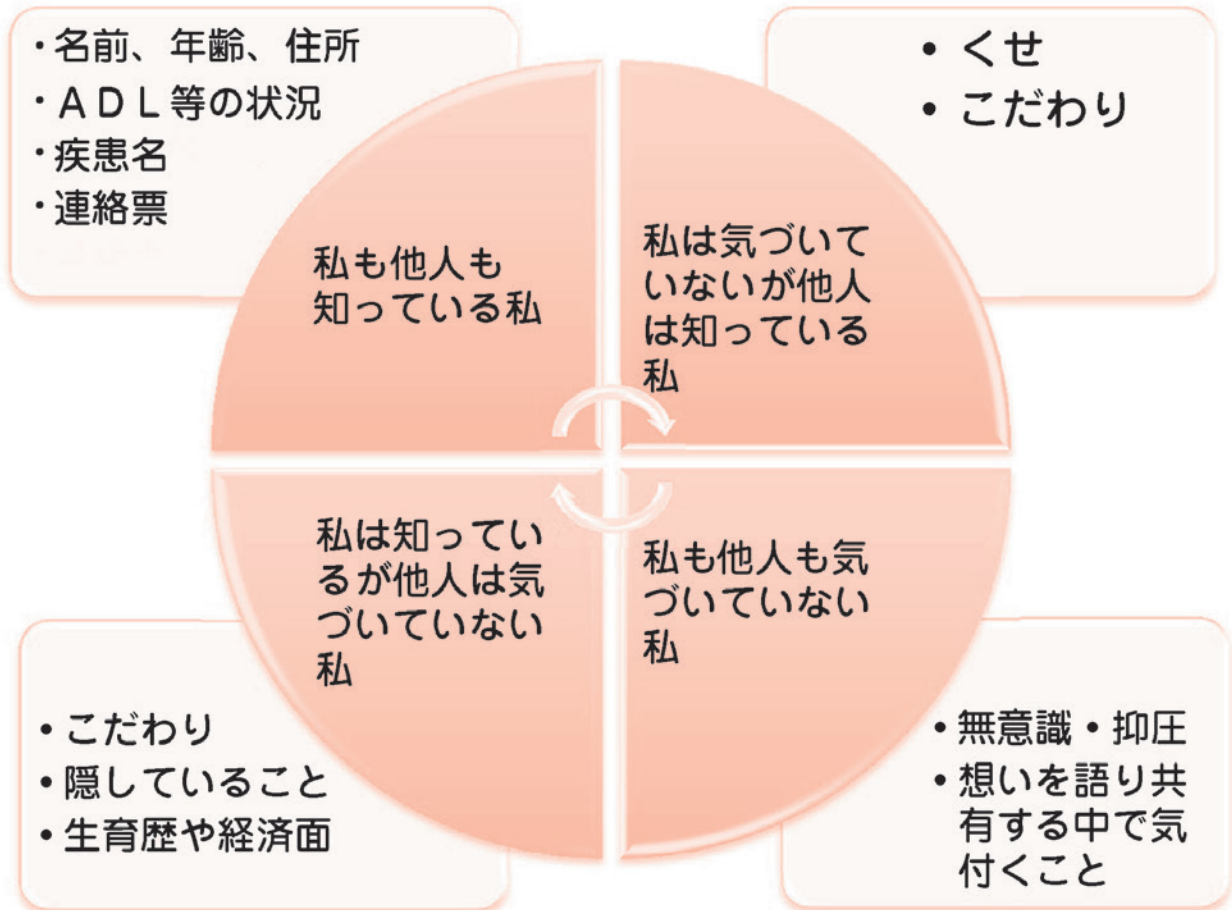


— 私や家族からのお願い —
この扉の向こうに『私』がいます。
ノックしてから扉を開いてください……。

私(療養者自身)を語ってもらうためのヒント



出典「ジョハリの窓」引用し改変

「ジョハリの窓」とは、サンフランシスコ州立大学の心理学者ジョセフ・ルフト (Joseph Luft) とハリー・インガム (Harry Ingham) が発表した「対人関係における気づきのグラフモデル」のこと。

「私も他人も知っている私」だけでなく、「私は気づいていないが他人は知っている私」や「私は知っているが他人は気づいていない私」について想いのマップを媒体として、療養されているご本人と家族や支援者と共有します。

また、これまで大切にしてきたことを振り返り、これから私らしく生きていきたい想いを語るなかで「私も他人も気づいていない私」に気づくことができることを期待しています。

1G 想いのマップを試行的に活用して(感想・意見)

難しさ

ここらの中の想いを言葉にするのは難しい
聴き取る人との人間関係が浅い時は、戸惑いが生じる

”難しい”
考えるきっかけになった

想いを共有してもらえ
ること→ありがたい
聞いてもらえると良い
家族間で介護への
思いを再確認できた

揺れ動く気持ち
がわかった
新たな発見が
あった
同じ媒体を一緒に
見て考えること
が共有になる

共有・再発見の機会

発した言葉の「おもて」と「うら」をとらえる力(スキル)が必要
これまで考えたことのないことを文字にする難しさ→寄り添いが必要
「こんなこと考えたこともないじゃん!なんに使うで〜」に答えられるスキル
トレーニングが必要

