

## 報告9 精神障害者の家族教室の取り組み

○鈴木仁美 高林智子 河合龍紀 鈴木若菜 二宮貴至

### (要 旨)

当センターでは、「統合失調症の家族教室」を平成19年度から開催している。家族教室を行う際、当事者の発症時期を考慮して急性期・慢性期を分けて行うが、当センターでの家族教室では、対象者を絞らずに開催している。それでも、参加者が満足している。今回は、過去3年間の取り組みをまとめたので報告する。

### (目 的)

家族の心理的サポートに効果的な教室のプログラムを検討する。

(方法) 過去3年間の参加者の状況とアンケート結果、教室で出された意見及び事業後のスタッフカンファレンス結果等から分析

### (結 果)

#### 1 参加者概要

##### (1) 属性: 参加人数、性別、続柄、当事者の年代及び発症時期

	参加者(実)	参加者(延)	性別	続柄	当事者の年代	発症時期
H19年度 (3回コース)	87人	206人	男24人 女63人	両親 67人 配偶者 2人 子 3人 兄弟 6人 義理兄弟 1人 義母 1人 祖母 1人 その他 6人	10代 8人 20 22人 30 21人 40 9人 50 4人 60代以降 2人 不明 12人	
H20年度 (2回コース)	78人	175人	男13人 女65人	両親 64人 配偶者 5人 子 4人 兄弟 3人 義理兄弟 1人 親族 1人	10代 6人 20 15人 30 24人 40 18人 50 5人 60代以降 6人	0~5年 28人 6~10年 12人 11~15年 5人 16~20年 6人 21年以上 10人 不明 13人
H21年度 (2回コース)	74人	172人	男17人 女57人	両親 60人 配偶者 2人 子 3人 兄弟 2人 義理兄弟 4人 義母 1人 嫁 2人 その他 1人	10代 6人 20 19人 30 16人 40 11人 50 5人 60代以降 5人	0~5年 32人 6~10年 7人 11~15年 9人 16~20年 3人 21年以上 7人 不明 4人

年々、参加人数の増加が見られる。当事者の年代に幅がある。参加者は概ね、親(特に母親)が大半を占める。兄弟姉妹・子・義理の親兄弟が、1割程度を占めている。

また、H19～20年度は、「家族のための精神保健福祉教室」と題し、対象疾病を統合失調症に絞りきらずにうつ病その他の疾患も受け入れていた。H21年度から「統合失調症の家族教室」と、病名を前面に打出して周知したことで、統合失調症の家族のみの参加となったことが、焦点を絞った話を聞きたい家族のニーズと合致したとも読み取れる。

## (2)プログラム内容

	内容	講師
第1回目	「統合失調症を知ろう～症状と治療について」	医師
第2回目	「家族の接し方について」	精神保健福祉センター職員
第3回目	「地域で安心して暮らすために～社会資源について」	相談支援事業所職員、センター職員など

教室2時間の内、前半を座学、後半をグループワーク（H19 途中～開始）にしている。

## (3)参加者の声によるプログラム変更点

	参加者の声	スタッフ カンファレンス	プログラム変更点	効果
H19年度 (3回コース)	「このような教室を各地区に広めてほしい」 「家族の悩みを話し合い、相談したかった」 「GWが良かった」 「悩んでいるのは自分だけではないことが分かった」	※「家族のための精神保健福祉教室～統合失調症を中心に」と題した教室だったが、うつ病も受け入れていた。年に3コースやるのを、統合失調症2コースとうつ病1コース、の2本立てにしたらどうか？ ※GWを行い、参加者の親密度を高めたり、学びを深めることができるかもしれない※毎回GWのメンバーが違うより、3回ともメンバー固定した方が、凝集性が高まるのでは？ ※疾患を限定しなかった。Sは半数、他は感情障害 神経症。申込み時の聞き取りが不十分。	※2コース目の浜北会場からは、GWを取り入れた ※3コース目の北区会場からは、各GWの発表(GWのまとめ)をすることで話題の共有化を図る	※GWを実施するようになったことで、参加者同士、悩みを共有することができた
H20年度 (2回コース)	「グループで話合う時間が少なく残念」 「同じ悩みを持つ方々と触れ合え、	※教室終了後に、一度 語り合いの場を設けることで、グループメンバー以外の人の話も聞ける機会としたらどうか。	①3回とも、GWのメンバーを固定した	①固定メンバーになったことにより、回数を追うごとに緊張感が取れ、話

	<p>こんなに勇気を持ったことはない。安心した」</p> <p>「他の人の話も聞いてみたい」</p>			<p>しやすい雰囲気。→グループのつながりに効果的。教室終了後に話し合う場を求められるようになった</p>
<p>H21年度 (2回コース)</p>	<p>※GWで、初回から全然話せない人が、3回目でとても話せるようになった人がいた</p> <p>「同じ作業所のご家族から教室のことを聞いた。参加してみたい」(申込時)</p> <p>「短時間ではあったけれど、本音で話し合え、他の家族のお話も聞けてよかった」</p> <p>「前回の教室終了後、家に帰ってからドッと疲れた」</p>	<p>※GWは、話が尽きず、1時間近く残って話していた。お互いの連絡先を交換していた人もいた</p> <p>①今回は、当事者の年齢が近かったので、年齢順のG分けで共通の話題や共感が持てたようだ</p> <p>①医療中断者がいたりして、皆と状況が違う方がいたが、スタッフの声かけにより、同グループの方からアドバイスをもらえた</p> <p>②対象疾患を統合失調症に絞っているため、教師のネーミングに「統合失調症の」家族教室だと明確に打出した方がよいかも</p> <p>③教室終了前に、一旦リフレッシュすることで、気持ちの切り替えをして帰宅してもらったらよいかも</p>	<p>①G分け(当事者年齢順)と、スタッフの配慮により、共通する話題や情報交換ができた。</p> <p>また、GWを板書したことで、視覚的に全体の様子が把握できたことも良かった</p> <p>②今年度から、教室のネーミングを「家族のための精神保健福祉教室」→「統合失調症の家族教室」に変更</p> <p>③次回から、教室の最後にリラクゼーションを実施</p>	<p>①他の家族を援助することによる自信と自尊心の回復につながる。</p> <p>また、グループ体験や新しい社会的交流による社会的孤立の防止</p> <p>②主要な周知方法である、広報への掲載にも病名を前面に打出したことで、視覚に訴え何の教室か、明確になったことで 申込者が増えたのかもしれない</p>

### (考 察)

- ・他で実施している教室は急性期と慢性期を分けて実施しているようだが、当所では発症時期を分けずに、同じグループにすることで、急性期の方は慢性期の人から教わることで先の予測が立てられたり、心の準備ができたり、ピアカウンセリング効果があったようである。参加者は、当事者の年齢が近いことや、続柄が同じであることから 思いを共有しやすかったと思われる。教室終了後のOB会が現在も続いていることから、グループ体験や新しい社会的交流による社会的孤立の防止に一役買っていると思われる。
- ・参加者の声を受けて、プログラム内容を変更し、参加者の満足度が高くなってきたのは、当事者の年齢や参加者の続柄(両親・兄弟姉妹・直系血族以外)を考慮したグループ分けと、スタッフがうまく介入することで、参加者同士の交流や 自信や自尊心の回復につながっていると思われる。
- ・今後は、OB会が好評であるため、既存の家族会との調整を図りながら、ともに支え合い、発展しあう事業を展開していきたいと考えている。