

知って、経験すると怖くなくなる

卒業生 神保康子

一人の「サバイバー」としての体験に焦点をあててお話してくださいました。詳細なお話をありがとうございました。一人の青年の物語に耳を傾けているうちに、あっという間に1時間半が経ってしまいました。それくらい、引き込まれるものがありました。現在の御活動も半分くらいお時間を割かれるのかなと思ってお聞きしていましたが、ご自身の生立ちから疑心暗鬼になっていかれた時の状況、入院時の気持ち、保護室や病室の様子など、体験した方から直接、しかも詳細に理路整然と聴く機会はあまり多くはなかったため、とても印象的というか、改めて衝撃を受けました。

昨年の医学ジャーナリスト協会賞を受賞された、週刊東洋経済でも報じられていたように、一度精神疾患のレッテルを貼られてしまったり、ちょっと周りと違っていたり、もしくは閉じ込めてしまえ、と誰かに思われてしまったりすると、現代の日本においても、本当に恐ろしい処遇が待っているということは、まだまだ一部の人しか知らないと思います。

異質なものを排除したがる、ともすると寛容的でない方に傾きがちなのこの社会の性質を利用してきたのが精神病院なのではないかと、気づかされました。でも、東京新聞に報じられた、日精協の山崎学会長のインタビューの言葉のように、「地域で見守る？ あんたできんの？」と言われたら、正直ひるんでしまいます。それこそが、思うつぼとわかりながら。

極度の疑心暗鬼に陥ったり、自傷他害の恐れあり、となったその人こそ、一番困っている人で、弱っている。なのに、なぜかさらにひどくなるような環境に置かれてしまうという、不思議な状況をなくすには、やはり一人でも多くの方が、現状を知って経験を積んでいくことが重要だと思います。経験というのは、排除という“方法”に頼らずになんとかあったという経験です。

「知識が広がり、経験が重なっていくことで、少しずつ怖くなくなっていく」というのは、佐々木先生が放課後におっしゃっていた言葉です。「周りが自分を憎んでいて殺しにくるのではないかとまで思い詰めた経験がおありで、今はもう怖くはないですか？」という、参加者からの質問に対する答えでした。

これは逆にも当てはまることと思います。

講義と放課後を振り返って、そこに集まった方々のお顔を思い出しながら、少し前向きに考えられるようになりました。いろいろな要因が重なって、心に変調をきたした時、そばに一人でも味方がいて私の話を聞いてくれたら、との言葉にもヒントがありそうに思います。

今回は、考えるきっかけをくださり、ありがとうございました。