

31. 精神障がい当事者と高校生等との直接の交流機会が、相互にどのような意識変容をもたらすのか

○鏡味秀彦（特定非営利活動法人すまみらい）

大島恭次、松田典子、小泉綾香（全て特定非営利活動法人すまみらい）

【研究目的】

精神障がい当事者（以下 当事者）と直接交流し、その経験や思いを知る体験が、高校生の精神障がいに対する意識にどのような変容をもたらすのか、特に誤解や偏見の軽減、理解促進の観点から、明らかにしたい。同時に、自分の体験を語り、高校生と楽しく交流する経験が、当事者にとっても、自信回復や自己理解のきっかけとなることを示したい。

【研究の必要性】

高校生が精神疾患、精神障がいについて学ぶ機会は無く、SNS やインターネットサイト等にアップされた情報にだけ触れ、偏ったイメージ（「治らない」、「会話ができない」、「このころの弱さが原因」等）を持つ生徒も少なくない。精神障がいに対する誤解、偏見を減らしていくためには、病気や福祉に係る正しい知識を学ぶことも大切であるが、当事者と直接交流しながら共に学んでいく取り組みが、より効果的であるものとする。また、精神的なしんどさを抱え、本来であれば適切なサポートが必要な状況であるにもかかわらず、自分や家族の精神疾患に対する偏見から、サポートを受けることに対して消極的、否定的な高校生にとっても、精神障がいについて正しく理解し、精神保健福祉士等の相談できる相手の存在について知る機会は、大変重要だと考える。

【実施内容】

公立高校にて、生徒と当事者（講師役）が交流を深めながら精神障がいについて共に学びあう、ワークショップ型授業（3クラス2コマずつ）を実施。1クラス3班（6人ずつ）に分かれ、各班に当事者、支援者（精神保健福祉士など）を1名ずつ配置。授業後、生徒に対し選択式&自由記述式のアンケートを実施（対象52人）。また、当事者に個別ヒアリングを実施（対象5人）。生徒、当事者双方の意識の変容についてアンケートやヒアリングの結果をもとに調査、分析する。調査・分析については、中間支援 NPO 法人、福祉系大学准教授などから助言を得る。

★授業実施日 2016年11月6, 10, 12, 13, 16, 17, 19日

1 時間目

1	自己紹介 & 授業の目的
2	絵本の朗読
3	ワークショップその①「絵本の印象的なページとその理由+自己紹介+最近のマイブーム」*お菓子を食べながら
4	ミニ体験談+交流

2 時間目

5	ワークショップ ②「描こう！」 1) 精神障害のある人はどんなことで困っている？（班ごとにまとめる） 2) なったらいいな、こんな社会！（班ごとにまとめる） 3) 全体発表&当事者からコメント
6	「皆で感想を語り合おう！」&まとめ

★アンケート結果（授業に参加した生徒）

Q1. あなたが「こころの病」になることはあると思いますか。

	実施前	実施後
1 自分が「こころの病」になることは絶対に無い	10	5
2 自分が「こころの病」になる可能性はあるが極めて低い	15	25
3 自分が「こころの病」になる可能性はある程度ある	16	15
4 自分が「こころの病」になる可能性は極めて高い	2	3
5 よく分からない	8	4
6 未回答（欠席の為）	1	0

Q2. あなたは「こころの病」のある人と会話や交流をすることはできると思いますか。

	実施前	実施後
1 普通にできる	4	10
2 少し配慮は必要だができる	26	36
3 非常に難しいがなんとかできる	13	6
4 絶対にできない	1	0
5 よく分からない	7	0
6 未回答（欠席の為）	1	0

Q3. あなたは「こころの病」のある人が再び学校に通ったり仕事に復帰することは可能だと思いますか。

	実施前	実施後
1 可能（特別な配慮は必要ない）	5	4
2 少し配慮（学校や職場、家族等周囲の人々の配慮）があれば可能	21	25
3 十分な配慮（周囲の人々の配慮＋専門的サポート）があれば可能	23	23
4 絶対にできない	0	0
5 よく分からない	2	0
6 未回答（欠席の為）	1	0

