

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【基礎編】

(障害者支援に係わる者として基本的に知っておきたい人間関係論、福祉論、対人援助論)

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	あなたは私の手になれますか 一心地よいケアを受けるためにー	小山内美智子	中央法規	<p>☞障害が重くなればなるほど、“ケアを受けるプロ”になる。彼らがはっきり自分の思いを伝えた時に真の高齢社会、弱者の社会が訪れる。ケアを受ける側、する側にとって21世紀のケアとは?を共に考える。【出版社紹介】</p> <p>☞「お尻は搔けないけど、恥はかける」と自らの重度の身体障害を笑い飛ばす人間的な強さ、北海道で地域、行政相手に自立運動の先駆者として戦い、さまざまな新しい施策立ち上げ、支援者のネットワークを築いた著者の心温まる援助論。一テーマ、4～5ページで語られる本音の言葉の数々に、当事者の思いを感じ取ることができる。“わがままって何?”のニーズ中心主義から始まって、全編で語られるのは、セルフケアマネジメントの精神そのものである。【宮下】</p>
2	心のバリアフリー To be with you	藤村 出	有限会社SHOW DREAM 一般書店では販売して いません。 下記へ連絡して下さい。 長野県上水内郡三水村芋 川8114-2 Tel.026-255-1122	<p>☞「障害は他人の問題ではなく、自分にも関係ある問題だ。『障害者のための福祉』だけを考えるのではなく『障害福祉』というだれにも関係がある社会全体の問題として捉えていくことが大切なんだ。」【著者 あとがき】</p> <p>☞著者の小学校で実践した福祉講座の講演録です。小冊子で700円、断然読みやすく、それでいて問題の核心を教えてください。偏見や差別を無くすのには学習と勇気が必要なことを分かりやすく説いています。【宮下】</p>
3	看護婦の現場から	向井 承子	講談社現代新書	<p>☞一刻を争う救命救急医療から、ターミナルケアまで、医療の最前線で生命の尊厳と向きあう看護婦たち。深夜勤務、密度の濃い労働、恵まれない待遇など、知られざる看護婦の実態と、揺れ動く医療制度にメスを入れ、よりよき看護と介護のあり方をさぐる現場からの報告。【出版社紹介】</p> <p>☞第二章におさめられている札幌麻布脳神経科病院の実践が、明星のポジティブメッセージ支援の始まりである。植物人間化している患者を看護師が総力を上げて生き返らせるプロセスが「意識をゆり醒ます看護の力」としてまとめられている。【宮下】</p>

4	心の処方箋	河合 隼雄	新潮社	<p>☞ 人のこころの影を知り 自分の心の謎と向き合う たましいに語りかけるエッセイ 55編 “私が生きた”と言える人生を創造するために【出版社紹介】</p> <p>☞ ユング派 臨床心理学者 河合隼雄 には、そのエネルギッシュな人生を背景に多くの著書があり、そのいずれもが刺激的である。この本に納められているエッセイは一テーマ4ページ、どれもが読みやすい。“こころの中の勝負は51対49のことが多い”は発語を持たない重度知的障害者の理解を深めるのに大いに役立つ。“自立は依存によって裏づけられている”は、自閉症の自立のし過ぎを理解するのに役立つ。【宮下】</p>
5	【絵本】 ずーっとずっとだいすきだよ	ハンス・ウィルヘルム	評論社	<p>☞ エルフィーとぼくは、いっしょに大きくなった。年月がたって、ぼくの背がのびる一方で、愛するエルフィーはふとって動作もにぶくなっていった。ある朝、目がさめると、エルフィーが死んでいた。深い悲しみにくれながらも、ぼくには、ひとつ、なぐさめがあった。それは…【出版社紹介】</p> <p>☞ すき、言葉にしてこそ伝わる言葉、ぼくらはそれをどれだけ障害の皆さんに伝えることができるのか？父親や母親はどれだけそれを伝えることをしているのか。ポジティブメッセージシャワーの必要性を伝えている。小学生低学年までの絵本だが、大人の読者に十分耐えうる。【宮下】</p>
6	【絵本】 さっちゃんのみほうの手	たばたせいいち	偕成社	<p>☞ 先天性四肢障害父母の会の作成による絵本。何回読んでも涙なしには読了することができない。「この指、いつはえてくるの？」と母に聞いたさっちゃん、それに全力で向かい合う母親と父親、その全力がさっちゃんに生きる勇気を与える。【宮下】</p>
7	獄窓記	山本 讓司	ポプラ社	<p>☞ 「こらっ、山本。お前、声が小せえーんだよ。もう1回やり直しだ」——。そう怒鳴りつけたのは栃木県黒羽刑務所の刑務官(看守)。山本とは、2001年当時、同刑務所の受刑囚であった山本讓司・元衆院議員である。彼は議員2期目となる2000年9月、政策秘書の給与を流用したとして詐欺罪により実刑判決を受けた。本書は山本氏の目に映った逮捕劇と、433日に及んだ獄中生活を赤裸々に綴ったもの。獄中生活は、それが元議員の体験とは信じ難いほどすさんだものだ。心身に障害を持つ受刑者の世話係に配置され、汚物処理作業や下の世話に従事する様子や、「お前、自分を捨てたな」と笑う看守らの目に見えぬ圧力が冷静なタッチで記されている。【出版社紹介】</p> <p>☞ 獄中の知的障害、発達障害の方々の現実、日本社会の縮図としての獄中を知ること、自らの偏見に気づくことができる書。看守の態度、対応にはその遠くに自分が透けて見える。ここが安心の場と訴える累犯の受刑者たち、まだ自分たちにはやらなくてはならないことがたくさんあることを教えてくれる。【宮下】</p>

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【初級編】

(知的障害支援、自閉症支援の基礎的な方法を学ぶ)

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	改訂版やさしい自閉症のススメ	藤村 出	有限会社SHOW DREAM 一般書店では販売していません。 下記へ連絡して下さい。 長野県上水内郡三水村芋川8114-2 Tel.026-255-1122	☞よりやさしく、よりわかりやすく、よりていねいに…うん…自閉症初心者には、改訂前のほうが易しかったかなあ…??読めば読むほど味がでる、スルメのような改訂版やさしい自閉症のススメ。自閉症のベテランやエキスパートもうなる改訂作。【出版社紹介】 ☞TEACCHプログラムの哲学を背景に自閉症の文化を定型発達の者たちの文化に強引に引き寄せることの誤りを指摘し、人は誰でも苦手なことがあり、その度合いが一人ひとり違うだけであることを説く。つまり誰でもが(障害者であろうがなかろうが)、同じように支援が必要な存在であり、その度合いがただ多いか、少ないかだけが違うだけであると。したがって自閉症の方々が何が苦手で、そのためにどのような支援が必要なのかを学ぶことがまず支援者の第一歩の作業となる。定価700円の小冊子。【宮下】
2	朝日福祉ガイドブック 自閉症の人たちを支援するというこ と—TEACCHプログラム新世紀へ—	監修 佐々木正美 内山 登紀夫 村松 陽子	朝日新聞厚生文化事業団 一般書店では販売していません。 下記へ連絡して下さい。 東京都中央区築地5-3-2 Tel.03-5540-7446	☞自閉症は脳に何らかの障害があるために、社会生活を送る上でさまざまな困難を伴い、生涯にわたる援助を必要とする障害です。この自閉症の人たちへの教育と福祉の包括的な援助システムとして、世界で最も優れた成果をあげているのが米国ノースカロライナ州のTEACCHプログラムです。【はじめに】 ☞TEACCHプログラム関係の書籍は、数多いが、福祉現場での活用を考えれば、800円のこの小冊子でまずは十分である。後はそれぞれの現場で実践を積み上げながらそれぞれの事業所版のTEACCHプログラムを作り上げていくことができるだろう。支援テクニックに走る前に、この冊子でまずは基本の勉強を。【宮下】
3	朝日福祉ガイドブック 自閉症の人たちへの援助システム —TEACCHを日本でいかすには—	著者 藤村 出 服巻 智子 諏訪 利明 内山 登紀夫 安倍 陽子 鈴木 伸五	朝日新聞厚生文化事業団 一般書店では販売していません。 下記へ連絡して下さい。 東京都中央区築地5-3-2 Tel.03-5540-7446	☞TEACCHプログラムは、単なる一つの療育の方法や自閉症の人たちへの接し方を指すものではありません。私たちが自閉症の人たちと社会でともに暮らすための「社会的な支援システム」を指すものです。【まえがき】 ☞具体的な支援システムについて解説している800円のガイドブックである。カラー写真も豊富で、理解しやすい編集方法になっている。構造化、自立課題、ワークシステム、スケジュール等、必須の概念とそのアプローチを知ることができる。著者はTEACCH発祥の地、アメリカノースカロライナへ一年研修に留学した初期の面々である。現在全国各地で活躍中。長野県知的障害福祉協会主催の自閉症支援セミナーでは、藤村氏、諏訪氏にお世話になっている。【宮下】

