

精神疾患の対応



妄想の対応①

状況：一人でぶつぶつ言っていることが増え、食事も摂れていないのを見かねた母が声をかけた。

家族：ごはんを食べなきゃだめでしょ。ずっと食べなかったら死んでしまうわよ！（心配から感情的になっている）

⇒（本人の体験、感覚を確認する）そう...変な味がするのね。どんな味なの？

本人：変な味がする。毒が入ってる。この家の物は食べられない。

家族：毒なんて入れるわけないでしょ！お母さんが作ったごはんが食べられないの？（本人の感覚を真っ向から否定している）

⇒（まずは相手の辛さを思いやる）ごはん...食べられないの？辛そうね。

妄想の対応②

本人：みんなぐるになってる。さっき電話で話してたのも、俺を殺す相談だ。

家族：何を言ってるの！あんたのこと心配してお父さんが電話くれたんでしょ！（あなたの言うことは理解できないというサインになっている）

⇒（本人の言うことを反復して、話を聞いているサインを送る）...ぐるになってると思ったのね。（次に本人の猜疑心を和らげる方向を探す）...今度からあなたのことを話すときは、あなたに言ってからにするわね

本人：今のおやじは偽者だ。あんたも命令を受けてる。

家族：そんなわけないでしょ？みんなあなたのためを思ってるのに...（否定から入っているので、助けたいという意図が伝わりにくい）

⇒（真っ向から否定することだけは避ける。本人の味方であることを明確に伝えようとする）わたしはあなたを少しでも助けたいの。きっと、お父さんも同じ気持ちだと思う。

妄想の対応③

本人：みんなぐるになってる。さっき電話で話してたのも、俺を殺す相談だ。

家族：何を言ってるの！あんたのこと心配してお父さんが電話くれたんでしょ！（あなたの言うことは理解できないというサインになっている）

⇒（本人の言うことを反復して、話を聞いているサインを送る）...ぐるになってると思ったのね。（次に本人の猜疑心を和らげる方向を探す）...今度からあなたのことを話すときは、あなたに言ってからにするわね

本人：今のおやじは偽者だ。あんたも命令を受けてる。

家族：そんなわけないでしょ？みんなあなたのためを思ってるのに...（否定から入っているので、助けたいという意図が伝わりにくい）

⇒（真っ向から否定することだけは避ける。本人の味方であることを明確に伝えようとする）わたしはあなたを少しでも助けたいの。きっと、お父さんも同じ気持ちだと思う。

妄想の対応④

本人：俺が気づかないと思って...毒を食わせて俺を弱らせるつもりなんだ。

家族：あなたを弱らせてお母さんにいったい何の得があるの？（確信の強い妄想に対して、常識的な気づきを促す対応になってしまっている）

⇒（味方であることを繰り返し伝える）本当にあなたを助けたいの。（現実との接点を探すために、一緒に考えようという協働の姿勢を示す）今まで出したものを食べるのがつらいなら、食べられるものを一緒に考えてみましょう。

本人：警察に行く。このままじゃ、殺される。（家から出て行く）

妄想の対応⑤

追加

- ①ごく軽度の妄想（妄想気分）の時には「心配しなくて良い」「大丈夫」だけでも効果がある（一定の根拠を示す場合もあるが、必ずしも必要ではない）
- ②妄想の核心は否定せずに現実との接点を探す（ここでの例では毒を入れたか入れないではなく、何とか食べられるものが見つかるかということ）
- ③少しでも否定したら怒りそうな時は聞くことに集中する（反復・うなずき・相づちだけでも相手を受け入れているメッセージになる）。議論（言い合い）だけは避ける。余計に妄想に固執する。重要な援助者が妄想対象になる。どちらにしろ本人にとって大きな損失につながる。

幻聴の対応①

状況：罵るような独り言が増え、大きな声も出始めた。本人から父に「悪口を言われる」と訴えた。

本人：隣のやつらが俺の悪口を言ってる。

家族：誰もお前のことなんか言ってない（本人の感覚を頭から否定している）

⇒（本人の体験を確認する） そうか...どんなことを言ってるか分かるか？

本人：いや、確かに聞いた。ばかだから、おまえなんか死んだほうが良いって...。

家族：そんなこと言うわけないだろ。（本人の感覚を理由も示さずに否定している）

⇒（事実かどうかはともかく本人の感覚としての辛さに共感する） そんなこと言われたら...辛いよな。

幻聴の対応②

本人：俺が何かする度に...そんなことしてばかじゃないんかって...