Q4.自由に感じたことを記してください。 *記入者 52人中 44人。

・大変貴重な経験をさせていただきありがとうございました。この病気は目に見えないのもっともっと理解していかないといけないとあらためて思いました。2時間のワークショップはとても楽しく、ためになることばかりでした。精神保健福祉士という仕事も初めて聞いて、ビデオとかワークショップで見ると“支える”存在で本当にかっこいいなと思えました。

・精神障がいというものをよく知らなかったので、イメージで人と全く話せないのかなと思っていました。中にはそういう方もいるかもしれないけれど、全員がそうではないことがわかりました。私たちがとまどっていると話しかけてくださったり、とても助かりました。イメージで考えてはいけないなと思います。実際に関わって分かることがたくさんありました。

・今まで「こころの病」にかかっている人と関わったことがなかったので、今回、関わることができ、たくさんの人のことを学べてとてもよかったです。最初は「自分は絶対にならないんだろう」と思っていたけど、「誰でもなる可能性のある病気」ということがよくわかりました。みんなが「こころの病」について知っていたらいいと思うので、まずは自分が知っていこうと思います。

・こんなにも多くの人々がもっている障がいでありながら、あまり知られていない理解されていないというのは本当に悲しいことだと思った。自分自身、なんとなくでしか知らなかったことが恥ずかしいと感じた。誰もがなる可能性があることを知ったし、周りにそういう人がいたら支えたいと思った。実際にすみらいの方々に関わってみて、どの人も本当に心優しいんだと感じた。「障がい」という自分の中の壁のようなものは、まったくもって必要ないと感じた。自分の中で区別せず、一人の人として関わるのが大切だと思った。精神障がいへの理解がもっともっと広がってほしい。

・私には、精神障がいのある家族がいるので、この体験学習にはとても抵抗がありました。嫌なことを思い出すのだろうかなど、たくさんの不安を持ったまま、授業に参加しました。最初はとてもしんどかったけれど、話しをしていくうちにとても人思いで、心がキレイな人だなあと思いました。同じ障がいでも個人個人症状が違うということを実感できました。これを機会に少し距離をあけていた家族とも少しずつだけれど仲良くしていきたいな、と思えました。とても良い経験ができました。

【考察と今後の課題】

生徒の意識について・成果と課題

《当事者との交流》

・予定より1コマ少ない1クラス当たり2コマでの実施ということもあり、理解の深まりや精神障がい当事者との親和の高まりについては、十分な成果が得られないのではないかと懸念していた。実際には、当事者に対し親しみを覚え積極的に交流する生徒、精神障がいについて自分にも関係することかもしれないと考える生徒は、例年よりむしろ多かった。その要因としては、コマ数は減ったものの、当事者から体験を聴く、質問するなど、生徒

が直接当事者に関する機会自体は十分確保できたことが考えられる。また、2 コマ目のワークショップの際、当事者が自由に生徒のグループを見回することで、担当のグループ以外の高校生とも交流できていたことも影響していたと考える。一方で、「生徒が、疑問に感じるものがあっても、当事者を目の前にして質問しづらい様子であった。」など、生徒の積極性や理解の深まりについては、例年ほどではないとの意見もあったが、それは学年、クラスやグループの差によるものであり、全体としては十分な成果があったものと結論した。

《生徒の自己開示》

・授業中や終了後、当事者に、精神障がいのある人に対する具体的な対応方法について質問する生徒もいた。また、実施後アンケートに自分や家族が精神科医療に受診していることを自己開示し、自分のしんどさ、向精神薬や症状についての具体的な質問を記す生徒も何人かいた。生徒が比較的自由に自分の思いや疑問を伝えることができた点については、本年度の大きな成果であったものとする。当事者の生徒に対する対応の経験値が年々上がっており、生徒が安心して語れる雰囲気が自ずと醸成されていたこと、伝える側の思いが形になってきていることが大きな要因であるものとする。