4	自閉っ子、こういう風にできています	ニキ リンコ×藤家寛子	花風社	<p>⇒自閉の翻訳家と作家が今こそ語る独特の身体感覚と世界観、読む人が増えれば、理解の輪が広がる一冊。【出版社紹介】</p> <p>⇒今まで推測でしかなかった自閉症の感覚障害の実態が高機能の方によって、リアルに語られた意味は大きい。宮下にとって、臨床場面で勇気を持ってこの問題に取り組むことができるようになったのはこの著作がきっかけだった。外界に対するには、まず感覚障害の部分への対応にエネルギーを注ぎ込まないようにすることの大切さもこの本で学んだ。【宮下】</p>
5	俺ルール！ —自閉は急に止まれない—	ニキ リンコ	花風社	<p>⇒自閉っ子のフシギな振舞いにはリッパな理由があった！一抹の真実が含まれた「俺ルール」の仕組みとは？自閉脳の奥深さに迫る爆笑エッセイ。【出版社紹介】</p> <p>⇒自閉症の自己説明本も数あるが、読みやすく、よく要点がわかって、支援に生かしやすいという条件を満たすのは、ダントツ ニキ リンコさんの著書である。文字が大きい、行間が広い、アカデミックな本を読むのが苦手だと思っあなたにも大丈夫、完読できます。この著作では自閉っ子の独特な外界理解方法について触れています。【宮下】</p>
6	心のケア＝スタッフのための対人援助技術～知的な障害のある人を支えるために～	阿部美樹雄監修 さぽーと優&遊	大揚社	<p>⇒この本で紹介する心のケアの考え方や具体的な方法は、ジェントルティーチングの考え方や、カウンセリング・精神分析・ハコミセラピー・セラプレーなどの心理療法的な技法や抱っこ法・動作法などの体とのやりとりを中心においた技法などから多くを学び、実践の中から作り上げてきたものです。【序文にかえて】</p> <p>⇒頭の中を覗いてみたいと障害の重い方々のわけの分からない行動を前に思ったことは誰もが経験していることでしょう。もちろん手をこまねいては、何もわからないのですが、一つ一つの行動をていねいに対応しながら、彼らと自分たちとは感じていることは何も変わらないという視点で分析・理解していけば、わけの分からない行動と思われる一群の行動が、手にとるようにわかるようになるのです。その道標を解説くれる本です。【宮下】</p>
7	発達と障害を考える本 ふしぎだね!? 自閉症のおともたち	内山登紀夫監修	ミネルヴァ書房	<p>⇒自閉症のおともたちの文化を理解し、助け合い、協力する気持ちを育てます。本書をすいせんします 日本発達障害ネットワーク TEACCHプログラム研究会 この本は、自閉症という障害について知らなかった人には知ってもらいたい、また、近くに自閉症の人がいるという人には、少しでもその人を理解してほしいという願いからつくりました。【はじめに】</p> <p>⇒イラストを中心に自閉症の行動特徴と障害特性、そして支援方法について説明したものです。小学校低学年レベルの教材として活用できるように工夫されているようです。したがって、自閉症の方の困った感が、いくつかのエピソードを通して特徴的に理解ができます。本の中で述べられている方法で全てが解決できるわけではありませんが、そのような支援方法を実際に実践できることが、個別支援であり、本人中心の支援であることを理解するには、とても役に立ちます。【宮下】</p>

8	光とともに… ～自閉症児を抱えて～	戸部けいこ	秋田書店	☞他者とのコミュニケーションがとりにくい自閉症児の困難な育児を描いて、圧倒的な反響を呼んだ感動作品！！【出版社紹介】 ☞漫画です。少女漫画風のタッチなので抵抗感のある人には無理ですが、この漫画で学習した人たちは多いと思います。文章が苦手という方にはもってこいです。現在14巻まで。【宮下】
---	----------------------	-------	------	---

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【中級編】

(近接領域の実践を知的障害支援、自閉症支援に生かす)

番号	書籍名	著者	出版社	内容
1	シリーズ ケアをひらく 『べてるの家の「非」援助論』 そのままがいいと思えるための25章	浦河べてるの家	医学書院	<p>☞ 浦河べてるの家は、精神障害をかかえた人たちの有限会社・社会福祉法人である。昇っていく生き方はもうやめた。リハビリなんて諦めた。病気の御旗を振りながら、べてるは今日も明日も降りてゆく。苦勞と出会うために「商売」を。悩みをとりもどすために「経験」を。「弱さ」と「語り」をキーワードにした、右肩下がりの援助論。【出版社紹介】</p> <p>☞ どんなに障害が重くとも、あるがままを認めることが、当事者意識を高め、強く、たくましく生きる力になることを教える実践の書。どこの病院でも受け入れられなかった方々が最後にたどり着いた安住の地、べてるでの奮闘の記録、当事者はもちろんスタッフの献身的、人間的な支援にも頭が下がる。【宮下】</p>
2	べてるの家の「当事者研究」	浦河べてるの家	医学書院	<p>☞ 前作『べてるの家の「非」援助論』で、医療・福祉領域を超えて大きな注目を浴びた「べてるの家」。そんな彼らが、今度は自分の病気の研究を始めました。といってもそこは、べてる流。「食べ吐き」や「借金」のスキルを開陳したり、「くどうくどき」「たなかやすお」などと問題や対処法をキャラクター化して仲間と楽しんでいるうちに、なぜか元気になってしまう不思議な研究です。「自分という苦勞の神輿(みこし)を仲間と共につくお祭り」＝当事者研究を楽しんでいただければ幸いです。【著者の内容紹介】</p> <p>☞ 職員会議で実施されるケース検討会の薄っぺらさがばれてしまいます。当事者が自ら勇気を出して、自分の心を見つめていく姿勢を見習わなくてははいけません。そして、それには多くの当事者の方々がスクラムを組んで、暖かい支援を送ります。スタッフ、当事者、そして多くの仲間、みんなを巻き込んでそれぞれの生き様が変わっていきます。【宮下】</p>
3	シリーズ ケアをひらく 感情と看護 一人とのかかわりを職業とすることの意味	武井 麻子	医学書院	<p>☞ 看護婦はなぜ疲れるのか？ 肉体労働でも頭脳労働でもあるけれど、看護は「感情労働」だった。隠され、貶められ、ないものとされてきた「感情」をキーワードに、人とのかかわりを職業とする人々の思いを縦横に語り尽くす論考。【出版社紹介】</p> <p>☞ 知的障害者支援は、サービス業か？ そんな議論が時々されるが、感情労働というキーワードを思考の中心におくことで、その論点は明確になる。感情労働は、快の提供をする職業である。快の提供は、放任ではなく、単なる許容ではなく…と思考は深まっていく。例えば、叱ることさえも快となるための専門性の向上、この二律背反を解決を目指すことに感情労働者の日々がある。【宮下】</p>

