

## 精神保健福祉援助相談における ナラティブ・アプローチに関する考察

—— 認知理論の技法を用いた支援を通して ——

山 田 妙 韶

### 要 旨

精神保健医療福祉施策が平成16年に「精神保健医療福祉の改革ビジョン」が発表されて以降、「精神障害者退院促進支援事業」、「精神障害者地域移行・地域定着支援事業」、保護者制度廃止に伴う医療保護入院の見直しによる退院後生活環境相談員の設置など、精神障害者福祉の地域福祉化が進んでいる傾向にある。

しかし、精神障害者の中には制度を利用できない人や利用を拒否する者もいる。例えば、精神症状が安定し退院許可が出ているにもかかわらず、再発を恐れて退院しようという決心がつかないまま入院を希望する者がいる。このような患者には、再発への恐怖に対する心理的ケアや再発の対処法・予防法を考えて支援する必要もあろう。つまり、精神保健福祉士（PSW）は、利用者の心理的問題を避けて通れない状況が増えることが予測されよう。

心理的問題の解決はカウンセリングがその専門である。カウンセリングは、言語的および非言語的コミュニケーションを通して、相手の行動の変容を援助する人間関係であり、相手が自らの力で解決する、あるいは解決できるように成長するのを援助することにある<sup>1)2)</sup>という定義が広く知られているだろう。しかし、近年、「福祉カウンセリング」、「カウンセリングとソーシャルワーク」という書籍やテーマによる論文がみられるように、社会福祉領域の相談援助とカウンセリングの共通性が意識されていると感じる。

カウンセリング技法については、精神保健福祉相談援助のための方法として位置づけられている。一般的に言えばカウンセリング技法は、精神保健福祉相談援助ではすでに活用されているが、カウンセリング技法を意識的に活用しているという認識はPSWにはないようである。そのカウンセリングのなかでも近年、ナラティブ・アプローチが福祉や医療保健など幅広い領域で注目を浴びている。福祉や医療保健領域に限らず対人支

援の専門職には活用価値のある技法との指摘もある。

そこで、精神保健福祉相談援助におけるナラティブ・アプローチの有用性の実証を目指して、事例検討を通して考察することとする。

キーワード：精神保健福祉相談援助，ナラティブ・アプローチ，認知理論，  
クライアントと援助者の共同作業，支援技術

## I はじめに

### 1. 研究の背景

精神保健医療福祉施策は、平成16年9月に「精神保健医療福祉の改革ビジョン」が発表されて「入院医療中心から地域生活中心へ」という方策転換を掲げた。そして、平成18年に、受入れ条件が整えば退院可能な者、いわゆる社会的入院者の退院支援や地域生活支援を目的に「精神障害者退院促進支援事業」が実施された。さらに、平成22年に、受療中断者や自発的な受診ができないなどの精神障害者に対して多職種チームによる「精神障害者地域移行・地域定着支援事業」が実施されている。平成26年4月には、保護者制度廃止に伴う医療保護入院の見直しによって退院後生活環境相談員が設置されている。

このような精神障害者福祉の地域福祉化の流れは、精神障害者の回復は、地域生活の中でなされるという精神障害者の声と相通じるものである。しかし、精神障害者の中には制度を利用できない人や利用を拒否する者もいる。例えば、精神症状が安定し退院許可が出ているにもかかわらず、再発を恐れて退院しようという決心がつかないまま入院を希望する者がいる。このような患者には、再発への恐怖に対する心理的ケアや再発の対処法・予防法を考えて支援する必要もあろう。つまり、精神保健福祉士（以下、PSW）は、利用者の心理的問題を避けて通れない状況が増えることが予測されよう。

心理的問題の解決はカウンセリングがその専門である。カウンセリングは、言語的および非言語的コミュニケーションを通して、相手の行動の変容を援助する人間関係であり、相手が自らの力で解決する、あるいは解決できるように成長するのを援助することにある<sup>1)2)</sup>という定義が広く知られているだろう。しかし、近年、「福祉カウンセリング」という書籍の出版や「カウンセリングとソーシャルワーク」というテーマによる論文がみられるように、社会福祉領域の相談援助とカウンセリングの共通性が意識されていると感じる。