《自分に何ができるかなど》

・こころの絵本「僕と君の昨日の話」読了後の、「もし大切な友達が精神疾患になったらどのように接するか」を考えるワークショップの際に、非常に具体的な対応をイメージする生徒が例年に比べ多かった（「その人がしんどい時に、一人で苦しめないような空気を作って、言葉だけで励ますのではなく、周りの雰囲気など居心地の良い環境を作りたい。」など）。また、まず相手の状況を確認し、相手の立場になって対応したいと考える生徒も少なくなかった（「無理に連れ出したりはせず、LINE などその友達が一番まだ楽だろうという方法を考えて接する。」「あまり踏み込みすぎず、友達が話せるなと思うまで気長に待って、気にかける。」など）。自分と違う経験や特徴を持つ他者の立場を理解し共感する心を育みたい、との担当教諭のメッセージが、生徒にしっかり浸透していることによるものが大きいと考える。同時に、生徒がしんどい体験をしてきた当事者から直接その思いを聴くという体験も、大きく影響したものと推察する。

精神障がい当事者の意識について・成果と課題 *「」内はヒアリング時の当事者の言葉。

《生徒との交流》

・高校生との交流そのものについては、とても良い体験であったと肯定的に感じている当事者がほとんどであった。特に、純粹に自分と違う世代の若者との交流を楽しんでいる当事者が多かった（「今の高校生と話をすることは滅多と無い機会であるため、会話をすると楽しい。」など）。一方で、「緊張した雰囲気を感じてしまったため、うまく交流ができなかったと感じました。しんどい部分は、自分が話をするとき視線が集中することでの緊張感やグループの生徒さんが自分のことをどう思って話を聞いているのか、など不安な症状が出ていました。」など）と、生徒と交流することそのものに対し不安を感じていた当事者もいた。体調がしんどい時に参加することで不安が強まる当事者に対しては、実施前に十分な打ち合わせを行い、参加の意思や体調の確認を行い、実施後にも精神保健福祉士がフ

フォローする体制をとってはいるが、当事業の課題の一つだと考える。体調を崩した時、代わりに他の当事者が参加できる体制を組めるよう、当事業について事業所利用者などに積極的に広報し、主体的に参加しようと思う当事者を増やす必要がある。

《伝えたいことなど》

・「自分の思いを言おうとしたが言葉に詰まってしまったことや、今回の担当したグループが授業中に生徒同士で話をしていた様子を見て、こちらの話も伝わっているのかな、と心配になりました。」など、生徒にしっかり自分の思いを伝えられないと感じていた当事者が複数いた。生徒のアンケート結果からも当事者の言葉はしっかり生徒に伝わっていると考えられるが、経験を積み上げたことでもっと良い授業にしたい、しっかり伝えたい、との思いが一層強くなっていることの表れであると考え。また、今年度から授業が1コマ減ったことで、2コマの間でしっかり伝えないといけないという焦りが、十分伝えられなかった、という不全感につながった面もあったのかもしれない。一方で、自分の言葉に真摯に耳を傾け、理解しようとする生徒の態度に触れ、生徒に対して良い印象を持った（「見た目は普通だけど生活のしんどい部分もあることを理解してくれていることや、一人の人間として見てくれることがアンケートに記入されていたため、自分の伝えたい思いが少しでも伝わっていてよかったと感じました。」など）当事者も複数いた。人前で体験を語った後、周囲からは評価されているにもかかわらず、自分の言動に自信が持てずに、うまくいかなかった、と感じ自己評価を下げてしまうも当事者もいる。客観的な評価を知るという意味において、授業最後の全体発表や実施後アンケートにより、当事者が生徒たちの考え、思いを直接知る、また、参加した当事者や支援者がお互いにどのように感じたかを共有する機会は、非常に重要であることを確認した。

【参考文献】

- 1) 栄セツコ氏「中高生を対象とした精神保健福祉教育プログラムの開発～精神障害当事者の語りから学ぶ～」平成24年度、25年度報告書
- 2) こころの絵本プロジェクト実行委員会「僕らのことばをぽけっとに」

【経費使途明細】

講師報償費（授業講師のべ10人×2日）	120,000円
報奨謝礼（助言者3人×2日、ヒアリング協力者5人×2日）	140,000円
委託費（アンケート、ヒアリングデータ入力）	40,000円
消耗品費（高校授業用）	20,589円
文献等購入費	4,000円
印刷製本費	27,634円
合 計	352,223円
大同生命厚生事業団助成金	300,000円