２０１６年１２月
ハートクリニック家族教室
まとめ

精神保健福祉士
池沢佳之

本日のお話

- 自己紹介
- 家族教室の意味
- 病気である本人をどう見るのか？
- 親亡き後に備える
- 最後に

はじめに

＜自己紹介＞
名前：池沢佳之（いけざわよしゆき）
資格：精神保健福祉士（国家資格）
年齢：４２歳（後厄です・・・）
出身：埼玉県
最近のマイブーム：いろはすの梨味と
ガリガリ君のメロンパン味

メロンパン味

ペリカリ
リッチ
メロンパン

メロンパン皮
クッキー
カスタード味
かき氷
メロンパン味
アイス

いろはす
I LOHAS
天然水
ユキスタ入り

はじめに

＜自己紹介＞
１９９８年：福祉系大学を卒業
１９９８年～２００４年：精神科病院勤務
２００４年～現在：ハートクリニック勤務

キャリアの大半は精神科デイケアでの勤務。
常に目の前の患者さんのリハビリ・社会復帰・自立・・・**「その人の望む生活とは何か」**ということを考えてきた・・・目の前の・・・

はじめに

＜自己紹介＞

「目の前のご家族が望む生活とは何か」と思うようになり、以前の職場で、家族懇談会を実施。また、「家族支援」ということをテーマにハートクリニックに勤務後も家族教室に関わっている

家族教室の意味

- 現在様々なところで家族支援が行われている。
- 形式も講義形式や話し合い、グループワークやコミュニケーションの取り方など様々
- しかし、どのような考えで家族支援を行うかが大切なのではと思う

家族教室の意味

- １９６２年にイギリスで始められた家族の感情表出（EE）による実証的研究は、統合失調症の再発と家族要因との関係を明らかにした
- 感情表出とは、ご家族が示されるさまざまな感情の表し方で、この感情の表し方（表情、口調、態度など）は英語のExpressed Emotionの頭文字をとってEEと呼ばれる

