

## 精神神経科デイケアでの心理士の仕事 —— 援助職としての役割

日本大学医学部附属板橋病院精神神経科デイケア室心理士

中村朋子 (なかむら ともこ)

### Profile — 中村朋子

大学（フランス文学専攻）卒業後、企業勤務。結婚により退職。2005年、日本大学大学院文学研究科心理学専攻修士課程修了。臨床心理士、認定心理士取得。フェミニストセラピー“なかま”相談員。

### 精神科デイケアとは

「おはようございます。朝の会を始めます。昨日はどう過ごされましたか？」—デイケアの一日は、司会のメンバー（患者）さんのこの言葉から始まります。発語の少ないメンバーさんにも話していただく、体調やプログラムの確認をする、という目的のために考えられた会となっています。

精神神経科のデイケアは、回復期の患者さんのリハビリテーションを目的としています。「生活のリズムを整える」「集中力を回復する」「人間関係などの、社会的スキルを身につける」といった目的で、医師、看護師、心理士、ケースワーカーといった職員が携わっていますが、私の働いているデイケアでは、臨床心理士がメインとなって運営しています。

### デイケアプログラムの実際

「書道」「俳句」「音楽」「スポーツ」「料理」「茶道」「創作活動」「ワーキング・トライ」「SST（ソーシャルスキルトレーニング）」など、多岐にわたったプログラムから構成されています。

グループでこそ獲得できるスキルもあります。季節を取り入れた「七夕会」や「クリスマス会」などのイベントもメンバーさん中心に開かれ、学生生活で体験するのと同様の達成感や連帯感を感じていただけるようにしています。

年間を通じての「ワーキング・

トライ」では、接客やキッチンを練習して就労につながるプログラムとなっており、院内スタッフにお客をしてもらっての体験となっています。

私はこのデイケアのスタッフとして働いて8年になります。デイケア

では、日常場面での会話や関わりによって、それぞれの方の状態や特徴を知り、アセスメントすることができます。その上で、短期、長期にわたってのメンバーさんの目標や援助の必要性をスタッフ同士で共有し、適切な援助につなげていきます。他職種との連携も必要に応じて行われます。

メンバーさんの中には、体調に波のある方も多いのですが、継続していくことで確実に力が付いていくのを目の当たりにすることが多くあり、スタッフとして充実感を感じます。デイケアから就労につながった方が、顔を見せにきてくださるときもあり、とても嬉しく感じます。

### 心理学を学んで

私は、学部ではフランス文学を専攻しました。社会人となり、企業の人事課で仕事をしていた時に、心理学を応用したものに数多



メンバーさんの作品の前で

く触れ、いつか系統的に心理学を勉強してみたいと思うようになりました。

結婚し、子育てから手が離れたとき、一念発起して大学院で心理学を学ぶこととなりました。学部の授業にも聴講生となり、大学院修了と同時に認定心理士を取得しました。実験や統計学など、慣れない勉強は大変でしたが、新しく知識が積み重なっていく楽しさが大きく、頑張ることができました。今まで見えていなかったことが腑に落ちるように理解できたとき、「心理学」というのは、人間を理解する実学だと実感しました。

デイケアのスタッフとなって2年後に臨床心理士も取得し、現在では、行政での相談業務にも就いています。今後も経験と勉強を積み重ねて、今の仕事を充実させていきたいと思っています。