

# 統合失調症と社会復帰



ハートクリニック大船  
精神保健福祉士 岡 桃子

# 本日の内容

- 統合失調症についてのおさらい
- 社会復帰とは
- 統合失調症の方の社会復帰
- まとめ

# 1. 統合失調症についての おさらい



# 統合失調症のおさらい

- 100人に1人が罹患
- 思春期から青年期にかけての発症が多い
- 発症原因  
「ドーパミン過剰仮説」  
「ドーパミン以外の脳内物質の過剰・不足仮説」  
「脳の形態の変化仮説」  
「ストレス脆弱性仮説」

⇒脳の変化、それを起こしやすい体质、生活上の様々な要因などが複合的に影響し、発症する疾患と考えられています。

# 統合失調症のおさらい

- 統合失調症の3大症候群

① 「陽性症状」

② 「陰性症状」

③ 「認知機能障害」

# 統合失調症のおさらい

## 陽性症状

- ・幻覚（特に幻聴）
- ・妄想（特に被害妄想）
- ・急性期にみられることが多い

## 陰性症状

- ・感情の平板化
- ・意欲や自発性の低下
- ・物事や他者への関心の低下
- ・消耗期にみられることが多い

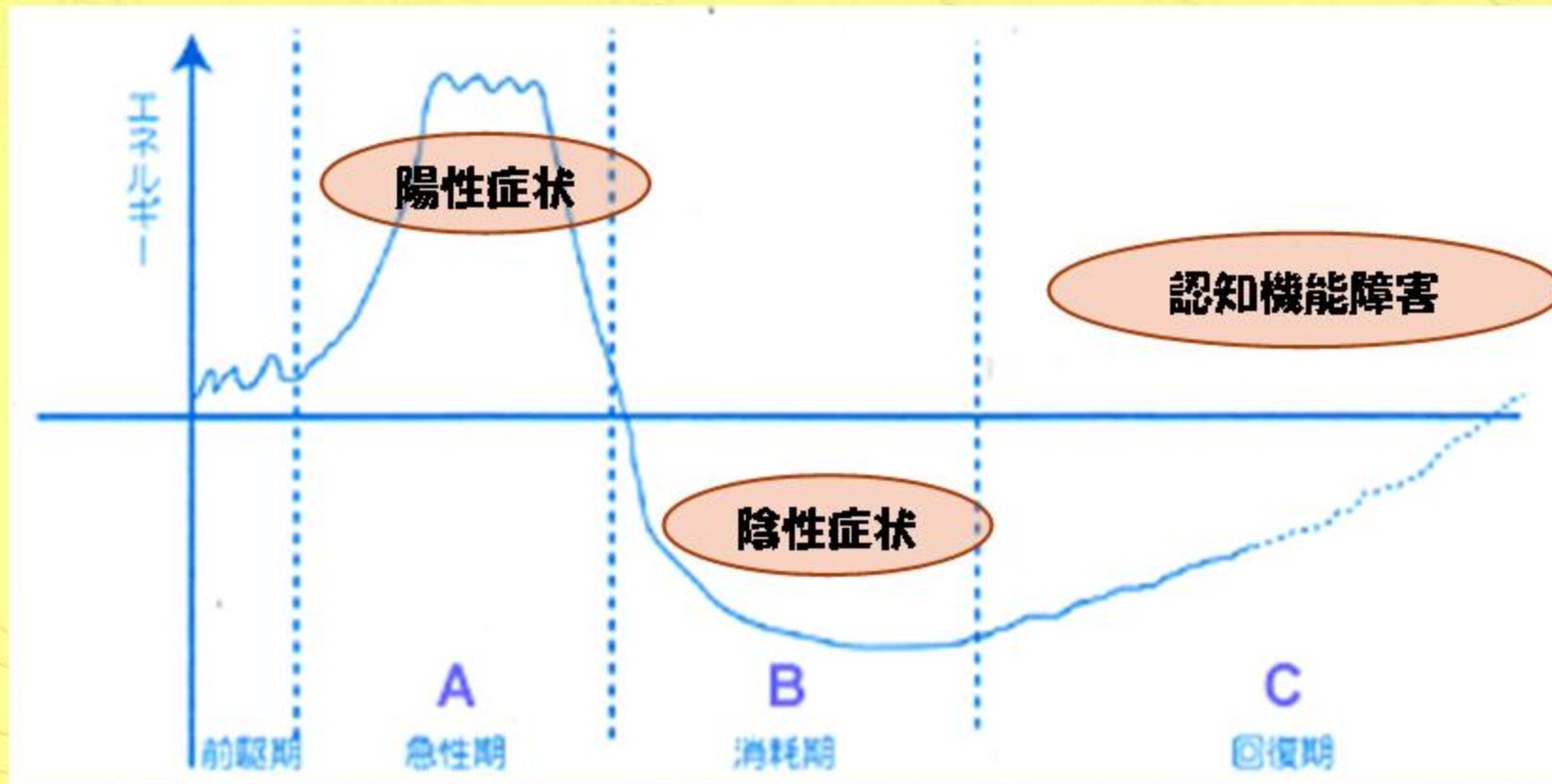
## 認知機能障害

- ・記憶力
- ・注意力
- ・集中力
- ・計画力
- ・思考力
- ・判断力
- ・問題解決能力などの低下
- ・回復期にみられることが多い

# 統合失調症のおさらい

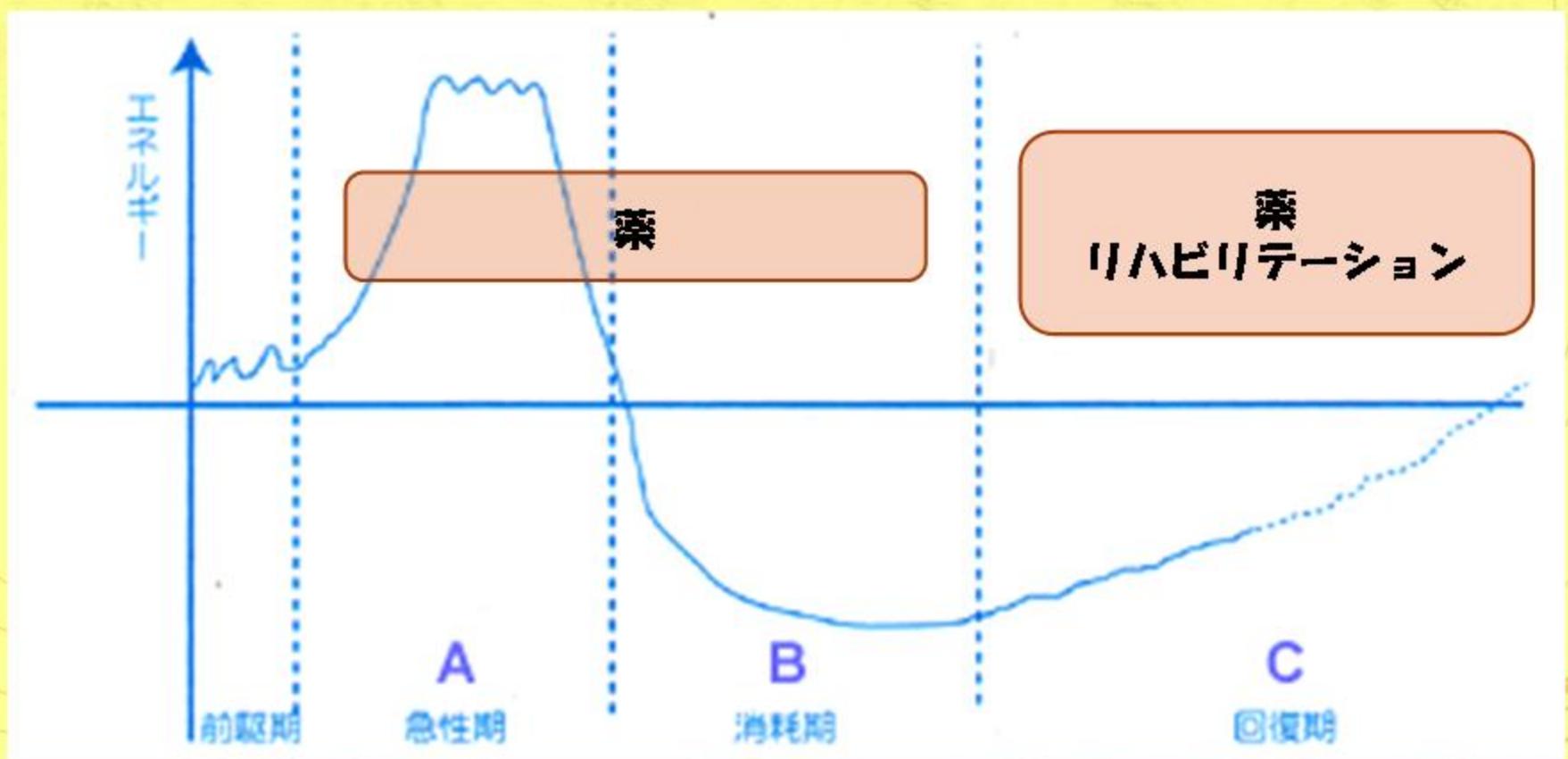
統合失調症の症状の経過は以下の4つ

「前駆期」 「急性期」 「消耗期（休息期）」 「回復期（定期期）」



# 統合失調症のおさらい

## 【治療の経過】



# 精神科の「リハビリテーション」って？

「リハビリテーション＝機能回復訓練」  
ですが・・・

「リハビリテーション」 (Rehabilitation)

re (再び、戻す)

habilis (適した、ふさわしい)

