精神障害者が、知的障害者等に電子機器の分解方法を教え、

そうか！解った！と反応する様子から、自分の価値を再認識させる試み

○兎束　俊成（ひきこもり対策会議 船橋　代表）

１ はじめに

　私達ヒトは、持ちつ持たれつの世界で生きている。助けて助けられることで、心の貸し借りのバランスを保ち、集団の中で自分の存在を感じることで、自分らしく振舞い、生きている。

　しかし障害者は“助けられる側”との先入観があるためか、与えられる側になることが多く、社会復帰プログラムでも、指導される側のプログラムを目にする機会が多い。

そこで精神疾患等で混乱が見られる元ビジネスマン達に、『精神障害者が、Ｂ型就労移行支援施設の利用者に、パソコンや電子機器の分解の仕方を教える』“与える側プログラム”を実施した。

　実施するために、“教える側の練習”を、どのように行ったのか、そして自らが教えた行為に「そうか！解った！」と嬉しそうな笑顔が返ってきたことにより、どのような充足を感じる表情を見せたのかについて報告する。

２　外部就労移行支援施設での支援活動

(1)　時期、場所、形態

2012年6月～2012年10月。葛飾区内会社の事務所一区画を借り、混合型就労移行支援施設の外部就労移行支援施設として実施。

(2)　分解を行った機器

パソコン、モデム、Hub、ルーター等。

(3)　分解した部品及び部材

①　パソコン

　ハードディスク、メモリ、LANカード、基板、CPU、ヒートシンク、コード、コネクタ、ドライブ、ボタン電池、鉄、銅、アルミ、プラスチック、鋳物等、(ノートＰＣでは、液晶パネルまで分解)。

②　モデム、Hub、ルーター等

　基板、コード、コネクタ、鉄、銅、アルミ、プラスチック等。

(4)　廃棄団体が特定される機器について

管理シールや印字ロゴ等で廃棄団体が特定される機器については、管理シールを剥がし、ヤスリを使って刷字されているロゴを消し、廃棄団体を判らなくした。

(4)　仕事の終了

　分解作業では、分解のし忘れと部品の取り外し忘れが度々発生した。この作業は、作業を行うことと仕事を覚えてもらうことが目的なので、取り忘れ等をなくすために以下の確認項目を入れた。

開始前のパソコンの個数確認、ハードディスクの個数確認、基板の個数確認、メモリの個数確認、CPUの個数確認、筐体の固体確認等を行った。

ハードディスクの個数が開始前のパソコンの個数より少ない時は、作業終了のパソコン内に外し忘れのハードディスクがあると判断し、作業終了のパソコンの中を再確認して、ハードディスクを見つけた。

同様に、パソコンと基板の個数が同じで、CPUとメモリの数が少ないときは、基板にCPUやメモリが付いたままの状態であると判断し、外した基板を再確認し、CPUやメモリを見つけて外した。

ハードディスクが始めから外されている機種や、ハードディスクが２つ以上入っている機種も存在した。その時は、筐体にハードディスクの数が幾つ入っていたかを養生テープを貼付して記載した。

作業後半に、開始前のパソコンの個数から養生テープに記載された数の加減をした。加減されたパソコン個数と取り出されたハードディスク個数が一致した時、責任を持てる仕事が行えたと判断して、利用者をしっかり誉めて作業終了とした。

３　教える側プログラム開始の背景

　分解する電子機器等は、事務所一区画を貸していただいている会社より数十個単位で渡された。メーカーや機種が様々で、複数の部品を組み立ててからネジ止めしている箇所があったり、その止めてあるネジが隠しネジであったりしたため、利用者には、分解の仕方を説明する必要があった。

　この外部就労移行支援施設では、複数の特定非営利法人の利用者を受け入れていた。開始時間はその法人ごとに異なり、あるＢ型就労移行支援施設は、開始時刻と終了時刻が30分遅かった。

　そこでその時間差を利用して、30分早く開始して分解の仕方を覚えた利用者が、30分遅く開始する利用者に、グループワークの中で分解の仕方等を説明して“教えること”を経験するプログラムを試みた。３人程度の小グループを作り行った。

４　“教える側”の練習

　30分前に開始する特定非営利団体の精神疾患等を患っている“大人”の利用者に、電子機器等の分解方法と、分解方法の説明の仕方を教えた。

　練習する機器は２台用いた。１台は分解方法と分解方法の説明の仕方を聞きながら分解してみて、もう１台は実際に声を出して、説明をする練習を行いながら分解した。

　具体的には、フェーズに分けてゆっくり説明する練習を繰り返した。例えば、「裏蓋を外すとネジが見え、外すネジは11本です。11本見当たらないときは声を掛けてください」というように、利用者に見える角度で裏蓋を外す練習をして、それから11本のネジの場所を指でゆっくり指し示しながら説明をする練習を、繰り返した。また11本と数を投げ掛けることにより、『利用者に11本のネジを、自ら探させる教え方』の練習をした。

隠しネジのありかについても、教えない練習をした。具体的には、「ここらへんに、この部品を外すヒントがあります」というように、利用者に探させる練習をした。隠しネジを見つけた時は、「すごい！」と声を出して誉める練習をした。

　コードが筐体から外れない箇所の教え方についても、始めから教えることはせずに、「押してダメなら引いてみて、それでもダメなら回してみましょう」と自ら試みさせた。困っている様子が出たら、「見てて」と手を差し伸べるよう、『利用者に探させ考えさせ試みさせ、利用者との距離間を保ちながら声掛けをする教え方』の練習をした。