カウンセリング技法については、精神保健福祉相談援助のための方法として位置づけられている。一般的に言えばカウンセリング技法は、精神保健福祉相談援助ですでに活用されているが、カウンセリング技法を意識的に活用しているという認識はPSWにはないようである。また、新人PSWを対象にした面接技法の研修などで“面接技法が分からない”、“退院できるのに退院

する意欲がない患者への働きかけが分からない”などの声が聞かれる。このような実践への悩みに対して、カウンセリングの意識的な活用は重要ではないだろうか。そのカウンセリングのなかでも近年、ナラティブ・アプローチが福祉や医療保健など幅広い領域で注目を浴びている。福祉や医療保健領域に限らず対人支援の専門職には活用価値のある技法との指摘もある。

そこで、精神保健福祉相談援助におけるナラティブ・アプローチの有用性の実証を目指して、事例検討を通して考察することとする。

## 2. 目的、用語の定義

### 〔目的〕

精神症状を呈しているにもかかわらず医療機関の受療を拒否する者に対して、PSW が認知理論の技法を用いてナラティブ・アプローチを試みている。精神保健福祉相談援助におけるナラティブ・アプローチの有用性について、「ソーシャルワークの支援展開」と「PSW の支援技術」に焦点化して考察する。

### 〔ナラティブ・アプローチの定義〕

本研究では PSW の支援姿勢である「利用者と共にある」<sup>3)</sup>に焦点をあてて、ナラティブ・アプローチの定義を「クライアントと援助者の共同作業によってあらたなストーリーを生成し、現状に対する捉え方や行動を変えることを目指す援助方法」<sup>4)</sup>と定義する。

## 3. 支援期間・支援場所

支援期間：200X 年 1 月～ 200Y 年 2 月

支援場所：関西圏の相談機関

## 4. 倫理的配慮

相談者には、個人が特定されない配慮、事例は研究以外に使用しないことを文書で約束し、事例報告することの承諾を得ている。

## II 支援過程

### 1. インテーク

#### 相談者

独身女性 A さん、30 歳。事務職勤務。父親は死亡。兄弟姉妹はいない。

#### 現病歴

交際していた男性の借金の保証人となったが、その男性が行方不明となり、借金の取り立ての電話に怯え緊張した日々が続き、誰にも相談することもなく孤独感を覚えた。心身ともに疲れはてた頃より、幻聴が聞えるようになる。仕事も休みがちとなり欠勤が増える。1 度は、精神科を

受診するが、精神病の診断を受け入れられず受療を拒否し、引きこもりとなり、「声」に悩まされる日々が続いている。心理相談ならば受けてもいいと言って母親と共に来所する。

当初の主訴は、「行方不明の彼を探して欲しい。彼とやりなおしたい」であったが、「行方不明者を探すことはしていない。Aさんは、カウンセリングならば受けてもいいと言っていると、お母さんから聞いています。幻聴についての相談に目先を変えませんか」と、提案した。

主訴 幻聴を失くして彼とやり直したい。

### 精神科医とのコンサルテーション

彼との再出発は幻聴消失後の課題とし、幻聴消失は薬物療法が最適であることは否めないため医療機関につなげることが重要であると、助言をもらう。

### 支援契約

相談内容の守秘義務遵守、相談中断・中止はいつでも可能であることをAさんに約束すると同時に生命・身体に危害の可能性が認められる時点で、医療機関等に連絡することを承諾してもらう。

そして、原則、来所することを約束してもらった。それは、引きこもり解消を意図していた。

## 2. アセスメント&プランニング

今までの経緯について自由に語ってもらうなかで、問題の明確化をめざす。

(Aさんの発言を「     」, PSW(筆者)の発言を〈     〉で記述する)

### 第1期

#### 1)「語り」の内容

##### 彼について

「悔しい、哀しい。あんなに尽くしたのに」と号泣する。

〈泣きたくなったら思いきり泣いていいですよ〉

「付き合い始めた頃は、やさしかったのに…。もう一度会いたい…」と言って泣く。〈彼はどんなふうによさしかったの?〉と聞くと、旅行に行った時のことや誕生日に赤のバッグをくれたこと、好きなお酒を夜遅くまで飲んだことなど、楽しかったことを話してくれた。そして、1番嬉しかったことは、食事に入った店の店長が「恋人?」って聞いたときに、「奥さんにしようと思ってる」って言ってくれた時だった、とも話してくれた。