→再び適した…

ふさわしく戻す…



# 精神科リハビリテーションの意味

「自分らしい生き方を取り戻す過程」

とも、解釈できます

⇒ 「自分らしい生活」その為に行われる  
全ての活動がリハビリテーションと  
言えるのではないでしょうか

## 2. 社会復帰とは



# 社会復帰とは

- 「社会復帰」は、どの段階・状況のことをいうのでしょうか？

仕事ができること？

学校に行けること？

家事ができること？



# 社会復帰とは？

- 辞書で調べてみると…

## しゃかい・ふっき 【社会復帰】

[名] 病気や事故で正常な社会活動ができなくなっていた人が、回復して再び社会で活動するようになること。

・・・「社会活動」？

# 社会復帰とは？

## ・しゃ・かい (- クワイ) [社会]

《明治初期、福地源一郎によるsocietyの訳語》

- 1 人間の共同生活の総称。また、広く、人間の集団としての営みや組織的な営みをいう。「一に奉仕する」「一参加」「一生活」「国際一」「縦一」
- 2 人々が生活している、現実の世の中。世間。「一に重きをなす」「一に適応する」「一に出る」
- 3 ある共通項によってくくられ、他から区別される人々の集まり。また、仲間意識をもって、みずからを他と区別する人々の集まり。「学者の一」「海外の日本人一」「上流一」
- 4 共同で生活する同種の動物の集まりを1になぞらえていう語。「ライオンの一」
- 5 「社会科」の略。

# 社会復帰とは？

- 結果、意味としては・・・



## 「社会復帰」

=何かしらの集団（社会）の場に入り、  
何かしら（活動）をしている状態…？

・・・なんだか、ぼんやりしています。

# 「社会復帰」は人によって違う？

仕事

ボランティア活動  
家業の手伝い  
アルバイト  
パート  
正社員・・・

学校

高校復帰  
大学進学  
講習受講・・・

家、地域

家事ができる  
家族と出掛けられる  
友人と遊べる  
地域の活動に参加できる・・・

「社会復帰」の形は様々。特定の物はなさそうです・・・

# 社会復帰の形は、人それぞれ

「自分らしい生き方」

「自分がどうなりたいか」

→自分の社会復帰イメージを持っておくことは、目標を持つという意味でも大切です。

イメージしたものを周囲のサポーターと共有して行くことも大切です。

(家族、医師、デイケアスタッフなど)

医師

医療機関  
スタッフ

ご家族

友人

自分らしい生き方?  
自分が望む生き方?

