

# 孤立しない勇気をもとう

～友達って大切～

## 事例

### 発病

——新しい仲間との出会い、友人と再会するまで

みなさんは友達って何人いますか？

私も学生時代は友達がたくさんいたんです。クラスの友達、部活の友達……卒業アルバムを開くと、今も昨日のこのように楽しかった思い出がよみがえります。

でも、受験に失敗して浪人して……家にひきこもって勉強しているときに「おまえはバカだ」「何の役にもたないやつだ」と、私を非難する高校時代の先生の声が聞こえるようになったんです。志望校に浪人してでも入りたいと思って、勉強を続けていましたが、そのうち、いつも先生の声が聞こえるようになって、私がすることすべてに文句をいわれるようになりました。見張られているのが怖くて、外に出られなくなり、声との会話に1日のほとんどの時間を費やしてしまうようになってしまったのです。

閉じこもってひとりごとばかりいっている状態に、さすがに様子がおかしいと思った家族が私をむりやり外に連れ出し、向かった先は精神科病院でした。

### ※ 突然の入院——自信の喪失

初めて精神科にかかったその日、私は入院となりました。

病気が落ち着いてきたときに、統合失調症という病名をお医者さんから聞きました。面会に来てくれた友達もいましたが、入院したのが精神科だと知って、みんなおどろいた様子でした。退院後も自分から連絡をとる勇気はありませんでした。声は聞こえなくなっていました。私自身がショックから立ち直れず、これまでのようにつきあえる自信がなかったのです。

### ※ 新しい仲間——でも、埋まらない孤独

3か月の入院後、病院のソーシャルワーカーの勧めでデイケアに通うようになって、病気のことやこれからの不安なんかも話せる友達ができました。それは浪人してから孤独だった私にとってはとてもうれしいことです。でも、そうなればなったで、高校時代を一緒に過ごした友人たちのことをよく思い出すようになりました。行事や部活で一緒に時間を過ごした彼女たちに無性に会いたくなるのです。でも、その一方で、みんなは大学生として生き生きと毎日過ごしているのに、私は受験からも取り残された状態で、会っても気を遣われるだけかもしれないと、不安になったりもします。

### ※ 勇気をもとう——障害者としてでなく、人としてつきあうこと

先日、3月に1年ぶりに部活の仲間で集まろうという連絡がきました。顧問の先生に思わず電話で相談をしたのですが、「みんな心配してるのよ。今回の集まりもみんながあなたと会いたいと企画したの。3年間を一緒に過ごした仲間なら今のあなたをわかってくれるはず」と助言されました。

先生と話したことで、みんなが私を支えようとしてくれていることを知りました。うまく伝えられるかどうかはわかりませんが、「友達」だからこそ、病気や障害のことを理解してもらいたいと思いはじめました。

勇気をもって出かけていこうと思います。