〈楽しい思い出ですね〉

「彼は、騙したの?騙された私が悪いの?彼のほうが悪いよね…」

〈騙されたあなたが悪い?彼のほうが悪い?〉

「分からない…でも、やっぱり彼のほうが…」と言葉に詰まる。

〈苦しかったですね。辛かったですよね。〉と声掛けをした。

「…」無言であった。

### 幻聴について

「彼が姿を消して、借金の取り立ての電話が終日鳴り続けて誰にも相談できず孤独だった。心身ともに疲れはてた頃より、幻聴が聞えるようになった。幻聴は、疲れているから、休養すれば治ると思う。彼のせいじゃない」

〈Aさんにとって、休養とは？〉

「眠ること。でも幻聴があるとうるさくて眠れない」

〈睡眠薬は？〉

「嫌。今は、彼がいなくなって動揺して疲れているだけ、病気じゃない」

〈何故、通院したくないの？〉

「精神病は治らないって聞いたことある。精神病患者が暴れて怖い。精神病の薬は多量で依存する」

〈幻聴は毎日、聞こえるの〉

「幻聴は、私が騙されたことを喜んでいる。あれは、母の声だ」

### 母親について

〈お母さんは、そういう人？〉

「お母さん、彼との交際を良くは思っていなかったもので、よくけんかした。借金の保証人になった時も『Aちゃんは、騙されている。結婚詐欺だ』と言った。彼がいなくなってお母さんは、きつとうれしがっている」

〈でも、お母さんはAさんを心配して、ここに連れてきたけど…〉

「一人暮らしを始めて、今の状態には心配はしてくれていると思う…。家は貧乏だったから（母親は）お金には敏感。」

### 仕事について

「職場には、体調不良と言って有休を使いながら…、行ったり行かなかったりしてる。仕事らしい仕事からは外されているし…」

〈この仕事は、好き？〉

「うん…」

### 生活について

〈生計は…？〉

「有休があるうちに、戻りたい…。電話が鳴ると借金の取り立てだと思って切っている。家に取り立てが来るかもしれないと思うと怖い…。返せるようなお金ないし。電話の音がいつも聞こえている。」

## 2) 母親との面接

「Aちゃんは、騙されているんです。あの子がかわいそう…。病気を治してほしい…」と言って、涙ぐむ。

〈職場は有休を使っていますが、同居する気はありますか？〉

「そう、言ったんです。でも、あの子…嫌って」

## 第2期 問題の明確化

アセスメントで得られた情報をもとに、「彼とやりなおしたい」というAさんの主訴実現に向けて、問題の明確化を目指した。

### 1) 幻聴について

〈Aさんは彼との復縁を望んでいますが、それには幻聴が消失しなければならないと考えている。幻聴は疲れているから休養（眠る）すれば消えるが、幻聴がうるさくて眠れないのですね〉

「うん」

〈そして、睡眠薬は依存するので服用したくないのですね〉

「はい」

〈それを図にしてみました〉と言って、図1を見せた。

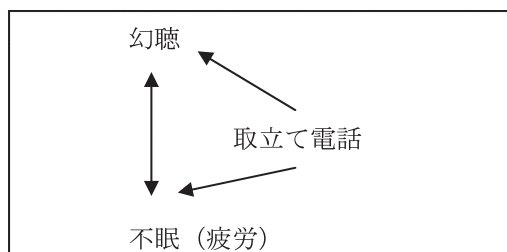


図1

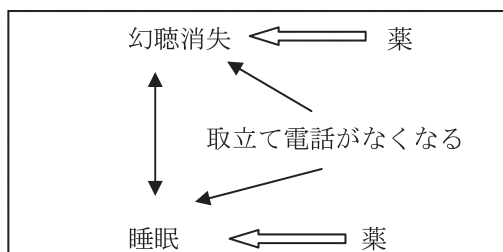


図2

さらに図2を見せて、〈幻聴消失や睡眠には、服薬が効果があることは実験で明らかですが、Aさんはどちらの薬も飲みたくない。他の方法で幻聴消失や十分な睡眠がとれるように考えなければいけません。Aさんの話を聞いていて、幻聴の薬や睡眠薬についての知識が不足しているように思います。たとえば、睡眠薬といっても漢方薬の睡眠導入剤というものもあります。これは依存性はほとんど無いと言われています。知っていますか？〉と尋ねると「…知らない」と言った。

