

こころの健康 第2号



サポートします！こころの健康

2010年7月

発行

三重県こころの健康センター

〒514-8567 津市桜橋 3-446-34

三重県津庁舎保健所棟二階

TEL: 059-223-5241(代) FAX: 059-223-5242

Mail: kokoroc@pref.mie.jp

URL: <http://www.pref.mie.jp/KOKOROC/HP/>

こんにちは。こころの健康センターです。創刊号配信後、すぐに各方面の方からたくさんの反響をいただきました。ありがとうございます。今回はいただいたご意見も踏まえ、先日当センターで開催しました研修会の報告をお届けしたいと思います。



CONTENTS

- ◆ 研修会報告 vol.1・vol.2
- ◆ 図書紹介
- ◆ センター掲示板
- ◆ 編集後記

研修会報告 vol.1 (教育研修編)

技術指導課 江場 加奈子

はじめに

今回は人材育成のための「教育研修」について報告します。

当センターでは地域で精神保健福祉業務に従事している職員の方を対象に専門的研修を行って

います。新たに精神保健福祉業務に従事する方を対象にした「精神保健福祉基礎研修」や、現任者向けの「精神保健福祉研修会」を主体に、ひきこもり・嗜癖(依存症)・自殺対策などのテーマ別のもの、当事者・家族・関係者を対象とした啓発研修などを企画しています。年間スケジュールはホームページに記載してありますので、ご参照下さい。

(<http://www.pref.mie.jp/KOKOROC/HP/kenshu/index.htm>)

最近の研修会の情報！！

最近さまざまな精神医学的問題を持つ相談者の中に、発達障害を背景とする方が少なくないことが明らかになってきています。援助者が発達障害を正しく理解し、具体的な支援方法を学ぶための研修会を下記のとおり開催しましたので紹介します。

- 1 日時:平成22年6月24日(木)13時半～16時
- 2 場所:三重県津庁舎6階 大会議室
- 3 講演:『おとなになった発達障害をかかえる方への支援
～二次障害への対応をふくめて～』
- 4 講師:根来 秀樹先生 奈良教育大学准教授 精神科医
- 5 参加者:保健所・市町・医療・福祉・教育等、援助職の方々(134名)
- 6 POINT



- (1)現在発達障害に根治療法はない。そのため早期診断・早期介入が重要で、そのことが予後をよくする。
- (2)自分が「ダメな人間」ではなく「特性を持つ1グループをなす一員」として受け入れること、そしてそれを支援するのが精神保健福祉医療の役割である。
- (3)支援するためには「それぞれの特性(得意なこと・苦手なこと)を把握すること」、「発達障害の基礎的な知識(医学的知識を含む)」が必要。
- (4)発達障害は、大人になって急に出てくるものではなく、乳幼児期から幼児期に「発達の遅れ、質的なゆがみ、機能獲得の困難さ」があらわれている。
- (5)親のしつけや環境が原因と誤解されやすいが、脳の機能的障害である。
- (6)広汎性発達障害は①社会性の障害、②コミュニケーションの障害、③こだわり、の三症状が中心。①②③すべてそろっている→自閉症、①と③はもっているが②はない。もしくは、あっても軽微なもの→アスペルガー障害。アスペルガー障害がある人は「言葉を字義どおりに受けとる」という特徴がある。例えば、お母さんがTVゲームをしていた子どもに「○○ちゃん、お風呂見てきて」と頼んだ。子どもは風呂場に行ってみてきただけ。お湯があふれ出ていたのに何も言わず戻って再びゲームを始める…。言外にある「お湯が適量だったら止めてね」は伝わらない。
- (7)思春期には①からだの変化、②保護者との関係性、③社会的立場への成長、と3点の変化が

