

鈴木大介 著

<シリーズケアをひらく>

「脳コワさん」支援ガイド

稲川利光（原宿リハビリテーション病院）

本書は、2015年、41歳のときに右脳の脳梗塞を発症し、高次脳機能障害が残った著者が、人に支えられ、そして人を支え、ともに進化しているそのありさまを描いている。著者は自らの体験をリアルに描きながら、「脳がコワ」れ、高次脳機能障害のダメージが残った当事者たちの思いと切なる願いを代弁し、彼らにかかわるすべての支援者に向けて大切なメッセージを投げかけている。

叫び声が聞こえる

本業がライターであった著者は、発症以前の自分と、できなくなった自分とを対比しながら、心の在り様を言語化する。それに合わせて、グラフィックレコーディングの第一人者がこれを視覚化する。この作業が繰り返され本書は作られている。障害をもつ当事者の心の動きが、「読んで、そして見て」具体的に感じ取ることができるようになっている。当事者たちの叫び声が聞こえる迫力のある内容である。

著者には今なお障害が残っているが、病後、信じられないくらい簡単なことが自分ひとりではできなくなった。そして、必要に駆られて他者に依存していくなかで、いくつもの気づきを得ていく。

大切なことが思い出せない切ない障害について

「障害を持ったことで、記憶しておきたいエピソードはなんども思い起こしたり、メモに残したり、人に話して共有する習慣がついた」と彼は言う。そして“思い出とは記憶を大切に扱うことで生まれるものだった”と気づき、“記憶を大切にすること”を心がけていくと、そのときの微細な感情まできちんと覚えておくことができ、むしろ病前より思い出が鮮明になったようだ、本書のあとがきに記している。

苦しさを感じる言葉かけの大切さについて

「元気そうだね」「上手に話されていますよ」「身体の麻痺が軽くてよかった」「大丈夫、そのようなミスは私もする」「いつかはいい思い出になりますよ」……。

相手は自分を思っていることであろうが、このような励ましの言葉は、「自分はそうではない!」と思っている当事者にとっては非常にづらいものなのである。また、必死で耐えているにもかかわらず、「ぼんやりしている」「すぐ怒り、すぐ泣く」「我慢ができない」「やる気がないのか」などと、見た目だけで判

断されるような対応にさらされることも、耐えがたい苦痛となる。

当事者には当事者しかわからない、深い心の傷がある。当事者の心の状況をイメージすることなく、傷の表面を撫でるような薄っぺらないたわりの言葉、本人の存在を排除するような辛辣な物言いは当事者をどん底まで苦しめ、心を閉ざす状況へと追い込んでしまう。

言葉だけでなく

著者は援助者として大切な共通点は、「全肯定のスタンス」「待ちのスタンス」「当事者の尊重」だと言う。一緒に時間を共有していくこと、そこでできる「感情の交換」「感情のキャッチボール」の大切さを挙げている。言葉だけでなく、表情、視線、身体や顔の角度、声の大小や抑揚などが醸し出す「言語以外の感情」が、相手に向かって適切に表現されていることが必要なのだ。

その技術は特別な訓練を必要とするのではなく、当事者の心の状況をイメージすることから得られてくるものではないか？ 当事者の心を感じられる温かさこそ、支援者である私たちが学ぶべき大切な技術だと論じている。

肯定・傾聴・尊重

高次脳機能障害を例にとると、そこには記憶障害、注意障害、遂行機能障害、脱抑制など、多彩な障害があり、その評価や訓練を行うには専門的な知識と技術が必要である。しかし、そのような知識や技術があったとしても、それだけでかわろうとすればノウハウばかりが先行し、肯定・傾聴・尊重といった、相手の立場で思慮するという大切なことが疎かになる危惧が生じる。専門性があるがばかりに、かわる人たちの深い心の傷を見過ごすことがないようにしたいものである。

本書には障害を持って生きる著者ならではの強いメッセージが込められ、私は読みながら随所で「うーん、そうか!」と強く諭された。そして私自身、自分の「人としてのかわり」を改めて問うた。今まで読んだ書物からは得られなかった感動を得ながら、温かな心で人にかかわれる支援者でありたいと思った次第である。

(A5判・頁226 2020年 定価: 本体2,000円+税 [ISBN978-4-260-04234-5] 医学書院刊)