家族教室の意味

- 疾患をお持ちのご本人に対して強い感情表出が向けられることを「高EE」と呼び、このような状況下と再発には関連があると評価されている

- 高EEといわれる感情表出には次の３つのタイプがあるとされている

家族教室の意味

感情表出の３つのタイプ

1.批判的コメント

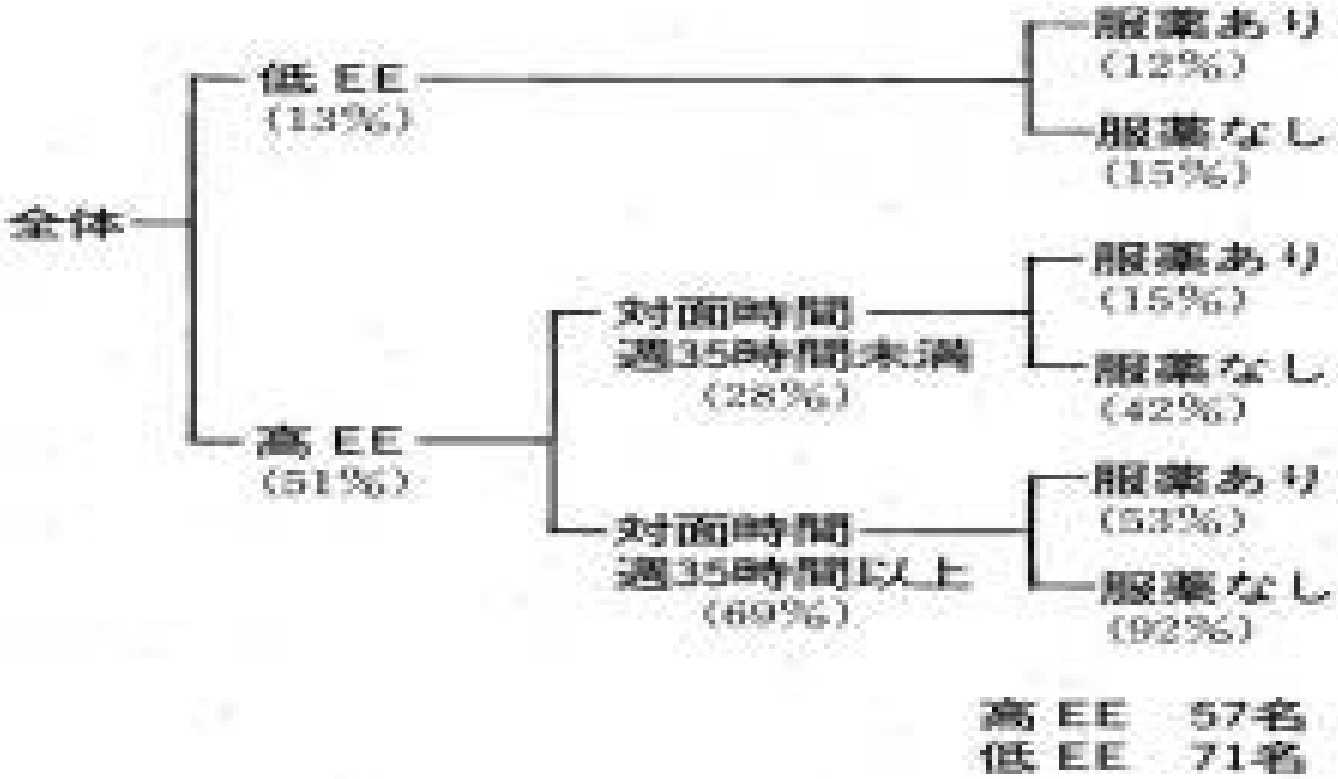
本人に対して不満や文句をあらわすこと

2.敵意

本人を敵視するような感情をぶつけること

3.情緒的な巻き込まれすぎ

過保護・過干渉になってしまうこと



