

●写真活動に関して

小林さんが活動を行っている障がい者写真集団「えん」は、写真を撮ることを通して自分の感性を発見でき、生き甲斐になったり、自信を回復することにつながると学んだ。

小林さんは障がい者写真集団「えん」という活動を通して、精神障がい者の方に対し、生き甲斐ややりがいを作る切っ掛けや地域住民との交流の機会を提供していることを知った。小林さんのように積極的に地域で活動をしてくれるキーパーソンの発掘をしていくこともPSWの仕事ではないかと感じた。

最後の写真は、とても感動した。私は、街中を歩くとき、目的に向かってただ歩くだけで、道路に咲いている花やシャッターなど見る余裕がない。時に今はその状況だ。しかし、そういう状況だからこそ、小さいところに目を向けてみるのも悪くないと思った。きっと、小さいことに目を向けると新たな発見や気づきなどがあると思う。もっと、視野を多く持ち、小さいことにも目を向けてみようと思わせてくれる写真ばかりだった。

小林さんがやっておられる写真活動で精神障がい者の方が撮られた写真を見せていただいた。作品一つ一つに個性があり、感性があると感じた。我々も精神障がい者だからとひとくくりにするのではなく、それぞれ個性や尊厳といったものを大切にしながら関わっていきたいと思った。

小林さんは障がい者写真集団「えん」の主宰をされていて、その中で「写真家」として精神障がいを抱えた人たちと一緒に活動されている。精神障がい者の人たちと一緒に街や公園に出て、なんでも思いつくまま「自分の気にいった風景」を撮った中から一つ決め、それをコメント付きで発表するというものだ。撮った写真を見せてもらった。その中で私の印象に残っているものは街の小さな看板を写したものだ。それは小さな人の顔をしたものが何個か連なっているのだが、よく見るとその一つ一つが違う顔をしている。注意深く見ないと気がつかないほど小さく、毎日何気なく過ごしていたら気づくことはなかったであろう。この写真から、私が感じたように、この写真を色々な人に感じさせるこの写真は素晴らしいと思った。

「えん」の活動では、写真ワークショップを通して地域住民と触れ合ったりする場所があり、対人関係や社会生活機能の改善のために有効である。

写真を撮ることで見られることから見ることに変化したり、撮った写真を話題にしたり撮る前と、撮っている時、撮った後全てにおいて人との関わりがあるのだと思いました。

「えん」の活動では、写真を撮るという作業の中には、たくさんの有効な作用があるのだと思いました。写真を撮る中にコミュニケーションが含まれていたり、地域の再発見につながっていたりと一つの作業に工夫を加えたらたくさんのことを得ることができるのだと思いました。

小林さんが行っている、写真ワークショップの活動を通して地域の人々との交流を図っている中で精神障がいを抱える方々の自信、誇りを回復させようと聞き、とても関心が湧きました。カメラを持って街に出ることで、人の視線が過剰に気になる精神障がい者の意識を「見られる」から「見る」ことに反転させたり、街でカメラを持っていることで、周囲の人から優しく声をかけられることで、精神障がい者の方も優しく返すことができる。また、話をするのが苦手な方々には、撮った写真を話題にして話すことで、話しやすい雰囲気を作るなど様々な工夫に感心させられた。

小林さんの写真活動は、地域に出て行き住民の方と触れ合ったりするので地域の人にとっても障がいを知る機会となるし、障がいがある人は色んな人と交流する機会となるのでよいと思った。写真の中からいろいろなことが伝わってきた。木があってその近くにベンチがある写真を見て、おじいさんやおばあさんが仲良く座っている姿などが想像できた。そして写真は一瞬一瞬違うので、撮れた写真との出会い、そして新しい気付きがありよいと思った。

当事者が撮影した写真を見て、普段何気なく見過ごしてきた風景、瞬間に目が行く感性には驚いた。地域に出ていき、住民の方と触れ合ったりする中で、このような感性を発見し、地域の素晴らしさを再発見することで、自信と誇りを回復することを目指す写真活動は素晴らしい活動であると思った。

精神障がい者の方々が写真を撮り、その撮ったものに自分達で思ったことを書いてあるものを小林さんが紹介してくれた。その中で印象に残ったものが2枚ある。1枚は、てんとう虫が人差し指の上に乗っていて「てんとう虫がなかなかゆうことをきかなくて疲れた」というコメントがあるものである。写真はただてんとう虫が人差し指に乗っているだけの写真であったが、そのコメントを聞くことによって、撮影者とてんとう虫とのやり取りが想像できて、この撮影者の人は、面白い発想をしているなと感じたからだ。もう1枚は、街灯を撮り「青空の中に巨大な竹とんぼに見えたので撮りました」というコメントのものだった。

写真活動が宮崎で行われていることを初めて知った。最初は「写真を撮ることで何が変化するのだろう」と思っていた。まずは（人から）見られることから、（被写体）見ることに反転することで、人の視線が気にならなくなる。次に話すのが苦手な人は、撮った写真を話題にして話す。などよい効果がある。

