



新型コロナウイルス感染症のもたらしたもの

新型コロナウイルス感染症の流行によって、飲食業界や観光業界などは大きな打撃を受けたが、精神医療の分野でも、たとえばデイケアは大きな影響を被った。話を聞くと、デイケアではどこでも参加者が減ってしまっている。安心して過ごせるという保障が揺らぎ、仲間との距離を取らざるを得なくなり、皆の楽しみだった会食やスポーツなども行われなくなった。スタッフはマスクはもちろんフェイスガードもつけているので、なんだか親しみが感じられないし、表情もよくわからない。デイケアの良さが奪われてしまったように感じる。

人と対面で交流をもつことが大きく制限されるなかで、YouTube、SNSなどのインターネットやデジタル機器を介した交流が、人々の生活のなかでますます大きなウェイトを占めるようになってきている。そのなかで仮想現実の世界が身近なものになり、オンラインで買い物や配達ができるなど、社会生活に必須のスキルになってきた。一方ではLINEなどのやり取りをめぐるトラブルもよく耳にする。ITリテラシーについて、皆が適切な知識をもつことが必要になってきた。新たな地域生活のスキルである。この流れは新型コロナウイルス感染症の流行が収束しても変わらないだろう。特に病院という守られた空間から外の世界に出ていく人にとって、メールやSNSの適切な利用の仕方について、学ぶ必要があると思う。引きこもりのなか、インターネットの世界が唯一の社会への窓である人たちの存在も忘れず、支援の工夫をしていきたい。

新型コロナウイルス感染症が蔓延するずいぶん前から、アプリを使って当事者自身が認知行動療法を試みる研究は、数多く報告されている。それにとどまらず、チャットボットなどと呼ばれる、AIを使って相談者に対応するシステムも開発されてきている。「生身の治療者よりAIのほうが良い。余計なことをしゃべらないから」という、ブラックジョークとしか思えない意見もある。「いのちの電話相談」など、電話を使った支援は古くから行われてきたが、

最近ではチャットによる相談、メール相談、テレビ電話相談なども広がっており、より匿名性の高いツールのほうが、相談の手段として若者には好まれるようだ。実際にメール相談に携わっている心理士の話では、匿名であるところから、一気に心的な距離が縮まることが起こりやすいという。こうした新たなモダリティを用いたコミュニケーションについて、私たちは学ぶ必要があると思う。

また、マスクが毎日の生活の必須のアイテムになっている。眼だけしか見えないので、相手の表情がわかりにくいし、そもそも人の顔が覚えにくい。以前著者の働いていた職場では、総合病院なので、感染制御が厳しく、看護師はマスク装着の機会が多かった。しかし著者は、精神科の病棟なのだから、感染への脆弱性のある人やインフルエンザの流行期を除き、マスクを外し、笑顔を見せてほしいと話してきた。それでも入院患者と接するときにマスクをする看護師がいて、その場合、個人の個性を消して、匿名の「看護師」としてふるまいやすく、無理な主張に対しても相手の事情を聴く前に「病棟の規則なので、それはできません」と淡々と言いやすくなるように思われる。確かにマスクをすると、もう1枚の皮膚に守られている感じがあり、人付き合いに不安や緊張感を感じる人にとっては便利なアイテムだと思う。そうした人たちはコロナ禍が収束しても、マスクを手離せなくなってしまうかもしれない。

今後インフルエンザのように、新型コロナウイルス感染症もワクチン接種して予防することや、感染してからウイルスの増殖を妨げる薬剤が開発され、私たちの生活ももどに戻っていけようが、コロナ禍以前から始まっていた社会交流の変化が加速して、以前と異なる様相を呈してくると思われる。精神障害をもつ人でも、そうした変化についていけない人、かえって力を出しやすくなる人などいろいろだろう。私たちはそのなかで、利用者とともに新たなコミュニケーションを共同創造していくことが求められている。

(池淵恵美)