



2018年12月 家族教室まとめ

ハートクリニック
精神保健福祉士 池沢佳之

今日のお話

- * □はじめに
- * □知っているの良い考え方いろいろ
 - ・EE研究
 - ・イネイブラー
 - ・病気を抱える本人への見方
- * □最後に

はじめに

<自己紹介>

池沢佳之

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。

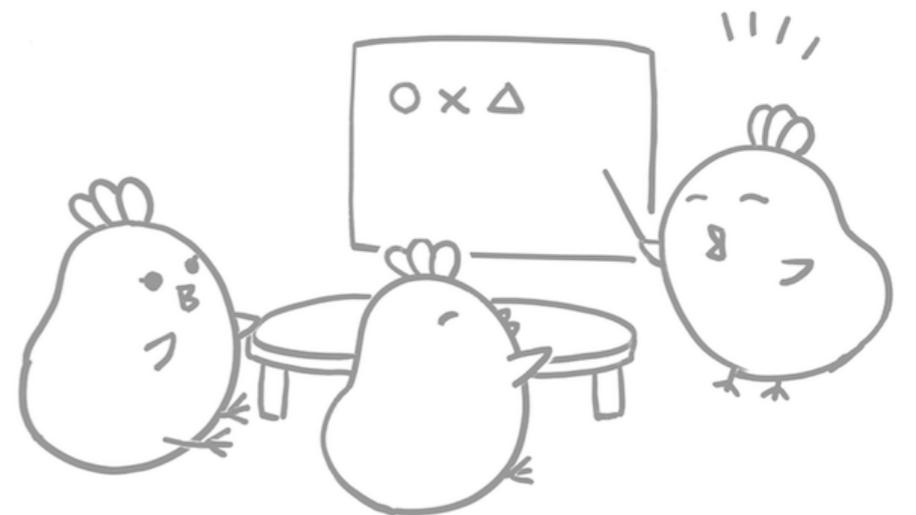
常に目の前の患者さんのリハビリ・社会復帰・自立・・・

「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

「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



はじめに

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

EE研究

- 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



EE研究

- 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

EE研究

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

感情表出(EE)と 統合失調症の再発率

(%)

