

## 「生きにくさ」を抱える人たちと「自分自身の回復」：心の病を持つ人々の文化創造

著者	渡辺 弘之, 本間 弘行
雑誌名	看護研究交流センター事業活動・研究報告書
巻	15
ページ	89-90
発行年	2004-06
その他のタイトル	The Sense of Living with Difficulty and Cultural Activity for it's own Recovery
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10631/271">http://hdl.handle.net/10631/271</a>

「生きにくさ」を抱える人たちと「自分自身の回復」—心の病を持つ人たちの文化創造—

渡辺弘之<sup>1)</sup> 本間弘行<sup>2)</sup>

1)新潟県立看護大学(福祉社会学) 2)川室記念病院(精神科ディケア)

The Sense of Living with Difficulty and Cultural Activity for it's own Recovery

Watanabe Hiroyuki<sup>1)</sup>, Honma Hiroyuki<sup>2)</sup>

1)Niigata College of Nursing (Sociology), 2)Kawamuro Memorial Hospital

キーワード: 生きにくさ(the sense of living with difficulty)

## 要旨

「こころの病い」は現代におけるキーワードの一つである。こころの病いから生じる生きにくさをどう捉え、受け入れているのか。回復まで過程において、自己の経験をどう客観化することは、自分にとっての病いの意味を考えるだけでなく、自分自身を知る手がかりともなる。「語り」を通じた体験の共有化や、内面的世界を表現することは、病いを通して自己を捉える作業が回復の手がかりとなりうる。

## 目的

現在の日本は労働市場の流動化が進み、仕事においてもより一層の競争が激化、個々人の抱えるストレスはこころの病いへと転化しやすい状況にあると言える。

そうした状況において、こころの病いの問題がクローズアップされている。うつ、引きこもり、さまざまな依存症、摂食障害などを経験している人は、さまざまな形で「生きにくさ」を訴える。それらの人々にとって、病いの経験と生きにくさの感覚はどのような意味を持つのか。そして、そうした「生きにくさ」とどう向き合っているのか。こうした問題関心から、現代におけるこころの病いの意味と回復までの過程および手がかりについて問う。

## 研究方法

操作的な事例化やモデル化は行わず、当事者からみた病いの経験の意味付けの分析。当事者団体としての「こわれ者の祭典」イベントにおける個々の表現方法を参考にしながら、病いの経験、それを通してみた世界観の変容、対人関係における障害、自己の経験を客観化するに際して、何がきっかけとなったか。そのきっかけを通して他者とどうつながっていったのか。個々が獲得した表現方法について取り上げ、分析する。

## 結果

2003年12月、新潟県立看護大学にて「こわれ者の祭典in上越」を開催、元アルコール依存症、強迫神経症、不安神経症、境界性人格障害などに苦しむ当事者からの発表を行った。上越地区では、2002年の新潟県立看護大学、2003年3月精神障害者地域生活支援施設「夕映えの郷」での開催に引き続き、3度目の公演となった。

### 考察

「こわれ者の祭典」では、自己を病いとともに生きる「こわれ者」であるとし、不安定な自己を「完全」へと向かわせるのではなく、不完全なまま肯定する。自己の病いの経験とその苦しみを、音楽や詩、映像制作などの手段によって表現する。

「こわれ者」に参加するメンバーは、脅迫・不安神経症、アルコール依存症、境界性人格障害などについての自分の体験を語り合うことにより、自己の経験を客観化していく。また、自己の経験を他者に伝える際、それぞれの表現方法を獲得することによって、自分の苦しみに葛藤の意味と向き合う。

うつ病、対人恐怖症、醜形恐怖症、不安神経症、引きこもり、アルコール中毒を経験した男性は、自己の経験をAAなどの自助グループで活動する傍ら「こわれ者」に参加し、活動を続けている。

表現方法を獲得することは、それを通して他者に対する働きかけとなり、他者と自分のつながりを再確認するきっかけを提供しうるものと言える。

### 結論

こころの病いに苦しむ人の多くは、対人関係における困難性を抱えながらも、自分の抱える苦しみを他者に理解してもらいたいと願う。厚生労働省は「地域精神保健活動における介入のあり方に関する研究班」を立ち上げ、推定で100万人といわれる引きこもりへの対応を始めているが、引きこもりといわれる人々には強迫性障害やうつ病などの精神疾患がみられることから、家族や友人などとの対人関係上の困難を発生させずといわれる。

自助グループ形成の一つのあり方としての「こわれ者の祭典」は、それぞれの体験の共有化ばかりでなく、表現を通して参加することによる特徴がある。「こわれ者の祭典」では、自己の再発見という作業を病いの意味を問い直し、その活動を通して得られた他者との関わりへと結びつけるという点において、こころの病い回復への手がかりを示しうるだろう。