当事者研究講演アンケート結果 四国医療専門学校 2018.11

講演受講者数：28名

アンケート回収数：27名

1. 当事者研究について具体的内容を知っていましたか。

はい（2名）・いいえ（25名）

2. 当事者研究講演は初めて聞きましたか。

はい（26名）・いいえ（1名）

3. 当事者研究講演を受けてみての感想を具体的にお書き下さい。また、何か質問があればお書き下さい。

・自己病名を聞き、当事者の方々がしっかりと自分の疾患に向き合っているのだなということがよくわかった。

・自分自身で自己病名を付けられていて自分の事を理解して付けているので凄いなと思いました。私は嫌な事や辛い事、悲しい事などを人に伝える事ができないと思う。自分の事をお話されているのがとても強いなと思いました。皆さんのお話で支えてくれる人がいる事は大切な事なんだとわかりました。それぞれが大切にしているものがあることもわかりました。

・私は当事者研究講演を初めて聞いて、実際に疾患を持っている方が自分の言葉で私たちの前で話している姿が本当に凄いと感じました。どこが凄いかというとAさんとCさんは対人恐怖症だったということですが、クラス29人に見られるのは嫌じゃないのかな？不安や恐怖にならないのかな？と感じました。そして三人の方の発表はとても心にくる言葉ばかりでした。Aさんは、再発、再入院はしないように頑張りたい。同じ苦しみを抱えている人のサポートをしたい。見た目で判断しないで！自分の意思でしている時としていない時があると言っていました。本当にそうなんだと思いました。私は三人の発表を聞いて人は変わる事ができるんだと感じました。自分が変わろうとする気持ち、周りからのサポート。私はよく自分はダメだな、なんでこんなだと落ち込むことがあります。負の心ばかり持たず、心を入れ替えようと思いました。また、このような機会があればいいなと思います！ありがとうございました。

・初めて精神疾患を持たれた方の講演を受けました。今まで精神科の授業でいろいろな疾患を学んできましたが、私の周りに精神疾患の方がいないので授業で聞いていてもどこか他人事で現実感のないように感じていました。ですが実際に話を聞いて少し悲しくなったりしましたが、堂々と話されていたのでびっくりしました。そして、周りの人たちからの助けがあってこそ立ち直れるのだと学ばせて頂きました。私もこれからたくさんの人と出会うと思いますが、見た目で判断せず寄り添っていきたくと思いました。

・今回の当事者研究講演を聞いて、皆さんが自分自身と向き合って自己病名をつけ、どのようなことを行ってきたかがよくわかりました。やはり支えてくれる人がいたり、共に頑張ってくれる人がいるということが大切だなと改めて感じる事ができました。また、皆さん一人一人自己病名を付けられていて、その自己病名からも自分の望みや、やりたいことを読み取る事ができて、すごく理解しやすかったです。今回は貴重なご講演をありがとうございました。

・実際に精神疾患を患っている方から直接お話を聞くのは初めてで将来、精神科で働くことを視野に入

れている私からしたらとても貴重なお話が聞けました。小さい頃のトラウマが原因だったり本人もわからないくらい突然に発症したり私たちが『ささいなこと』と思うようなことが原因だったり、私は精神病はある意味『個性』だと思います。本人にはきっと苦しい思いや辛くて死にたくなるような思いもたくさんされているとは思いますが、それを乗り越えたからこそ今日、話しをしに来てくれたんだなと思うと治したい、頑張るという思いがよっぽど強かったんだなと感じました。もし私が今日来てくださった方たちの立場だったら… 入退院を繰り返す中、生きる希望を失っていたら… 同じようにはならなかったと思います。自殺していたかもしれません。Cさんがおっしゃったように「周りの人の支え」はとても重要だと思います。「支えなしでは生きていけません。誰かの助けが必要。でもそれと同時にやはり私は一人じゃない。」その通りだと思いました。『精神病がこんなものである』というよりは『こういう人たちがいたら支えてあげる』という教育を小さい子供たちに教えていいたら住みやすい社会になるのではないかと感じました。今日はありがとうございました。

・今日の講演を聞いて、なかなかデイケアの方たちと話す機会がなかったけど、今日はとてもいい体験になりました。特にAさんは、13歳の時に発症して、入退院を繰り返したけど今は入院をされていないように過ごされていることがよくわかりました。三人の方の話一つ一つに感動してその通りだと思いました。

・(まずは質問なんですけど、治療とかりハビリとか大変だったり、辛いこともあったと思うんですが、その中でも楽しかったこと、先生に言われて嬉しかった言葉は何ですか?) 皆さん過去に辛い思いや経験があるのに、それを乗り越えて強く生きている事に感動しました。今、皆さんを支えてくれる人や趣味、目標、それらがどれほど大切なものかということがよくわかりました。皆さんが話されていた『自己病名』。それには、皆さんのたくさんの思いが込められていると感じました。どうなりたいか、自分のことをより良く表現できるように、そう思って付けたのだと思いました。今日、三人のお話を聞いて本当に良かったと思います。これからも実習に行った時にも今回のことを考えながら頑張っていこうと思います。

・今回お話をして下さった皆様、本当にありがとうございました。個人的にはBさんのお話がとても心に刺さりました。それぐらい大変な思いをしてきたことを文章にして人前で話をするということはとても難しいことだと思いました。クラスの前では質問できませんでしたが、Bさんは声が出なくなってしまった後、どのようにされて声が戻られたんですか? 差支えなければ教えて頂きたいです。