さらに〈幻聴は、精神病に特有の症状ではないですよ。強いストレスを受けたときでも聞こえます〉と説明すると「そうなんだ…。でも、どうして声が聞こえるの？なぜ、他の人には聞こえないの？」と言った。

〈Aさんの幻聴の正体を確かめたくない？〉

「どうやったら確かめられる？」

〈幻聴日記はどう？幻聴がいつ聞こえて、どういう事を言ったかを日記風にとすると分かりやす

いと思う」と提案し、Aさんは幻聴日記を書くことに同意した。

## 幻聴日記

幻聴の様態を把握する目的で“幻聴日記”（表1）をつけてもらい、その日記を振り返りながら自由に語ってもらう。

表1 幻聴日記の一部

日付	声の内容	いつ	どこで
○/×	「バカな奴」「死ね」	ぼーっとしていた	自分の部屋
	「親不孝者」「あほ」	テレビを見て	居間
○/△	「見張られてる」	ぼーっとしていた	自分の部屋
○/×	「悲しんでんの？バカじゃね」	彼とのアルバムを見て	居間

日記は「バカな奴。死ね。おまえは親不幸。ザマーミロ。騙されるのがバカだ」などの罵倒するような内容であった。

〈声の主に心当たりは？〉

「彼です。辛い…。本当に騙した？でもいつか戻ってきてくれる…」

〈幻聴が聞こえて辛いことは分かりましたよ。では、生活でどのように困る？〉

「声が聞こえると、その声に集中して、何もできない。」

〈声に振りまわされているってこと？〉

「振りまわされてるっていうか、彼の声だし…」

〈見えない存在が彼？彼は生身の人間だよ。その声は、彼の声を真似てAさんを困らせているよ。〉

「生身の彼に会いたい」

〈じゃ、彼の声まねる幻聴を退治しようよ〉

「どうしたらいい？」

〈その幻聴に名前つけられる？何て呼びたい？〉

「幽霊…」

〈じゃ、幽霊と呼ぼう。そして、攻略法を一緒に考えよう〉

## 2) 借金の取り立てへの対応

幻聴を助長させている要因として、借金の取り立てがあった。こちらは、法的処置を提案した。

以上から、幻聴と戦う攻略法がなかったことが明確になった。そこで、攻略法を一緒に考えて実行することとなった。

### 3. インターベンション

#### 第1期 幽霊攻略法を見つける

##### 1) 現在の対処法

幽霊の攻略法を考えるにあたり、Aさんが現在どのようにして幽霊に対処しているかをまとめた。(表2)

表2 現在行っている対処の例

日付	声の内容	対処
○/×	「バカな奴」「死ね」	我慢、「違う」と言って反論
○/△	見張られてる	見張っている者を探す

現在の対処について尋ねると、「彼の声が聞きたくてバカにされても我慢していた。唯一彼との繋がりのような気がして…。でも、他の人は、どうやってるの?」と、Aさんから質問が出された。

〈幻聴体験者の手記や治療手引きで勉強する?〉と、勉強会を提案し、文献を集めて一緒に読んだ。勉強会を“幽霊勉強会”と名づけた。

その結果、幻聴経験者の多くが“何かに集中”して、幻聴と折り合いをつけていることがわかった。そして、「幻聴との共存は、病気からの回復を妨げない」という幻聴体験者の声に感激した。幻聴は、なくならなくても大丈夫なんだ」と呟いた。〈そうなんだね。大丈夫なんだね〉と、私はうなづいた。

Aさんは、“何かに集中する”ことを試みて、自分にあった攻略法を見つけることとした。

##### 2) 幽霊攻略法

表3は、“何かに集中する”という対処法を試みたものをまとめたものである。試みた対処法は、音楽、読書、テレビ、会話、散歩、ゲーム、料理である。そして、幻聴が聞こえた過去の最も不快だった時を100として、今回試みた対処後の不快度を数値で表した。