ある。発達障害がある人たちは彼らの特性ゆえにいくつかの問題にぶち当たって二次的障害(不登校・ひきこもり、非行・犯罪、統合失調症様症状、情緒的問題)が出やすい。また、イジメの被害者が多いのでPTSD(心的外傷後ストレス障害)のフラッシュバックや解離症状、うつ・不安障害等の併存症が多い。理解可能な妄想(例えば、何かしら自分や周囲に関係している発言や「～のような気がする」と断定を避けたりする言葉。)のときは発達障害を疑って成育歴を丁寧に聴きとることが大切。

7 事例検討

(1)事例発表者 いせ若者就業サポートステーション 浦田相談員
三重県障害者相談支援センター 牧戸主査

(2)助言ポイント

いつかは皆、成人になる。

ダメな人間、ではなく「特性を持つグループの人間」であることを伝える。

良い特性を仕事に活かす。

発達障害をかかえる方は今まで叱責され続け、殆どの人は自尊感情が低下している。

特性を活かした仕事につくことで周囲の人たちに認められる。そこからセルフエスティーム(自己評価)が高くなることにつながる。

親へも支援の手を！

最後に、先生から「視覚化したマニュアルのある某ハンバーガーチェーン店」、「某カジュアル衣料チェーン店の1店舗1名以上の障がい者雇用の取り組み」が紹介されました。

次回案内

次回の精神保健福祉研修会

- 1 日時 平成22年11月18日(木)13:30~16:00
- 2 場所 県庁講堂
- 3 内容 パーソナリティ障害に悩む方を地域で支える～支え手としてゆらぐとき～
- 4 講師 平尾 文雄先生(上野病院院長 精神科医)

研修会報告 vol.2 (ひきこもり支援者スキルアップ研修編)

技術指導課 樋口 徹也

近年、若年層を中心に増えている「ひきこもり」。多様な背景を持ち、各段階に応じて様々な支援が必要です。そこで、具体的な事例を通してその支援方法や地域の課題についてともに考えることを目的に、支援者向け研修会をシリーズで開催しています。今回は、先日開催しました第1回について報告します。



- 1 日時 平成22年7月9日(金) 14時~16時
- 2 場所 三重県男女共同参画センター(フレンテみえ) セミナー室C
- 3 内容 「ひきこもりの理解と支援(総論)」
- 4 講師 長谷川 俊雄先生 (白梅学園大学子ども学部子ども学科 教授)
- 5 **POINT**

(1) 思春期・青年期をとらえる視点

- 「ひきこもり」の若者が特別な存在なのではない。一般の若者も共通するものを持っていて、連続性の上でとらえるべき。
- ひきこもることで、本来経験する思春期の自立過程(=第2の誕生)に困難さを示していることに留意する。
- 問題のない思春期(青年期)は“問題”である。問題を抱えていない家族はない。

(2) 「ひきこもり」の構造と特徴

- 「ひきこもり」=閉じこもりではない。→外出するようになることがゴールではない。
- 本人の内面は、“強迫的”(～ねばならない)な考えにとらわれている。(実は、家族もそうであることが多い)。

(3) 本人が直面している困難

- 本音と本心を表現できない(表現する場を失っている)。

(4) 家族が直面している困難

- 本人に遅れるようにして、親もひきこもっていく(行事に参加しなくなったりするなど)。

(5) 思春期・青年期を支える活動に大切な視点

- 大人(親)と子ども(本人)の生きづらさについて、連続性や同質性をもったものだとして理解する。
- 多様なゴール・身近なゴールを共有する(押しつけのゴール・単一のゴールではなく)。
- 序列化したタテのものさしではなく、ヨコのものさしで見る(同年代と比べて評価するのではなく、我が家の基準で評価する)。
- 強迫的な生き方を捨てる(5年後、10年後よりも今日一日を大切にして、経験を豊かにしていくことを)。

- 支援者も“強迫的”にならない。（「いい加減さ」を伝えよう）
- 「Doing」と「Being」
 - 「～する（例：アドバイス）」ことも大事だが、「（ただ傍らに）いる」ということも大事。

