

精神科デイ・ケアにおける  
社会参加への取り組み

笹森 哲嗣<sup>1)</sup> 浜田 和法<sup>1)</sup> 川村美栄子<sup>1)</sup>  
原子真理子<sup>1)</sup> 岩佐 博人<sup>1)</sup> 野宮 富子<sup>1)</sup>  
渡邊 直樹<sup>1)</sup>

1) 青森県立精神保健福祉センター

Key Words : ①精神科リハビリテーション②社会参加③  
 デイ・ケア④自己効力感

### I. はじめに

精神科デイ・ケアの治療的意義は、通所者が地域生活を送りながら再発予防を図り、社会参加を支援し、生活全般の質をより高めていくことにある。しかしながら、デイ・ケアの実践において、再燃・再発の防止という基本的な目標は実現されているにもかかわらず、就労等の現実的な自立に容易に繋がらない通所者が増えてきた。

このような局面を鑑みて、今年度、地域社会に参加するために必要な、より現実的な能力や技能の獲得を目指すことを目的として、通所者自身がデイ・ケアの活動内容を自主的に計画、運営・実行するプログラムの展開を試みた。今回の発表では、その経過を紹介し通所者の動機付けや自己効力感にもたらした影響等について若干の考察を加え報告する。

### II. デイ・ケアの現況

デイ・ケアの概要は表1に示したとおりである。

表1 デイ・ケアの概要

	総数	男性	女性			
人数(名)	104	67	37			
平均年齢(歳)	35.4	36.3	32.9			
平均在籍期間(年)	3.8	4.2	3.2			
診断名	統合失調症	気分障害	発達障害	人格障害	その他	
人数(名)	91	7	2	1	3	

当センターのデイ・ケアは、開設当初は居場所の提供や安心して活動できる場を保障する意味合いが強かった。その後心理教育プログラムの実施により病気・障害の理解と受容を促し、通所者が主体的に考え活動できるようなデイ・ケアを目指してきた。その結果、積極的に個人が社会参加を考えるようになり、ボランティア活動、当事者活動、アルバイトをしながらデイ・ケアに参加する通所者が増えてきた。いわば保護環境下ともいえるデイ・ケアにおいて良好な適応状態が維持される通所者が増えてきた。その一方で、通所者が自分の適応能力を充分生かせず、就労等、より現実的な社会参加に踏み出せない通所者が目立ってきた。この問題への対処は、精神障害者が社会参加を実現する上できわめて重要な課題であると考え、より現実的な活動として、ボランティアの提供及び受領のプログラムを積極的に導入展開するとともに、自分自身と向き合う場として、集団精神療法的な技法を活用したグループミーティングを実施し、自尊心

情の喚起や内省を促す機会を増やしてきた。さらに病気障害の部分だけではなく、社会人としての自覚・責任を持ち、具体的に行動、活動していけることを体験できるプログラムを模索した結果、以下に示したプログラムを立ち上げるに至った。

### III. 今回実施したプログラムの概要について

今回実施した2つのプログラムのうち、プログラムAは、病状が比較的安定しており、良好な適応状態である通所期間が長い通所者を中心としたクローズドグループであり、提示された活動内容を企画提案し、実際の運営まで行うものである。プログラムBは活動を希望した通所者同士で立ち上げるセミクローズドグループであり、自分達の考えた活動内容を行い、6ヵ月後に自分達で評価し、全体に報告するものである。

今回実施したプログラムの概要は表2に示したとおりである。

表2 プログラムの概要

<p>1. プログラムA : セルフエンパワメントクラブ (クローズド : 9名 週2回 時間 : 2時間)          通所者が心理教育・行事プログラムの提案・企画運営を行う。ミーティング、ふり返りを中心に活動するものである。</p>
<p>2. プログラムB : 自主運営活動グループ (セミクローズド : 3~20名 週1回 時間 : 2時間)          通所者が目標・目的・活動内容を計画実施し、6ヶ月間継続して活動するものである。</p>

#### IV. 経過及び結果

今回、各プログラムを実施してきた結果、プログラムAでは、初めのうち、自分達の提案に対する他通所者の反応への不満や、グループの位置付けに対する疑問をぶつけていた。話し合いを重ね、自分達の与えられた役割とそれ以外の通所者との関係に挟まれ、考え悩んでいたが「リーダーシップをとることは自分のためになる」「やってみた結果、周囲からの評価を受け入れていくことも大切なのでは」等、徐々に自分達の問題や課題として捉え、自発的に活動に取り組むことがみられた。同時に自分の言動や表現の仕方を工夫してみる等の対処や他者への配慮がみられた。実際の運営場面では、状況を判断し、通所者同士がサポートし合うことがみられた。通所者からは「考えるのは大変だけど、このプログラムは自分の役にたっている」等の感想が聞かれた。

プログラムBでは、どのグループにもリーダーに負担が集中する傾向がみられたが、困った場面では、通所者同士でサポートすることや、状況判断をし職員に相談することがみられた。自らできることをみつけ、真摯に役割を果たす通所者もみられていた。通所者からは「結果には満足しているが、今後はもっと自主的に活動していきたい」等の感想が聞かれた。一方では「難しい感じがした」との感想もあった。

#### V. 考察

今回2つのプログラムを導入し展開したところ、両プログラムにおいて、通所者の動機付けを強く刺激するとともに、自律性や責任感が喚起された者が多く、他者を通じて自尊感情や自己効力感が強化され、実際の就労等の社会参加に向きあうためのステップとなる可能性が推察された。また、他者の状況や全体の状況を判断し、何かを作り上げていく過程に、社会人としての自覚を促し、人としての成長を育まれることが期待された。

今回の取り組みは通所者の安定・適応のみでなく、意図的に心理面でもストレス負荷をかけ、通所者が様々な問題に対して取り組む気持ちを強化し、デイ・ケアの活動の中で明確な目的意識を認識し、就労等の現実的な次のステップへの足がかりとなることを目指している。反面この取り組みは、関わり方によっては、デイ・ケア全体のムードや不安定感にも結びつき、通所者の病状悪化、再発に繋がる恐れも高いため、個々の病態水準を十分に把握し、サポート体制を具体的に念頭においた上で行うことが大前提となると思われた。