

「PTMF（パワー・スレット・ミーニング・フレームワーク）」との出会い

医療福祉ジャーナリズム分野 M1

26S2041 荒井知晴（那須塩原市）

佐藤光展先生の本講義において、非常に興味のある新しい情報・知識に触れることが出来ました。精神科医の大野裕先生の「45歳までに86%が精神疾患になる」という言葉は、非常に身近に感じられ、納得することが出来ました。私は介護施設で働く職員なのですが、同じ職場の仲間の中には、精神科に通院しながら働いている仲間が少なからずいます。介護という感情労働の部分は、目には見えにくく、評価にもならず、本人はただ疲弊し続け、ただ施設や政策に仕事だからという、当たり前のような顔で都合のいいように、優しさなどの感情を搾取され続けています。介護の仕事は精神疾患を患って当然だなど思いながらも、86%という数字から精神疾患は身近なもので、誰もが罹る特別なものではないと考えることが出来るようになりました。

特に本講義におきましては、「世界は脱DSM（脱診断基準）へ」という項目にありました「英国心理学会（BPS）」の内容に非常に興味を抱きました。

脱診断基準ということから、英国心理学会（BPS）が提唱する、「診断名」でなく、個人の人生経験や環境（貧困、虐待、トラウマなど）に焦点を当てたPTMF（パワー・スレット・ミーニング・フレームワーク）という考え方に惹かれました。「あなたは何が悪いのか」ではなく「あなたに何が起きたのか」という問いは、前述した、目には見えない感情労働によって疲弊した部分を具体化し評価を与えることの出来る可能性に変えることが出来るのではないかと思います。

以上のことから、PTMFが精神疾患にたいして変化を与える可能性がある素晴らしい方法だと思ったため、少し深掘していききたいと思います。

PTMFは、精神医学的な診断「うつ病」「統合失調症」といったラベルに頼らず、人の精神的苦痛や問題行動を理解しようとする革新的な心理学的アプローチであることが分かりました。上記にも記載しました「あなたは何が悪いのか（病気）」ではなく「あなたの身に何が起きたのか？」という問いにシフトする方法である。

精神的苦痛を「個人の脳や遺伝子の欠陥（欠陥や病気）」として捉えるのではなく、過酷な環境や社会構造に対する「人間としての理解可能な適応・生存戦略」として捉える。その分析のために、以下の4つの問いを軸に個人のストーリー（ナラティブ）を組み立てていく。

- ① パワー：あなたに何が起きましたか？（あなたの人生にパワーはどう作用しましたか？）。虐待やトラウマ、貧困、差別、社会的な不平等、支配的な価値観など、個人を取り巻く力学を指す。
- ② スレット：それはあなたにどう影響しましたか？（どのような脅威をもたらしましたか？）。その「パワー」が、あなたの安全、所属、自尊心といった人間としての基本的な欲求をどう脅かしたか。
- ③ ミーニング：あなたはその経験をどのように意味づけましたか？その状況をどう理解したか（例：「自分が悪いんだ」「世界は危険だ」など、社会的・文化的な背景も含めて探る）
- ④ スレット・レスポンス：生き延びるために、あなたは何をしなければなりませんでしたか？従来の医療で

「症状」と呼ばれていたもの（自傷行為、激しい不安、他者への警戒、引きこもりなど）を、脅威から自分を守るための生存戦略・防衛反応として再定義するとなっている。

私は「団塊ジュニア世代の QOL の向上」をテーマに研究を進めていこうと思っています。介護職員として働く私は、退職していく職員に優しい人が多いように感じていました。そのため、比較的優しくない人が職場に残り、その人達が作っていく、職場環境や慣習がブラック的であったり、経営者や運営状況が、優しさに頼った構造になっているように感じていることから、優しさの搾取から優しい人達から辞めていくのではないかと考えるようになりました。そのような搾取は、我々、団塊ジュニア世代が若い頃に受けた社会構造からの搾取と同じ理屈であり、同じ社会構造から生じる一連の連鎖構造なのではないかと考えるようになりました。そして 2040 年に団塊ジュニアが全員、高齢者になった時に、今度はケアの搾取が行われるのではないのかと予測しています。この社会構造の探究が修士課程の研究の目的となり、これらを広く社会に発信し、団塊ジュニアに届けることができた時に、当初のテーマである「団塊ジュニア世代の QOL の向上」に繋がると考えています。

PTMF は、以上の研究を進めるうえで、非常に力になるのではないかと考えています。

最後に、精神医学の診断名（ラベル）は、時に「自分は壊れている」「弱い人間だ」という自己否定や、社会的なスティグマ（偏見）を生みます。PTMF は、苦痛の原因を個人の内側に閉じ込めるのではなく、貧困、差別、トラウマといった社会・環境の側に目を向けさせるため、人を責めない優しいアプローチだなと非常に感心致しました。また、上記の 4 つの問いは、これから研究で使用すると思われる「半構造化インタビュー」において、応用できると思いました。素晴らしい出会いに導いて頂き、ありがとうございました。