70

60

50

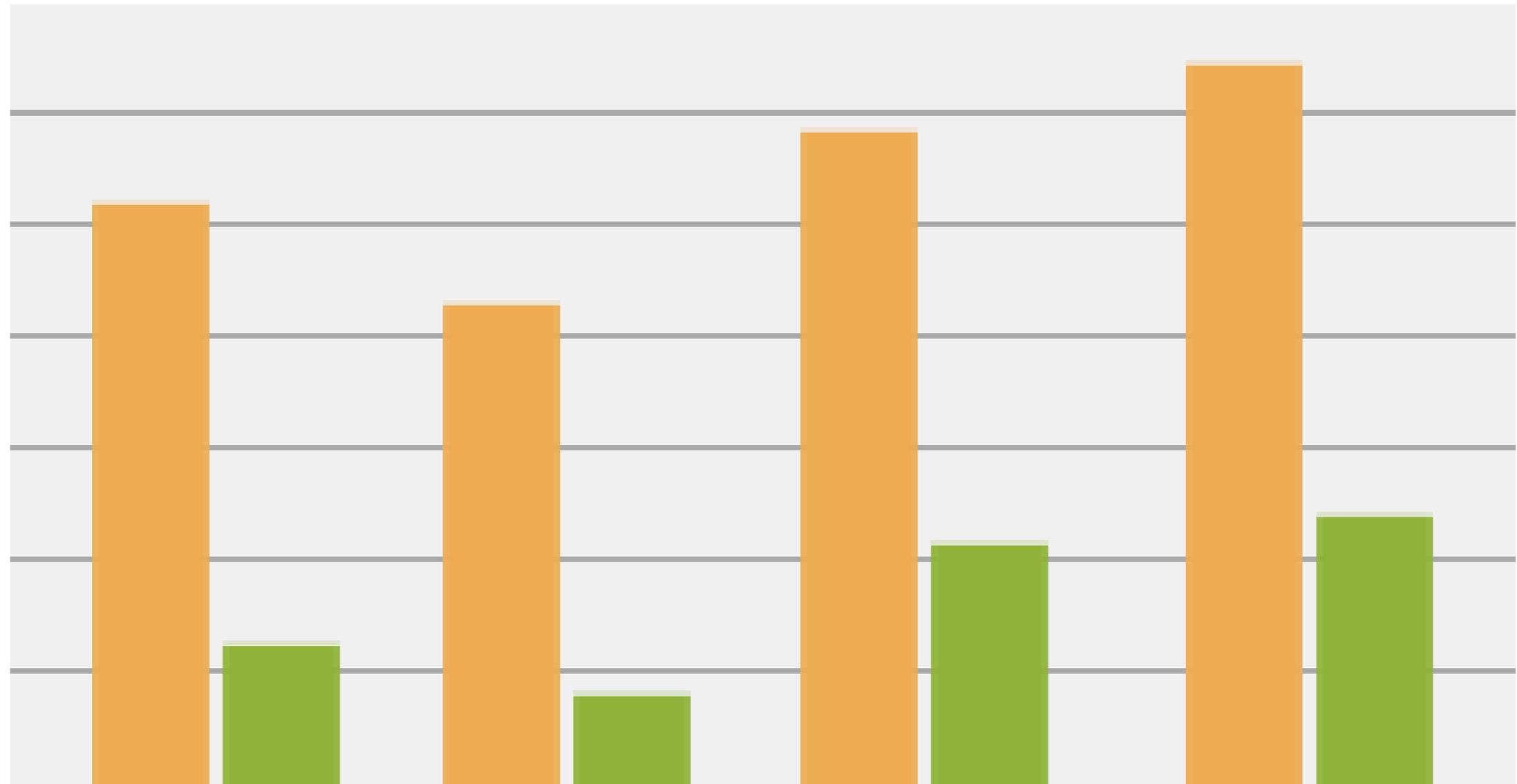
40

30

20

10

0



Vaughn S
1976

伊藤 S
1994

田中 S
1995

上原 S
1997



EE研究

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ければらん！」

このEE研究が果たしたもう一つの側面を考えずに・・・

EE研究

- 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（巖）は次のような仮説を挙げている

EE研究

- 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。

EE研究

- 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

EE研究

- 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と
- 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と

イネイブリング

- ある人間関係において、他者が示す望ましくない行動や状態を終結させようとする努力が、その意図とは逆にあるいは無自覚な意図として、結果的にその他者に不都合や問題とされる行動や状態を継続させてしまうことがある
- この逆説的な人間関係パターンを演じる立場にあるもののことをイネイブラーと言う
- 家族、友人、同僚、上司など、本人のことを大切に思っている人ほどイネイブラーになりやすい

イネイブリング

- 主な特徴

- ① 行動をコントロールしようとする

本人にあれやこれや説教したり・・・

- ② 理由をコントロールしようとする

なんでこんな状態に・・・話を聞いたり、慰めたり、なだめたり・・・

- ③ 結果をコントロールしようとする

本人の肩代わり・・・

イネイブリング

<イネイブリングする側とされる側との関係>

人に自分を頼らせることで相手をコントロールしようとする人と、人に頼ることでその人をコントロールしようとする人との間に成立するような嗜癖的二者関係

- ①家族には（依存者）本人を治すことはできない
- ②家族には（依存者）本人をコントロールすることはできない
- ③（依存者）本人を助けることではなく、支えとなることである
- ④過去を後悔するのではなく、これからどうするかである
- ⑤恐れではなく、愛情である

