

当事者支援に役立つ 「精神疾患の成り立ち」の理解

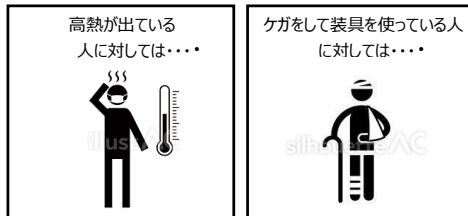
人間は生まれたときから統合失調症や不安障害、気分障害（うつ病）、依存症などの精神疾患であることはないのですが、成長発達していく中で精神の病に追い込まれる場合があります。

当事者の方々に届けられるケアや支援が本物となるように、精神の病に追い込まれるプロセスをBiologicalそしてSociologyの視座から捉えていきます。

1

2

身体疾患の方への支援は行いやすい



3

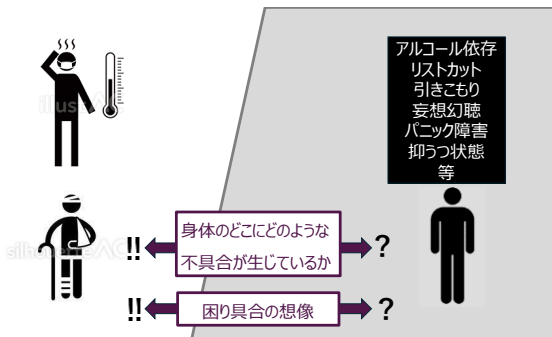
精神疾患を患う方への 支援が難しい と感じるのはなぜか

アルコール依存
リストカット
引きこもり
妄想幻聴
パニック障害
抑うつ状態
等



now

4



5

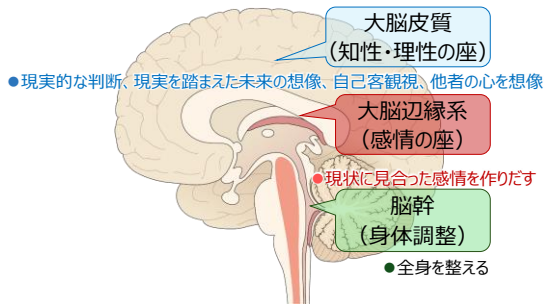
当事者の方々に届けられるケアや支援が本物となるためには、
Biologicalの視座から病を捉えることが必要

身体のどこにどのような不
具合が生じているのかが分
かりにくい。つまり、その人の
困り具合が想像しにくい

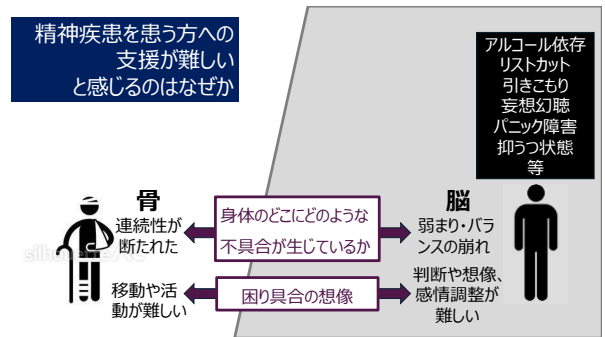
その人の困っていることに沿って適切な
支援を行うためには、その人の身体の
どこにどのような不具合が生じているの
かを知ることが必要

脳の働きのバランスの崩れや働きの弱まり

6



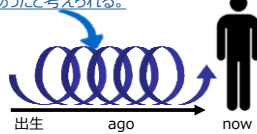
7



8

精神疾患は生得的なものではない

生活する中で、脳の働きのバランスの崩れや弱まっていくプロセスがあったと考えられる。



アルコール依存
リストカット
引きこもり
妄想幻聴
パニック障害
抑うつ状態
等

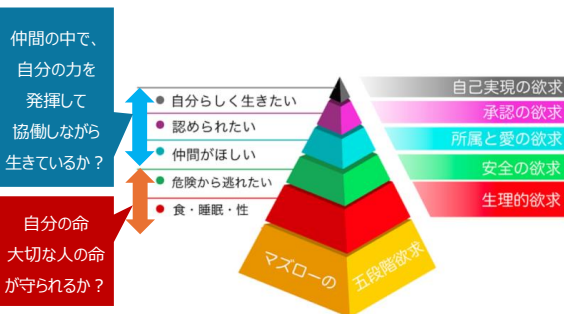
9

集団に所属して、そこで承認されているか、を常にモニターしており、
疑わしいと感じたときは生き死にを考えるほどの苦しさをを感じる

そのような考えを持つに至る人間の創世の歴史があった

一緒にいて楽しい・安心・助けたい・助かった、
ということを互いに感じ理解し、そして団結力を強くしよう、
という遺伝子を持っているともいえる

10



11

人間が「生きる」とは

「生きる」という営みは、自分と世界を繋げる作業
つながるという感覚を持ちたい
そうしなければ生き抜けなかった歴史を持つ

大井文：痴呆老人は何を見ていたか、新潮新書

人間が求めるのは、
「世界とつながり、所属する小集団に貢献しながら、
安定して生きる」こと
この貢献心をもつことを求めている

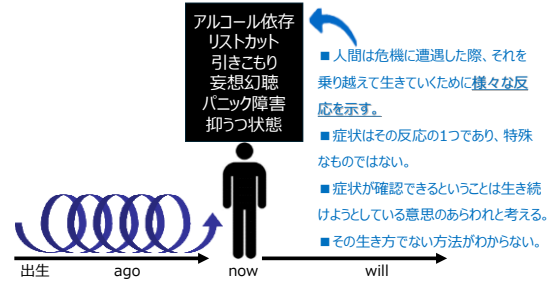
12

つまり、精神疾患を持つプロセスには、世界とのつながりに疑問を持ち、そのときに所属する小集団のなかで貢献出来ている自分に自身が疑念を持つ経験を繰り返す生活体験があった。そして、身近な周囲の人々に上手くHELPを出すことがなかった（あるいは出来なかった）

そのような生活の積み重ねが、
脳内の神経レベルの変化をもたらした

13

人間は生命体として何とか生き続けようとする



14

困りごとの本質

- 悩みは「これまでの現実の生活の中で生じていた問題」
- その問題は突然と現れるのではない、様々なできごとのつらなりがある
- かなり以前から「生きにくさ」を体験しており、本人を苦しめている
- 自分として生きたいが、それが妨げられた状態にどうすることもできない
葛藤に苦しむ

15

精神疾患の意味合い

その人の置かれた環境での
生活のしかた（ものの見方考え方）の結果、
病（症状）という現象が顕著となる

つまり、
**これまでの生活のしかた（ものの見方考え方）を見直し、
健康で幸せに生きられる生活のしかたに換えてみよう、**
というメッセージを発してくれているのが病である。

16



17

当事者支援の方向性の基本となる事項

世界とのつながりを確信し、
そのときに所属する小集団のなかで、
持てる力を発揮して
何かしら貢献出来ていると自覚できるよう、
後押しをしよう

18