

名古屋市

西部地域療育センターだより

No.41

正面壁画「友情」より

令和元年度 西部地域療育センター連続講座（令和元年6月21日）

親面接と関係機関との連携について

心理相談室ころ 定森 露子 チーフカウンセラー（臨床心理士）



<要 約>

こんにちは、心理相談室ころの定森 露子といたします。よろしくお願いします。

さきほど紹介していただいたように昭和44年に愛知県に入りました。愛知県の心理職として20数年間仕事をしました。その間、児童相談所とかコロニーとか、今はなくなりましたが勤労会館というのがありまして、そこでの相談にも関わっていました。主に福祉関係の機関での仕事を中心でした。

いただいたテーマが、親面接と関係機関の連携についてということで、依頼されたときは、はいわかりま

した、と承諾したのですが、その後、親面接という言葉にひっかかってきました。面接というのは通常は、人物の能力を見たり聞いたりするため、直接会って対応することですね。私が面接を受ける側だとすると、私は評価されるということになり、面接をする側とは対等な関係ではなくなり、面接官は面接してやるぞとなる。面接と相談は似たようなものであると思われる方も多いかもしれませんが、私の中では全然違ってまして、相談というのは、相談をする側が主体なんですね。相談したいという人がいない限り、相談は成り立たないわけですけど、相談をする人が何かを決める為に、他の人の意見を聞いたり、助言を受けたり、話し合ったりすることが相談。当然そこでは、お互いが対等で、受ける側、児童相談所だとケースワーカーが相談に来た人の上に立っている訳ではなく、対等だということです。そういった意味で、面接という言葉は出来るだけ避けたいなあとと思っています。実際私も面接という言葉を使っているんですけど、よくよく考えたら、これは使わないほうがいいなあと思いました。

皆さんにあんまり真剣な目で見られると緊張します。普段はですね、個別の対応でして、私の言ったことをどう受け止めてもらったかな、と相手の方の様子を見ながら、こちらの対応も変えていくといった相談の進め方で、最初からこういうことを話そうと思って、話

すということは相談の場面ではほとんどありません。こうした場は慣れていません。大学で授業をもっていたことがありますが、大学生は、皆が皆、そんなに真剣にこっちの顔をみてくることはないのです。(場内笑い) まあ、私の授業の仕方にも多いに問題有りだとは思いますが、適当に見てる子もいれば寝てる子もいれば、何かを書いてる子もいたりの様子で、しかし、それが私としては、緊張がほぐれて嫌いではないのです。皆さん社会人だととても熱心にきちとこちらを見ていらっしゃるの、それだと私も緊張してくるので、適当に寝るとかしてください。でも学生は寝ていても聞いてますとよく言ってましたよ。(笑い)

本題です。相談をどう考えるかということをテーマにしたいと思います。相談が成り立つためには、受け答えの技術がどうかの前に、その相談の場が安心できる場かどうかだと思います。安心というのは、被支援者が安心できる場であることはもちろんですが、支援者側にとっても安心出来る場かどうか、それがすごく大事だと思います。支援者側の安心というのは何かといったら、自分が支えられている、所属する場所で支えられているという実感があるかどうか、その場所が支え合っている体制にあるかということが大切なことであると、最近よく思っています。

いくらい相談をしようとしても、実際は日々迷い、悩んでいるものですが、事務室に戻ったら、「あんた何やってたの?」とか、「なんか困ってることあったら言ってね」と言われるけど、困っていることを正直に言ったら、「そんなことぐらい簡単でしょ」とか言われたりして、相談に乗ってもらえない。当然支援者は相談に不安やイライラがつのっていきますし、職場全体がギスギスしたものになっていきます。被支援者もその空気を感、緊張していくでしょう。支援者が相談に乗ってもらえるという体験がなかったり、支え合うという関係が職場にない限り、安心して誰かの相談に乗ることは難しい。支援者が安心して相談できるという場が成り立つためには、職員をサポートする体制の問題であり、組織の問題でもあります。係長、主任、施設長さんなど責任者が力を発揮する問題です。職場の雰囲気などは、保護者の方はそういうところにすごく敏感です。「いつもお世話になります」とにこにこ挨拶されたりしたとしても、「この先生はバスの送迎のときに、先輩の先生にきついこと言われてたなあ…」とか思っていたりして、この施設に不信感が芽生えたりします。支援者がお互い支え合う関係、支え合う場であること