イネイブリング

3つの「もしも」

「もし～だったら」 → 過去に対する言い訳

「もし～ならば」 → 現在に対する言い訳

「もし～になったら」 → 未来に対する言い訳



「今、ここでどうするか」につながらない考え方

イネイブリング

- 悪循環を断ち切るためには……



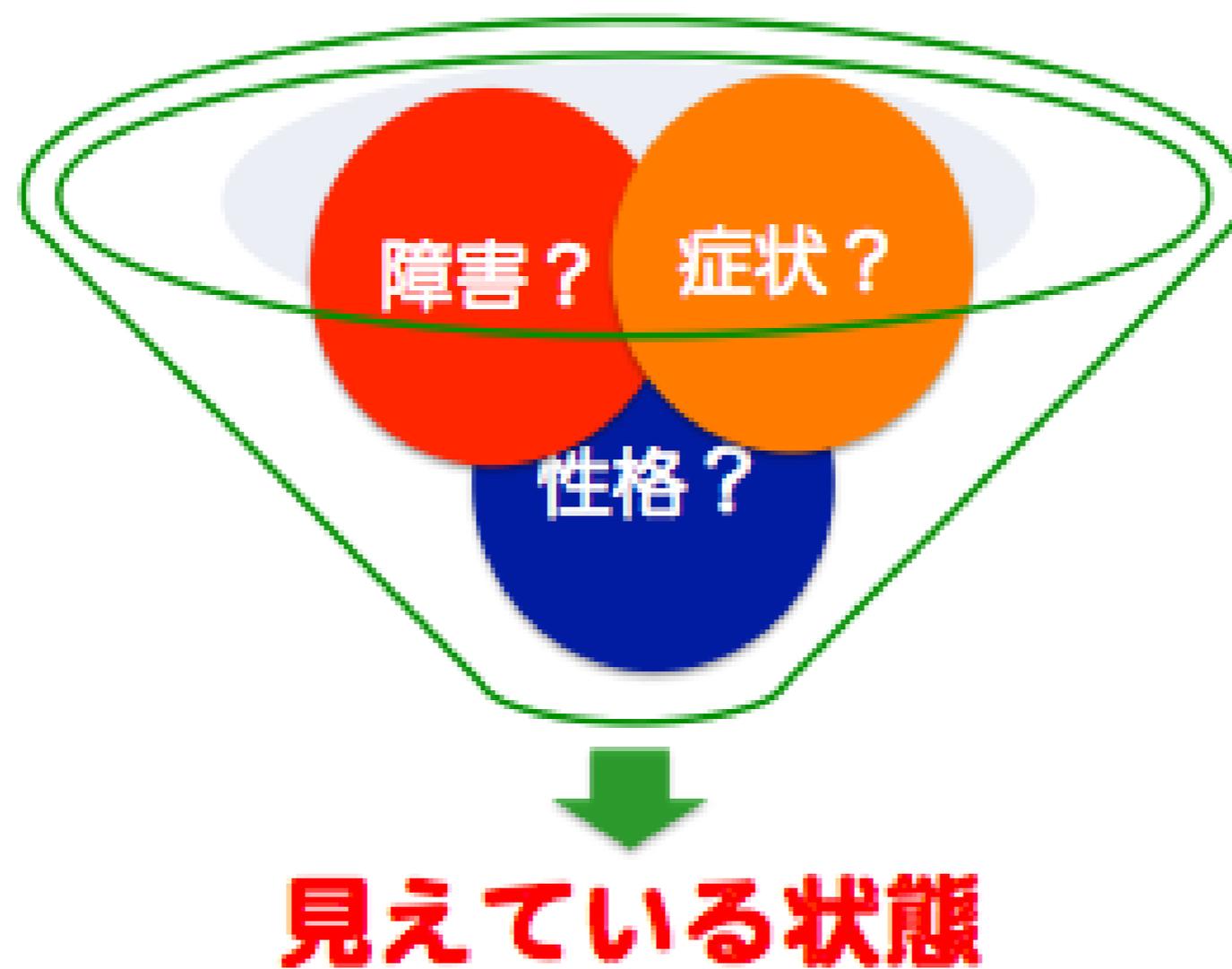
