



よつば会だより

2025年4月号

発行：毎月1回

尾道こころネットよつば会事務局

尾道市 栗原町 5083-1

TEL 0848-23-8755

「こころの元気+」誌3月号の特集記事は、「生き残りのためのオーバードーズ」でした。オーバードーズとは薬などの過量服薬や過剰摂取のことです。特集記事は26ページにも及ぶ大特集になっています。ここで特集記事を取り上げたのは、その内容をお伝えするためではありません。特集記事全般にわたってオーバードーズを〔OD〕と表現していることを見つけたからです。よつば会だよりでも今年2月号から、オープンダイアログを〔OD〕と表現してきました。紛らわしいことです。しかし、オーバードーズをよつば会の記事にすることは多分ないでしょう。よって、よつば会だよりではオープンダイアログを〔OD〕と表現することを続けていきます。ご了解ください。



～先々、我が子がどう生きてくれるか～ 親の不安が小さくなるのは(その二)



「みんなねっと」誌3月号の特集記事は、「親なきあとを中心に～家族の在り方」というテーマでした。記事の内容は、「支援の現場を変えてゆく、家族の重い負担を分かち合うために」という題目で、「みんなねっと」の役員5名の方が座談会形式で話し合った内容を紹介したものでした。その記事の中から私の心に残った内容をいくつか取り上げ、それに私の思いを重ねて行きます。まず、岡田久美子みんなねっと理事長の文章です。

「親は子どもが発病したときの激しい急性症状を見て、この子は今後ひとりで生きていくのはむづかしい、自分が元気なうちは何とかしてやりたい、と考えます。日本の制度はそのような親の支援に頼る形で成り立っています。親に抱え込ませては本人の力は引き出せません。当事者には親から離れて地域で支援を活用しながら暮らしていける力があります。それを親に実例を示して、理解してもらい働きが必要です」

この文章にある「当事者には親から離れて地域で支援を活用しながら暮らしていける力がある」ということには共感を覚えました。その文章に続く「それを親に実例で示して理解してもらい働きが必要」というところは、そうだとおぼやきながらも、誰が親に示してくれるのかが無く、あいまいな表現で終わっていると思えました。

次は、新銀輝子みんなねっと副理事長の文章です。

「国はたくさんの福祉サービスを制度化してきましたが、家族はそれらの制度の中身をあまり熟知していないのではないのでしょうか。新しい制度を作るといよりは、今あるサービスをできるだけ活用することが大切です。既存のサービスの現場をよく知り、見守って育てて充実させていくようにします」

この文章にある「家族はそれらの制度の中身をあまり熟知していないのではないのでしょうか」という問いかけで、思い出したことがありました。それは「こころの元気+」誌の昨年4月号の特集記事「お家で受けられるサービス」を読んで、よつば会だより6・7月号に関連記事を書いたことでした。記事にはしましたが、そのことで私も福祉サービスの制度の中身を、あまりどころかほとんど知らないことに気づかされました。そこで、「はなはな」の桃谷さんにいろいろ質問する時間を取ってもらいました。桃谷さんが説明してくださったことを、よつば会だよりに書くつもりだったのですが、私の記憶力の衰えから不十分なままになってしまいました。よつば会だより昨年7月号には「さらに資料を求めて努力していきます」と書いたのですが、そのことも私の頭から抜け落ちてしまい、今回の新銀さんの文章に頭を叩かれた思いでした。再度努力しなければならないでしょうね。

座談会の内容からお伝えしたいことは、まだまだあるのですが、紙面が尽きてしまいました。座談会に参加された5名の中に夏苺郁子さんもおられます。5月号に後編を書いていきます。(N.T)

3月の活動報告

02日 よつば会家族教室 (市民センターこころ)



4月の活動予定



06日(日) よつば会家族教室 (市民センターこころ)

13日(日) 当事者との交流会 (サロンよつば)



～マイナス評価は控え、努力していることに焦点を当てる～ オープンダイアログの実践 (そのⅢ)



よつば会だより先月号に、「OD の展開にリフレクティングが入ることによって、『対話実践』が生きたものになると私には思えた」と書きました。今月号は「生きたもの」になることへの考察です。

リフレクティングの展開の形は、対話実践を進めていく中で、重要な話題にさしかかったとき、重要な方針についてコメントをしたほうが良いと感じたときなどに、ファシリテーター（進行役）が「これから私たち治療チームだけで話し合いますから、少し聞いていただけますか？」と患者チームに断りを入れて、同じ部屋内で椅子を動かして患者チームと目を合わさない形を作ります。つまり、患者チームに、治療チームの後姿を観察してもらうこととなります。そのような配置の中で治療チームが、それまで話されたことについての感想や、こんな対応を試みたらといったアドバイス、また、診断や治療方針などを話し合います。一通りやり取りをしたら、元の座席の形に戻し、本人や家族に感想を聞いてみます。感想を聞いて終わりにする場合がありますが、再び全員での話し合いを続けることもあります。全体で1時間～1時間半ぐらいの時間で終わりにします。

以上がリフレクティングの展開の形です。リフレクティングがどのような意味を持ち、どのような効果をもたらすのかは、斎藤環さんは著書の中で、次のように書いています。

「リフレクティングにはどん意味があるのでしょうか？ それを簡潔に述べるのは容易ではありません。対話に様々な異なった視点などを盛り込んで新しいアイデアをもたらすこと、参加メンバーの内的対話を活性化すること、当事者が意思決定をするための『空間』をもたらすことなどが指摘されています」

この文章の補足になるような説明を、斎藤さんの著書から見つけることはできませんでした。「参加メンバーの内的会話」と言われても意味が掴めません。「当事者が意思決定をする空間」という表現も、私たちの日常会話ではお目にかかることのないものです。しかし、いいのです。そもそもよつば会だより3月号から始めた「OD の実践」は、「わからないからやってみよう」という提起です。私もわからないまま文章を書いています。

しかし、リフレクティングに関して、私が共感を持ったことがあります。当事者がリフレクティングを受けて感じたことの一つに、「私の話をこんなに丁寧に聞いてもらえたのは初めてだ」という反応がよくあるということです。べてるの家の向谷地生良さんが、「べてるの家の非援助論」という本に書いている言葉ですが、「当事者は発病以来、理解力や記憶力が低下したり根気が続かなくなったりといった現実の苦労の中で、誰よりもそのような自分に落胆し、ふがいなさに腹を立てながら、普通に暮らすことに何倍ものエネルギーを費やしながら彼らは生きている」のです。そのような当事者は周囲の人たちに、自分の気持ちを分かってほしいと常に願っているが、その願いが叶うことはほとんどない。そんな当事者にとって、対話実践、そして、リフレクティングは、これまでになく話を聞いてもらえたという体験となり、自然と心を開いていくことになるのだらうと思えました。

斎藤さんの著書にはリフレクティングを行う上での留意点がいろいろと述べられています。この留意点から学ぶことも多くあります。例えば、「マイナス評価は控えます。むしろ当事者が努力していること、苦労していることに焦点を当てて共感的にやり取りします」などです。この留意点などは、リフレクティングの中でのこととなっていますが、OD全般に対する留意点でもあると思えます。こうした留意点とOD全般へのまとめを5月号で書いていきます。 (N.T)