表3 “何かに集中する”の1例

日付	声の内容	対処(何かに集中する)	不快度
○/×	「お前が悪い」	音楽を聴く	60
○/△	「死ぬしかないね」	PSWに電話	40
○/○○	「泥棒」「あはは」	テレビ(できない)	100
○/××	「あほ」「バカ」	散歩(怖くてできない)	100
○/×○	「バカ」	読書(読めない)	100
×/○	「お前がバカだ」	ゲーム(できない)	100
×/×	「やってやった」	料理(できない)	100



その結果，“PSW に電話をする”対処法が自分に合っているという結果であった。そこで、この結果をうけて A さんは“人と話をする”という幽霊攻略法（以下、幽霊攻略法）を実施することとした。

## 第 2 期 幽霊攻略法と幽霊勉強会のモニタリング

### 幽霊攻略法のモニタリング

幻聴が聞こえた過去の最も不快だった時を 100 として、今回試みた対処後の不快度を数値で表した。

表 4 幽霊攻略法を実践した後の幻聴の変化

実施後	声の内容	誰と話したか	不快度
1 週間後	彼の声で罵倒等	PSW, Fr	60
30 日後	彼の声で罵倒等	PSW, Pa, Fr	50
45 日後	知らない人の声で罵倒等 母親の声で罵倒	PSW, Pa, Fr	50
60 日後	知らない人の声で罵倒, 励まし, 音楽, 音	Pa, Fr, Oth	40

PSW：筆者，Pa：母親，Fr：友人，Oth：近隣等

#### 1 週間後

〈上手く攻略できてる？〉

「山田さんとは話せるけど、友達とは何を話したらいいか分からないのでストレス…」

〈友達に今の状況を説明して協力してもらったら？〉

「嫌われないかな…」

〈そんな友達？〉

「違う…と思いたい」

〈じゃあ言ってみよう。本当に心配してくれるのが友達〉

#### 30 日後

〈幽霊さんはどんな感じ？〉

「相変わらず。でも友達も協力してくれて嫌がらずに話してくれる。母親が私が友達と電話してるの見て泣いてた…」

〈母親とは？〉

「前より話してる。もう一度人生をやり直したい」

〈もう一度人生をやりなおしたら何をしたい？〉

「もう一度彼とやり直したい…」と言って彼との幸せな日々を想像して語る。

#### 45 日後

〈罵倒が知らない人の声になってる。どう感じる？〉

「彼がいなくなったのか…。もしかしたら母親の言うことが正しかったのかも…」

〈彼が騙したってこと？〉

「…。もしかしたら、もうすぐ戻ってくるかも」

60日後

〈幻聴に変化があったようだけど？〉

「罵倒が前よりはやさしい。音楽が聞こえることもあり、時々癒しにもなってる」

〈私に（PSW）電話してこなかったけど？〉

「何となく…（PSW から）脱皮…って感じかな。近所の人とも話してる」

〈今度、近所の方を紹介してね〉

（後日、Aさんがよく話をする方とご挨拶した）

「山田さんと出会ってよかった」

〈出会いは、どちらか一方が接近するものではなく、お互いに引き寄せられたものだと思う。そして、その2人の“かかわり”の産物が結婚であったり分かれであったり…。だから、産物は一方のみの責任ではないと思う〉

「私昔から最後の最後でうまくいかない…。中学の時、児童会の書記に立候補して当選した。結構自分でも可愛いと思ってたので、男子はみんな私のことを好きだと思っていた。だから、好きな男子に告白したら、ふられた。なぜ？って思った。高校の時もそうだった。私がなぜ、ふられるの？って。だから、彼とつきあって結婚できるって、結婚してくれるって言われて…。信じた。そしたら、ふられた…。この年になって、やっぱり…最後でうまくいかなかったなんて思いたくないから、幻聴を理由にしてた。」と話した。

〈Aさんにとって幽霊さんはどういう存在なのかなあ〉

「彼を恨むことは疲れた。恨みは自分で自分を苦しめることになると思う。内なる自分と向かいあっている」

〈内なる自分と向かいあっているとは？〉「聞えていた声は私自身の声なのかもしれない…」

### 幽霊勉強会のモニタリング

幽霊勉強会の結果、以下のように認識がかわった。

- ・精神病は折りあいを付けることができるもの。
- ・幻聴は、彼の声ではなく脳の機能不全であり、種類は多種多様である。
- ・薬は、適切に飲めば精神の安定に必要なものである。
- ・精神病院は、一時的な避難場所（休憩場所）である。

