

第09号 | 2013年9月30日発行

「精神保健福祉士」を目指す実習
～こころの病を持つひとに寄り添う専門職になる～

教授 稲沢 公一

「こころの病」を抱える人たちがいます。その数、約323万人（平成24年版『障害者白書』）。横浜市の人口370万人にも迫る人数です。

「こころ」とは何かについて、もちろん、むずかしい議論はあるのですが、とりあえずは、「現実に対する見方や受け取り方」ぐらいの意味だと思って下さい。そうすると、見方は人それぞれで、たとえば、同じ料理を見ても、目を輝かせる人もいれば、顔をそむける人もいます。また、同一人物でも、空腹時と満腹時とでは受け取り方も違ってきますし、子どものときは苦手だったけど、大人になったら好物になったなどなど、見方は、人によって、状態や時間の経過などによって、さまざまに異なり変化することがわかります。

こうした移ろいやすい「こころ」が「病む」とは、ある見方が日常生活を送る上で支障

を来すほどに偏ってしまうことをいいます。たとえば、何を食べても味がなくて、まさに「砂をかむ」ようで、食べられなくなってしまう。あるいは、いつも誰かに見張られているようで気が安まず、ぐっすり眠れない。さらには、街中に出ると突然息苦しくなってしまうように感じ、こわくて家から出られないなどなど。

このように、現実に対する見方がどこか変調を来してしまっ

て、生活がしづらくなっていることを「こころの病」と呼びます。今では、服薬することによって、かなりの程度回復できるようになっています。しかし、いきなり元気で快活にというわけにはいきません。

そこで、こうした病を抱える方たちが地域で安心して暮らしていけるように、精神科の病院や診療所、地域の施設などで相談支援活動に従事するのが「精神保健福祉士」です。精神保健福祉士とは、社会福祉士と同様の国家資格であり、「こころの病」への対応に特化した専門職です。国家試験を受験するためには、28日間以上の実習が義務づけられており、生活支援学専攻では、毎年20名程度が実習を行って資格取得を目指します。

「こころの病」そのものは、なかなか理解しづらいため、いまだ偏見も少なくないのですが、学生たちは、実習を行っていく中で、「こころの病」を抱えることのつらさについて少しずつ理解を深め、専門職に向けた一歩を踏み出していきます。

（写真上：精神保健福祉士実習を行っている学生。

右：実習先機関）