イネイブリング

- 本人:自身に向き合い、自分の治療・リハビリに責任を持つこと
- 家族:本人の治療やリハビリを支える・・・家族自身の生活を大切にする



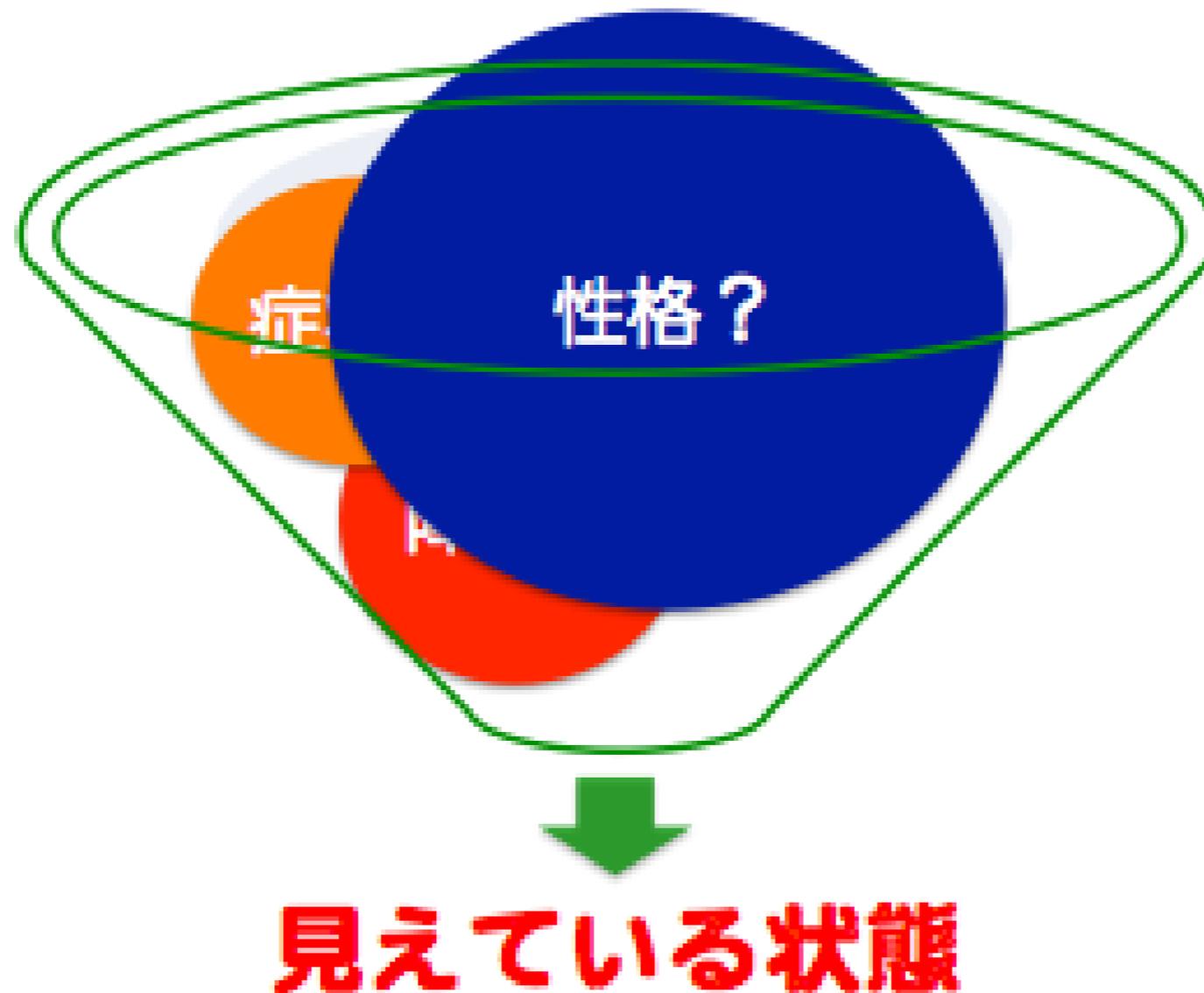
病気である本人をどう見るのか？

- 様々な点で・・・どう見るかは難しい