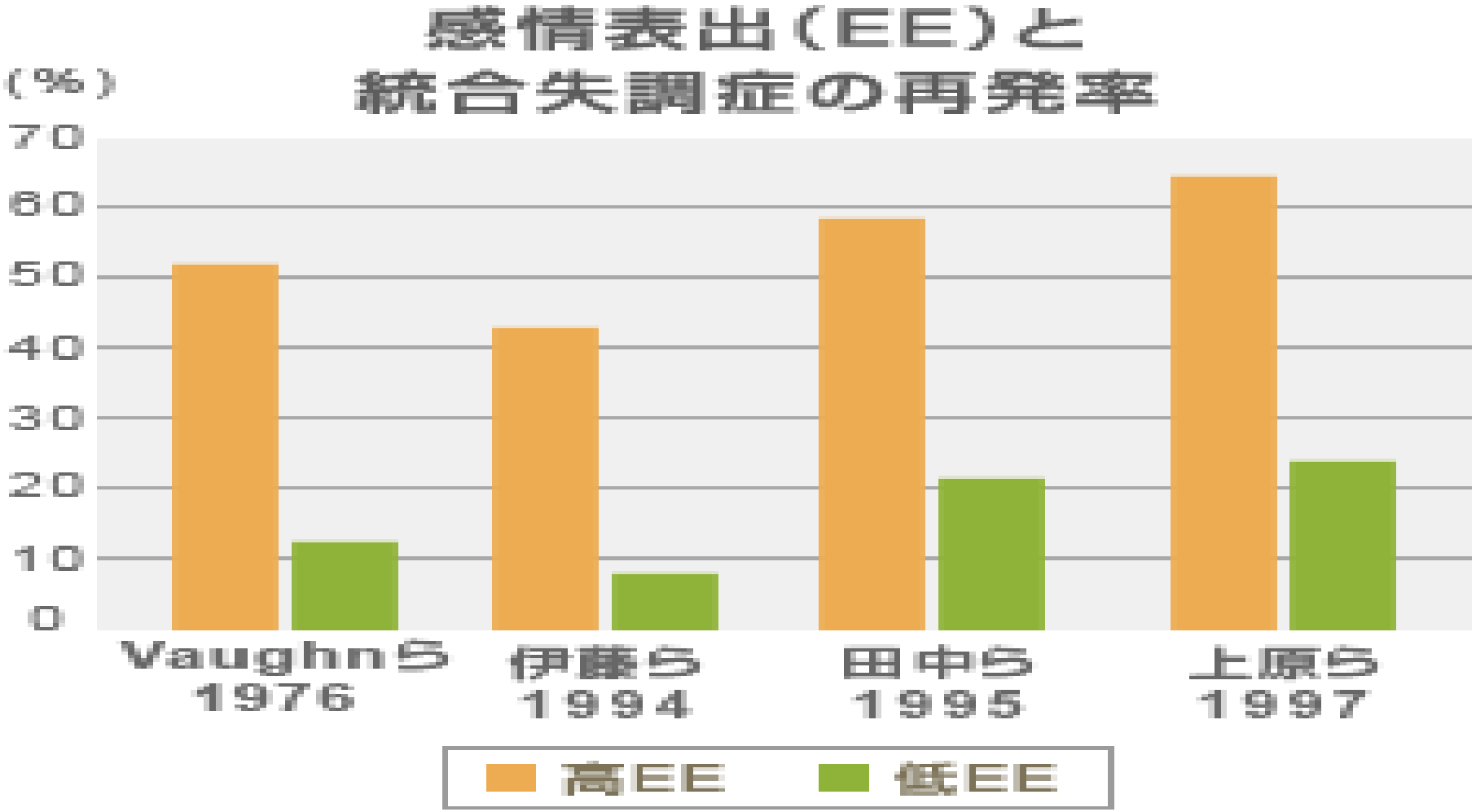
初期 EE 研究における 9 ヵ月後再発率
(Vaughn ら，1976より)

感情表出（EE）と再発率

9ヶ月後の再発率　26.5%

低EE　8.1%		高EE　45.7%	
きちんと服薬 6.7%	きちんと服薬せず 16.7%	きちんと服薬 40.0%	きちんと服薬せず 60.0%

1995年　伊藤、大島


感情表出（EE）と
統合失調症の再発率
（%）
70
60
50
40
30
20
10
0
Vaughn ら
1976
伊藤ら
1994
田中ら
1995
上原ら
1997
高EE
低EE

