

平成 29 年度 明石市地域自立支援協議会

くらし部会 リポート Vol.27 平成 29 年 12 月 21 日

発行元：明石市地域自立支援協議会 くらし部会事務局（明石市基幹相談支援センター）

住所：明石市貴崎 1 丁目 5 番 13 号（明石市立総合福祉センター 1 階）

電話番号 078-923-9155 ファクシミリ 078-923-9156

【意見投稿用アドレス】 akashi_jiritsushien@yahoo.co.jp

会員専用のメールアドレスをご用意していますので、皆様からの情報提供やご意見をお待ちしています。

くらし部会ワーキンググループ「ハートフルあかし」が企画・運営している「障害福祉サービス等従事者向け精神保健福祉研修」応用編（11月30日開催）と、番外編として開催した「未来語りのダイアログ」（11月27日開催）についてご報告致します。

応用編：講義1 「援助職者のためのメンタルヘルス」

このプログラムは、今年度から新たに加えたもので、兵庫県立大学看護学部の川田美和先生にご担当頂きました。前半は講義で、援助職者に多いストレスや感情労働、燃え尽き症候群（バーンアウト）の予防についてお話頂き、後半は各グループで日頃のストレスやストレス解消法を話し合い、共有する時間を持ちました。このプログラムで自分が何にストレスを感じやすいのかを改めて考え、また他の参加者の解消法を参考にすることで、受講者自身のメンタルヘルスケアになったのではないかと思います。

～受講者アンケートより～

- ・バーンアウト、ストレスといった身近なテーマで分かりやすかった。グループワークでのストレス解消法は参考になった。
- ・周囲の人とストレスについて話をすることで、みんな多かれ少なかれストレスを抱えながら働いていることを知り、自分だけではなかったと肩の荷がおりた。
- ・良い支援のため、支援者側のストレスをうまくコントロールできる様に気をつけたいと思います。



講義2 「精神障がい者への支援の実際」

このプログラムは関西青少年サナトリウム西村暢宏先生にご担当頂きました。前半は西村先生が担当されている訪問診療について、その概要や症例を交えてお話頂き、普段知る機会が少ない訪問診療について詳しく知ることができました。後半は2つの事例をもとに、各グループで支援方法を検討した後、発表を行い、西村先生から解説、助言を頂きました。いずれの事例も周囲の人の困りごとではなく、‘本人の困りごととは何か？’を踏まえておくことなど、支援者に望まれる姿勢や視点について改めて考えることが出来ました。

～受講者アンケートより～

- ・他の方々の意見を聞くことができ、やはり自分1人で考えるのではなく、チーム、連携することの意味を感じました。
- ・周囲との連携、本人、周りの方へのアセスメントの必要性を感じました。特に本人との関係性づくり、あせらずに関わっていくことの大切さを学びました。
- ・疾患を一番に見ず、その人との関係づくりを一番に少しずつ・・・というところに共感いたしました。遠回りのようで、それが一番良いアプローチだと私も思いました。

お忙しい中、援助者自身のメンタルヘルスケアと、より良い援助のための視点を学ぶ貴重な機会を提供して下さった川田先生、西村先生に改めて御礼申しあげます。また、受講者のみなさまから頂いた感想やご意見は、今後の研修に活かして行きたいと思っております。

未来語りのダイアログ

「未来語りのダイアログ」(Anticipation Dialogue)は、多職種・多機関が関わって対人支援を行っていく場合の連携や協働をうまくやっていくための方法です。その方法を開発されたトム・エリク・アンキル教授(フィンランド国立保健福祉研究所)がこの度来日されるとの情報を頂いたことがきっかけとなり、縁あって明石の地でワークショップの開催が実現しました。最初にトム先生から未来語りのダイアログについての講義があり、その後、明石市の高齢・児童・障がいの各部門で対人援助に携わる職員7名が、ファシリテーターである白木孝二さん(Nagoya Connect & Share)、村井美和子さん(みどりの杜クリニック)の質問に答える形でセッションが進み、他の参加者はそのやりとりを観察していきました。



未来語りのダイアログは、メンバーの1人の今ある心配事を取り上げ、そのことを一緒に考えて欲しいメンバーを集め、セッションを始めていきます。最初に、心配事が解消されてうまく行っている未来に(タイムスリップした)つもりになり、なぜうまく行ったのか、うまく行くために何をしたのかをメンバーが(想像しながら)順に発言し、共有していきました。その後、時間を心配事のある現在に戻し、それぞれが語ったうまく行くための取り組みについて、より具体的な内容に整理していききました。そのプロセスを経ることで、‘もう打つ手が無い!’ ‘どうしたらいいかわからない’ と思っていた心配事について、それぞれのメンバーが、取り組めそうなことをやってみようという気持ちになれる、そんな体験をさせてもらいました。

今年度は精神保健福祉研修(基礎編・応用編)と、未来語りのダイアログのワークショップを開催し、参加された皆様に新たな学びや気づき、支援者同士のつながりなどを得て頂けたのではないかと思います。また、3つの研修を無事に終えられたのも、関係機関のみなさまのご理解、ご協力があったことです。この場を借りて心より感謝申し上げます。

今年度は精神保健福祉研修(基礎編・応用編)と、未来語りのダイアログのワークショップを開催し、参加された皆様に新たな学びや気づき、支援者同士のつながりなどを得て頂けたのではないかと思います。また、3つの研修を無事に終えられたのも、関係機関のみなさまのご理解、ご協力があったことです。この場を借りて心より感謝申し上げます。