「ひきこもり」の若者が人それぞれ違うように、その回復のゴールも人それぞれ違うということを教えていただきました。人生の選択肢は1つではないこと・正解は他にもあるんだよということを伝えるのが支援者の役目という言葉も印象的でした。

第2回（8月10日）は家族支援を中心に、第3回（10月8日）は事例研究を予定しています。ロールプレイやワークショップ形式で、手前味噌ながら他所ではあまりない企画です。ぜひともご参加ください！

三重県こころの健康センターでは、ご紹介した研修以外にも様々な内容の研修会・講演会などを企画しています。詳しいことは、センターホームページ (<http://www.pref.mie.jp/kokoroc/hp/>) をご覧ください。



図書紹介

—新たに図書を購入しました。—

こころの健康センターでは、精神医療・精神保健に携わる関係者の方へ、図書・視聴覚教材等の貸し出し(原則として2週間以内)を行っています。ぜひご利用ください！

- ・精神保健福祉白書 2010年版
- ・地域臨床心理学
- ・あなたがあなたであるために 自分らしく生きるためのアスペルガー症候群ガイド
- ・心理教育の立ち上げ方・進め方ツールキットII 研修テキスト編
- ・消防士を救え！～災害救援者のための惨事ストレス対策講座～
- ・不登校対応ガイドブック
- ・発達障害が引き起こす二次障害のケアとサポート
- ・西原理恵子×月乃幸司 おサケについてのまじめな話

- ・依存症のすべてがわかる本
- ・ギャンブル依存症
- ・介護現場でのアルコール関連問題Q&A
- ・こころが晴れるノート
- ・統合失調症の人の気持ちがわかる本
- ・統合失調症—患者・家族を支えた実例集
- ・精神科セカンドオピニオン
- ・精神科セカンドオピニオン2
- ・お母さんのための精神医学
- ・Hope For Today 希望
- ・アルコール依存症 否認という名の回転木馬
- ・アルコール依存症者の家族のためのガイド

ここで紹介した図書は一部です。

なお、『お母さんのための精神医学』は、 →
今回特集記事でご紹介した根来先生の著書です。



センター 掲 示 板

ひきこもり・思春期問題を かかえる家族教室

「ひきこもり」や不登校などの
思春期の問題をかかえる方
のご家族が集い、対応につ
いて学んだり、家族同士が交流
できる場です。

原則第 2 木曜日
14 : 00 ~ 16 : 00

依存症問題家族教室

アルコール・薬物・ギャン
ブル・買い物等への依存の問
題でお困りのご家族が集
い、対応方法について学ん
だり、家族同士が交流でき
る場です。

原則第 3 金曜日
14 : 00 ~ 16 : 00

わかちあいの会 (自死遺族の集い)

自死でご家族を亡くされ
た方が集い、大切な人
に対する哀しみや深い思
いを語り合える場です。

奇数月第 4 土曜日
13 : 30 ~ 15 : 30

◆編集後記◆

サッカーW 杯南アフリカ大会では、当初の予想をいい意味で裏切った日本代表の活躍に日本中
が沸きました。チームが一丸となって、一つの目標にチャレンジすることの素晴らしさ。負けてもカ
ッコイイと思えるチームを初めて目の当たりにした気がします。「サムライブルー」は、胸のすくよう
な青空にも似た、とてもすがすがしい色でした。

さて、岡田 JAPAN の活躍は私たちに“絆”の大切さを教えてくれましたが、それは私たちの社会
が直面している様々な課題の裏にある、「つながり」の希薄化という問題を浮き彫りにしてくれたの
かもしれません。とりわけ年間3万人を超えるという自殺の問題は深刻です。国を挙げての取り組
みが進められており、市町などでもさまざまな取り組みが始められています。そこで次号では、9
月の自殺予防週間になみ、自殺対策特集をお届けする予定です。

編集担当 技術指導課 樋口