### 第3期 環境調整

勉強会のなかで、Aさんから「有休期間がもうすぐ終わるけど…」という、生計の問題が出された。

有給期間が残り少なくなったので未収入になった時のことを考えて、母親との同居を提案し

た。「何となく生活が変わっているような気がする。まだ、病気は治っていないのでカウンセリングは続けたい」「病気が治るまでなら…」と、幻聴がなくなったら又、別居するという条件つきで同居となる。

#### 4. エバリュエーション

##### 主訴の確認

〈幻聴と折り合いをとることができるようになったけど、彼とやり直したいという気持ちは？〉  
「私が現われなかったら、彼は人を騙すこともしなかったかも。私と出会わなかったら他の女性と出会って幸せな結婚をしていたかも。帰ってこない人を待っていても…」

〈幻聴については？〉

「上手く付き合っていると思うけど、悪化するのが怖い」

〈通院は？〉

「今は抵抗ない。」

〈傷病手当をもらい、休職して治療に専念する？〉

「復職はあまり考えていない。治療しながらゆっくり考えれば良いと思う」と言われたので、医療機関を紹介した。

〈お母さんとは？〉

「彼のことは一切何も言わないし、聞かないの。私も触れて欲しくない。お金もないし当分このまま同居しようかな…」

##### 将来の生活のイメージづくり

〈これからどんな生活したい？〉

「もうだめかなって思っていたけど、もう一度人生やり直したい。分からないけど何となく（やり直すことが）できるような気がする」と自尊心を取り戻したようであった。

「勉強会でPCを使って調べて楽しかった。PCの技能を習得して再就職する。新しい恋愛をして結婚する。子どもは2人欲しい。名前は愛と情（二人合わせて愛情）にする。母親にも孫を見せたい」と将来のイメージが語られた。

#### 5. 終結

〈精神科医の先生とは？〉

「馬が合うと思う。話もよく聞いてくれる。薬も効いていると思う」

〈幻聴とは？〉

「罵倒されても聞き流せる。所詮、幽霊だし（笑）」と、幻聴と共にある生活を覚悟したようである。

〈面接はどうしますか？〉

「とりあえず、終了します」

〈いつでも相談の窓口は開いています〉と伝えて終結となる。

### Ⅲ 結果

#### 1. クライアントと援助者の共同作業によるあらたなストーリーの生成

本事例は，“幻聴を失くして、彼とやり直したい”という主訴が，“幻聴と共存しながら、新しい恋をしたい”という希望（あらたなストーリー）に変化している。この変化を「ナラティブ・アプローチの定義」から整理したのが表5である。

表5 「支援過程」「共同作業」「あらたなストーリー」「捉え方・行動の変容」

支援過程	協同作業	あらたなストーリー	捉え方・行動の変容
・ インテーク	主訴の共有	・ 彼とやり直したい→幻聴を失くして彼とやり直したい	相談機関に来所することによる引きこもり解消
・ アセスメント ・ プランニング	幻聴日記を使って問題を見つけて、問題解決の計画を立てる	・ 睡眠で幻聴消失（幻聴で不眠症である）→幻聴は攻略するもの	幻聴を“幽霊”と名づけて、攻略しようとする主体性が生じる
・ インターベンション ・ モニタリング	幽霊攻略法と病識・薬についての勉強会	・ 幻聴は彼の声→私自身の声 ・ 彼との別離が幻聴の原因→彼にふられたことを受け入れる	生計問題を自覚するという自覚の芽生え（生活の再構築）
・ エバリュエーション	・ 主訴の確認 ・ 将来の生活像づくり	・ 幻聴を失くして、彼とやり直したい→幻聴と共存しながら、新しい恋をしたい ・ 「もう、だめかな」→「人生をやり直せるかも」	・ 通院 ・ PCスキル技能の習得をめざす
・ 終結	終結の確認	幻聴を失くす→幻聴と共存	終結の自己決定