家族：そんな声、お父さんには全然聴こえない。お前の勘違いだ。（さらに否定を重ねている）

⇒（本人の体験を感覚としては受け入れながら、共感的に協働の姿勢を伝える）そんな声をするんだな...なんとか少しでも楽になる方法を一緒に考えよう。

幻聴の対応③

追加

- ①軽度の幻聴（現実との接点が保たれている時）では、「聴こえても怖くない」、「言うことを聴かなくても悪いことは起きない」と安心感を与えるように話してみる。（症状が軽度の時の常識的対応）
- ②音楽を聴いたり、他の事に集中するようにして気をそらしたり、薬を飲んで眠ったりということは選択の一つ（幻聴で働く脳を休める、別の部分を使う）
- ③没入が激しい時は邪魔をしない（興奮しながら幻聴の相手と言い合いをしている最中などは話しかけると危険なこともある）

受診してもらいたい①

状況：眠れない、食事も摂れないなどのつらい状態を見かねた母が受診を勧めようと声をかけた。

家族：調子悪いんですよ。病院に行って相談しましょう？（共感を示さず、いきなり行動を促している）

⇒（共感を示しながら、行動に言及し、徐々に本人の行動を促すようにする）辛そうね。なんとか少しでも楽にしてあげたいんだけど…。あなたが行きたいなら病院に連れて行ってあげる。

本人：病院には行かない。俺は病気じゃない。

家族：あなたは病気なの…病院に行ったら良くなるから、ね、行きましょ？（病気の理解は大切だが、ここで病気かどうかの議論は避けたほうが望ましい）

⇒（病気かどうかという議論はせず、可能な目標を探す）…今はつらそうね。つらさを和らげるために行くだけでも良いと思う。

受診してもらいたい②

本人：病院、病院ってうるさいな！ そんなに行きたければ、自分が行けよ！ あんたが診てもらえよ！

家族：だって、昨日も寝てないし、ずっとごはんだって食べられてないんだから、このままじゃだめよ！

（本人を批判してるように受け取られる）

⇒（批判になるのを避けながら事実を伝える。本人の気持ちに合う症状の表現を探す）眠れてないみたいね、ごはんも少ないし...たぶん、体が疲れすぎてるのよ

本人：.....

家族：今から病院に行きましょう。連れてってあげるから。（本人のペースを無視してたたみ掛けている）

⇒（相手が黙ったたら、まずは言葉が本当に出てこないか。良く待ってみる。）.....

受診してもらいたい③

本人：.....

家族：ね、行きましょう。具合が悪いんだから診てもらわないと。（正しい理屈で本人を押し切ろうとし過ぎている）⇒（説得に対する反応をみて、傾聴の姿勢に戻ろうとする。共感を示しながら、まずは本人が話せるように少しずつ促す）できれば、どんなことが辛いのか少しだけでも言ってほしい。私に言いにくいなら病院で他の人に伝えても良いし。

本人：また、薬を増やされるだけだ。

家族：そんなこと行ってみないとわからないでしょ。（事実としては正しいかもしれないが、本人への共感を伴った表現になっていない）

⇒（無理に押し付けたりしない態度を示す。協働の言葉を使う）あなたが納得できるような方法で、少しでも楽になる方法を一緒に考えましょう。

本人：だから、行かないって言ってるだろ！これは病気じゃないって！

受診してもらいたい④

追加

- ①まずは本人の苦しみに寄り添えないか考える。例：「少しでも楽になるように相談だけでも行こうか」

（「少しでも楽になるように」共感の言葉、「相談だけでも」目標を切り下げる言葉、「行こうか」協働の姿勢を示す言葉を使う）
- ②受診が無理な時の代替りの方法：家族だけでも相談、電話だけで相談、現在の処方のうち利用できるもの（頓服など）を試みる等