3	～精神医学の虚実～ 統合失調症あるいは精神分裂病	計見 一雄	講談社 ・選書・メチエ	<p>☞目の前の何でもない風景が急にまがまがしく見える時。そこからはじまる「病」はいかに進展するのか?いかに回復していくのか?果たして何が「分裂」し、何が「失調」するのか?精神科急性期治療の第一線に立ち続けてきた著者が、従来「精神分裂病」に付随して語られてきた誤謬を論破し、治癒へつながる「病の本質」を解明する講義。【出版社紹介】</p> <p>☞こころの病気は脳の病気である。この明解な前提に立った統合失調症に関する講義録である。難解な概念も講義録であることで、読みやすく吸収しやすい。精神病の急性期に生じている脳内の出来事、それを乗り越えるためのスタッフの献身的努力は、行動障害を呈する自閉症の方々の理解と対応に生かすことができる。その救急センターのルポタージュは、救急精神病棟(講談社プラスアルファ文庫)で読むことができる。【宮下】</p>
4	子どもの愛し方がわからない親たち	斎藤 学	講談社	<p>☞現代という孤独な社会の中で父・母・子の関係が大きく揺らいでいる。病んだ大人たちと、心と体を傷つけられた子供たちを、どう治療し、どう救うべきかを提言する。【出版社紹介】</p> <p>☞発達障害の方を支援する上で、虐待やいじめの問題を看過することはできない。そして、たとえ直接的ないじめや虐待を受けていないにしろ、その置かれてきた精神状況を考える時、その支援方法は同じでかまわない。否定的な自己像を持つ方々の理解、支援を考える上での良書。著者は精神分析医。【宮下】</p>
5	インナーマザー あなたを責めつづけるこころの中の「お母さん」	斎藤 学	新潮社	<p>☞子の心の中で、いつまでも苛酷な批判者として存在するインナーマザー(内なる母)。そして、子は大人になってからも自分自身を責め続ける…。親子のあり方とは? 1998年刊「インナーマザーは支配する」の改題軽装版。【出版社紹介】</p> <p>☞主体性の後退こそが、知的障害者、自閉症者の生き様を特徴付ける第一の言葉であろう。そこには、これだけお母さんにこれ以上のわがままは言うべきではないという彼らの過剰適応とも言える心理が垣間見える。【宮下】</p>
6	「こころ」の本質とは何か ー統合失調症・自閉症・不登校のふしぎー	滝川 一廣	ちくま新書	<p>☞マニュアル化された現代の精神医学は「こころ」を身体メカニズムの一種ととらえ、正常と異常の境界線をひいてゆく。これに対して本書は、「こころ」の病はけっして「異常」ではなく、人間の「こころ」の本質の、ある現われとして把握する。こうした立場から本書は、統合失調症、自閉症、不登校という三つの「ふしぎ」を取り上げ、「個的」でありながら「共同的」でもある「こころ」の本質に迫ってゆく。私たちの「こころ」を根本から考え直す上で示唆に富む、人間学的精神医学の試みである。【出版社紹介】</p> <p>☞アメリカ的なデジタル精神医学の流れに常に総合的、人間的であることで抵抗を示している医療関係の集団がある。一つは中井久夫さんを頂点とする名古屋市立大医局育ちの方々、滝川さんもその一人である。定型発達と障害の連続性を常に頭において、治療、支援にあたっている。【宮下】</p>

7	「からだ」と「ことば」のレッスン —自分に気づき・他者に出会う—	竹内 敏晴	講談社現代新書	<p>☞自分に気づき・他者に出会う。自分のからだのこわばりや歪みに気づき、心を解き放ち、生き生きしたことばをとり戻すために、《竹内レッスン》のエッセンスを紹介する。</p> <p>生きもののような声——話しかける、とは、ただ声が音として伝わるということとは別の次元のことだということだろう。聞き分けているうちに、声とは、単に空気の疎密波という観念によって表象されるような、抵抗感のないものではないことが実感されてくる。肩にさわった、とか、バシッとぶつかった、とか、近づいて来たけどカーブして逸れていった、というような言い方で表現するほか仕方がないような感じ——即ち、からだへの触れ方を、声はするのである。声はモノのように重さを持ち、動く軌跡を描いて近づき触れてくる。いやむしろ生きもののように、と言うべきであろうか。——本書より</p> <p>【出版社紹介】</p> <p>☞障害は障害者側だけにあると感じがち、あるいは考えがち自分たちの弱点を教えてくれるきっかけとなった。障害は自分の側にも確実にある。それがこの本を読み進めばすぐに実感することができる。閉じている体、閉じている心、自由にならない体、そして心、障害は関係性の中にあるのである。【宮下】</p>
8	「癒し」のボディー・ワーク —こころもからだもイキイキ—	今野 義孝	学苑社	<p>☞現代人は、ストレスにさらされている。そのため、からだが固くなり、その上、こころまでこわばってしまっている人が多い。このような悪循環を断ち切るためには、ボディー・ワークによって、まず身体をリフレッシュさせてから、徐々に心へとアプローチしていくのが一番の近道である。本書では、動作法を中心に据え、著者独自の「とけあう体験」を加味させながら、現代人の“癒し”について考察する。【出版社紹介】</p> <p>☞障害が重い方々とのかわり、何も手段を持ち合わせないとき、このような体と心のふれあいする方法、とけあい体験、があることを知っていることは、これからの支援方法を探究していく上でとても有用なことである。私、訓練する人、あなた訓練される人というスタンスを越えていくのにも役立つ。【宮下】</p>

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【上級編】

(確固とした福祉、発達、障害理論を構築のために)

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	人間を理解するとはどういうことか	浜田 寿美男	障害児・者情報センター	<p>☞【出版社紹介】</p> <p>☞難解な発達論、障害論の著作が多い浜田さんだが、この著書は自らが関わっている障害関係裁判などを取り上げながら行なった講義の逐語録なので、とてもわかりやすい。関係論を基盤にトータルな発達論、障害論を展開する著者の思いとその枠組みを知ることができる。発達は、関係や環境との関係の中で生じているという当たり前の感覚から理論を出発させるのが、関係発達論だが、その理論の展開に丁寧に付き合うことで、障害者を前にしてとかく自分の存在を度外視して、その方の生き辛さを評価することが多い関係者の視点を反省させてくれる。【宮下】</p>
2	関係発達論の構築 ～間主観的アプローチによる～	鯨岡 峻	ミネルヴァ書房	<p>☞一人の子どもの誕生とその後の心的成長は、一組のカップルの親としての誕生とその後の心的成長と重なり合って進行してゆくほかはない。それは、かつて育てられるものであった人がいま育てる者になるという、人間がその生命と文化を世代から世代へと無限にリサイクルする過程。その過程に位置づけて捉える新しい発達理論構築の試み。【出版社紹介】</p> <p>☞関係発達論の第一人者の著書である。残念ながら難解である。しかし、著書の中にある母子の行動の観察記録は、関係発達論の視点を養うのにヒントをくれる。【宮下】</p>
3	乳児の対人世界 理論編	D.N.スターン	岩崎学術出版社	<p>☞【出版社紹介】</p> <p>☞乳幼児精神分析の専門家による著書。0歳児に自我の芽生えを想定していく考え方、加齢しても、その乳幼児的な感じ方、物の見方は依然として残っているという考え方、情緒発達においていかに母子の情緒交流が大切であるという考え方等々、自我が十分発達しないとされていた重度知的障害者、自閉症者に精神分析的な考え方を十分応用しようと教えた。難解だが、情動調律等キーワードを理解することは支援の質の向上につながる。【宮下】</p>

3	自閉症の関係障害臨床 —母と子のあいだを治療する	小林 隆児	ミネルヴァ書房	<p>☞母親でも自閉症の子の行動は分かりにくい。その行動の分かりにくさを一つひとつ解きほぐしながら。母と子の情動を調整し、愛着とコミュニケーションを育む治療。ゆったりとあたたかな治療過程がいつしか自閉症児とともに歩むよるこびをかもしだしていく。【出版社紹介】</p> <p>☞母子関係の調整は、気の長い仕事である。そして、上手いこないことも多いので、途中で挫折しやすい仕事でもある。さらにその調整方法は、ケースごとに異なり、支援者にとっては質の高い仕事を要求される。その具体例を、実例と係わりの逐語録で知ることができる。【宮下】</p>
4	リハビリテーション	上田 敏	講談社ブルーバックス	<p>☞病人の生命を救い、ケガを治すことができても、治療の後に体に自不自由が残るならば、医学はその責任を果たしたとはいえないのではないか。こうした医療観のもとで、リハビリテーションの意義が注目されつつある。著者はそれを単に身体機能の回復訓練ばかりでなく、広く障害者の人権回復を求める思想と技術の体系としてとらえ直す。【出版社紹介】</p> <p>☞おそらく、各方面に多大な影響を与えている著作ではないか。障害を(特にこの場合には、途中障害の身体障害者)がどのように自分の障害を受け入れていくかという心的モデルが、例えば知的障害者が生まれてしまったとき、母親がどのようにそれを受け入れていくかというようなことに示唆的である。【宮下】</p>