聴き方のスキル(研修)

生き方を つづる

私の想いを中心に

想いは変わっていくもの
全部うめなくて良い
いろいろあって良い
正解はない

いつ聴くか・書くか

想いのマップは、その時の想い、変化しても良いことを共有することが大切
がん末期の方は、聞き取り、1Wで状態が急変もあるスピードやタイムリーな支援につながるか
入院中の人は、治療の進み具合で違うところもある

主体的に最期まで私らしく生きる

検討項目

・「変わる私」「変わらない私」が難しい
→「変わる私」→「変わりたくない私」
→「変わらない私」→「変わりたくない私」
→「全部埋めなくてよいダブって書いても良い」

項目は違うが、健康、生活など、書く内容がダブリ迷った

検証

・自然に語ってもらいたい想いのマップの項目に入れたら、大部分が大別できた
・想いのマップを示さず支援者が聞き取り、支援者のことばで記入したものと、療養者と想いのマップを共有して、その方のことばで記入したものは別物となった

プレの感想

健康だと書きにくい(書きなない部分があった)
もつと元気な時に書いておきたかった
誰が見るの? 何に活かしてくれるの? どこに保管するの? いつ書いたらよいか?
ご本人と一緒に決めましょう!
どこに配布するの? 普及啓発必要か?

使い方

誰に話す・見せる・使うは本人が決める→目的を明確に伝えることが必要
書き終えてからもう一度誰に見せるか、伝えると共有する
本人の言葉のままの言葉を書く

書き方

細かな項目で聞くと、漏れてしまう本人の想いがある。イエス・ノーでは「なぜ」が語れない
一人を書くのは難しい
「どのくらい先のことを考えて語るか」は本人が決めて良い
手書きで聞き取り、清書をしないと読みにくくなる
一問一答ならもつと聞きやすく、書きやすいと思うが、...

2G 想いのマップを試行的に活用して(感想・意見)

寄り添うこと・引き出すこと
(いいさよう)

- 一人での書き出しは難しい
- 誰かと一緒に
- 否定、怒り、容の各段階に寄り添う
- 後ろ向き、お任せでは終わらない

自分を知る
(想いは変わっていく・それで良い)

- 自分を否定せず前を向く
- 自分と向き合う
- 早い時期(元気な時)から作成していくことが大切
- 高齢者、認知症の人、本人の言葉を聴くことが難しい

目指すこと

- ・覚悟、受容する自分へ
- ・穏やかな最後(期)を迎えるために

- ・本当の自分、本来の自分を生かす
- ・今生きていられる自分に喜ぶこと

私にとって(自分の意向を知ってくれている人がいる)

- 「こんなに辛いことを話すことはなかった」と嬉しそうに表情が見えた
- 歩みを振り返り辛い出来事、涙があふれたが、振り返りは大切
- マップは健康な人も今後の生活に活かせる媒体になる

住民への啓発

- ・学校の教育
- ・健康づくり
- ・節目で活用

関係者への啓発

聴き方
(引き出し方)

- ・日頃から、想いを語る機会や相手が必要に慣れるかかる時間がかかる
- ・まずは、インタビューより、観察(…の様)に感じるけどどう?)
- ・本人の言葉で書くことで、特徴(その人らしさ)をつかみ易い
- ・本人の想いを言葉、形にしていくには、お互いの時間を要する
- ・その人を理解するのに歩みに戻る
- ・今から、今、現在、未来)を整理すること、見えてくるものがある
- ・どこかに書いてあれば良い
- ・ダブって書いてあっても良い
- ・今で、今、これからを、これから語って、この方がいい
- ・か→語りやすいところからでよい

難しさ
(本人のつづやき)

- ・気になって(迷っている)書くことが、(健康だ)健康な部分(健康)に書く(健康)結果や健康への感想などを入れてみる
- ・自分はどうしたいかはその時にならない
- ・5年後、10年後を書くのは辛いなあ～
- ・はざかしい(抵抗感)と言っていた(認知症の方)

引き出し方の難しさ

- ・聴き方によって答えにくさがある
- ・「変わる私」「変わらない私」の記入が難しかった

寄り添うものにとって
(このマップを通して)

- ・その人の本当の想いが伝わった(知らない話が聞けた)
- ・本人の病気の受容がよくなった
- ・話がすまないなりに、こだわっていることが逆にわかった
- ・本人の希望、現状をまとめ、サービスマン入りの必要が入り、本人も受け入れやすかった
- ・その場に同席する人によってマップの内容が変わる
- ・変わることを前提で使う
- ・自分(支援者自身)がどの部分について話か聞いていないのかの特徴を知れた
- ・支援者自身も家族の立場や自分の立場でも思いのマップを使ってほしいと思った