薬を飲んでもらいたい①

状況：薬を飲まそうとしたところ本人がそれを拒否した。

本人：もう薬は飲みたくない。

家族：だめだ。飲まないで調子が悪くなるだろ？（飲みたくない気持ちを聞いていない）

⇒（まずは本人の体験や感覚を確認する） どうして飲みたくないのか教えてくれるか？

本人：飲んだほうが調子が悪くなる。

家族：そんなことはない。ちゃんと飲まないでだめだ。先生だってそう言ってただろ？（本人の体験を確認せず、さらに説得のみを行っている）

⇒（積極的にあなたの話を聞きたいというサインを送るために詳しく聞く） どんなふうに調子が悪くなるんだ？

薬を飲んでもらいたい②

本人：みんな何にもわかってない。飲むと具合が悪くなるんだ。それに全然効かない。

家族：そんなはずはない。薬を飲まないとまた入院になるぞ。（どんなふう具合が悪くなるのか聞いていない。十分話を聞かずに事実を突きつけると脅しの意味合いが強くなってしまう）

⇒（本人の求めているものを確認する）本当はどんなふう効いて欲しいんだ？

本人：.....

家族：とにかく言われた通り薬はちゃんと飲みなさい。（結局、本人を押し切るだけの問答になっている）

⇒（本人の感覚を十分に聞いた上で受け入れやすい目標に限定し、ハードルを下げる）お前が納得できるように受診した時、薬を調整してもらおう。急に止めると体に毒だから今日だけは飲んでおこう。

薬を飲んでもらいたい③

追加

①目標の切り下げ方

- ・どうしても飲めなければ、その日は様子を見て、早めに受診する
- ・受診ができなければ、翌日また落ち着いているときにすすめてみる。
- ・やはり服薬できない時は、時々のはきはきは続け、主治医に電話での相談だけでも行っておく
(その時にできる望ましい対応をこころがけるが、無理はしない)

②実際には「本人の感覚の汲み取り⇒説明（説得）・薬剤調整」を繰り返しながら、本人が求めるもの（または妥協の範囲）と医療が提供できるものとの溝を長期間に渡って埋めていく作業が必要となる。