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【自閉症論をさらに学ぶ編】

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	アスペルガー症候群と高機能自閉症 青年期の社会性のために	杉山 登志郎	学研 ヒューマンケアブックス	<p>☞アスペルガー症候群、高機能自閉症と呼ばれる人々はかつてほとんど知られることがなかったが、社会に出てから通常の人々とのコミュニケーションの困難から様々な問題を起こしたり、社会性が身につかず社会人として生きにくい現状がある。そこで少年期からの社会性獲得のための実践的な支援を集めた。【出版社紹介】</p> <p>☞世間から理解され難い障害であるアスペルガーの方々の生き辛さ、特に青年期に訪れる精神医学的な課題に視点が当てられている。社会性が獲得できないまま青年期を迎えれば、自閉症でなくても破綻を迎えるだろう。そんな理解方法をこの書から学んで欲しい。【宮下】</p>
2	アスペルガー症候群と高機能自閉症の理解とサポート	杉山 登志郎	学研 ヒューマンケアブックス	<p>☞アスペルガー症候群や高機能自閉症の子どもたちの教育や療育に、日々携わる人々が理解とサポートについてポイントをしばって分かりやすく解説した実践書。手記や座談会も交え、幼児期から就労期までの成長を見すえた多角的な内容。【出版社紹介】</p> <p>☞自閉症スペクトラムのスペクトラムの意味、連続体であるという意味を知る入門書である。高機能の方々の対応はわかっていても難しい、しゃべることができるということがどれだけ自分たちの目を曇らせるか、そんなことを考えながら、この高機能の方々の文化ともいえる生き様に触れて欲しい。研究と臨床現場とを結ぶ一冊である。【宮下】</p>
3	ガイドブック アスペルガー症候群 親と専門家のために	トニー・アトウッド	東京書籍	<p>☞高機能自閉症、学習障害(LD)など関係が深いアスペルガー症候群。子どもの確かな療育と支援のために、わかりやすく豊富で具体的なアドバイスと指導法を、アスペルガー症候群の第一人者が解説する。【出版社紹介】</p> <p>☞とにかく海外の研究者は、このような総論集を書くことが本当に得意なのだとも思う。きっと日本の研究システムと何かが違っているためだと思うのだが、全くの素人には想像もつかない。しかし、このような著作が役に立ち、学習の入り口にはもってこいの著作になるからである。【宮下】</p>

4	よくわかる自閉症 「関係発達」からのアプローチ	小林 隆児	法研	<p>☞ 自閉症を「関係」の視点から捉え直し、「こころの発達」に真正面から取り組むための、理解と支援のあり方。【出版社紹介】</p> <p>☞ 孤軍奮闘のようなかたちで関係発達の面からの自閉症支援に取り組む小林さんである。できるだけ平易にを念頭にまとめられているが、現場で同じような経験を積んでいない人にとっては、やはりピンと来ないだろう。そこが関係発達支援の難しいところである。支援者側が自らの心を軟らかくして理解しようとしなければ、読み込みも難しい。【宮下】</p>
5	新訂 自閉症の謎を解き明かす	ウタ・フリス	東京書籍	<p>☞ 現在の自閉症の理解の基礎となった不朽の名著、必読の最新アップデート版。科学的に「自閉症の謎を解き明かす」ことを目指し、本書でしか得られない必須の最新情報を提供。また、自閉症を知ることが、人間関係を深く知ることにもつながる、一般教養書としても秀逸な一冊。</p> <p>【出版社紹介】</p> <p>☞ 読み易いことがまずは助かる。すでに出版からは時間が経過していて、その内容は最新情報というわけにはかかないが、現場としては十分な内容である。自閉症が脳障害であり、その脳障害が、一次的、二次的、三次的にコミュニケーションの発達に影響を与えていることを知ることができる。【宮下】</p>

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【TEACCHプログラムをさらに学ぶ編】

番号	書籍名	著者	出版社	内容
1	障害児教育指導技術双書 講座 自閉症療育ハンドブック －TEACCHプログラムに学ぶ－	佐々木正美	学習研究社	<p>⇒ 浦河べてるの家は、精神障害をかかえた人たちの有限会社・社会福祉法人である。昇っていく生き方はもうやめた。リハビリなんて諦めた。病気の御旗を振りながら、べてるは今日も明日も降りてゆく。苦勞と出会うために「商売」を。悩みをとりもどすために「経験」を。「弱さ」と「語り」をキーワードにした、右肩下がりの援助論。</p> <p>【ブックカバー】</p> <p>⇒ どんなに障害が重くとも、あるがままを認めることが、当事者意識を高め、強く、たくましく生きる力になることを教える実践の書。どこの病院でも受け入れられなかった方々が最後にたどり着いた安住の地、べてるでの奮闘の記録、当事者はもちろんスタッフの献身的、人間的な支援にも頭が下がる。【宮下】</p>
2				<p>⇒【出版社紹介】</p> <p>⇒【宮下】</p>

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【臨床動作法をさらに学ぶ編】

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	姿勢のふしぎ —しなやかな体と心が健康をつくる	成瀬 悟策	講談社ブルーバックス	<p>☞はじまりは、脳性マヒの人の動かないはずの手が催眠術で動くことの発見だった！催眠術なしでこの動きを保つにはどうすればよいか？これを追究する中で開発されてきた「臨床動作法」は、肢体不自由者の体の動きの向上はもちろん、健常者、高齢者の体調を整え、リハビリに有効なばかりか、スポーツ競技者の身体意識を高め、うつ病やノイローゼなどの心理的不調の改善にきわめて効果的であった。</p> <p>【出版社紹介】 ☞【宮下】</p>
2	障害児の発達を促す動作法	今野 義孝	学苑社	<p>☞【出版社紹介】 ☞自ら多動症を自認する今野さんが、自閉症児のために開発した動作課題「腕あげ」、その課題の有効性を科学的に裏付けようと学際的な知見を網羅しながら、渾身の筆を握った。さらにこのあと今野さんは進化し続け、とけあう体験に向かうのだが、腕あげの課題の有効性は今も変わらない。成瀬さんが創始した動作法が、様々な方向に進化していく自由さは、まだこの動作法という学問が、若く生き生きしている証拠だと思う。【宮下】</p>
3	SART 主動型リラクゼーション療法	大野 博之	九州大学出版社	<p>☞SARTは誰でも利用できる「こころとからだの対話」による新しい心理療法。その理論や方法を解説し、体験報告や臨床実践事例をまとめる。【出版社紹介】 ☞定年退官記念の著作となっている。知的障害施設にあっては、軀幹ひねりという動作課題が、支援者にもわかりやすく、取り組みやすい課題であり、当事者の行動変容も生じやすいのではないかと考えいたが、この著作で自信を得た気分である。腕あげ課題よりも、やりとりが実感しやすいので、施設職員向きだと思える。【宮下】</p>

4	<p>動作法ハンドブック 初心者のための技法入門</p>	<p>大野 清志 村田 茂</p>	<p>慶應通信</p>	<p>☞ 動作法第一人者の執筆陣による、障害児が動作の自己コントロール力を身につけるための技法書。脳性まひの子どもについて、動作の改善のために開発された「動作法」訓練を実践する人の必携の書。初歩的な技法について、訓練の手順をイラストでわかりやすく解説しているの、実際の訓練に役立ちます。【出版社紹介】</p> <p>☞ 学びたくても、近くに動作法の訓練会がない場合も多いだろう。もちろんやる気さえあれば、どこへでもいけるだろうし、講師を呼ぶ努力もできようが、基本的には難しい。そんなときにちょっと参考になる本である。しかし、「百聞は一見に如かず」なので、是非、訓練会、研修会で「生で」動作法を味わってから、この本のページをめくって頂きたい。【宮下】</p>
5	<p>動作法ハンドブック 応用編 行動問題、心の健康、スポーツへの技法適用</p>	<p>大野 清志 村田 茂</p>	<p>慶應義塾大学出版会</p>	<p>☞ 動作法を、心的ストレスの改善やスポーツ技能の向上などに応用した技法書。一般の人が健康な日常生活を過ごすために効果のあるものを紹介。イラストによるわかりやすい構成。【出版社紹介】</p> <p>☞ 動作法が時に臨床動作法と呼ばれるのは、身体、知的障害者の治療、支援を越えた所に実践と実効があるからだ。動作法を通じたやりとりがこのような治療を成立させていることを考えると、心と体は僕らが通常思っている以上に関係しあっていることがわかる。【宮下】</p>

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【当事者の自己説明を学ぶ編】

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	もう施設には帰らない —知的障害のある21人の声—	「10万人のための グループホーム を！」実行委員会 編	中央法規	<p>☞日本には入所施設で暮らしている知的障害者が約12万人いる。多くの親が自分が死んだ後の不安から入所施設を望み、行政もそれに応えてきた。しかし本人たちの気持ちはどうなのだろう。知的障害のある21人の声を収める。【出版社紹介】</p> <p>☞当事者の声、施設関係者が読めば、いろいろ言いたいことかもしれませんが、まずは心を澄ますことが重要なのです。当事者の声から出発することが大切であるわけだから、著作に述べられていることばから心の真実を拾い出すことが、まずは最初の仕事です。【宮下】</p>
2	もう施設には帰らない2 —知的障害のある15人、家族・コーディネーター声—	「10万人のための グループホーム を！」実行委員会 編	中央法規	<p>☞どうすれば、どんな障害があっても地域で暮らしていけるのか。障害のある子を抱えて地域で生きる親や兄弟姉妹の苦悩と希望の声と、障害者の生活を支える、障害児(者)地域療育等支援事業のコーディネーターからの手紙を掲載。【出版社紹介】</p> <p>☞地域生活支援の先頭を走るコーディネーターさん方の熱き言葉が印象的です。制度が行き渡り、コーディネーターさん方の温度差も気になるこの頃、この本を読めば、いつでも初心に帰れます。【宮下】</p>
3	あほやけど、ノリオ —ダウン症のアニキをもって—	露の団六	岩崎学術出版社	<p>☞上方落語家が軽妙に語る重度のダウン症の兄との半生。子ども時代や学校のできごと、自身の落語家修業や結婚、そして現在の兄との関係、阪神大震災のときの体験などを綴る。【出版社紹介】</p> <p>☞長野県の福祉大会でも講演をしていただきました。とにかく読み易い、笑いながら読める、それがいいですね。保護者にお勧めです。【宮下】</p>