があって、初めて支援者は被支援者を支えることができ、そして被支援者は誰かに支えられているという体験をして、子どもを支えるということ、学んでいくことができるのではないのでしょうか。ここにいらっしゃる方は療育センターの方ばかりではないので、自分の相談(ここでは療育も含みます)の対象としているのが、障害があるお子さんとその保護者だけではないかもしれませんが、相談の基本中の基本として、このことを念頭に置いておきたいと思います。

次に相談の場というのは、指導したり、教育したり助言を与えたりするという場とは違います。なぜ違うかということ、指導とか教育、助言というのは、どこかにだれにでも通用する正解とか正しい方法があることを前提にしている、だから、例えば「それをやるためにこうしなさい」とかになります。しかし支援者・被支援者という関係の中では、正解はどこにも無いという前提から出発したほうがいいと思います。目の前の相談に來られた方の問題に対して、こうしたほうがいいのになあと思ったとしても、いくつか経験の中で、ベテランの中では、こういうふうな時はこうしたほうがいいなというのが浮かぶと思います。だけど、それが今この人の、この課題にあてはまるかどうかはまた個別の問題。個別の状況をよく聞いていかないと、それが合うかどうかは分からない。

以前私が相談した例で、子どもさんを連れて家を出て配偶者の方と別居している方がいました。交流もしたくないし、していないとのことでしたし、配偶者の方から離婚を求められてもいないようでした。しかし、状況を聞いていくと、なんでこの人は離婚しないんだろうという疑問が私の頭の中でよぎります。相談当初に子どもが大きくなって、「どうして離婚しないの?」と聞かれたときにどう説明するんですかって訊いても、あんまり明確な言葉はありませんでした。自分の考えを振り返りたいのでということでしたので、相談を続けていくことになりました。はじめの頃は「離婚したほうがいいんじゃないですか?」と聞くこともありましたが、「いやー」というだけで明確な言葉はありませんでした。こちらもそのうち聞かなくなりましたが、かなり年数がたってから改めてきくと、「やっぱり責任があるから」、「結婚した責任があるので、離婚はしません」ということを言われました。自分のところがはっきりするまでに、自分で納得し自分の言葉にするまでにこれだけの時間が必要だったのでしょうか。こちらの考えをぐり押ししなくてよかったなと思いました。この人にはこの人の、そして誰でも自分の

人生だと思ふ人生があるのだということを改めて考えさせられました。

私の頭に浮かんだ、今まで出会った人、本で読んだ知識でできた「こうしたらいいな」というものが、目の前にいるこの人には全然あてはまらないかもしれない。あたりまえですが、この人は今まで出会った人ではないので、こうしたらいいとそう簡単に言えないなとすごく反省させられました。その人の言葉にならない、表現しきれないものがあるわけで、簡単に助言・説得などするのではなく、時間をかけて、その人なりにはっきりしていくのを待つということも大切だと思いました。

相談に来る人の「こうしたらいいんですか？」にどう応えるか、ということも悩ましい問題だと思います。簡単に「～したらいい」とは言えないなということが分かっていただけたと思いますが、実際にはそこでぐっと詰まってしまうことも多いかと思います。責任感から何か答えを言わなくてはとどうしても思ってしまう。そういうときどうするかっていうと、私だったら、「分かりません」と言います。突っぱねる言い方になっては勿論だめですが、「やっぱり分かりません、一緒に考えていきましょうか」と一緒にこうしたらいいかを探していくように、相談を進めていきます。