家族教室の意味

- これを知って、当時の池沢は・・・
「本人の治療のために、色々な意味で家族の存在は重要だ・・・高EEにさせないために家族を教育せなばならん！」

- このEE研究が果たしたもう一つの側面を考えずに・・・

家族教室の意味

- 精神疾患をお持ちの方と同居されるご家族も、社会的・経済的・精神的に多くのご負担を負っていると考えられる

- 統合失調症をお持ちの方のご家族が高いEEを示す原因として、大島（巌）は次のような仮説を挙げている

家族教室の意味

①高ＥＥは、慢性疾患患者を身内に抱えたことに伴う一般的な情緒反応で、一種の対処スタイルである

②高ＥＥは、病気や症状、治療法、社会資源・対処資源に対する知識・情報の不足によってもたらされる

③高ＥＥは、不慣れな対処方法、不適切な対処技術の結果もたらされる。

家族教室の意味

④高ＥＥは、家族資源の貧困によってもたらされる

⑤高ＥＥは、家族の主観的な生活負担のバロメーターである

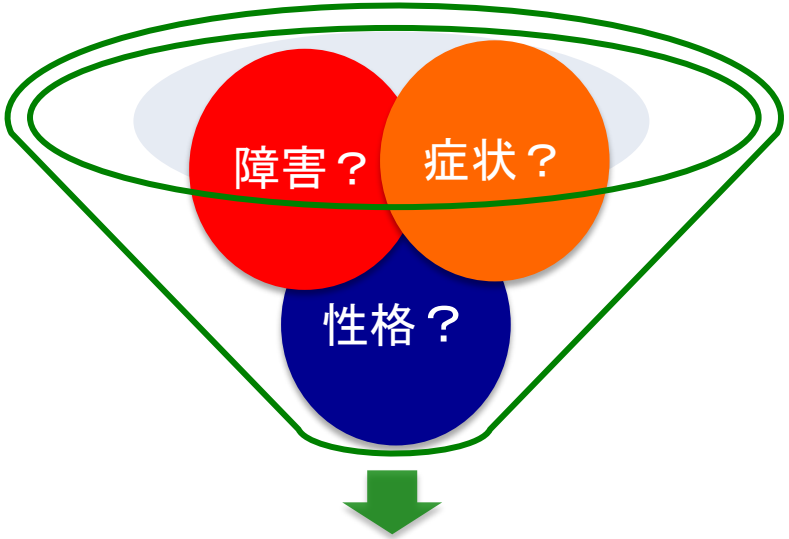
※全部必要だけれども・・・①と④と⑤を中心に考えて家族教室を運営している

家族教室の意味

- つまり、病気を抱えた本人の身近な存在であるご家族も多くのストレスを抱えているのではないか
- しかし、そのような「ご家族をご家族」として支援する場所は少ないように感じる
- ということは、少なくとも「家族が家族として」集えて、思いを話せる場所があってもいいのではないか

