

鶴が丘だより

2017年度第2回
病院家族教室・講演会

対話による 良いかめり方②

慶應義塾大学 西池絵衣子先生

先月に引き続き、家族教室講演会の後半をお伝えします。

●大切にしていること

最も重要なのは、病的な体験を病気だと決めつけないことです。



専門的な言葉は出さず、わかる言葉で話します。また、ご本人やご家族のいない場で支援を決めず、支援者間のやりとりをも全て伝えていきます。これには、支援者自身も訓練が必要です。

●リフレクティンク

「はなす」ことと「きく」こと
(リフレクティンク)

ノルウェーの家族療法の臨床家：トムアンデルセン (1985)

「はなす」： 外的会話
「きく」： 内的会話 (自分との会話、あるいは自分内なる他者との会話)

会話についての会話

2つの会話を丁寧に重ね合わせ、うっし込み合わせながら展開する

- 応答：参加者が相互的に話し、聞くことで、理解しあい、承認される。
- リフレクティンク：対話の広がり新たな展開可能性

話すことは、声として聞こえているもの(外的会話)、聞くことは、自分の心の声(内的会話)です。内的会話を出すことで、外的会話になり、対話では最も重要なですが、フィナンランド人も日本人も苦手と言われている、トレーニングを受けなければならない。

●開かれた対話とは

5 W 1 H を指します。

WHERE	WHO	WHY	WHEN	WHAT	HOW
どこにいますか?	だれが言ったのですか?	なぜそう思うのですか?	それはいつから思っていたのですか?	気になっていたことは、何ですか?	今日の気分はどんな感じですか?

私は分らないから教えてください。私から教える主語にして話を始めます。

応答の例

- 「みなさん、彼の話を聞いて理解ができましたか? 私はAさんは今とても苦しいのではないかと感じました」
- 参加者全員が、お互いに表現されたことに対して、病的であろうとなかろうと、どんな発言についても重要で、皆で受け止める。
- 本人だけの発言でなく参加者の言葉も一つ一つ同じように大切だということを共有する。

ある日の
鶴が丘

新しい先生を
紹介します。

久保馨彦先生



埼玉県出身で、名前は「かおる」さんと読みます。

自宅のピアノの上を走り回るような活発な子どもでした。元々、アメリカ文学やフロイトなどの読書が好きで、文学部と医学部で迷い、精神科に入局しました。至らない点も多々あるかと思いますが、よろしくお願ひ致します。ぜひ、お声かけください!!

感情の整理

肯定的な感情

安心感、安堵感、うれしい、楽しい、面白い、わくわくする、ウキウキする、感動する、満たされる、気持ちがいい、爽快感、手ごたえ、充実感、達成感、自信、有能感、吹っ切れる、開放感、解放感、元気が出る、ふれあえる、親密感、一体感、調和感、幸福感

※ 肯定的感情も、それぞれに身体感覚を伴うものである

不快な感情の例

驚き、疑い、当惑、困惑、混乱、不信、怒り、いらだち、悔しさ、恨み、羨ましさ、嫉妬、裏切られた感じ、はがゆさ、もどかしさ、落胆、幻滅、無力感、徒労感、むなしさ、不安全感、愚痴感、情けなさ、寂しさ、悲しさ、無り、不安、恐れ、嫌悪、憎悪、軽蔑、後悔、羞恥心、罪責感、落ち込み、緊張、不機嫌、興奮

ロールプレイ



日実際にどのように行っているかをロールプレイしてみます。よろしくお願います。

登場人物は、

①当事者：患者役（佐藤さん）、電話をしてきた母親、父親、兄の4人

②治療チーム：医師役、看護師役、精神保健福祉士の3人

■状況は、母親からの電話。責任者の看護師が、母親の希望によって自宅に訪問することになる。訪問することは患者の了解はとらずでいい。

■電話の内容は、患者が退院後自宅に引きこもり、大声を出している。最近食事あまり摂っていない。処方された薬も飲んでいない。

■電話を受けた看護師は、入院時の主治医、本人をよく知っている精神保健福祉士治療チームとした。

■父親は母親に対して過干渉だと感じており、兄は近所に住んでいるが母親に呼ばれてきた。

■そして、治療チームが訪問したところからロールプレイを行う。

Table with 15 columns representing different roles (Mother, Nurse, Doctor, etc.) and their dialogue during the role-play. The text is written in a conversational style, showing interactions between the patient's family and the treatment team.

まとめ

苦しさは、1人やご家族の力だけでは解決できないことがあります。そんなとき、支援者の介入で一人ではなく、みんながいると感じられることがあります。ぜひ、みなさんの思いを伝えることを支援者に伝えていくことから始めてみましょう。これを繰り返すと、自分が大切にされたいと感じるようになります。様々なことが肯定されていきます。

Advertisement for Mumin and Open Day Log. It features a photo of a person and text: 'ムミンとオープンダイアログ?' and 'ものごとってものは、みんな、とてもあまいものなのよ。まさにそのことが、わたしを安心させるんだけれどもね。' (Mumin's voice) and 'ご清聴ありがとうございました'.

文責：高野

医療法人社団 鶴永会

鶴が丘ガーデンホスピタル
TEL: 044-988-3121
東京都町田市三輪緑山2-2133-1
長津田いこいの森診療所
TEL: 045-507-7656
神奈川県横浜市緑区長津田4-11-14

長津田いこいの森診療所
診療時間のお知らせ
4月より木曜日の診療時間を、18時30分までに延長いたします。今後とも何卒よろしくお願いたします。

Graphic with speech bubbles and text: '迷いも悩みもあるがまま' (Mami), 'やるだけやれば後悔しない' (Yami), 'いろはカルタ' (Iroha Karuta), '今月の...' (This month's...)