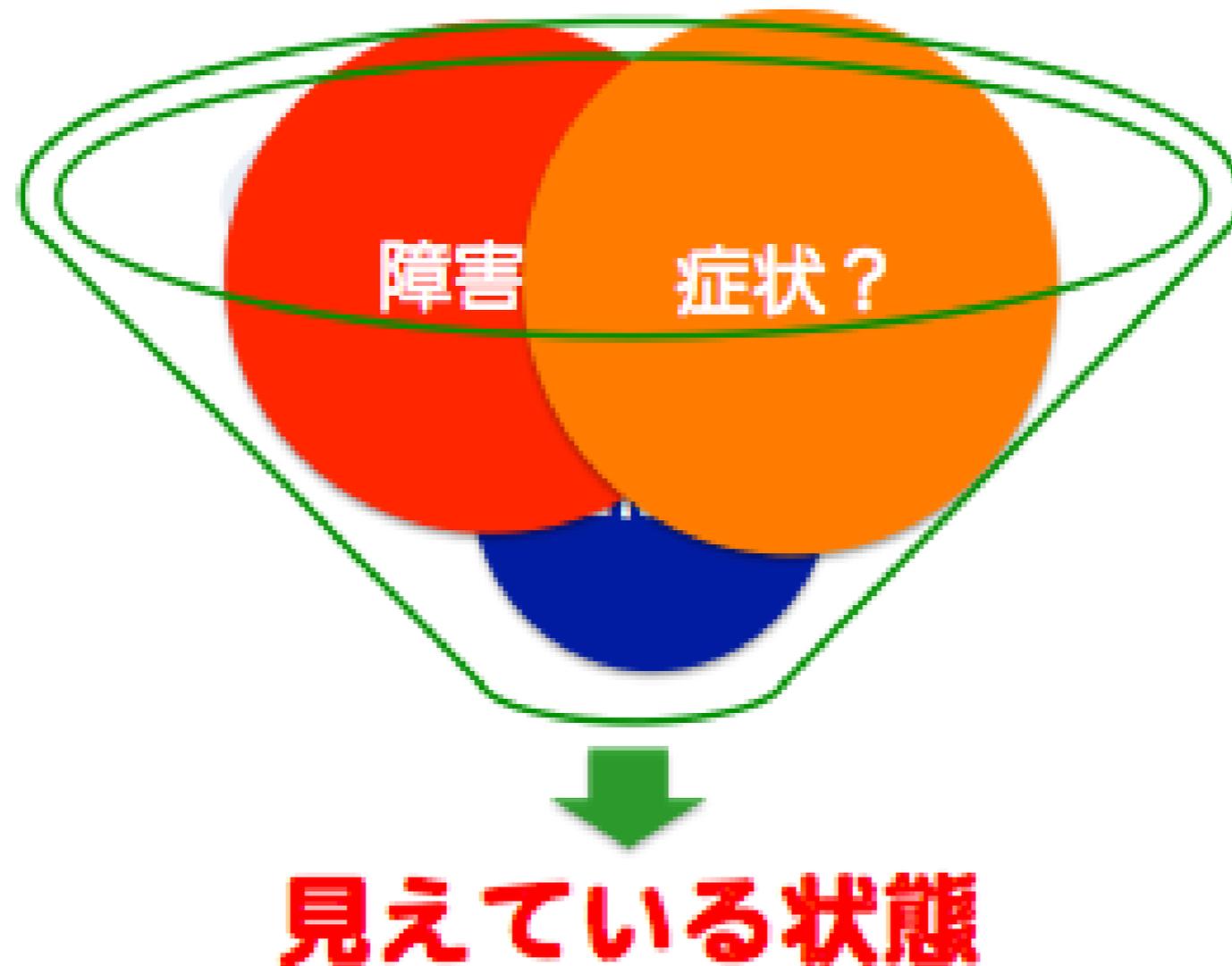
病気である本人をどう見るのか？

- 身近な人だと・・・ついつい



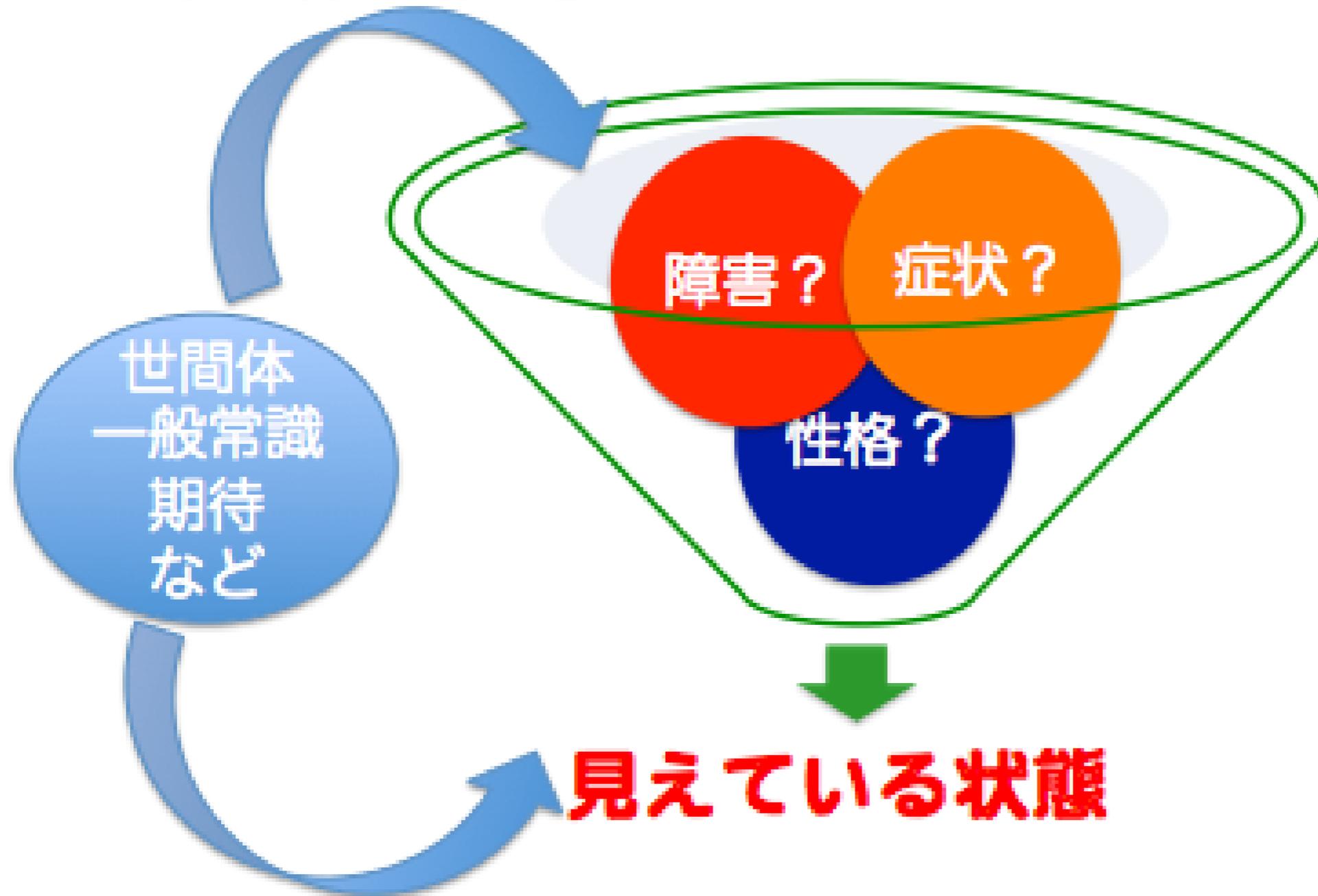
病気である本人をどう見るのか？

- 病気な人には・・・ついつい