病気である本人をどう見るのか？

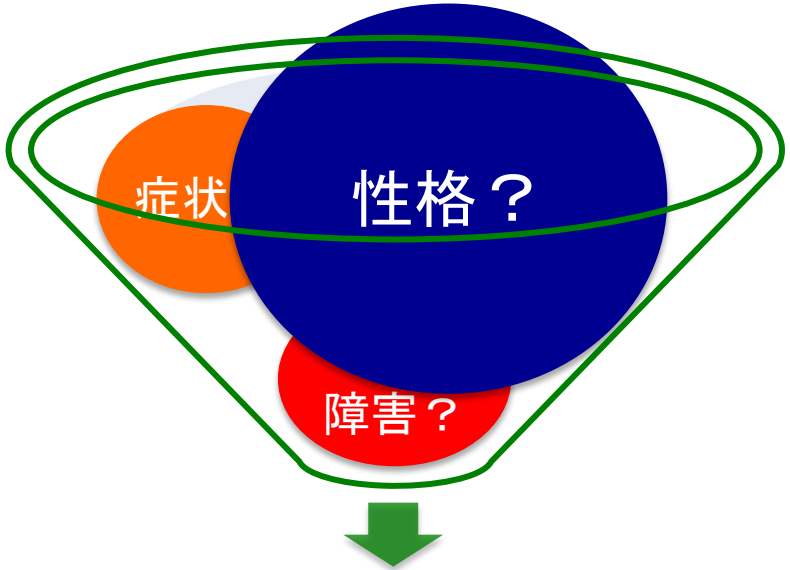
- 様々な点で・・・どう見るかは難しい



見えている状態

病気である本人をどう見るのか？

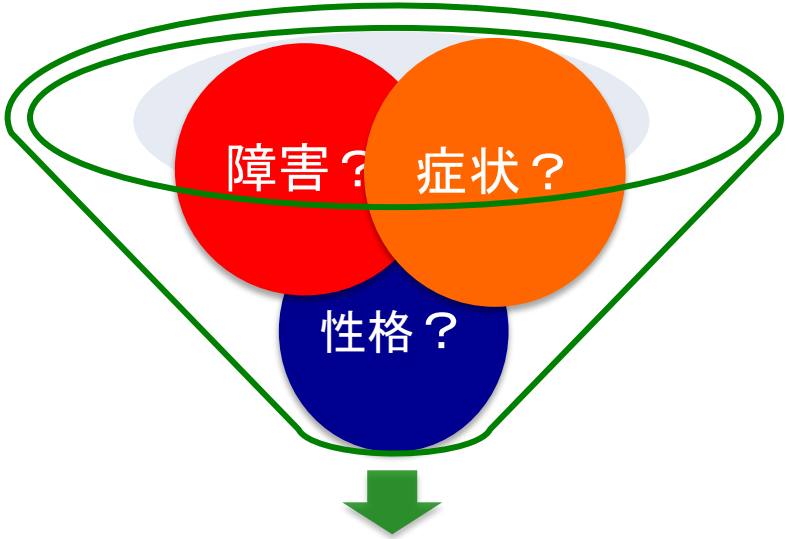
- 身近な人だと･･･ついつい



見えている状態

病気である本人をどう見るのか？

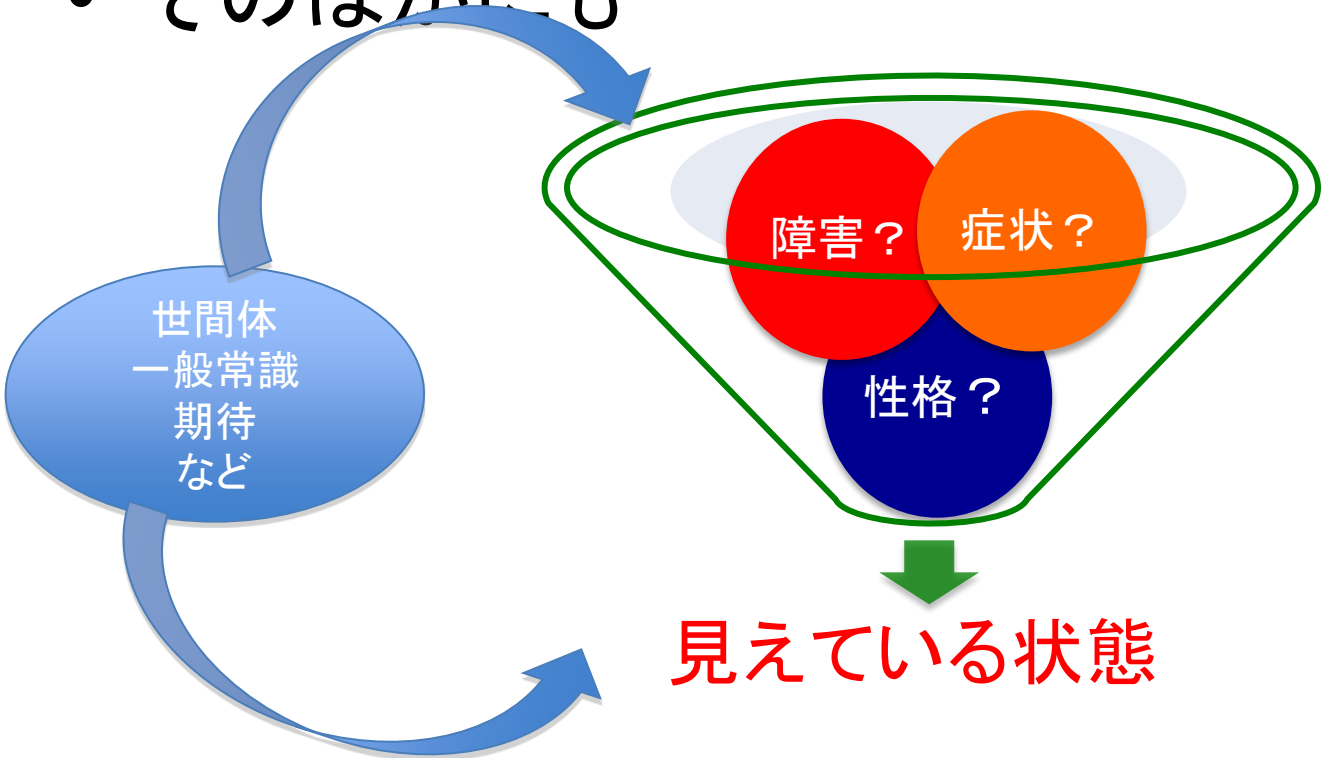
- 病気な人には･･･ついつい



見えている状態

病気である本人をどう見るのか？

- そのほかにも・・・



病気である本人をどう見るのか？

- ここで先ほどのEE研究を・・・

統合失調症が再発しにくい家庭について調べてみると共通点が見られる

①批判せず支持的に接している
②共感したり話し合ったり安心感を与えている
③適度な距離感を持って接している

病気である本人をどう見るのか？

- そのためには・・・

①自分で全て何とかしようと考えないで専門家に相談する

②疾患について学ぶ

③共感してもらえる場に顔を出す

④本人の良いところや出来てきたこと中心に見ていく

病気である本人をどう見るのか？

- もっとざっくり言うと・・・３点

➢ とりあえず“症状”と思う
（悪いのは病気！）

➢ 悪いところに目がいってしまうならば、
毎日しっかりと“観察”する
（意外と例外もあるかも）

➢ 本人の“少しでも”出来るように
なってきたことを注目する

親亡き後に備える

「い・しょく・じゅう」を考える

い：医（療）・居（場所）・
　　癒（し）・生（きがい）