4	わたしの体 ぜんぶだいすき	先天性四肢障害 父母の会 編著	三省堂	<p>☞ 手がなくなつて、足がなくなつてぼくらはチャレンジャー!生まれつき手足に障害をもつ100人のこどものことば。「これがぼくらの五体満足」小学生バージョン。【出版社紹介】</p> <p>☞ 巻頭の写真集、それだけでも十分価値があります。四肢がないことのハンディキャップをまるで感じさせません。いつでも研修会の導入に使っています。【宮下】</p>
5	私と娘、家族の中のアスペルガー	リアン・ホリデー・ ウィリー	明石書店	<p>☞ 前著『アスペルガー的人生』で自らの半生を語ったリアン・ホリデー・ウィリーの第二弾。アスペルガー症候群をかかえて結婚し、子どもを育てていくとはどのような経験なのかをウイットに富んだ筆致でつづります。アスペルガー症候群のリアンと末娘のミーア、そしてアスペルガーではない夫と娘ふたりの5人が、アスペルガーゆえにぶつかる悩みや出来事を、ときに失敗しながらも知恵と工夫と愛情で乗り越えていく様子に、読者は勇気づけられることでしょう。子育てをしているアスペルガーのある人、アスペルガーのある子どもを育てている人のどちらにも役立つヒントを満載しています。【出版社紹介】</p> <p>☞【宮下】</p>
6	こんな夜更けにバナナかよ 筋ジス・鹿野靖明とボランティアたち	渡辺 一史	北海道新聞社	<p>☞ 人工呼吸器を着けながらも自由を貫いた重度身体障害者と、生きる手ごたえを求めて介助に通う主婦や学生ボランティア。ともに支え合い、エゴをぶつけ合う、そこは確かに「戦場」だった。札幌在住の大型新人が放つ渾身の長編ノンフィクション。第25回講談社ノンフィクション賞受賞作。【出版社紹介】</p> <p>☞【宮下】</p>
7	自閉症だったわたしへ	ドナ・ウィリアムズ	新潮社	<p>☞ 変な子といじめられ続けてきたドナは20歳を過ぎて自分が自閉症と知った…。ひとりの自閉症の女性が、幼児の頃から何をどう感じて生きてきたかを自らのきらめくような言葉で表現、欧米でベストセラーとなった感動の書。【出版社紹介】</p> <p>☞【宮下】</p>

8	この地球にすんでいる僕の仲間たちへー12才の僕が知っている自閉の世界ー	東田 直樹 東田 美紀	エスコアール	<p>☞東田 直樹 千葉県君津市在住。1992年8月12日生。1998年、児童相談所にて「自閉傾向」と診断を受ける。2000年「川で知った大切なこと」資源やエネルギーを大切に作る物語・ポスター・作文コンクール小学生の部優秀賞、「お母さんといっしょに」母をたたえる作文千葉県知事賞、「いなかのいいところ」私が憧れる田舎暮らし審査員特別賞。2001年「見つめても瞳の奥は僕の顔。いつもそうなお母さん。」はこたて冬フェスティバル・バレンタインのメッセージ入選、「しぜんの中でくらしたい」21世紀みらい体験博「未来のゆめ」小学生低学年の部大賞、「ぼくたちの青い星」「宇宙の日」作文絵画コンテスト作文の部・小学生部門千葉市立郷土博物館最優秀賞、「お母さんおかえりなさい」おかえり大賞入選。2002年「宇宙へ」おはなしエンジェル・子ども創作コンクール優秀賞、「ぼくのこと」第38回全国児童才能開発コンテスト作文部門佳作賞。2004年「白い小鳥」第4回グリム童話賞中学生以下の部大賞、「僕の場所」「家族のきずな」エッセイ入選、「さとのあさがお」第22回ほのぼの童話館ユニーク賞、「海とへび君」ざぶん賞2004ざぶん文化賞、「夏の終わりに」おはなしエンジェル子ども創作コンクール小学生高学年・中学生の部最優秀賞。2005年「この世で一番美しい音」第5回グリム童話賞中学生以下の部大賞【出版社紹介】</p> <p>☞DVD付きで、彼の日常生活を垣間見ることができる。重度の自閉症の彼は、ピョンピョン跳ねて、ヒラヒラ手を動かしている。 kann 彼がなぜこんな作文を書くの？と初めての人は、目を白黒させるだろうが、まずは経験することが大切です。【宮下】</p>
9	変光星 ある自閉症者の少女期の回想	森口 奈緒美	飛鳥新社	<p>☞知的で極度に内向的な自閉症の女性が、独特な精神的世界と学校時代にいじめられた日々を、感受性豊かな文体で初めて本格的に綴った衝撃のメッセージ。社会というものの中で「異邦人」と見なされてしまった著者の壮絶な葛藤。【出版社紹介】</p> <p>☞日本では、森口さんの本が、自己説明の最初ですよ。英語のshineを「死ぬ」といつも読んでいたという独白が彼女の生きて行く辛さを実感させます。それが変光星という著作名と重なっています。【宮下】</p>
10	我、自閉症に生まれて	テンブル・グラン ディン	学習研究社	<p>☞1953年、6歳のときに自閉症と診断された著者テンブル。彼女は、幼児期から自立に至るまで、何を思い、どう生きてきたか。自閉症に特有な諸症状の背景が、いま明らかに。自閉症者本人が書いた世界で初めての本。【出版社紹介】</p> <p>☞この本が全ての始まりですよ。これから当事者の自己説明の本が次々に出版されていくわけです。重度の方の姿を思い浮かべながら読み進むことで、自閉症の方の生きるということさえも、多くのエネルギーが必要なことが実感できます。【宮下】</p>

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【抱っこ法をさらに学ぶ編】

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	自閉というぼくの世界	なおき	エスコアール出版部	<p>☞なおき(東田直樹)が小学3年生の時に書き上げた作文を絵本にしました。～ぼくは少しみんなとはちがいます。そのことにさいしよに気づいたのは、ぼくが三才のころでした。みんなは自分の思ったことややりたいことを口で話しているのに、ぼくはどうやればそれが出来るのかぜんぜんわかりません。～【出版社紹介】</p> <p>☞彼は重度の自閉症なので、いわゆるピョンピョン跳ねたり、ヒラヒラ手を振ったりしています。そんな人が、こんな作文を書くのかと、初めての人には、わけのわからないことが目の前で起こっている感じだと思いますが、実際に生じている現実なので、是非勉強して下さい。【宮下】</p>
3	【絵本】 ちびゴリラのちびちび	ルース・ボーンスタイン	ほるぷ出版	<p>☞ジャングルで生まれた小さな赤ちゃんゴリラ、ちびちびは、おばあさんにもおじいさんにも、お母さんにもお父さんにも、ジャングルのほかの動物たちからも愛されます…。「子どもたちが、まわりの大人に“こんなふうにあいしてほしい”と思っているやらかた」を描いた絵本。【出版社紹介】</p> <p>☞成人の施設で仕事をしていると、内容を実感することができます。幼児は、たとえ障害があっても、「かわいい」と言われながら育ちます。しかし、その幼児期のかわいさと成人期のかわいくない様のギャップは、幼児期の障害児をもった母親が、成人の入所施設を見学に来た時などにあらわになります。いわゆる成れの果てを見て、意気消沈の方がたくさんいるからです。「大きくなってもかわいい」これがこの本のテーマです。【宮下】</p>
4	【写真絵本】 ちえちゃんの卒業式	星川 ひろ子	小学館	<p>☞『となりのしげちゃん』に続く、星川ひろこ氏の写真ストーリー絵本。予定より3か月も早く生まれ、小学4年生までお母さんと一緒に登校せざるをえなかったちえちゃんが迎えた卒業式。感動させられる絵本です。【出版社紹介】</p> <p>☞何回読んでも、涙が出てしまう。ちえちゃんもお母さんもとっても素敵、もっと素敵なのは、クラスメイト、内容的にはよくある話なのだと思うが、やっぱり涙が出てしまう。【宮下】</p>

