親の病気のことが容易に伝わり誤解が少ない。対応に悩んでいることを話しても、理解してもらえた
- 同じ立場の人ばかりだから、話しやすい。医療者相手でも、こうは話せないと思う
- 他者との違いも、ここでは認められる
- 人に話すことになれ、少しずつ自信が持て始めた
- 話すことで、自分が何に困っているのか、整理することができる
- 笑えるようになった
- “普通”や“遺伝”、“社会資源”、“人に頼ること”などを理解し少しずつ埋めていける
- 生き直しのきっかけにもなっている・・・しかしまた、それも困難...

参加者が感じる集い - デメリット -

- 他の人の話が自分の家庭と重なり、つらいことを思い出すこともある
 - 病気の家族から離れられない人、病気の家族から離れて自分の意思で動くことのできる人など、その人の置かれた環境によって考え方に差がある
 - 異なる意見の人がいると、共感しきれず、困惑した空気になることがある
 - それぞれ環境やその人の持つ問題が異なり、目的が同じ人はいないので、現実感が薄くなり、意味のない語りと感じることもある
- ⇒「語り」ではなく、「肌で(身体で)感じる」集い、仲間と共に活動する集い
はどうか？
- 新たに参加される方が、慣れたメンバーの話のリズムに入り切れていないのではないかと、心配になることがある
 - フリートークで好きなように関われるので負担は少ないが、慣れるまではどのタイミングで入っていいのかわからず、遠慮して話せない時がある
 - 「自分は弱者でかわいそうな人」という社会への諦めのようなものを感じる時がある
 - 男性が少ないのは寂しい

語りの場の持つ力（参加者の変化）

- 「私のちっぽけな体験を“うんうん”と受け止めてもらえた、人のためになった」 自己肯定

同じ境遇の仲間

- 他者に言われると「どうせ私は…」と感じ、マイナスに捉えること・他者との違いも、自然に受け入れられる。

標準から外れること
パターンから逸脱すること

恐怖

視点の広がり

ありのままの
自分

自己肯定

- 語ることによって整理できる

自己の気づき・発見

- 応援してくれる、見守ってしてくれる仲間がいる
- あなたの感覚は間違っていないと後押ししてくれる仲間がいる

“自分らしさ”を大事にして良いんだ

新たな社会に、一歩踏み出す勇氣

でも、これには痛み・困惑を伴う

集いの課題と限界

《課題》

- ニーズの違いにどう答えていくか？

「語りの場」

「仲間との出会い」

を求めて参加 ⇔ 体験を求めて参加

自立・巣立ちも必要？

“疾患”や“生活状況の違い”

- 集団の中の“異質性・異なる意見”をどう扱っていくか？
- 集団が合わない人(集団でのやり取りが、個人にとっても、集団にとってもマイナスに働く人)もいる

《限界》

- 対象が語れる年齢(18歳以上?)、自主的に来れる者に限られる
→ 少しでもカバーできるように、(地域で支えてもらえるように)支援者研修を行っているが、インフォーマルなものであり、子どもを支える制度はない
- 精神的支援にはなるが、具体的支援(解決)にはならない。支援はどのように繋がっていく・繋いでいくと良いのか？