●支援に関して

PSWに求めることは、当事者に寄り添い信頼されることであること、私たち実習生には当事者と関わっていく中で自分なりの支援方法を身につけて行くことが求められることを学んだ。

質疑応答の時に、「援助者に求めることは何ですか」と聞いたところ、1、寄り添えるような形で関係を作ってもらいたい、2、信頼してもらえらる専門職になってもらいたい、3、自分なりの対応の仕方を持つには当事者の方とともに色々経験してほしいと話していた。障がい者写真集団「えん」の活動のお話はとても興味深いものでした。病院内での活動ばかりで、病院外での活動が少ないということが現状で、病院外でのものがあれば、地域との繋がりもできるのという考えもあり作られたということでした。地域での交流の場さえあれば、精神障がいを持っていても変わらないということがわかってもらえると思いました。

支援者として障がい者の方を支えるというのは、単に受容・傾聴・共感をして良い関係を作ることだけではないと思った。受容・傾聴・共感はもちろん大切だが相手に寄り添い、相手が信頼できるような関係づくりをしていく必要があると感じた。今日、聞かせていただいたことを実習に少しでも活かせるよう頑張りたい。

小林さんが、講話の終わりで精神障がい者の現状を知り、写真による当事者支援をする切っ掛けを作ってくれた息子に感謝しているとおっしゃっていたことが印象に残った。息子さんが統合失調症になってしまったことをマイナスととらえるのではなく、病気によって、新しい出会いや新たな気付きが生まれるというプラスの面を重視している小林さんの考えは素敵だと思った。

支援者中心ではいけないとおっしゃっていた。支援者側がニーズを把握し、支援を行った

としても家族や当事者が求める支援と違っては、それは支援者中心の支援となってしまう。そうならないよう、支援者は当事者や家族から必要な情報を収集し、彼らが今必要としていることは何かという真のニーズを把握していかなければならないと感じた。

精神疾患や障がいについて学んでいればどのようなものであるということは理解できるが、何も知らないで、急に精神疾患ですと言われてもどうすればいいのかわからないことだらけだと思いました。また、精神障がいに対し、今だに偏見を持っていらっしゃる方もいる中で、すぐに理解できるものでもないと思いました。PSWとして、本人だけでなく家族も多くの不安を背負っていることを理解し、家族も支えていかなければと思いました。

また、「精神障がい者は、先駆者である」という言葉もとても素晴らしいと思いました。病気になって気づくことも多いし、病気になったからこそ視点が変わったり、見つけられることもあるんだということを知りました。

病気になってよかったのではないが、病気がマイナスだけではないということを感じてもらえるような支援者になればと思います。

何かに集中している時は病気を忘れることができる、その良いときのままで継続できれば安定した生活ができるが、悪いときに支援者がいないのが問題であるということをお教えいただきました。本当に必要なときに支援できる、それも住み慣れた地域でそれが少しでも実現していければと思います。

ソーシャルワーカーとして家族の気持ちの寄り添い、適切な援助や社会資源につなげるようにならなければならぬと感じた。精神障がいは、普通の病気であれば病状が悪くなったときに病院へ行くが、精神障がいは、病状が悪くなると病院へ行くことができなくなるので、アウトリーチや訪問サービスなどこちらから相談援助に向かって行くことが大切だと感じた。

家族としての話では、ご家族の思いや支援に必要なことなど様々な視点から話していただき、とても勉強になりました。家族だけで回復を目指すのは難しいこともありますが、医療や福祉関係者や家族、地域の住民、皆で支え合うことがとても大切なのだと思います。小林さんが「何もやらなければ出会いはないが、何かすることで出会いがある。できるだけ社会に対して試みる」とおっしゃったことがとても心に残っています。私も人間関係に悩むことがたくさんありますが、まずは、何か行動を起こしてみようと思いました。視点を変えることで、発見できることがたくさんあるのだと思いました。

「病気はマイナスではなく、新しい気づきや出会いを作り出してくれるもの」という言葉が心に残りました。「病気になってよかった」という言葉を聞けるような支援ができるようになるといい。

最後に小林氏の言葉に感銘を受けました。「何もやらなければ、何も進まない。一つの行動が何かの切っ掛けで繋がりを見せる時がある」という一言がすごく印象的でした。小林氏の温かい言葉は、この講話で言いたかったことだと感じました。

最後に、当事者の家族として、支援者に求めることで「頼られる人がいるといい、信頼を得られるようになるといい」とおっしゃっていたので、そういう支援者になるには、どうしたらいいのかを考えていきたいと思った。

私も時間が夜中で誰に連絡すればいいのかさえ分からなく困ったことがあり、その時に「いつでも相談出来ればいいのに」と思った。だが、それはその時だけの考えで、今回の講義で話を聞いたときに「自分が1回でも必要だと思ったことが、いつでも必要な人がいる」ということを知れたので良かった。将来サポートする側になった時には、そういう気持ちが

あるということを忘れずにいたいと思った。

実習へ向けて、利用者やその家族には、信頼を築き、寄り添えるような関係でいることが大事であることを学んだ。このことを今年の夏から始まる実習に役立てていきたい。