5	抱っこ法の考え方とその魅力 「大好き」を伝えあう子育て	阿部 秀雄	中央法規	<p>☞親から子へ、子から親へ、「大好き」を伝えあう。わが子をたたいて後悔したり、子どもの夜泣き・人見知り心配だったり…。育児に関する親の気がかりは尽きないもの。なぜこれほど心を痛めるのでしょうか。本書では、親子の心の動きを探り、ともに癒されるための方法・考え方をご紹介します。【出版社紹介】</p> <p>☞阿部秀雄さんは、教養が溢れてしまうので、その著作全体を完全に理解するのが難しいのですが、この本は、読者に、できるだけわかりやすいようにと、頑張って書いているのではないかと思います。創始者の意気込み、哲学を学ぶことができる。【宮下】</p>
6	自己表現にハンディがある子どもの心のケア	阿部秀雄監修 さぼーと優&遊 著	大揚社	<p>☞【出版社紹介】</p> <p>☞明星ですっとお世話になっている優美さんの著作第二弾です。忙しい中、せつせと実践を文章化しているところがすばらしい。障害という言葉を使いたくなくて、自己表現のハンディーとされて、さらに広範囲な子どもたちを対象に考え始めているようです。大人を含めてみんな自己表現にはハンディーがありますから、誰でも当てはまる人間関係の真実が書かれています。【宮下】</p>
7	ハコミセラピー	ロン・クルツ	星和書店	<p>☞「今ここで」の体験と同時に、その体験を創り出している「コア・マテリアル」(一種の人生脚本)に注目し、体の諸感覚なども活用しながら、それを変容させることに焦点をあてる、ハコミ・セラピーに関する体系的な技法書。【出版社紹介】</p> <p>☞ちょっと進みすぎている？内容で、えっ！と思う人も多いでしょうね。スピリチュアルの世界です。でも臨床的、現場的にはいけますよ。きっと。抱っこ法が実感できた人が次の世界へのヒントのつもりで読んで下さい。【宮下】</p>

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【精神医学をさらに学ぶ編】

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	境界性人格障害のすべて	ジェロルド・J・クラ イスマン&ハル・ ストラウス	(株)ヴォイス	<p>☞「21世紀はパーソナリティ障害の時代」と言われている。「他の障害の合併症」としても頻出するBPDは、実はその当事者が非常に多い障害。感情が不安定。怒りと親密さを短時間に行き来する。ベクトルが内部に向けば自傷行為、外部に向けば激しい怒り。本人も周囲もへとへとになってしまうBPDの原因から実践的コミュニケーション法にいたるまで、BPDのすべての疑問に答えた米国ロングセラー良書。福島学院大学星野先生のわかりやすい巻末解説付き。【出版社紹介】</p> <p>☞知的障害の方、自閉症の方、愛されないで育てば、少なからず非行に走るだろう。ただし非行の方法は、知的に低いゆえに、また社会性が乏しいゆえに、定型発達の方と同じにはなり得ない。同じなのは、攻撃性と親和性の処理がうまくいかないことだ。寂しさでさえも怒りになってしまい、依存は支配になってしまう。人間の不可思議を学ぶのには、境界例の方々の不可思議さを学ぶことが近道だ。【宮下】</p>
2	境界例の治療のポイント	平井 孝男	創元社	<p>☞現代病の一つ、治療が困難とされる境界性人格障害に焦点をあて、その具体的な治療のあり方を逐語録による具体例をあげながら、治療者・患者・家族にもわかりやすく解説。【出版社紹介】</p> <p>☞平井さんの師匠筋は辻悟さんらしい。しかし、残念ながら、この辻さんの著作は難解中の難解である。それに比べれば、この本は、具体例に沿って、対談形式で、そのエッセンスが記述されているので、平易に理解することができる。精神病者は決してわけのわからない存在ではないことを学習できる。言語を繰ることができない知的障害の方々には、この著作にあるような実践はそのままでは応用できないが、根本の課題がいったいどこにあるのかという行動の背景を探るのには、格好の参考書である。境界例的な方は知的障害の方々の中にも多く存在すると思われる。【宮下】</p>

3	「家族」という名の孤独	斎藤 学	講談社	<p>☞「偽りの家族」ではなく「真の家族」「生き生きとした家族」のために。人はなぜ「家族」を持つとするのか。夫婦、親子それぞれが、依存し合いながらも「孤独」でいる現実をどう考えるべきなのか。「家族の心理」と「家族の真実」に迫る現代人必読の一冊。【出版社紹介】</p> <p>☞斎藤さんの著作はかなり数である。使命感に押し流されるように世の中に提供している。しかし、近親相姦のトラウマについては、彼の主張している通りかどうかは、疑って読み進めたほうがいい。真実とは別に、彼の著作が役に立つのは、臨床における支援方法である。いくつものアイデアを彼からもらっている。強度行動障害といわれる方々の心理を推し測るのに、彼の被虐待児の理解方法が有効だからである。【宮下】</p>
4	脳と人間 大人のための精神病理学	計見 一雄	講談社学術文庫	<p>☞世界・現実との関係において躓き、ズれていく統合失調症=精神分裂病。「今」と「今から」を意図することの困難、身近な事物がもつ意味の突如たる凶変はなぜ起こるのか。脳の働きのどのような不具合が関係しているのか。精神科医療の最前線に立ち膨大なエビデンスを有する著者が、脳科学の最新の成果を動員して練り上げた、脳と精神に関する総合理論。【出版社紹介】</p> <p>☞急性精神病状態と自閉症の方々が示す特異な行動の類似をこの書物で勉強することになった。自閉症の一次障害は、やっぱり脳の障害なんだということを実感することができる。ワーキングメモリーの破綻という急性期の統合失調症の理解は、おそらくワーキングメモリーが小さくて、脆弱な自閉症者の行動理解と同様である。脳生理学的なことをたくさん述べながら、治療のアプローチは精神分析的だったり、人間的だったりするところが興味深い。達人のたどり着くところは、最後はあまり変わらない。【宮下】</p>
5	精神科養生のコツ	神田橋 條治	岩崎学術出版社	<p>☞精神科治療の実際は、一人ひとりの患者その人に合う治療や養生を探していく手探りの作業である。精神科医である著者が、患者と共に考え工夫してきた養生の手引き。コツ・シリーズ3部作の完結編。【出版社紹介】</p> <p>☞中井さんの一つ下の世代での天才は神田橋さんである、と勝手に思っている。やっていることは、まさに神がかりである。O<オー>リングにはさすがに啞然である。しかし、この著作にある養生のコツ「気持ちいいをさがす」という発想は、明星の支援の応援団であった。病気の時はおかゆが美味しい、しかし元気になってくれば、おかゆ以外のものが食べたくなる、まさにその通りである。【宮下】</p>

6	精神科薬物治療を語ろう 精神科医からみた官能的評価	神田橋 條治 兼本 浩祐 熊木 徹夫	日本評論社	<p>⇒個々の精神科医は、日頃何を考え、何を感じながら、投薬を行っているのか。その内に秘められた営為を開陳し、相互に照らしあわす画期的なワークショップが開催された。本当に、EBMと精神薬理学の知識を身につけるだけで、薬物治療、ひいては精神科臨床に通暁することが可能なのか。薬を知り、患者を知るとはどういうことか。まさに臨床の本質を射ぬかんとした、たましいの一作である。【出版社紹介】</p> <p>⇒官能的評価？初めて聞く言葉であった。デジタルな診断、デジタルな処方箋、へ傾く精神医学会にあって、頑なにアナログであろうとする集団がいる。風邪薬は、東京でも長野県でも、アメリカでも日本でもその処方と同じであり、効き目も同じである。ところが精神科薬物治療はそうは行かない。一読するとにわか精神科医になったような気がする一冊、でもこのくらいのことは福祉業界で働く人も知っていないてはいけないのかも。【宮下】</p>
7	精神科治療の覚書	中井 久夫	日本評論社	<p>⇒本書は一般向けの書であり、比較的分かり易く表現が工夫されているが、盛り込まれた内容はかなり濃密である。熟読を重ね、“中井久夫先生に学ぶ臨床的叡智集”を作成したが、膨大な量になり、幾つかに絞り掲載することは、とうとう断念せざるを得なかった。中井氏の“臨床的叡智”に、直に、触れていただきたい。</p> <p>また、本書は、医療従事者はもちろん、患者本人、その家族、人間、人間関係に関心のある読者が読んでも、有益で“治療力のある”稀少な“精神医学書”であると思う。【出版社紹介】</p> <p>⇒中井さんもまた知の巨人である。精神医学の臨床に携わりながら、後に続く多くの人材を育て、かと思えばドイツ語の訳書を出したり、果てはギリシャ哲学まで。発想はあくまで人間学的、総合的、障害当事者の方々にいつも温かい目を向けているのを著書から感じ取ることができる。出勤したらまず大学病院の病棟を明るく挨拶しながら必ず一回り、それだけで病棟の雰囲気は変わる、そんな実践ができそうでできないのが、私たち凡人である。【宮下】</p>
8	強迫性障害 一病態と治療	成田 善弘	医学書院	<p>⇒強迫性障害の概念から、その臨床、関連疾患、病前性格、成因、現代の青年期患者と強迫、治療まで解説する。一貫して精神療法を中心に据えながら、他のアプローチも取り入れてきた著者の治療法を具体的に紹介する。【出版社紹介】</p> <p>⇒こだわり、そんな風に自閉症を理解していると一生彼らには近づくことができませんよ。強迫性障害として迫れば、様々な理解と支援方法を考え出すことができる。成田さんは日本のその分野の第一人者です。【宮下】</p>