#### 2. 幻聴の変遷

主訴である“幻聴をなくしたい”については、その消失には至らなかったが，“幻聴と共存”できるほどに軽減している。この変化を“幻聴の変化”として、「相談者とPSW とのかかわり」と認知理論の技法である「ナラティブ（語り）」との関連から整理したのが表6である。

表6 「相談者とPSW とのかかわり」「ナラティブ（語り）」「幻聴の変化」

支援過程	相談者とPSW とのかかわり	ナラティブ（語り）	幻聴の変化
・ インテーク	傾聴，受容，共感	感情表出，彼・母親を非難	罵倒，批判，非難
・ アセスメント ・ インターベンション ・ モニタリング	協働，参加，受容，共感，励まし，指示，支持，情報提供	感情表出，過去の回顧・反省，彼との生活像	罵倒・批判・非難，優しい罵倒，時折の励まし，音楽
・ エバリュエーション ・ 終結	協働，参加，励まし，支持，情報提供	生活像が物語として語られる	優しい罵倒，音楽，時折の励まし，水音

#### ①「相談者とPSW のかかわり」と「ナラティブ（語り）」

Aさんの語りは、沈黙や回想しながら自発的に語られた。時間的経過でなかったり、語りに矛

盾する場面もあったが、PSW は一貫して、Aさんの語りを批判したり修正したりせずに受容し、時には励まし、指示するという姿勢を貫いた。その語りは反省や回顧を繰り返しながら時には幼少期の頃にまで遡ることもあった。また、涙を伴うことも多かった。

## ②「相談者と PSW とのかかわり」と「幻聴の変化」

Aさんの反省や回顧、感情の発散に寄り添う支援のなかで語りが感情表出、単語、文、文章、物語りと変化するごとに、幻聴の内容も罵倒から励まし・音楽、声の主も元彼から知らない人へと変わった。

## IV 考察

精神保健福祉相談援助におけるナラティブ・アプローチの有用性について、「ソーシャルワークの支援展開としてのナラティブ・アプローチ」から考察する。

公益社団法人日本精神保健福祉士協会の『精神保健福祉士業務指針及び業務分類 第2版』に、精神保健福祉士として特に、重要なソーシャルワークの視点として、主体性の回復・尊重（エンパワメント）、ストレングス、リカバリー、当事者との協働（パートナーシップ）<sup>5)</sup>の4つがあげられている。

本事例をこの4つの視点をもとに考察すると、Aさんは、幻聴に振りまわされていた状態から幻聴を無くすことで彼との再出発が可能となるという希望をもつようになり、問題解決に向けて積極的に取り組んでいる（エンパワメント）。そして、通院しながらではあるが、幻聴と折り合いを付けながらの生活を作りなおした（ストレングス）。さらに、再就職のために技能習得に臨み、交際していた男性への未練が無くなり、新しい恋愛への希望がわくなど、人生の再出発を果たしている（リカバリー）。

マーク・レーガンは、リカバリーを希望、エンパワメント、自己責任、生活の中の有意義な役割<sup>6)</sup>という段階で捉えているが、Aさんの場合もこのリカバリー過程を経ていると考えられよう。Aさんのリカバリーのポイントは、幻聴の消失を目的とするのではなく、自分らしい生活の実現（自己実現）を阻む幻聴との折り合いの付け方を身に付けるという視点の転換をAさん自身ができたストレングスが、精神病の正しい認識となり通院に繋がったと考えられよう。また、「もうだめかなって思っていたけど、もう一度人生やり直したい。分からないけど何となく（やり直すことが）できるような気がする」と言うAさんのこの自尊心が、新しい生活を築いていこうという意欲の源泉になったのではないだろうか。以上より、本事例はソーシャルワークの支援展開をしていると考えられよう。

そして、この関係を可能にしているのが認知理論の技法である。まず、カウンセリング技法である傾聴・受容・共感という「かかわり」で信頼関係を形成し、励ましや支持などの技法で、Aさんが新たな目標を見つけるのを助けている。さらに、共同作業で問題を発見して解決策を考え、解決に取り組んでいる。その結果、Aさんは自主的に受療し、その後の生活像を描いてい