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

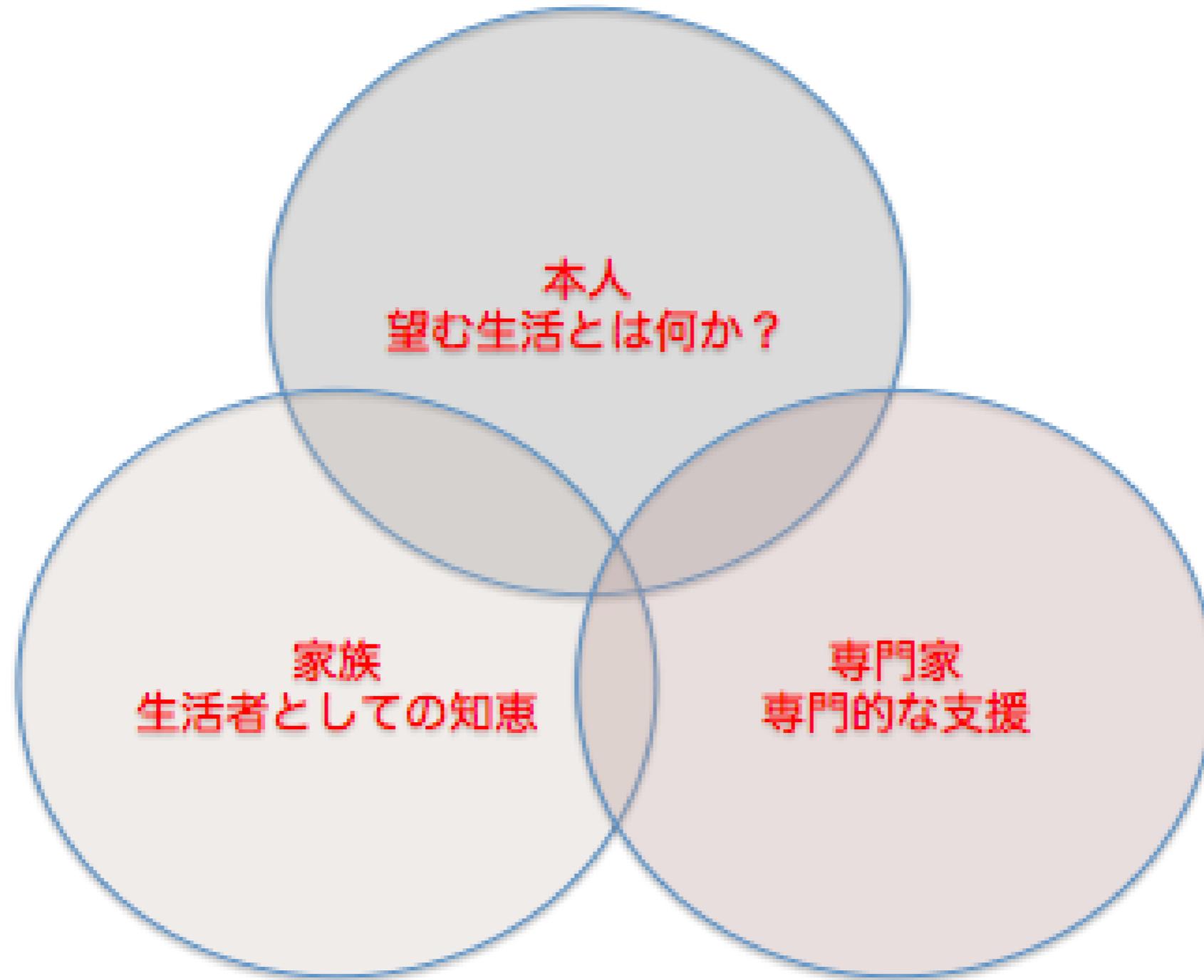
病気である本人をどう見るのか？

- 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えば、
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

最後に



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

い・しよく・じゅう・・・

衣・食・住

医・職・従



1年間ありがとうございました
来年もよろしく願いいたします



よいちあ年を