9	精神病を耕す-心病む人への治療の歩み	星野 弘	星和書店	<p>☞ 患者の心と身体にじかに関与するオーソドックスな精神科治療をひたむきに実践し、工夫を重ねてきた著者。その眼差しは、患者・家族にとっても温かく優しい。そして、非定型抗精神病薬が登場しようとも、分裂病が統合失調症を改称されようとも、分裂病治療の基本が変わることはないと言主張する。</p> <p>【出版社紹介】</p> <p>☞ 全うな医者の話は、本当に読んでいて嬉しくなってくる。精神医学は絶対に科学にはなり得ないなんて断言されると、ゾクゾクッとしてしまう。また、支持的な環境は安定剤何十ミリグラム以上の価値があるなんていうのも、そうだそうだと声を大きくしたくなる。是非読んでください。これこそ良心の書です。【宮下】</p>
10	分裂病がわかる本—私たちはなにができるか	E. フラートーリー	日本評論社	<p>☞ 分裂病研究・治療の第一人者、トーリー博士は、この病を患う妹を支えてきた。本書が親身で具体的なのは、この体験に裏打ちされている。比類なきわかりやすさ。血の通った記述。具体的で実践的なアドバイス【出版社紹介】</p> <p>☞ 精神病は脳の病気である。脳は内臓の一つである。肝臓が病気になるように脳も同じように病気になる。肝臓を直すのに服薬も大事だが、もちろん環境(食事や対人関係等)も大切である。脳も同じである。服薬についても同様である。そんな単純な考えを偏見なしで受け入れることができる著作である。精神力じゃ精神病は治せない。【宮下】</p>

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【臨床心理学・カウンセリングをさらに学ぶ編】

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	こころと人生	河合 隼雄	創元社	<p>☞ カウンセリングや心理療法という仕事をしていると、多くの人の相談を受ける。すべて何らかの「困ったこと」や「苦しいこと」があるためである。その人たちはそれを何とか早く除去したい、そこから逃れたいと思い、来談される。しかし、むしろそのような苦悩を通じてこそ、自分の新しい生き方を探し出したり、自分の人生の意味について新しい発見をされたりすることになる。悩みが成長へのステップとなる。それが人生の面白いところである。【出版社紹介】</p> <p>☞ 知的怪物である河合さんの著書は難解な専門書から平易なコラム的な文章まで様々であるが、その全てが読みやすいという点では統一されている。この著作は講演録で、さらに読み易い。行動の後ろの隠れた心の存在の確かさを教えてくれる。【宮下】</p>
2	子どもと大人の心の架け橋 心理療法の原則と過程	村瀬 嘉代子	金剛出版	<p>☞ 子どもからみた心理療法、治療原則と症例研究、児童期障害の病理と治療などのテーマごとに、これまでに書いてきた論文をまとめたもの。【出版社紹介】</p> <p>☞ 心理屋さんの本で、さほど感動する本はないのだが、河合さんと村瀬さんは、もう天才としか言いようがない。その感性は、他の追随を許さない。臨床感覚の卓越さは、身につけようと思って身につくものでもない。遠く拝むような存在だが、彼らの実践の実存性は、今の明星での支援方法の大きなバックボーンである。【宮下】</p>
3	閉ざされた心との対話 心理療法の現場から④	河合 隼雄	講談社	<p>☞ 心理療法の現場ではどんなことが行われているかを一般の人に知っていただきたいと思う。そこで、私が聞き役になって、心理療法家にその経験を話してもらうことにした。(中略) 悩みのない人などというのは、この世にめったにいないことだろう。そんな点で、心理療法家を訪ねてきた人が、どのような悩みをもち、それをどのようにして解決していったかを知ることは、読者のみなさんが自分の悩みや生き方を考える上において、何らかのヒントになることもあろうと思われる。【「はじめに」より抜粋】</p> <p>☞ 心理療法に関心がある人なら、こんな本から河合さんに触れるのもいいかな?とも思います。【宮下】</p>

4	心にある癒す力 治る力 心理療法の現場から①	河合 隼雄	講談社	☞自分の「内なる力」に気づく本 中高年サラリーマンや主婦のうつ病、少年犯罪の急増、家族関係のもつれなど、心理的問題が深刻化している。本書は、病んだ心、傷ついた心との対話を続けているカウンセラーの肉声を通し、心の再生を考える！【出版社紹介】 ☞専門家をスーパービジョンする、つまり上位スーパーバイザーですよ。もうこうなるとひらめきとしか言いようがない、触発される人間同士の関係ですよ。【宮下】
---	---------------------------	-------	-----	---

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【発達心理学をさらに学ぶ編】

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	子どもが「こころ」に気づくとき	丸野 俊一 子安 増生 編	ミネルヴァ書房	<p>☞他の人が何を考えどのように行動しているかを読み解く、また相手が自分をこんなふうには読んでいないだろう、と読む。このような「心」の働きがいつ頃からどのように育ってくるかを明らかにする書。【出版社紹介】</p> <p>☞発達心理学を研究する若手の方々の著作集である。私たち現場は、もちろん、その全てを知り、理解する必要はないのだが、今日の前の方のケース理解を高めるために、必要な箇所を紡ぎ出せばよいのである。また、発達心理学全体の現在のトレンドを知ることできる。【宮下】</p>
2	子ども虐待という第四の発達障害	杉山 登志郎	学研 ヒューマンケアブックス	<p>☞虐待された子どもたちは心だけでなく、脳の発達にも障害が生じるという。そのために例えば自閉症児と極めて似た症状や問題行動に苦しむ子どももいる。著者は多くの重篤な被虐待児の治療にかかわる中、このような精神医学的知見に達した。これは子ども虐待と発達障害の関係を探るといふ今日的な緊急課題でもある。この分野の世界的な研究者で臨床医である杉山登志郎先生が臨床例や研究から分かりやすく紹介する。【出版社紹介】</p> <p>☞虐待は、とどのつまり愛着障害を起こす。それこそが、全ての問題の根幹である、と杉山さんは主張している。愛着を築けないことが脳障害だって引き起こすのだ。フラッシュバックへの理解を深めるのにも有効な書。【宮下】</p>
3	シリーズ発達と障害を探る コミュニケーションという謎	秦野悦子 やまだようこ編	ミネルヴァ書房	<p>☞「他者とこころを通わせる」「相手の立場を考える」「他者と世界を共有する」。日頃なにげなく使っているこれらのことば、なかなか意義深いものがあります。本書では、「身体」「リズム」「文脈とこころの理解」という三つの観点で、コミュニケーションの問題を根底から問い返します【出版社紹介】</p> <p>☞時にはアカデミックな本もいいよね。研究者の関心のありどころを確認するのも必要だ。もうすでに古い知識になっているのだが、時代が確実に身体と心を一體的に考えようとし始めているのがわかる。【宮下】</p>

4	「私」というものなりたち	浜田 寿美男	ミネルヴァ書房	<p>☞ 自我の形成の過程をいくつかの事実から考察した第1部、自我の形成に困難を示す「自閉症」の事例から考察した第2部、自我の構造が出来上がった後に、その自我をみつめる新たな自我との対話をする第3部から成るパワフルな展開。【出版社紹介】</p> <p>☞ 浜田さんの著は数多い。どこから手をつけてもいいわけだが、関係論という立場から「私」を理解するということに興味がある方は、ここから出発するのがいいだろう。【宮下】</p>
---	--------------	--------	---------	--