周囲のサポートを得ながら、  
考えてみましょう。



地域の  
支援機関

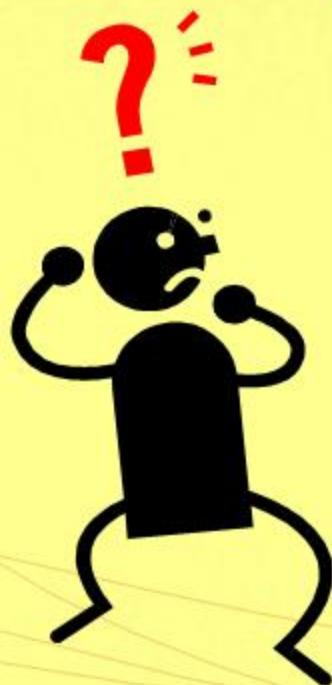
### **3. 統合失調症の方の社会復帰**



# 社会復帰を目指すにあたって…

再発の可能性

認知機能障害



# 再発を予防するために

## 通院・服薬の継続

- 予防の為にも、通院・服薬は続けていくことをおすすめします。

## 自分の病気の傾向を知る

- 自分の症状がどんな時にどのように出やすいか、パターンについて考えることで、予防策を練ることができます。

## 良い状態を保つ方法を考える

- 良い状態とはどのような状態で、それを保つにはどうしていけば良いかを、その人の生活傾向から考えてみましょう。

# 認知機能障害への理解

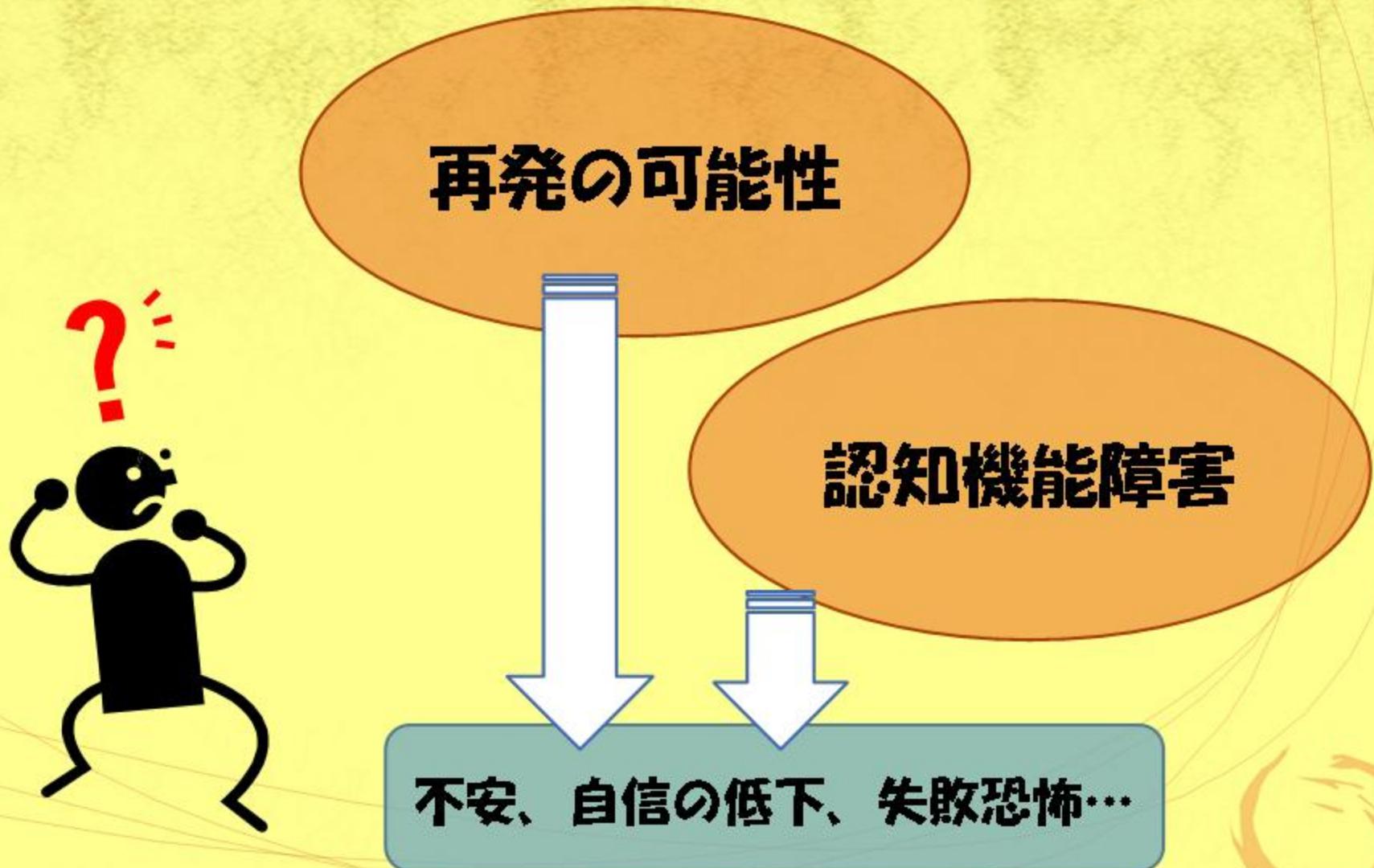
## 認知機能障害

- ・記憶力
- ・注意力
- ・集中力
- ・計画力
- ・思考力
- ・判断力
- ・問題解決能力  
などの低下
- ・回復期にみられ  
ることが多い

認知機能の低下は  
一部あるかとは思いますが・・・

- ☆**能力の全てが消えたのではなく、  
「一部の低下」**
- ☆**残っている力も、  
もちろんあります。**
- ☆**今ある力を使って、目の前の  
ことにどう対処していくかを  
考えます。**