る。

この支援過程では、“Aさんと共に問題解決に取り組むPSW”が存在する。(図3)近年、PSWには従来からの相談支援技術に加えて、包括的な相談支援を行うための地域における医療・福祉サービスの利用調整、ケアマネジメント、コンサルテーション、チームアプローチ、ネットワークワーキングなどの支援技術も求められている。<sup>7)8)</sup>たとえば、図4のように、チームアプローチでは、PSWを含む多職種に利用者を加えて、問題を円の中心置き、協働で取り組むのである。<sup>9)</sup>従来では支援の受け身であった利用者が、協働体制の成員として機能し、利用者主体の支援展開が可能になるのではないだろうか。

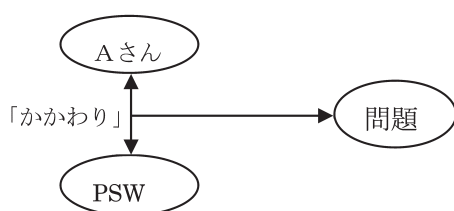


図3 利用者と共に問題解決をするPSW

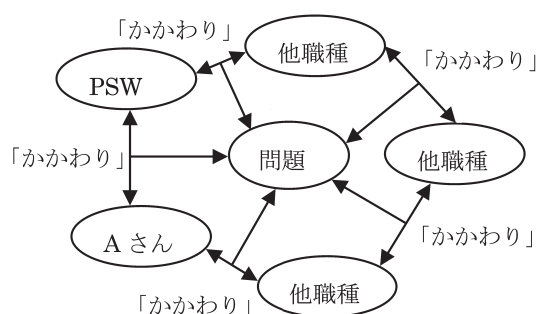


図4 チームアプローチにおける支援関係

以上より、ナラティブ・アプローチは、相談者の生きざまに寄り添うというソーシャルワーク支援に有益なアプローチと考える。また、認知理論の技法は、あらたなストーリーを生成し、現状に対する捉え方や行動を変えることを目指すことに役立つカウンセリング技法と言えるのではないだろうか。

## まとめ

吉川武彦は「利用者とその環境の全体性に働きかけるというソーシャルワーク実践を、カウンセリング技法を手段に利用者とソーシャルワーカーの協働と参加によって問題解決に向けてかかわっていく支援過程」<sup>10)</sup>をカウンセリング・ソーシャルワークとして提唱している。本事例もこの吉川の理論を支持したい。そして、このカウンセリング・ソーシャルワークを実践するには、カウンセリング技法の習得が必須である。傾聴・受容・共感・コミュニケーションといった今では広く認められているカウンセリング技法に加え認知（行動）療法技法や家族療法技法などの臨床心理技法の習得が必要であろう。<sup>11)</sup>

引用文献および参考文献

- 1) 国分康孝『カウンセリングの理論』誠信書房, 5, 2002
- 2) 長崎和則「精神保健福祉援助の理論と実践」『平成 25 年度 精神保健福祉実習演習担当教員講習会テキスト』一般社団法人日本精神保健福祉士養成校協会, 42, 2014
- 3) 日本精神保健福祉士協会『生涯研修制度共通テキスト第 2 版』14, 2013
- 4) 野口祐二／小森康永・野口祐二・野村直樹 編「社会構成主義という視点－バーガー&ルックマン再考」『ナラティブ・セラピー』日本評論社, 18-22, 1999
- 5) 公益社団法人日本精神保健福祉士協会『精神保健福祉士業務指針及び業務分類 第 2 版』18, 2014
- 6) マーク・レーガン／前田ケイ監訳『リカバリーへの』金剛出版, 2005
- 7) 日本精神保健福祉士養成校協会『精神保健福祉士実習・演習担当教員講習会テキスト』10, 2013
- 8) 日本精神保健福祉士協会『生涯研修制度共通テキスト第 2 版』117-118, 2013
- 9) 福山和女「保健・医療・福祉の領域における専門職の働体制の意義」『精神療法』第 28 巻 第 3 号, 3-9, 2002
- 10) 吉川武彦「精神医学・精神医療とカウンセリング・ソーシャルワーク」『現代のエスプリ』No422, 至文堂, 27-35, 2002
- 11) 山田妙韶「精神保健福祉士の支援技法に関する研究」『中部学院大学・中部学院大学短期大学部』第 12 号, 82-87, 2011

