

アウトリーチ事業をめざす意義と今後の展望

理事・障害者委員長 藪下 敏

平成 30 年度からアウトリーチ（訪問相談支援）事業が本格的に始まった。障害者や引きこもり当事者及び家族の社会的孤立を防止するための活動であるが、1 年間の試行を経て、今後の 3 年間は我孫子市公募補助事業として取り組む予定である。ひきこもり当事者は全国で 54 万人にも達しており、彼らの社会復帰を促す活動に取り組む意義は決して小さくない。公益的な団体としての真価を問われる事業だけに是非とも成功させたいと考えている。

試行中に支援が始まった 2 つの事例が早くも就労に結びついた。アウトリーチを始めてみると、相談者の内因性疾患（統合失調症や躁鬱病等）とは別の問題として、

- ① 虐待、いじめ、過干渉、マルトリートメントなどの心因性によりパーソナリティ障害に陥り、生きづらさを引きずっている。
- ② 自己同一性の拡散によりアイデンティティの確立に困難を生じているために、将来の生き方に支障をきたしている。
- ③ 発達障害による引きこもりが多い。発達障害者の関わり方に理解が乏しく、二次障害のうつ傾向等の発症につながり、それに家族が翻弄されている。
- ④ 心の歪みがある、自尊感情が低い、認知に問題があるため、不安、イライラ、怒りを日常的に抱えている。

などの原因や症状で、重層的な悩みや困難を抱えているという共通点が分かってきた。

S さん（52 歳の女性）の事例は、内因性疾患（統合失調症）のため長年外出できない状態にあったが、傾聴を続けることによって当事者自身がレジリエンス（自分で困難を克服していく力）を強くし、就労の意欲を回復していった。そして自己の気づきと転居を機会に、アウトリーチ開始から 7 ヶ月目となる本年 2 月に、就労継続支援 A 型につながった。

T さん（34 歳の男性）の事例は、大学卒業後の就職がうまくいかず 10 年以上も引きこもり状態を続けてきた。昨年 9 月に支援を開始したが、T さんには発達障害があり、反抗期もなく生きづらさを抱えていた。親との関係が悪く、親の方も荒れがちの子どもを避けてきた。しかし親が当事者への関わり方を変えたことで、T さんはレジリエンスの回復に向かい、地域活動支援センターへ繋がった。発達障害等の理由で引きこもった場合、うつ傾向などの二次障害が現れるケースが多いが、T さんは重いうつ傾向になることもなく、親の心掛け次第では引きこもり当事者であっても就労に結びつけられるという好事例になった。

親と子は、些細なキッカケで「心のキャッチボール」ができるようになった。ある日、親が支援者に「東京の病院に行く時、息子がいつも辛そうな表情をしているが、どうしてなのか？」と質問した。支援者から「人が怖いのではないか」との助言をもとに、さっそく本人

に訊ねたところ、「そうだ」と答えたときから親子の波長が合うようになったようだ。そして、落ち込んで辛そうな表情をみせるTさんを心配した親が問いかけると、「将来が不安だ。仕事が心配だ」との返答があった。Tさんは「仕事に朝出かけ、夜に帰ってくる」という自分の仕事の将来を漠然と思いついて描いているが、現実にはできない自分が不安なのである。これはTさんの自己同一性の拡散の延長上の問題で、マズロー※の説く「承認欲求」のように「良い会社に入って尊敬されたい」「仲間から受けている承認を失いたくない」等の気持ちが発露されたのである。その土台となる関係・安全・生理的な欲求を家族が満たしてあげることが必要であり、家族が受容的対応（親切に接する）をすることで、家庭が安心できる土台となり、そこを足場にして本人は社会へと踏み出せるようになる。

※アブラハム・マズロー アメリカの心理学者、人間の自己実現を研究対象とする。「人間性心理学」の最も重要な生みの親とされ、欲求の5段階説（欲求のピラミッド）を主張した。

当事者と親の関係の様子を毎回傾聴し、親が支援者として関わるために必要な自己覚知をすることによって、親の関わり方が変わっていった。相談員や親が当事者との信頼関係を築いていく上で、自己覚知は必要かつ重要な要素であり、「自分を知る」ことである。自分の思考・言動・感情・価値観を知り、相談者に向き合うことである。援助を求める人から「心を開き安心して話ができる人」とみなされない限り、援助そのものの出発点に立てない。そのためには自分を客観的に理解することが大切である。アウトリーチを通して、家族は支援者としてどのような関わり方が良いかを当事者と一緒に考える。結果として当事者は怒り、不安、イライラを小さくすることができる。気づきが当事者の生き方を変え、自分で困難を克服していく力（レジリエンス）が生まれてくる。

相談者が抱える困難は一人一人違う。1年間の試行の結果として、精神障害者と家族には傾聴を主にしたアウトリーチが効果的であり、引きこもり当事者と家族にはTさんのような家族療法中心のアウトリーチが適切と思われる。困難を抱えて援助が必要な時に話を聞いてくれる場がない、支援に繋がっていないということは、当事者にとっては辛く、苦しいことである。話をすることによって前頭葉が活発に活動し、気づきがある。自分でなだめるようになってくると、生きていくことが少しずつ楽になってくる。

最初に述べたように、これまで関わった当事者8名と家族のうち、2名と家族は福祉就労につながり終結した。ほかの6名と家族は継続中であるが、アウトリーチを開始した頃の状態に較べるといずれも前向きに生きようと努力しており、就労に向けて頑張っている。当初は自分自身の病気や困難の相談が多かったが、最近は社会に目を向け、その中で自分はどう生きていったらよいかといった相談に変わってきた。気づきが多くなり、自分でなだめることができるようになり、少しずつ生きやすい状態に改善されてきた。

最後に、精神障害や引きこもりの当事者及び家族からの支援ニーズは予想以上に大きいと実感している。今後も地域ネットワークと連携し、支援に繋がっていない人達のアウトリーチに力を入れるつもりである。アウトリーチを通して精神障害や引きこもり当事者と家族の社会的な孤立を防ぐことができれば、地域の安心・安全にもつながる。当面の目標として、30年度10名、31年度15名、32年度20名の当事者と家族に対する支援をめざすが、将来的には我孫子市業務委託事業にまで拡充・発展させたいと考えている。