

# 当事者がやられたくないこと、やってほしいこと

2019.10・鈴木大介

おみやげ資料1・2とも被りますが、当事者には共通してやられたくないことや、やってほしい対応があります。

## 【1・当事者がやられたくないこと】

### 1・「大丈夫ですか？」の問いかけ

心理的に、本当に大丈夫じゃなくなるまで言えないのが当事者ですし、本当に大丈夫じゃなくなると今度は「機能障害的に助けてと言えなくなる」（どう助けてほしいのか言葉を考える経緯で心理的に破局してしまう）のが当事者です。

また、「どのように大丈夫」「どのように大丈夫ではない」の説明をしなければならないことも、当事者にとっては非常に困難で、それを強要されると破局し、「放っておいて!」となってしまいます。

**2・早口の会話。当事者の言葉を遮る会話。当事者の言葉が出るのを待ってくれない会話。**  
失語がなくても、当事者は言葉がでてくるまで時間がかかります。必死に言葉を探している時に沢山の言葉を浴びせられると、当事者は何も思考できなくなり、最終的にパニックに陥ります。

### 3・聞き返し、問い詰め、突然の話題変更や質問。

必死に言葉を探して発話する当事者にとって、一度話したことを何度も別の言葉で置き換えて話すように強いられる、聞き返しや問い詰めは、容易にパニックを招きます。

また、とっさの出来事に対応するのが困難な当事者にとって、「突然」がつく会話も困難を伴います。

### 4・苦しい、不自由だという訴えの返答で、当事者を苦しめる言葉があります。

「麻痺が少なくて良かったですね」

「みんな同じようなものですよ」

「わたしも似たようなところがあります」

「年を取ればみんな同じように…」

自身の苦しさを無視されたり「ないこと」にされた気がして、とても苦しむ言葉です。高次脳機能障害は見えない障害ですが、大きな苦痛を伴います。大怪我をしながら苦しんでいる人に、こんな言葉を返しますか？

## 5・環境の変化は当事者にとって恐怖です。

当事者は必死に現実感や現在の環境にしがみついているような状態です。一度なんとか関係を築いた担当者が変わる、居場所（例・病院のベッドや病室）が変わる、レイアウトが変わる、一度憶えた作業の手順変更を求められる、決定していた予定が変更される。こうした変化を当事者は非常に苦手としますが、そこにはパニックや恐怖、大きな心理的苦痛が伴います。

## 6・未経験のことへの挑戦

当事者にとってそれまで経験したことのない作業を行うことは非常に困難を伴います。病前に経験のあることは比較的やれていても、新しいこととなるととんでもなく簡単な課題でつまづくことがあり、その際には大きな混乱や苦しさや自信喪失が伴います。初対面の相手と新しく人間関係を築くことも同様に困難です。

## 【2・当事者がやってほしいこと】

### 1・とにかく傾聴

とにかくゆっくりお話をしてください。当事者の言葉を遮らず、ゆっくり言葉が出るまで待ったり、紙とペンを併用するなどして、当事者の頭の中が混乱しないように配慮してください。

### 2・全肯定の姿勢

苦しい、どうもおかしいと言った訴えに「全肯定」の態度で応対し、なんとか一緒にそれを解消・緩和する方法を探しましょうという姿勢を見せてください。「肯定以上の鎮痛薬はない」というのが当事者としての実感です。

### 3・依存を肯定する

当事者が他者に依存的になることは「なんでも頼む」「子どもっぽくなる」「自分の代わりに代弁を依頼してくる」等々と、ご家族のお困りごとの文脈で語られることが多いようですが、当事者にとってそれはそのまま「助けてください」のサインです。

そして当事者は、ほんの少しの支えがあるだけで、一気にやれることが増えます。「依存的」という言葉を、どうか肯定的にとらえて当事者を手助けしてください。

### 4・味方づくり

生活圏に、当事者を理解し配慮してくれる人材を増やし、「ここではこの人を頼りにすれば大丈夫」と思える援助者が各所に居る環境を目指す。当事者にとって自分の不自由をたくさんの人に説明するのはとても困難で、一番ありがたいのは「言わなくても分かってもらえている」ことです。そのキーマンとなる人が生活圏のあちこちに増えていくことで、当事者の自由度は大きく改善されます。

## 5・回復より不自由や苦しみの緩和を支える

回復という言葉には、「病後にやれていたことを同じように再びやれるようになる」という印象がありますが、完全な病前通りを目指すことで当事者が折れてしまうリスクもあります。

「病前通りに戻ってほしい」という家族の優しい願いも、当事者にとっては「戻れないのは自分が弱いせいだ」と苦しんでしまう要因になるかもしれません。

ですが、機能的に回復しなくても、病前通りの手順や方法でやれなくても、いろいろな工夫で出来ないことが少なくなる=不自由によって苦しさを減らせば、当事者のQOLは取り戻せます。

「病前に戻れなくても今抱えている不自由さや苦しさがなくなるの方がいい」という穏やかな諦めの境地に落ち着くことこそを、援助者やご家族には支えてほしく思います。