・当事者講演を初めて聞いてみて、人から聞いたよりも本人が話をしているのを聞く方が確実なものであり、とても勉強になりました。人を見ただ目で判断しないでと言われていたように、私も実習に行く際に患者さんを見ただ目で判断せず、しっかりとコミュニケーションを取りたいと思いました。

・温厚で周囲に気配りできる真面目な人ほど、一人で抱え込み、考え込んでしまうのだとわかりました。そして、そのような方たちを心から理解し、支えられる人になりたいと強く思いました。最初は身体の小さな変化であったとしても人生が変わってしまうくらいの心の病にかかってしまうことがあるんだと知り、もっと詳しく精神治療を勉強したいと思いました。Bさんの話を聞いた時、私も辛い気持ちになりました。私の父も金銭面や性格に問題があり、家にいることがしんどくなることがあります。しんどい時は、もう少し周りの人に頼ってもいいのだと気付きました。三人の話を聞いて本当に良かったです。ありがとうございました。

・疾患の為に辛い体験をされ、それを乗り越え現在を精一杯生きていることにとても感動し、敬意を表さずにはられませんでした。

・自分も身の周りの人やパートナーを大事にしていこうと思いました。

実際に当事者の方々の話を聞いて、今までは『授業で習ったこと』『教科書に書いてあること』とあまり深く考えていなかったことに気付きました。今日初めて、リアルな体験を知り、一人の人生に大き

く関わってくるのだと深く考えるいい機会になりました。

・病院に来る人の中には、色々な気持ちを抱え、それを克服して健全な生活を送るために努力している人がおり、そのことを聞ける貴重な経験をさせて頂きました。

・自分も小、中学校でいじめを受けたりして、とても辛くて死ぬ事も考えたこともありました。でも、この講演を通して同じ事を抱えた人がいて、同じ辛さを感じることができました。そして、生きていくことの大切さを改めて感じました。

・三人の方々の話を聞いて、それぞれが自分の病気と戦いながら、そしてその病気によって変わってしまったことなども戦って生きてこられたんだと思いました。

・自分の事をみんなに伝える事はとても勇気のいることだと思いました。私が自分のコンプレックスや長所や短所、過去の辛い事や楽しい事を知らない人の前で話すとなったらそんなに簡単に「じゃあ話します」とは言えません。三人の方々は、思いや経験を話してくれて、とても貴重な経験をさせて頂きました。私が一番心に残っているのは、Cさんの「生きていく間に気づけて良かった」という言葉です。自分を傷つけること、でもそれが自分の支えだったってなると、受け入れるのにもそれを手離すのにもかなり時間がかかると思います。でもそれを後悔するんじゃなくて今から変われると前向きに生きていく事がとても素晴らしく感じました。私もCさんのように前向きにいい方へ自分を導けるようになりたいと思いました。そして「自己病名」という言葉を初めて知りました。三人の自己病名は自分の事を受け入れ、よく知っているからこそその名前だと思います。自分のよく考えることができるキッカケにもなるし、いいなと思いました。「相手を見た目で判断しない」「全てに理由がある」「そっと耳を傾け、寄り添う」三人の方がおっしゃった私たちに向けてのメッセージは、OTとしてだけでなく、人として大切な事だと私は思いました。人にそっと寄り添えるような、前向きな人間、そしてOTになりたいと思います。

・発表をしてくださった皆さん、話を聞かせてくれてありがとうございました。29人の知らない人の前で話すことはなかなかできることではないと思いました。当事者さんの立場での気持ちや視線を少し理解できました。少し話を聞いただけで理解できたというのは、失礼かもしれないけれど、少しでも理解できたら嬉しいです。各個人で、自分で、目標を決めて、目標に向かって進んでいる姿がカッコイイと思いました。これからも目標に向かって頑張ってください。

・辛い思いをしても今を一生懸命に生きて、自分も時間を無駄にしないで生きていきたいと思いました。

・とてもタメになる話を聞いて良かったです。同じようになった人たちの感情のサポートができるようなOTを目指したい。

・今回の講演を聞いて、色々な経験をされてきたことがわかりました。自分の病名を付けて、自分を表現したり、今まであったことを自分の言葉でたくさんの人の前で話せることは凄い事だなと思いました。私も人と関わるのが辛い時もあります。信頼できる人を作り、その人と頼りながら生きていけるようにしたいです。

・昔、大変だった人が、人前で話せているのが、とてもすごいと思いました。パートナーを見つけることができた人もいて、そんなこともできるんだと感心しました。とても若々しく、元気で、すばらしいと思いました。まさかその場にパートナーさんがいたことに対してもびっくりしました。質問は、薬はどれくらい飲まれてますか？パートナーがいる方は結構いますか？

・今日、三人の方の講演を聞き、とても勉強になりました。医学的病名だけでなく、自己病名も付けられており、自分におこった病気などをきちんと受け入れ、乗り越えていくんだ！という気持ちが伝わってきました。話を聞いていると、どの方にも「これから〇〇したい」などの目標がいくつかあり、自分が生きる意味を見出しており、すごいなと思いました。今日一番印象に残った言葉は「今のその瞬間を大切に思う！」ということです。普段当たり前に過ごしている日々は、実は当たり前じゃなくて、自分

がこうやって健康に生きていれるということに感謝しなければならないんだと思いました。今回、このような貴重な経験をさせて頂き、ありがとうございました。

・実際に当事者さんから話をきくことはあまりなかったので貴重な体験ができて良かったです。みなさん、病気と向き合って前向きな姿勢がすばしかったです。私の祖父母も両目が見えなかったり、脳卒中で左麻痺ですがリハに前向きではないので、今回発表して下さったかたのようになってもらいたいです。