

# 分科会 14

## アンチスティグマとリカバリー

### ～内なる偏見をさらけ出そう！ 内なる偏見を克服するには？～

司会：島本禎子（杉並家族会）

宇田川健（NPO法人地域精神保健福祉機構・コンボ）

出演者：小笠原勝二（西多摩虹の会）

澤田優美子（日本社会事業大学大学院）

横山恵子（埼玉県立大学）

これまで、毎年、「内なる偏見だけは何とかしないとイケない！」ということで終わるアンチスティグマとリカバリーの分科会ですが、今年はその内なるスティグマ(偏見)を真正面から取り上げました。

そして、今年のアンチスティグマとリカバリーのテーマは、「内なる偏見をさらけ出そう！ 内なる偏見を克服するには？」となったわけです。

発表者の横山さんからは、看護の経験から一般の方と精神科の医療関係者が当事者に持ってしまうスティグマについて発表していただき、支援者の中にあるスティグマも内なるスティグマだということを発表していただきました。

澤田さんからは、当事者が持つ内なる偏見を克服するには、診断名をしっかりと知ることが始まりだが、診断名の違いなどというものは、コーラで言えばペプシとコークの差のようなもので、「自分には価値がある」ことを知ることが大切、ということをお話されました。

小笠原さんからは、ご家族であるご自分の体験から、自分の内なる偏見を克服するには、それが形成された経緯には家族が受けてきたトラウマがあるということと、今後は、当事者、家族がいろいろなスティグマを感じながらも、それなりに生きてきた人生を見つめつつ、ありのままに生き続けることが社会の偏見を減らし、そこから内なる偏見を克服できるのではないか、というお話をされました。

また、後半は会場の皆さんからの質問やコメントの時間でした。

参加された皆さんが前半の発表にすごく触発されたようで、とてもたくさんの方の、ご自分の経験をまじえた質問やコメントが途切れることなく続きました。

その方々のそれぞれの体験や悩みがいろいろだったため、一つの方向に進むことはなく、最終的な結論までは到達しませんでした。刺激の多い意見の交換ができました。

精神疾患の社会のスティグマを克服するためには、3つのキーワードがあり、

- 1) 一般の方の当事者、家族との接触体験
- 2) 精神疾患の正しい知識の普及や学校教育にメンタルヘルスが入り込むこと
- 3) マスコミなどのメディアの偏った報道の問題

また今一つの超えなければいけない山として各自の内なるスティグマについて、いろいろな角度から課題や問題を提示してきた分科会になったと思います。