

- 30年近く摂食障害と関わってきて、たくさんのご家族と当事者との出会いがありました。どのご家族も我が子のことを思い一生懸命な気持ちが伝わってきます。私も娘が発症したとき何をしても娘に届かず、どうしたらいいのか悩み混乱していました。低体重で命は危うく、不安と焦りでしんどかった日々が思い出されます。そのさ中、伊藤順一郎先生の摂食障害家族相談会に参加し、摂食障害について、親の役割について学べたことは、目からうろこ状態で気づきが多かったことが懐かしく思います。
- 子どもが摂食障害となり、今まで経験したことがない状況を目の当たりにし、親は不安と心配、そして戸惑いが大きくなり混乱します。どうしたらいいのかわからず親の正論、常識、価値観で子どもをコントロールしようとして親子間の状況はさらに悪化していきます。自分が悪かったのかと親は自分を責め、自信を無くし摂食障害の本人に巻き込まれ疲弊し希望が見えなくなっている状態は、時代は変わっても同じです。
- 当事者と日常生活を送るのは家族であり、特に母親が当事者と関わらざるをえなくなります。どのように関わっていけばいいのか親の支援の方法を学んで、実践してほしいと思います。医療者とつながることは大事なことです。医療者に診てもらえればすぐに回復すると大きな期待をしがちです。しかし、医療だけでは難しく家族の支援は必須です。医療者の役割と親の役割を理解して、当事者と関わっていくことは大事なことと思います。

- 当事者の持っている生きづらさ、不安や恐怖を理解し心の成長ができるように、体験を大切に
して、当事者の日常生活を少しずつ広げていける
よう支援してほしいと思います。
会話と距離感を大事にして、親子間の信頼関係
を再構築し、心の安心安全を当事者が実感でき
るようになる前に進んでいけます。
- 摂食障害に巻き込まれて夫婦の関係性が悪く
なってしまう家庭も多くあります。それは摂食
障害の回復に時間がかかることにもなります。
二人で子どものかたを話しあう時間が大事であ
り、一緒に摂食障害の子どもと向き合うことが
大切です。そしてもっと大事なことは、父親は
母親を支えることに力を注ぐことです。
- この病は本人が自分で治していくものですが、
そのために必要なのが日常生活の中での親の支
援、サポートであり関わり方です。失う時間を
少しでも短くできるようにそれぞれの家庭に
合った支援を見つけてほしいと思います。

焦らず、比べず、諦めずに進んでいきましょう。