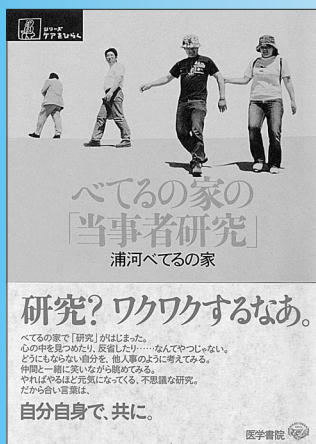


# 苦しみへのケアから 発想を切り替えるきっかけに

【評者】飯田祥子 長野県精神保健福祉センター

シリーズ ケアをひろく  
べてるの家の「当事者研究」  
べてるの家(著)



定価 2,100 円 (本体 2,000 円 + 税 5%)  
A5判, 310 ページ  
医学書院 (Tel.03-3817-5657)

“三度の飯よりミーティング”などのキャッチフレーズで知られる「べてるの家」の活動は、それまで精神保健福祉に携わった経験が浅かった私にとって、「目からうろこ」な出会いであった。“障害者と共生する社会”“ノーマライゼーション”など、机上ではさまざまな言葉が飛び交う。しかしながら、地域保健活動のなかで、「病気になったことは運が悪かった」「病気になった人は支援すべき人」との思いが私にあったのが現実である。ところが、べてるの家との出会いによって、精神障害者への思いだけでなく、自分自身の弱い部分も「これでいいかも…」と発想を切り替えられるきっかけとなった。

そのべてるの家のメンバーが、当事者研究を始めたという。大変興味深いこの内容がこの度、書籍となってまとめられ、我々もその恩恵に与れることとなった。

統合失調症による幻聴、妄想、摂食上の問題など、さまざまな症状に苦しんでいたメンバーは、本人も家族も疲れ果て、最後の望みをかけてべてるの家にやってくる。べてるの家では、病気は治らない。しかし、そこでは薬で症状を抑えることよりも、安心して症状を出すことができる環境が与えられる。さらに次の段階では、当事者がこの研究を通して互いに症状への対処方法をスキルとして学んでいく過程が本書に示されている。みんな悲嘆に哭いているのではなく、実に前向きに病気を受け入れ、笑いにしてしまうゆとりすら感じることができる。

有力な研究メンバーの1人が、本書のなかでこのように語っている。

「研究というのは、学問のある専門家が私たちのような病気をした患者(当事者)をどうやって治療するのかを検討する方法だと思ってきた。しかし、最近べてるでは(中略)自分で自分を研究することが流行し始めている」さらに「だめな自分を受け入れるきっかけは、なんといっても『人と話すこと』だった」とも。このことは当事者研究の合言葉「自分自身で、共に」に集約されるだろう。

統合失調症などによる対人関係の障害で、少なからず傷つき体験をしてきた当事者にとって、仲間のなかで救われたという経験は、大きな自信につながっていくことだろう。

本書は病気に悩む当事者・家族はもちろん、自分の無力さを感じてしまったことがある支援者自身にとっても、発想を切り替えていくきっかけと元気をくれることであろう。『べてるの家の「非」援助論』に続き、精神障害を良く知る人にも知らない人にも楽しく読める1冊である。