# 社会復帰を目指すにあたって…



# 社会復帰を目指すに当たって…

不安、自信の低下、失敗恐怖…

上記のままでは、なかなか一歩が踏み出せません。

社会復帰に向けて動き出す  
エネルギーが必要

⇒「自信」「安心感」「自分でもやれるかもしれない、やってみたいという希望」など…



このエネルギーを作り出す為に、  
周囲の力が必要な時もあります。

# 社会復帰を目指すエネルギーの溜め方

- その人の「強み」について一緒に考える。
- 「できていること」を  
本人と一緒に振り返る。

# 「強み(ストレングス)」とは？

## 個人の属性 (性質・性格)

- 「ユーモアがある」
- 「努力家」
- 「人懐っこい」

## 才能・技能

- 「字が綺麗」
- 「ホームページを作れる」
- 「ギターを弾ける」

## 関心・願望

- 「旅行へ行きたい」
- 「料理を教えたいたい」
- 「漫画家になりたい」

## 環境の強み

(資産・人間関係・地域資源)

- 「お金には困っていない」
- 「親戚が近所で見守ってくれる」
- 「近くに商店街がある」

● 参考文献 : Rapp,C.A.,Goscha,R.(2006).*The Strengths Model : Case Management with People with Psychiatric Disabilities, Second Edition*.Oxford University Press (日本語訳：金剛出版『ストレングスモデル』 2008)

自信を持てるような  
経験、振り返り

再発の予防策

認知機能障害との  
付き合い方

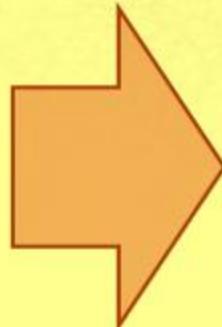
社会復帰  
へ踏み出す  
原動力になる

- 「再発の予防策」
- 「自信を持てるような経験・振り返り」
- 「認知機能障害との付き合い方」

バランス良く考えていけるのが理想です。

# 一步踏み出そうとし始めたら…

「自分らしい生き方」  
に向けて、いざ出陣！



## 【統合失調症の方の傾向】

- 一面的に考えやすい
- 目先のもの、早い段階で結果が出るものに目が行きやすい
- 結論を出すのが早い

などの傾向が見られること  
があります

# 一步踏み出そうとし始めたら…

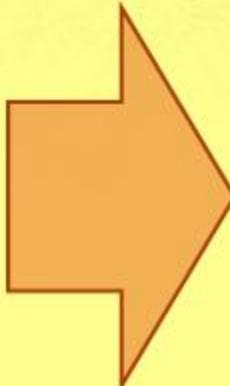
- その他の考え方について伝えていく。
- もっと情報を集めてから、結論を出そうと伝える。
- そのやり方を勧めない客観的な理由について伝える。



それでも本人の考えが変わらない場合は、本人の望んでいるやり方を応援する方法を考えていく。

# 動き出す、きっかけ作り

「どのように動いたらいいのだろう・・・」  
「動き出す自信がない・・・」



【時には周囲からの働きかけも必要です】

- 「自立のために家事を手伝ってみてはどうか」
- 「1日10分、参考書を見るから始めてみては？」
- 「こんなアルバイトの募集があったよ」  
など・・・

## 4. まとめ



# まとめ

- 社会復帰の形は、人それぞれ  
…「自分らしい生活」「自分が望む生活」は多様です。
- 「社会復帰のイメージ」を、ご本人と周囲とで共有していくことも大切  
…足踏みを揃えて、協力し合っていけたらと思います。
- 再発の予防、認知機能障害との付き合いを考えると同時に、ご本人が自信を少しずつでも取り戻していくことが、社会復帰への原動力となる。  
…自信をもてるような言葉掛けや振り返りは、私たち周囲が力になれる部分だと考えます。

## まとめ②

- 急激に動き出そうとする場合は、客観的な意見をしっかり伝える  
…「こういうやり方も考えられますよ」「もう少し情報を集めてみましょう」「以前と違うやり方も試してみましょう」など
- 社会復帰へ動きだす為には、周囲によるきっかけ作りも時には必要  
…「デイケアというものがあるらしいよ」「生活相談の窓口があるらしいよ」「こんな求人が出ていたよ」など
- ご本人が動き出した時には、そのやり方が上手く行く方法と一緒に考える  
…ご本人が決めたやり方の中で、「こういう方法はどうか」という客観的意見を上記同様に提案していく。多様な選択肢があることを伝えていく。

# ご清聴ありがとうございました。

8月の家族教室はお休みです。

次回は、**9月1日（日）**です。

**16時～ ご家族同士のお話し**

**17時～ 医師によるセミナー**

**「うつ病と家族」**

どうぞ宜しくお願ひ致します。

