

ピアホームだより

2024. 9. 10

はすね会主催高森先生の講演会

9月6日、SSTリーダーとして講演依頼が殺到している高森信子先生をお招きして講演会が開かれました。先生は91歳になられ、今後は気軽に各地に飛んでお話しする機会がないかもしれないということで、多くの方をお呼びしてお話ししたいとの希望だったようです。

当日はとても盛会で本当に内容豊かなものでした。先生のお話を2カ月にわたって載せていきたいと思います。今月号には高森先生のお話を常時聞けるJPOP-VOICEを紹介し、来月は今回のお話の大事なところや感想を載せて行きたいと思います。

JPOP-VOICEはNPO法人日本臨床研究支援ユニットのサイトで統合失調症と癌の当事者・専門家・家族の声を載せています。

専門家の一人として高森先生がSST、特に精神障がい者に対する家族や支援者の関わり方についてお話されています。少し抜粋して紹介します。

1 受容し共感してから自分の意見

関心を持ち→反復（確認・同意）→質問→共感する。自分の意見は、そののちに述べる。

2 医師へ伝えたいこと

① 睡眠 ② 薬について ③ 気分
④ 生活の様子（→④は特に回復の様子が分かるよい情報）

3 現在位置を知って支援する

精神病は育て直しと考えています。だから、この方は今どの段階かをよく見極めないと出来ないことを無理強いすることになる。現在の状態を見極め出来ないことは支援するのが正しい。

4 当事者とのコミュニケーションの距離

精神病の方は、限りなく人を求めている。でも人と会うととても疲れる。安心できる場を求めいつも不安な心で過ごしている。まずは、挨拶を交わす→相手を褒め

る→健康についての問いかけの順で適度な距離を測りながら縮めていく。

板橋花火大会

まだまだ続くコロナの猛威ですが、数年にわたりお休みしていた様々な行事が再開されて来ました。当所でも、今年度から積極的に行事に取り組んで来て、板橋花火大会の行事も再開することにしました。

花火当日は早くから交通規制が入り、例年板橋区の人口を超える人出であふれるようです。会場までは遠く、暑い中を歩くので2度3度となると花火鑑賞も途切れていました。今回は応募者が2名、結局1名になりましたがご家族も一緒に参加され初めて大輪の花火を鑑賞し大いに楽しんだようです。

障害者を抱える家族はたくさんの方を我慢して来ています。今回、娘さんがホームの生活になったことで家族の負担が軽減され楽しくイベントに参加できたとしたら本当に良かったと喜んでます。

9月の予定：防災訓練