しょく：職（就労・経済活動）

じゅう：住（宅）・従（支援者）

親亡き後に備える

「家族内ケアマネージメントのススメ」

- 先ほどの「い・しょく・じゅう」を必要に応じて本人を含めた関係者と話しておく

（必ず本人の希望を尊重する）

- 全てを一気に決めていくのではなく、出来るところや決めていけるところから手をつけていくこと
- 初めはご家族が主導でも・・・次第に本人

に主導権を移行していく

親亡き後に備える

＜実際・・・モデルケース＞
池沢さん（42歳男性）
・両親（自営業）と姉と同居
・22歳の時に統合失調症を発病
・クリニックに通院中・症状は安定
・日中はやることはなくゴロゴロしていること
　が多い

→自分でもなんとかしたいと思っているが・・・
→両親もなんとかしたいと思っている・・・

事例

医（療）・居（場所）・従（支援者）

・症状は落ち着いてきたが、動き出さずにいることを心配し、家族で話し合い、まずは主治医に相談・・・精神科デイケアを勧められました

・なかなか最初は慣れませんでしたが、デイケアのスタッフに「まずは週２日から通ってみましょう」とアドバイスされて通ってみました

・「まずは２日」と思って通い続けると、通うことにもなんとか慣れてきました

事例

癒（し）・職（経済活動）

・通うことに慣れてくると、だんだんと顔なじみのメンバーも増えてきて、楽しくなり、体力も少しずつついてきて、通所日数も増えてきました

・仲良くなったメンバーから「障害年金」というのがあると聞きました。本当は働ければいいのですが、まだ自信はなく、しかし少しでも家計を助けたり、身の回りのものは自分で賄えたり出来ればと考えて、両親と話し合い、申請しました。