症状の説明（病識をどのように持ってもらうか）

陽性症状：幻覚、妄想→「敏感になっている」、「周りが見えなくなっている」と説明

陰性症状：自閉、感情鈍磨、意欲低下→「弱っている」、「疲れている」と説明

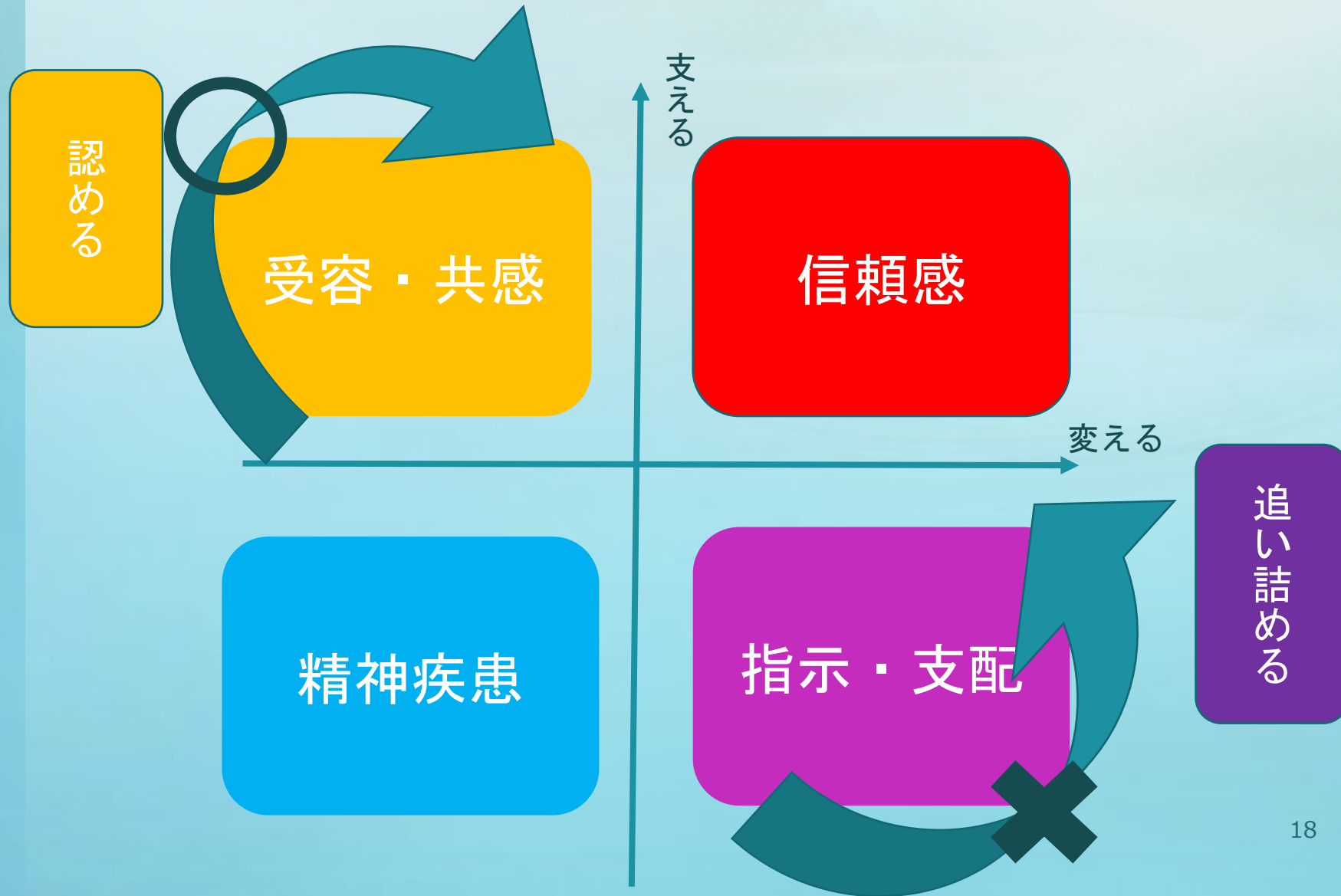
病気の説明においても同じ人間としての共感を忘れずに伝える

「そういうことがあれば誰でも敏感になるし、疲れるから」

基本的方針

- ①「傾聴」（共感と協働の言葉を使う。情緒的交流の無いところでは、説得は成り立ちにくい）
- ②現実的な促し（どこかに現実との接点がないか探してみる）
- ③促しができると思って説明を始めたら、強い抵抗がみられた時、もう一度傾聴の姿勢に戻るか時間をおく。「正しさ」で押し切らない。むしろ「負ける会話」（本人の意図が通ったように思える会話）を心がける。

逆回転の対応（CRAFT的対応）①



逆回転の対応（CRAFT的対応）②

◎ 逆回転の対応の中では、価値観も逆転する

- ①まず、無心に受け入れることから始める。
- ②「ただ」聴くこと（敵ではない、批判しないということを示す）
- ③時間を「無駄に」過ごすこと（時間をともに過ごした実績をつくる）
- ④「くだらない」ことを話すこと（目的によらずに共に居られる）

→信頼の基礎となる

- ⑤とりあえず最初は、役に立とう、何とかしようとは思わない

説明や促しに踏み切る条件

- ①本人が比較的安定した状態で、話を聴く態度がある
- ②本人の症状を刺激するポイントをつかめており、他の側面（現実との接点）からの説明が可能である場合
- ③これだけは分かってほしいことを明確に繰り返し伝えて、安定した目標を示したい時（緊急を要する時に、本人が興奮しても安全を確保できる環境を整えて行う）

「打つ手なし」の場合

- ①現在できる準備をして、できるだけ悪化を避けながら、待てる場所まで「待つ」（待てる場所がどこまでかは専門家への相談が必要）
- ②最終的に強制的な手段をとらざるを得なくなる場合でも、その段階までにどれだけ本人に共感をしめし、受診や入院の必要性を説明したかが重要。少なくとも、できる限り不意打ちだけは避ける。

講義は以上で終了です。おつかれさまでした。

精神疾患の対応

