

私が経験した重層的な支援

～ 当事者の立場から ～

府中市障害者等地域自立支援協議会 委員

佐藤 真智子



① 自己紹介・これまでの生活

- 私は精神障害当事者です
- 虐待やDV、離婚や離職を経験
- 子育てのことで、
「子育て世代包括支援センター」に相談
- 主治医や支援者の力で、病状も落ち着き、
親子関係も良好に





②

困っていたこと

発症～離婚前

障害への無理解、間違った支援、病状の悪化、それらによる育児へのダメージなど

離婚後～現在

- ・子育て世代包括支援センターや児童相談所、児童養護施設とも連携し、子どもをみんなで 見守り育てていくことに。
- ・困り事はあまり感じなくなった。

③ 相談できなかった時期

結婚していたころは、相談しても
「そんなのよくあること」と、助けを得られなかった。

→ 理解されないという苦しみ





④ 支援（サービス）につながったきっかけ

当事者団体の仕事のおかげで、外の世界とつながることができた。

モラハラやDVなどの用語に触れる機会ともなった。

仕事が自信につながった。

⑤

様々な支援につながった経験と 経験から考える支援者のあり方

課題

夫婦関係などで一方に利害関係があると、
他方への支援が偏る恐れがある。

本当の支援へ

どちらとも利害関係がなく、公平に客観視できる
人が、第三者の立場で現状を把握してくれると「
本当の支援」につながる。





⑥ 支援者が複数関わる中で感じたこと

- 1 支援者が複数いることで助かることはたくさんある。
- 2 「仕事」として支援してくれると、利用しやすい。
- 3 「境界線」を引いて対応してくれると、依存関係にならず、偏りもおこらない。

⑦ 現在の生活

大切にしていること

- 自分を大切にする
- 自分の気持ちを無視しない
- 境界線をしっかりと引く

自分も子どもも周りの方も大切にできる
→ 人として充実した毎日



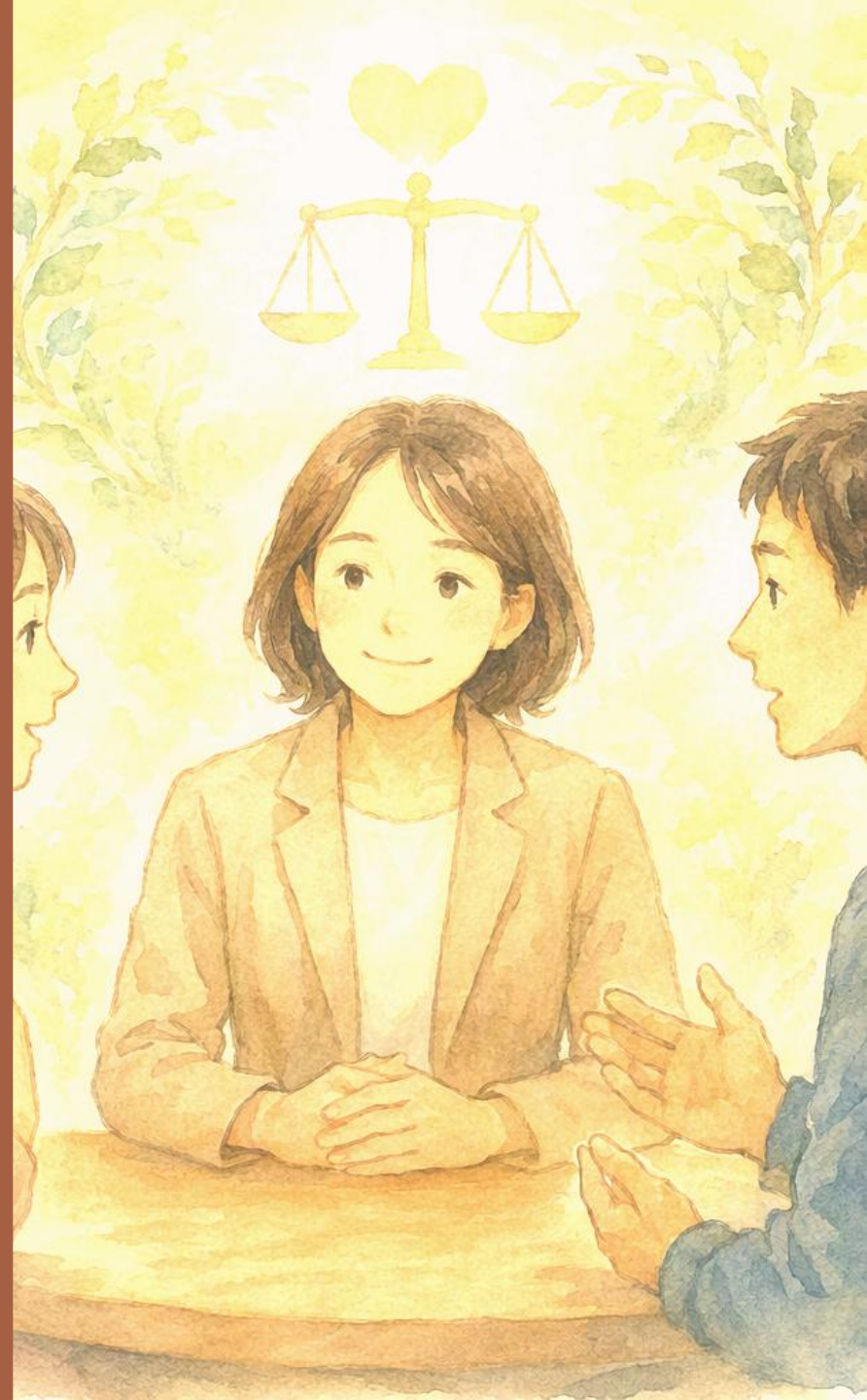
MESSAGE

重層的な相談支援体制への メッセージ

冷静に客観視できる人が、支援者と利用者の間に第三者として関わる制度が必要

→ 裁判所的な存在というイメージ

境界線を侵す支援者によって心身にダメージを負う人もいる。
客観視でき、良い意味で「冷たい」人が最適ではないでしょうか。





ご清聴 ありがとうございました。