Person-Centered Planningを進めるための参考図書一覧

【近接領域をさらに学ぶ編】

番号	書籍名	著者	出版社	内 容
1	金森学級の35人 4年1組命の授業	NHK「こども」プロジェクト	NHK出版社	<p>☞不登校、いじめ、学力低下…。暗い話題の多い学校で、子どもたちはいったいどんな毎日を生きているのか。「人間としての本当の勉強」を実践する金沢市立南小立野小学校の「金森学級」を1年間密着取材したドキュメント。【出版社紹介】</p> <p>☞「命」で検索してヒットした図書でした。出会いの図書ですね。本物の教師の魂の熱さがグングン伝わります。教師の本気がクラスを引っ張っていきます。怒鳴る、叱るの本気さではなくて、自分の生き様の中で何をいったい彼らに伝えたいのか、本気の伝わり方は、小学生も知的障害者も変わらない。【宮下】</p>
2	りんごは赤じゃない	山本 美芽	新潮文庫	<p>☞子育てに追われ、気が付いた時には離婚していた主婦が、自立のために勉強し直し、中学の美術教師になった。先入観を捨てさせる独特な指導法のもとに、教え子たちは中学生とは思えない作品を作り上げ、同時に自信とプライドも育てていく。「どんな子でも、一生懸命磨いてあげるとダイヤモンドのように光り始める」がモットーのカリスマ教師、太田恵美子の「心を育てる」授業、その感動の記録。【出版社紹介】</p> <p>☞「りんごは赤じゃないでしょ」そう言われて、目を凝らしてみる。確かにりんごは全部が赤じゃない。その通りだ。しかし、僕らは思い込みというスクリーンを通してのみしか、ものごとを見ることができない。その自己の弱さを確認できる一冊。自分たちの仕事も思い込みを捨てて真っ白な心で観察するところから始まる。【宮下】</p>
3	マカトン法入門	上野 一彦 津田 望 松田 祥子	日本マカトン協会 旭出学園教育研究所	<p>☞【出版社紹介】</p> <p>☞マカトン協会主催の研修会に出席し、きちんとした研修を受けないと購入できない本である。マカトンはイギリスで開発された知的障害の方々のための手話である。イギリスでは知的障害支援に携わる90パーセント以上の方が使いこなせるということであるが、当事者と支援者がまずはマカトンを学習しなくてはいけないというところに、ややハードルの高さがある。伝われば方法は何でもいいじゃないかという視点で、エッセンスを吸収し、支援に生かすべきである。この方法が向いている人は少なからずいる。【宮下】</p>

4	シェルボーンのムーブメント入門 発達のための新しい療育指導法	ベロニカ・シェル ボーン	三輪書店	<p>☞すべての子どもの発達の基礎となる自分自身の身体に対する認識と自分自身への自信、そして他者に対する信頼を育てることを目的に創案されたムーブメント・セラピー、シェルボーン・ムーブメントを紹介する。【出版社紹介】</p> <p>☞障害が重い方々にとって、いかに心と体のつきあいが大切であり、そこそがコミュニケーションチャンネルであることが、読み進めるごとに理解できる。安心や依存、そこから自信ややる気が育つことも確認できる。動作法、抱っこ法の世界に通じる道である。【宮下】</p>
5	胎児の世界 人類の生命記憶	三木 成夫	中公新書	<p>☞生物は、その発生の過程において、生命の誕生から現在までの進化の過程を辿る。これを生物学の用語で言うと「個体発生は系統発生を繰り返す」(ヘッケル)となる。原始の海で生まれた原始生命は魚へと進化した。そして、魚は上陸して爬虫類を経て哺乳類へと進化する。この過程が、固体の生命発生の過程でなぞられるのである。著者はこの発生について研究をしていた学者で、本書は著者の研究の成果を著したものである。タイトルどおり、ヒトの発生過程である胎児の世界についての本であるが、これはまた、生命の本質を探求する試みでもある。【出版社紹介】</p> <p>☞科学者はこうでなくてははいけないと思うのである。確かに科学的ではない文章である。ロマン溢れる小説の世界のようだ。しかし、この世界、絶対将来的には科学的に解明されるのではないかと思うのである。なぜって明星学園での実践はその証拠に事欠かないからである。水、海が生命の起源であるという仮説は、何週間も風呂に入りっぱなしだったIさん、同じように車の中にこもりっぱなしだったNさんがそれを証明している。また、系統発生と個体発生の不思議さは、支援の連続性の理解とも多に関係している。【宮下】</p>

6	サヨナラ、学校化社会	上野 千鶴子	太郎次郎社	<p>☞学校はなぜ、失敗を学ぶ場となっていないのか。それは近代の学校の機能が別のところにあるからだ。学校は「偏差値一元主義」という学校的価値を再生産する場となり、その学校的価値は学校空間からあふれ出し、社会へ浸透していった。その結果、「学校化社会」が形成されたが、価値一元化の下での優勝劣敗主義は、敗者の不満とともに勝者の不安をも生んだ。勝ち組みにも大きなストレスをもたらす学校化社会は、“だれも幸せにしないシステムだ”と上野氏は言い切る。【出版社紹介】</p> <p>☞学校化社会というキーワードはこの社会を理解するのにとてもわかりやすい概念である。また同調化圧力という学校化の中で生じた心理力動も優れたキーワードだと思う。みんな同じじゃなくちゃいけないという圧力はパーソンセンタードの一番対極にある概念である。上野さんはジェンダーの理論家として名を馳せてしまったので、その話しを冷静に聞けなくなった感があるけれど、アイデアのエッセンス、思考の切り口は勉強になると思う。【宮下】</p>
7	「私」は脳のどこにいるのか	澤口 俊之	筑摩書房	<p>☞自分とは何だろうか？自分を考えている「自分」とは？高校生の頃からこのテーマと向かい合ってきた著者が、最先端の知見をもとに「自我の脳内メカニズム」の解明に、大胆かつロジカルに迫る。【出版社紹介】</p> <p>☞ワーキングメモリーが自我の核であるという仮説は面白いし、そのことで自閉症の不思議さや行動障害や統合失調症の奇異な行動を理解するには大きく役立つ。ワーキングメモリーがうまく機能しない様は、計見さんが統合失調症の急性期の症状を説明するのに細かく記述しているが、的を得ていると思う。脳生理学的な説明が苦手な方には、読むのにはちょっと辛い章もある。【宮下】</p>
8	初期心的現象の世界—理解のおくれの本質を考える	村瀬 学	洋泉社MC新書	<p>☞著者は20代に心身障害施設で“ちえおくれ”“自閉症”と呼ばれる子どもと出会う。その子どもたちを前にして何とか理解したいと考えた。発達心理学や障害心理学などを借りて理解しようとするが、かいても理解する手立てがなかった。それなら、自力で自前の論理をつくらねばならぬ、それも“症状”としてではなく“心的現象”として理解する道を一。自分を理解するように子どもたちを理解する視点から「客観—科学」の一面性を突き破ろうとする著者の出発点となった処女作の待望の復刊。かつてどんな発達心理や障害心理からも得られなかった世界がいま展開される。【出版社紹介】</p> <p>☞昔大和書房で発刊されたが、今は絶版となっていて、古本でも6000円程度しているようだ。幸いにして同様な内容のものが新書で手に入れることができる。村瀬さんの著書は理解しようとするという支援者の基本的態度を厳しく教えている。吉本隆明の影響が強くある思考方法であるので、癖があり、灰汁が強くという文体だが知っていて損がない思考方法である。【宮下】</p>

9	世界がもし100人の村だったら	池田 香代子 再話	マガジンハウス	<p>☞世界には63億人の人がいますが、もしもそれを100人の村に縮めるとどうなるでしょう。100人のうち61人がアジア人です。13人がアフリカ人…。インターネットで世界中を駆けめぐった現代の民話。英文併記。【出版社紹介】</p> <p>☞63億じゃイメージが湧かないけど、100人としたら急に身近な問題として意識できますね。知的障害者はそのうちの2名、3障害合わせると6名、発達障害まで合わせると10名程度にはなるんですよね。乳がんが5名程度かな？そんな風に比べることを教えてくれる一冊です。【宮下】</p>
10	「いのちの授業」をもう一度	山田 泉	高文研	<p>☞保健室に来る子どもたち/山ちゃん流「生と性」の学習/がんの宣告を受けて/「いのちの授業」から人権学習へ/新しい学校は不安がいっぱい/いのちの重さ-生と死のはざままで【出版社紹介】</p> <p>☞全編涙が止まらない。とてもこんな風には生きられないしこんなふうにも生きてくれないとも思うのだが、やっぱりその誠実さ、一生懸命さ、それにほだされて動いてしまう周りの人間たちの人間くささに感動してしまうのですね。、理解してくれている校長先生の姿は、管理者としての自分とも重なって、余計に心が揺さぶられる。【宮下】</p>