

## 第5章 家族支援

### 1 家族支援の必要性

#### (1) 家族の置かれている状況

高次脳機能障害の原因となる脳損傷は、突然の事故や病気がもとになることが多くあります。

現代医学の進歩により命の危機を救われてホッとしたのもつかの間、病院を退院し、家に帰ってから高次脳機能障害の問題が表面化します。

これまでも繰り返し述べてきたとおり、高次脳機能障害は、それぞれの症状が異なり、外見からは非常に分かりにくいものです。高次脳機能障害は主に行動に表れるものであるため、日常生活、社会生活への困難さは、退院した後に、家庭や職場において実際に具体的な行動をしてはじめて明らかになります。

したがって、事前に家族が高次脳機能障害についての正しい理解と、リハビリテーション過程における当事者への適切な対応方法を身に付けておくことは、とても難しく時間も要します。

また、家族は受障により生活が激変した中で不安を抱えて緊張の連続を強いられ、介護により疲弊している場合も少なくありません。

#### (2) 家族の抱えるストレス

家族は多くのストレスを抱えています。大別すると

- ① 現在の生活に関すること。
- ② 将来に関すること。
- ③ 本人への対応に関すること。
- ④ 家族の役割に関すること。

になります。

ストレスの原因は、①～④の1つとは限りません。むしろ、複数の原因が併存している場合がほとんどであり、個々の要因が絡み合ってストレスを増幅させます。また、発症・受傷前の当事者の役割や家族関係、相談相手やサポーター等の存在の有無により、ストレスの度合いは変わってきます。

#### (3) 家族を支援対象とする支援

家族は、将来に対する不安や経済的な負担等、様々な悩みを持っています。それらの悩みに応えるには、支援者自身が、様々な制度に関する基本的な知識とそれぞれの制度の窓口情報を持っていることが必要となります。例えば、経済的な悩みについては年金申請や各種保険制度についての情報提供を、障害福祉サービスの利用については市町や相談支援事業所の紹介等を行うことです。なお、市町等を紹介するに当たっては、適切に「つなぐ」ことができるように、普段からの関係構築が大切となってきます。

このような知識・情報と同時に、支援者には、本人や家族の様々な心情を受け止めるという「受容的」姿勢と、もう一方で、代償手段の習得をはじめ、本人が課題を遂行していく際の「指示的」姿勢の両方が求められます。

代償手段の習得が順調に進まない場合などは、そのこと自体が家族のストレスの原因となってしまいます。このような場合には、当事者・家族会へ参加を促し、同じ経験を

経た人たちのピアサポートを受けることも、ストレス軽減につながります。

支援者は、そうした家族の置かれる困難な状況を理解しつつ、時に家族の不安を受け止め、時に励ましながら支援を進める必要があります。

こうした家族の精神的ストレスの軽減等、精神的サポートや具体的な問題解決に向けた支援は、結果的に当事者が家庭内で受けるストレスを軽減することにつながる点でも重要となります。

### **ピアサポートとは**

当事者や家族が、他の当事者や家族の精神的なサポートや前向きな気持ちを育む支援を行うことをピアサポートといいます。

家族や本人は、同じような体験をしている人だからこそ、暗黙の理解の中で色々な思いや葛藤を語ることが可能となります。気持ちを支え合うことや、体験に基づいた情報交換は高次脳機能障害者や家族のためにもとても大切です。

#### **(4) 家族を支援者に**

高次脳機能障害者は、実際の生活上で活用可能な、代償手段を身に付けることが必要となります。

そのためには、本人が、障害認識を深め、代償手段の必要性を認識することが重要です。しかし、本人は、認知機能等を障害されているために、自身の障害について適切な認識をすることが難しいことも多く見られます。

このような場合には、一般に本人よりも障害理解が比較的容易な家族に対して、障害の理解を深める支援を行い、家族を通して本人の障害認識を促すことを考えます。

また、代償手段を定着していくには活用することが必要です。家族が本人に対して生活上で代償手段の活用を促す等、家族が当事者の支援者としての役割を担えるように支援します。

## **2 当事者・家族会活動**

### **(1) 当事者・家族会の必要性**

当事者・家族会は、高次脳機能障害者とその家族が集まり、お互いの体験や悩みを共有したり、情報交換や交流をする当事者や家族同士の活動の場です。発展すれば、当事者・家族としてのニーズを取りまとめ、地域における課題を発信・提言する役割を担うこともあります。

病院から自宅に戻り在宅生活を始めると、新しい情報が入りにくかったり、周囲の人の障害への理解不足や社会参加の機会の減少により、当事者・家族共に社会的に孤立してしまうことが多くあります。

当事者・家族会の存在は、障害やその対応、介護方法といった様々な知識・情報を得るとともに、孤立感の解消やストレスの軽減と社会参加の機会の場として重要です。

### **(2) 当事者・家族会の活動**

現在県内には「とちぎ高次脳機能障害友の会」があり、勉強会をはじめとして、会

員・支援者の談話会や親睦会などの活動をしています。勉強会では障害理解や対応についてなどをテーマに開催され、談話会では様々な意見や体験が語られ、ピアサポートの場としても活用されています。

とちぎ高次脳機能障害友の会

ホームページ <https://www.tochigikoujinou.com/>