５　作業で心掛けたこと

　“３人程度の小グループ”で、一人が二人を教える形で行った。施設管理者は全体を見渡し、作業がスムーズに流れるように心掛けた。具体的には、教える側が言葉に詰まった時に、また教え過ぎて退屈な状況が生まれ始めた時に、そっと間に入るように心掛けた。また分解する機器を渡すことと、分解し終わった部材を回収することがスムーズに行えるよう、全体の流れにも注意した。

作業をスムーズに行うために、机等の配置を、図１のようにした。施設管理者が作業の様子を見ながら機器を渡し、支援者が、分解し終えた機器の分解が終わっているかを確認しながら回収して、回収箱や回収する機器の本棚に置いた。教える利用者は、正面の利用者と隣の利用者に、一緒に分解を行いながら教えた。説明がうまく伝わらない時は、にこにこと深呼吸をする合図を送った。



６　作業風景(教えている様子)

　作業を始める前は、説明に詰まるのではないか、また説明に詰まり、過剰に説明し過ぎてしまうの

ではないかと心配した。

　しかし実際に始まると、アドリブを入れずに、“話す言葉、話すスピード、声の抑揚、手本を利用者に見せる角度”が練習の時と全く同じに、複数の場所で同じように説明している姿が見られた。

説明がきちんと伝わり、相手が理解していると感じると、“教える側”の利用者達にもゆとりが生まれ、利用者との距離間を保つ会話も見られた。

利用者が自ら考えることにより、「あ！解った！見つけた！」との声や、「そうか！そうゆうことか！解った！」などの声が上がると、「すごい！」の誉める言葉が自然に出た。

分解作業を行う利用者は、解ったことを誉められると、嬉しそうな表情を教えている利用者に向けた。嬉しそうな表情を向けられた利用者は、満たされたような、柔和で落ち着いた様子を見せた。

７　“教えること”を終えて

　電子機器等の分解作業は、渡した機器の数と回収した部材の数が一致したことから、利用者をしっかり誉めて終了することができた。

利用者が誉められている時、“教えること”をしていた利用者も嬉しそうで、この作業で、自分が機能していたことを感じていると思われた。

　“教える側”を行った利用者の声を聞いてみると、「失敗しなくて良かった」から始まったが、「いい時間だった、心地よかった、嬉しかった、このような練習は初めてだ」との感想を受けた。

　今まで“教えられる側”として分解作業に参加していた今回の利用者達は、作業を頑張ろうとして、肩や身体に力みや緊張感が感あった。また体調が不安定な日もあり、作業を休む日もあった。

　しかし今回の“教える側”の分解作業では、自分が教えたことに対して、嬉しそうな言葉や表情を向けられたことがしっかり響いていて、満たされたような、柔和で落ち着いた様子を見せていた。

　今回支援者として加わった特定非営利法人の職員からも、“彼らのこんな様子は初めて見た”との報告を受けた。

　この表現は極論かもしれないけれど、疾患を患う前の“本当の姿の彼ら”に出会えた気がした。

しかし外部就労移行支援施設を出てから１時間後には穏やかな姿はなくなり、疾患を患っている普段の姿に戻ってしまったとの報告を、特定非営利法人の職員から受けた。

８　“教えること”を繰り返した様子

　“教えること”を行い、嬉しそうな表情を向けられることにより、今までとは違う柔和で落ち着いた様子を見せていたが、施設を出てから１時間後には元の姿に戻っていたと報告を受けていた。

　それならば、このような満たされた刺激を繰り返し経験した場合、どのような変化が生まれるかに気遣っていたところ、次の２つが観察された。

　始めに、慣れてきたことにより、作業開始前の緊張が少なくなり、言葉の表現にも自分らしさが混じり出し、アドリブも入る様子が観察された。

　次に、継続して満たされる経験を得ることにより、更に柔和な表情を見せる人もいれば、どのような気持ちになるかが予想できてしまうためか、更なる柔和な表情までは見せない人もいた。

施設を出てから、今までと違う変化が起きないかと気遣っていたが、１時間後には普段の姿に戻っており、外部就労移行支援施設を出てからも継続した変化を見せた人は、観察されなかった。

９　終わりに

　精神疾患を、脳内の神経伝達物質や脳科学から述べられる機会に接する時がある。抗うつ薬でも、選択的セロトニン再取り込み阻害薬(SSRI)1)やセロトニン・ノルアドレナリン再取り込み阻害剤(SNRI)2)が使い分けられている。一方功刀3)によれば、「脳科学」や「神経科学」だけで精神疾患を捉えることは困難であるが、精神疾患を脳科学で考えるのは無意味ではないとの考えもある。

　今回、「教えること・与えることの経験」を通して、自分が行ったことにより嬉しそうな表情を向けられて、柔和で満たされた表情が観察された。

このことは、視床下部にポジティブな刺激が与えられ、一時的ではあれ、脳内の神経伝達物質に影響を与えていた可能性が考えられる。

　現在の報告では、施設を出てから１時間後には元に戻っていた。自分は役立っていると“自分の価値を感じる”刺激を継続して与えることが、視床下部に影響を与える可能性があると考えている。

１０　謝辞

今回外部就労移行支援施設として、事務所一区画を提供していただいた(株)アンカーネットワークサービスの碇隆司社長、数々の尽力をいただいた峠明雄部長、星野慧氏に謝意を申し上げます。

１１　文献引用

1. 渡辺昌祐：SSRIのすべて、ライフ・サイエンス(2003)
2. 樋口輝彦：実地医家のためのうつ病治療症例集、

医薬ジャーナル社(2011)

1. 功刀浩：精神疾患の脳科学講座、金剛出版(2012)

【連絡先】

兎束　俊成

ひきこもり対策会議 船橋

e-mail：uzuka＠v101.vaio.ne.jp