

ピアホームだより

2024. 10. 10

はすね会主催高森先生の講演会＜感想編＞

先月9月6日、SSTリーダーとしてご活躍中の高森信子先生(91)の講演会が開かれました。前号では、先生のお話の内容に触れましたので、そちらも併せてお読みください。今回は、グループホームの世話人として感じたことについてお話しします。

「僕の話をもっと聞いて欲しい」

ご入居者さんが仰った言葉です。私たちは、単純に、彼と話す時間を多くとればいいかな？と思いました。ですが、先生のお話の中にあった、相手の気持ちをわかるための大切なポイントは、①関心表明②反復確認③質問④共感、そのあとに⑤自分の考え、です。ゆっくり時間をとることはもちろん大切ですが、時間だけでは彼の心は満たされないのだとハッとしました。特に、

②の反復確認は、彼が言った言葉をそのまま繰り返すことが大事なのだそうです。同じ言葉を使い、相手の脳に状況変化を起こさないことが、話を聞いてもらえたという満足に繋がるのだそうです。だとしたら、我々がすべきことは、時間を多くとることより、彼の言葉を繰り返してあげることだと感じました。統合失調症の方を相手にしていると、我々はいつ、分かりやすい言葉に言い換えてあげたり、「こうしてみたら？」とよい方法を提案してしまいがちです。私たちは、共感したからこそそう言っているつもりですが、相手は、共感してもらったと思えていないかもしれません。彼にわかる方法で共感を示すことで、安心してもらえるとよいですね。

「医学」と「狂気」を切り離して考える

イタリアすべての精神病院の廃絶に成功した医師、フランコ・バザーリアの考えです。狂気は、生活環境によって増長されるので、環境によってその危険性を抑えることはできると説いたそうです。グループホームの職員は医師ではないので、病気を

治すことはできません。ですが、みんなが、少しでもストレスの少ない、生きやすい環境を整えることが、私たちの仕事なのだと、再確認しました。私はグループホームに勤め始めて1年半です。お母さんとして今まで家でやってきたのと同じことをグループホームでやると仕事になるということが、どうも納得いきませんでした。が、今回この話を聞き、大切なお仕事をさせてもらっているなと誇りに思いました。

病気になるよりも前に、とても繊細な心を持って生まれてきた方たち

高森先生の言葉です。病気と向き合うことばかり考えていましたが、私たちがグループホームの職員が向き合うのは、この、繊細な心のほうかもしれません。病気であっても、症状さえコントロールできるようになれば普通に暮らすことができる。ご入居者さんと一緒に、その方法を、楽しく探していきたいです。

10月の予定：5日ははすね会定例会にてピアホーム入居者による体験談発表