保　健　「心と脳の働き」

――心を病むってどういうこと？――

増　田　かやの

1.　授業の目的と概要

(1)「心の病」から「心の健康」を考える

保健室における日々の対応の中で、ある生徒から問われた一言「心を病むってどういうこと？」。ここから、授業作りが始まったといっても過言ではない。からだの変化や異常は抵抗なく相談し、さまざまな疑問・質問が乱れ飛ぶ保健室にあって、心の相談ともなると一人密かに苦しみ、悩み、やっとの思いでうち明ける・・・そんな生徒に出会うたびに痛々しく、歯がゆい思いをしている。生徒自らが誤解や偏見を持っていたことに気づき、適切な対処ができるようになるまでじっくり時間をかけることは大切である。しかしながら、年々、心に問題を抱える生徒が増加傾向にある中で、対症療法的な個別対応に留まらず、予防的なアプローチが必要なのではないかと考え、保健科における心の病の教材化を試みた。「心の病」を理解することで、「心の健康」への関心を高め、適切な対処法を身につけられるようになればと考えた。

(2)　新学習指導要領における扱い

平成15年度から実施の保健体育科学習指導要領では、心身相関、欲求、適応機制、ストレス対処などの内容が示されており、中学校で学習した内容をさらに深めるかたちで示されているものの、心の病に関して言及すれば、「労働と健康」の内容にメンタルヘルスケアの記述部分があることを除いて、具体的な病名などの記述がなく、学習する機会は皆無である。精神疾患は思春期に発病するものも多く、高校生の段階で理解させておく必要があると考える。折しも、2002年から統合失調症へ病名が変更になった。これまでに病気の原因が解明されつつあり、新薬による治療成績の向上、社会的ケアの重要性が明らかになってきた中で、学校教育の場でできることを考える時期がきているのではないだろうか。

(3)　授業の概要

１年生を対象とした「心と脳の働き」の一連の学習の中で、心の病を扱うにあたっての指導目標を以下にまとめてみた。

①脳と脳内物質の大まかな働きがわかる。

②ストレスなどによって生じる心の病は誰でも起こりうるものであることを理解できる。

③心の病を科学的に正しく理解し、偏見を持つことなく、一社会人として適切な対応ができる。

④心の病から心の健康を見つめなおし、自らマネージメントができる能力を身につけることができる。

今年度の授業の流れは以下の通りである。

1時間目　脳のしくみ

2時間目　脳内物質の働き

3時間目　ストレスからくる病（心身症）

4、5時間目　**心を病むってどういうこと？（本時）**

6時間目　「うつ病」を知る

2.　授業案（本時2時間分）

配付資料：㈶全国精神障害者家族会連合会　新聞記事と広告（2002年3月20日付　朝日）

統合失調症の推移―「暮らしと健康」2002年8月号（保健同人社）

統合失調症の主な症状―「きょうの健康」2002年8月号（日本放送出版協会）

大原　健著「診察室にきた赤ずきん」（早川書房）より「うらしまたろう」「ジャックと豆の木」

外部講師：全国精神障害者団体連合会　有村律子氏

資料映像：「今ここに生きる　精神障害者とともに」（高知県立精神障害者センター）

授業展開：1時間目

①新聞広告より、「精神分裂病」と「統合失調症」の名称を知る。

②それぞれの名称から受ける印象を伝え合い、名称が変更された背景から、病名がもたらした偏見について考える。

③統合失調症の治療について学ぶ。病気の進行や薬物療法、心理療法、リハビリテーションによってコントロールできる病気であることを知る。

④統合失調症は「Common disease」であり、誰でも起こりうる病であることを理解する。

2時間目

⑤グループ活動（事前に希望を募り、各グループ2班ずつ班分けを行った。）

・Aグループ……VTR視聴

高知県の病院・地域の人たちの取り組みを通して、偏見を取り除き、心の病を持つ人たちとともに生きるためのヒントを見つけ、まとめる。

・Bグループ……文献分析

精神科医の手記を読み、病気の背景、医療の大切さについて考え、まとめる。

・Ｃグループ（２班）……全精連の方（外部講師）と座談会

当事者の方からお話を伺い、自分たちに何ができるのかを考え、まとめる。

⑥グループ毎に発表（時間の関係で１班ずつの発表に終わった。）

⑦感想レポートをまとめる

3. 研究協議

授業の中では、「統合失調症」の病気の説明で「治癒」と「緩解」の違いが生徒には理解しにくい様子であった。また、罹患率が「100人に一人の割合」であることに驚きを隠せないようだった。グループ作業では、生徒同士の意見交換や講師への質問が活発に行われ、結果、時間が足りなくなり発表が半分になってしまったことは残念であった。

研究協議においては、「ＮＩＥの手法を取り入れた場合の資料の扱い」「当事者もしくは家族としての生徒がクラスにいた場合の配慮」「精神障害をめぐる問題を全体の授業で深めさせるためのアプローチの仕方」などについての意見が交わされた。また、本来は１単位の授業なので、年間授業計画との関係で授業時間を確保するのは難しいとの意見も出された。

4. 今後の課題

今回は、全精連（全国精神障害者団体連合会）および、全家連（全国精神障害者家族会連合会）の協力を得ることができ、当事者のお話を生徒に聞かせる内容を盛り込んだ授業を試みた。一部の生徒のみだったので、後日、全家連相談室の中井和代氏を招いて、１年生全員を対象に、家族の立場からお話を伺う機会を設けた。一連の授業を終えたあと、生徒のレポートからは「心の病について理解できた」「知らないでいたら自分も偏見を持つところだった」「作業所や病院の訪問もしてみたい」「患者さんと直接話してみたい」など肯定的・積極的な意見が多く寄せられた。一方で、「話を聞くのがつらかった」「偏見はなくならない」などの意見もあった。

準備段階で生徒とともに、作業所や家族会訪問などができれば、なお理解を深めることができたであろう。時間や場所の自由度からみると、「総合的な学習の時間」への導入も可能と考える。

さらに、カウンセリングや精神科について、関係機関との連携を組み、それぞれの分野の専門家を招いて、レクチャーを受ける機会等も設けていけたらと考える。

心の健康、心の病をめぐっては、まだまだこれから考えていかなければならないことが山積しているが、今後もゆっくり丁寧に学習を積み上げていく必要があると考える。