課題(表現)

- ・変わらない私→変わった私
- ・変わりたい私(こうなればよい私)

課題(研修)

- ・良い体験 発見の共有
- ・多職種 支援者として
- ・自分自身として

平成25年度 中北保健所管内在宅療養者支援検討会議名簿

	分野	氏名	所属	職種
1	地区医師	長田 満	甲府市医師会	医師
2	地区医師	中澤 肇	中巨摩医師会	医師
3	がん診療連携拠点病院医師	許山 美和	山梨県立中央病院	医師
4	在宅医療連携拠点事業実施者	土地 邦彦	玉穂ふれあい診療所	医師
5	地区歯科医師	笠井 隆司	山梨県甲府市歯科医師会	歯科医師
6	地区歯科医師	角野 賢造	山梨県中巨摩歯科医師会	歯科医師
7	薬局薬剤師	青山 達夫	甲府市薬剤師会	薬剤師
8	薬局薬剤師	藤巻 徳郎	中巨摩東薬剤師会	薬剤師
9	訪問看護ステーション訪問看護師	雨宮きよ子	山梨県訪問看護ステーション連絡協議会	看護師
10	地区看護師	阪野 祐子	山梨県看護協会中北地区支部	看護師
11	介護支援専門員	渡邊美代香	山梨県介護支援専門員協会峡中支部	介護支援専門員
12	介護支援専門員	佐藤 治美	山梨県介護支援専門員協会甲府支部	介護支援専門員
13	医療ソーシャルワーカー	田村 むつみ	山梨県医療社会事業協会代表	ソーシャルワーカー
14	がん診療連携拠点病院地域連携センター	有賀 照子	県立中央病院地域連携センター	看護師
15	理学療法士	藤田 理恵	山梨県理学療法士会	理学療法士
16	作業療法士	長坂真由美	山梨県作業療法士会	作業療法士
17	言語聴覚士	藤巻 千春	山梨県言語聴覚士会	言語聴覚士
18	管理栄養士	深澤 幸子	山梨県栄養士会	栄養士
19	老人福祉関係	伊藤 真美	山梨県老人福祉施設協議会	看護師
20	老人福祉関係	甘利 俊明	山梨県介護福祉士会	介護福祉士
21	中北保健所長	古屋 好美	中北保健所	医師
22	甲府市 保健師	青柳 京子	甲府市高齢者福祉課（福祉支援センター）	保健師
23	甲斐市 保健師	向山 治子	甲斐市長寿推進課（地域包括支援センター）	保健師
24	中央市 保健師	名取ゆりか	中央市高齢介護課（地域包括支援センター）	保健師
25	昭和町 保健師	田中 恵子	昭和町いきいき健康課 （地域包括支援センター）	保健師
26	学識経験者	佐藤 悦子	山梨県立大学	教授（保健師）
27	関係団体	小野 興子	NPO法人山梨ホスピス協会	副理事長
28	関係団体	大木 公子	認知症の人と家族の会・地域会 （オリーブの会）	会長

事務局	事務次長
	技術次長
	福祉課
	長寿介護課
	衛生課
	地域保健課
	健康支援課

平成25年度 中北保健所管内「想いのマップ」検討会議担当者名簿

	分野	氏名	所属	職種	グループ
1	在宅療養者支援検討委員	笠井 隆司	山梨県甲府市歯科医師会	歯科医師	1
2		藤巻 徳郎	中巨摩東薬剤師会	薬剤師	2
3		佐藤 治美	山梨県介護支援専門員協会甲府支部	介護支援 専門員	1
4		向山 治子	甲斐市長寿推進課（地域包括支援センター）	保健師	2
5		小野 興子	NPO法人山梨ホスピス協会	副理事長	1
6		伊藤 真美	山梨県老人福祉施設協議会	看護師	2
7		藤巻 千春	山梨県言語聴覚士会	言語聴覚士	2
8	山梨県看護協会中北地区支部	中島真喜美	湯村温泉病院 病棟看護師	看護師	1
9		山本 和子	貢川訪問看護ステーション 訪問看護師	看護師	2
10	継続看護窓口担当者会議担当者	武田 真弓	甲府共立病院 地域連携室	看護師	1
11	学識経験者	佐藤 悦子	山梨県立大学	教授（保健師）	2
12	中北保健福祉事務所	古屋 好美	中北保健所長	医師	2
13		橋爪亜紀子	中北保健所（長寿介護課）	保健師	1
14		飯窪 千恵	中北保健所（健康支援課）	保健師	2
15		小野 千恵	中北保健所（健康支援課）	保健師	1
16		宮原可南子	中北保健所（健康支援課）	保健師	2

* 本検討会議に参加されていない「在宅療養者支援体制検討会議」の各担当者には、必要時ご意見をいただき、「想いのマップ」作成に反映。