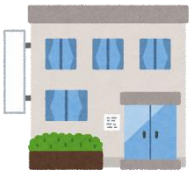
メンタルヘルス通信

<第 113 号>
2022 年 3 月 2 日
香川県教育委員会事務局
健　康　福　利　課

自助という力

メンタルヘルス相談では、相談者の負担軽減のため、どのような相談に対してもできるだけワンストップで対応ができるよう努めています。しかし心理士だけでは限界もありますので、医療機関やその他の機関と連携することもあります。私が以前、勤務していた精神科・心療内科クリニックは開院して 30 年以上になりますが、多職種の専門スタッフが常駐し、患者さんに対し必要に応じて医療チームによる協働支援を行っていました。そのチームの代表的存在に精神保健福祉士（通称 PSW）がいます。PSW は医師の指示のもと福祉行政や福祉機関とケースワークを行い、生活支援を通して治療に関わっています。それ以外の専門のスタッフには看護師や心理士がいます。それぞれの立場は違いますが、日常的に患者さんに関与しながら困り事を支えていこうとする姿勢は、このクリニックならではだと感じています。



日々の診療の中では治療方針や治療方法を巡り、時々医師と患者さんとの間で食い違いが生じることがあります。ある時、中高年の会社員で、全身の痛みがひどく出勤できなくなったと訴えて来院された方がいました。痛み止めを処方してくれたらいいと言いますが、院長は処方より体を休める必要があると言い、1 カ月程度の診断書を書くことができますと応じたのですが、頑として聞こうとしません。しばしの押し問答をした後、処方箋だけを受け取って帰って行かれたのです。帰り際、院長は「くれぐれも無理はしないように」と念を押し、診察室から見送っていましたが、私の中では、どうにか治療につなぐことはできなかったのだろうかという疑問が残ったままでした。

その日の仕事が終わり、処方箋だけを受け取って帰っていった患者さんの話題になりました。院長は「あの患者さんなぁ・・・まぁしょうがないわなぁ」と言って席を立ちました。ベテランの PSW が「治療で何が正しい選択かは誰にもわからんので。溝口がカウンセリングで人助けをしたいと思っとっても、儂らもケースワークがええと信じてやっとることもある。院長もや。でもそれは患者さんもおんなじや。治療で必要なことはこっちが決めないかんけど、全部やない。患者さんが自分で決めるという気持ちも大事にせんといかん。そんなことしよったら遠回りやし、危ないこともあるやろな。けどな、そやからゆうて儂らが一方的に決めてええんもんかの？自分のことは自分が決めたい気持ち、奪ってしまっとらんか？お前もよう考えんといかんのぞ。」それを聞きながら、その場にいた私だけが院長の診療に対する考えを理解できていなかったとわかりました。それで私に声をかけてくれたのです。

患者さん自らが決断し、自力を尽くし成し遂げようとすること。これを自助努力というそうです。「困難を乗り越え回復していこうとする力の根幹はその人の中にあり、それを尊重し見守ることも治療」と教わりました。いつの日か「お前もやっとわかってくれたか」と褒めてもらえるかどうかわかりませんが、この教えは相談者とお会いするとき、今でも心に留めています。

溝口盛治（臨床心理士・公認心理師）