

日本医学ジャーナリスト協会・大賞 の受賞理由紹介文より
『「脳コワさん」支援ガイド』（医学書院）
鈴木大介さん（文筆家）

「脳コワさん」とは、「脳がこわれた人」の略で、発達障害当事者である夫人の造語だという。

脳受傷後の高次脳機能障害、発達障害、認知症、うつ病……どの人も、なぜか「会話がうまくできない」「雑踏が歩けない」「突然キレル」「すぐに疲れる」……。

病名ではなく、困り事で括って、当事者と援助職が協力するという視点で問題解決への道筋を提案しており、脳科学者やリハビリテーション専門医もオリジナリティを高く評価している。

援助職に、不足している点、当事者を不安に陥れ苦しめている点を率直に指摘しつつ、当事者にとっては楽に生きていけるように、援助者にとっては空回りしないで支えていけるように力を与えてくれる。

社会派ライターだった著者が、闘病記『脳が壊れた』や続編『脳は回復する 高次脳機能障害からの脱出』がきっかけで当事者との交流するうち、「私たちの苦しさを伝えてください」と背中を押されて援助職と当事者の相互理解を得るために執筆したのがこの作品だ。

豊富なグラフィックレコーディング※、重要な部分に黄色マーカーを引いていることも当事者が読みやすい工夫になっている。

（※ミーティングや講演内容を文字とイラストを使って記録する方法）

————*★*————*

プロローグ

- 1 脳コワさんってなんだろう
- 2 脳コワさん支援の難しさ

第1章 病名は違えど困りごとは同じ



- 1 「脳コワさん」なんて、まとめちゃっていいの？
- 2 相手の話が聞き取れないのはなぜか
- 3 自分の意思を伝えられないのはなぜか
- 4 言葉のキャッチボールができないのはなぜか
- 5 原因は何であれ対処法は同じ

第2章 「楽」になるまでの8つのステージ

- 1 僕のプロセスを振り返ってみる
- 2 早期復帰を支えた5つのアドバンテージ
- 3 病前の日常が最良のリハビリ課題だ
- 4 「二次障害としてのうつ」という最悪シナリオ

第3章 「4つの壁」に援助職ができること

- 1 聞き取りの壁「苦しい」の声を受け止めてもらえない
- 2 受容の壁「何が不自由か」が分からない
- 3 言語化の壁「言葉にする」の途方もない困難
- 4 自己開示の壁社会に出ると「助けて」が言えなくなる

第4章 脳コワさんの生きる世界

- 1 破局反応（パニック）
- 2 情報処理速度の低下
- 3 感情をコントロールできない
- 4 ひとつのことに固執する
- 5 易疲労
- 6 非現実感
- 7 脳コワ症状をどう考えたらよいか

第5章 全援助職に望む支援姿勢

- 1 社会的困窮リスクを理解する
- 2 当事者を破局に追い込まない
- 3 援助職のみなさんへ
- 4 キャリア形成後の就労支援
- 5 キャリア形成前の就労支援
- 6 高齢者への支援
- 7 あらゆる「あなた」が援助者に