事例

生（きがい）職（就労）・従（支援者）

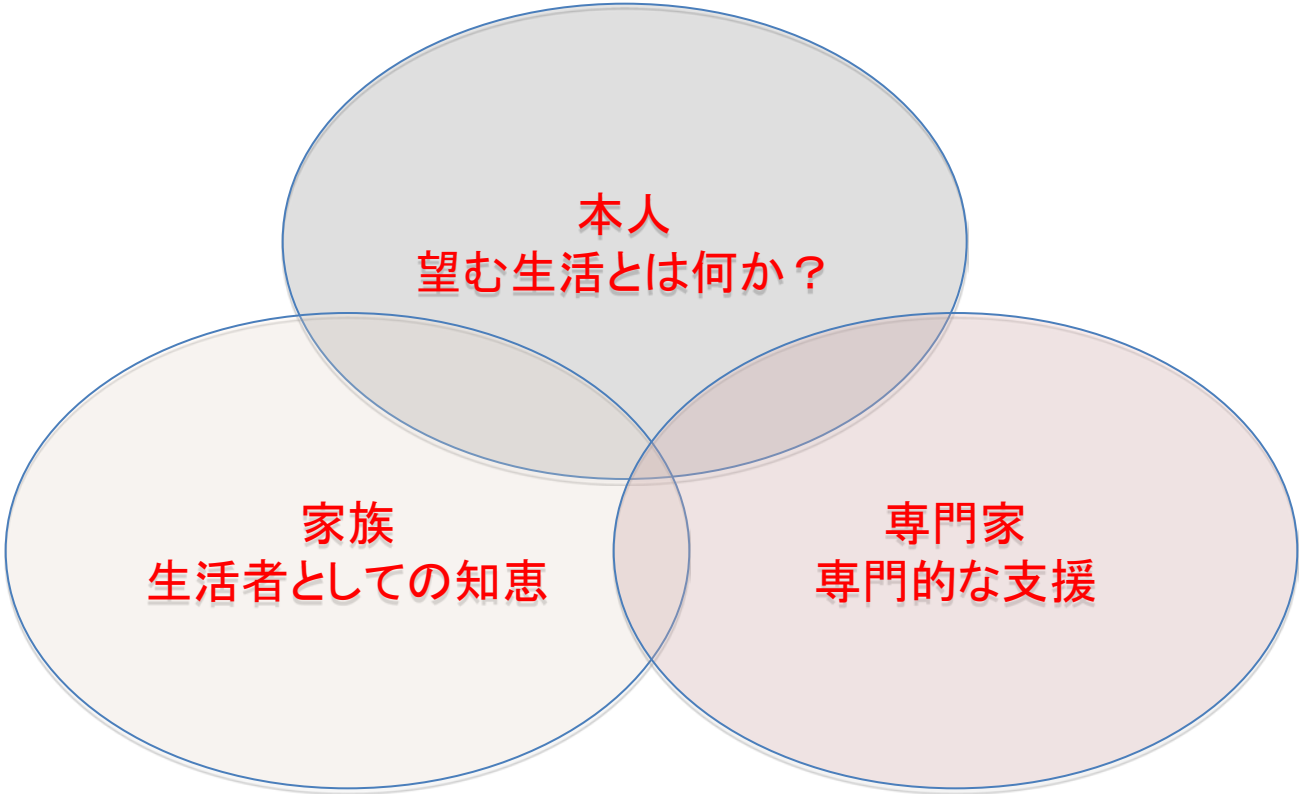
・様々なデイケアのプログラムに参加する中で、「自分の生きがいとは？」というテーマで話し合うことがありました。その時はあまりピンときませんでしたが、仲の良いメンバーがアルバイトが決まったり、デイケアのスタッフに「将来の夢とかってあるの？」と聞かれ、真剣に考えるようになりました。

事例

生（きがい）職（就労）・従（支援者）

・考えてみると、自分はもともと「人の役に立つ仕事がしたい」と考えていたので、介護の仕事が出来ればと思い、両親に相談すると「やってごらんよ」と言ってくれて、具体的に考えていくことになるが、どうしたらいいかわからないので、姉が就職活動をサポートしてくれている

最後に目指すところは･･･



ご清聴ありがとうございました！
ご質問やご意見は
y-ikezawa@e-heartclinic.com
までお気軽に！

来年の家族教室は
２月５日（日）スタート