これは私がまだ経験が浅い頃ですが、対人関係で傷ついて心身不調になっているという方が相談にこられました。自分がいかに傷つけられたか、相手がいかに酷い人かと悪口をさんざん言い「先生気持ち分かるでしょ？」とこちらに同意を求められました。私は「正直全部は分かりません。でも、分かっていきたいとは思いますが、分かるよう努力します」と、お伝えしました。この人が何に傷ついたか、今とても辛い思いにあるのは分かりますが、それは私のわかり方であって、その人が感じているのと全く同じかわからないわけです。経験もまだ少ないだけでなく、人の心は単純ではないということは分かっていたので、「分かっていきたい」とお応えしました。その人は頼りない奴だなあと私を見るのではなくって、逆に信頼出来ると思ってくれたようです。「あ、分からないんだな、この人全部分かっている人ではないんだ、多分自分と対等だな」と思ったんでしょうか。ここで、「頼りない奴だな、こんな所嫌だな」と思われたら相談には来ないでしょうけど、この人は長く続けました。



ちょっと皆さん書く物持ってます？ 最初にレジメ的なものをお渡ししたかと思いますが、その裏の白紙のところを出してください。このA4の紙を使って、隣の人を見ずに大きな丸を書いてください。次に日にちと名前を書いてください。（皆が書き終わった後）これをちょっと見てください。私は大きい丸を書いてくださいと言いました。直径何センチとは言っていないので、その人にとってどれくらいが大きいかっていうのは本当にその人の思い込み、主観でもあり、この状況ではこれぐらいのものを書くかなというその人の常識が働いたかと思います。でも、これだけ皆さんが書かれた大きさは違うんですね。大事なのは、どれが正解かではなくて、「大きい」という言葉のその人の受け止め方が違うということ。それからこの丸は、丸ではありますが、紙にそった楕円、細長丸ですよ。この方は結構正確な丸。でも私は「大きい丸」と言っただけなのでどれでもいいです。「色々違うね」「みんないろいろだね」で済めばいいのですが、例えばこの人から言うと、「こっちの丸は大き過ぎる！」になりますよね。こちらの人からすると、「これは小さいよ、大きい丸って言ってたじゃない？なに聞いてたの、それ小さいじゃない」って言って、自分と違っていると、あっちがおかしい、変だ！ 非常識だ！ 間違っている！ ばかじゃないの！と段々エスカレートしてくる。

それから名前と日にちを書いてもらいました。円の中に書いた方手を挙げてください。円の外に書かれた方は？ぱっと見た感じ、外のほうがちょっと多かったかな。日にちは曜日までを書くか、年を書くか人によって違ってきます。今皆さんにやっていただいたのは、丸と日にちと名前を書いてくださいと言っただけなのに、受け止めがこれだけ違うということを知ってもらうためでした。

人は自分の思い込みで人の話を聞いてます。そして、

自分の思い込みで喋ってます。たとえばお母さんが、「うちの子には優しく声をかけています。朝は優しく起こしています」と言われても、その優しいというのが実際は、人によって違う。「早く起きなさいっ！」（大きな声）が優しくに含まれる方もみえる。その方は「自分が子どもの時は、朝起きないと布団をひっぺがされて、蹴飛ばされて、起こされていました」とのこと。自分の子どもに有無を言わず言葉もかけずに、ふとんをはがして起こしてきたというその人に「優しく声を掛けてあげて起こしてね」と助言しても声は掛けるのですが、「早く起きなさいっ！」かもしれないです。助言した人は、「起きなさあい」と自分が言うように、柔らかいトーンで言っているとどうしても思ってしまうよね。

会話の中には、こうしたズレは、実は、いっぱいあります。分かったつもり分かりあったつもりでやりとりしてるんだけど、実態は全然違う。自分にとって当たり前・常識であればあるほど、他のやり方・考え方があるとは思ってもいないので、話題になることすら少なくなってきます。例えば夫婦中のことで相談にこられた方がいました。夫が家事で大変な思いをしている自分のことを全く思いやってくれず、文句ばかり言ってきてつらいとのこと。家事の様子を具体的にうかがっていくと、「朝の準備が色々大変で、朝ごはん作って、旦那を送り出して、洗濯して…」と言われる。そうだろうね、朝は忙しいよね、朝ご飯といえばパンを焼いて、コーヒーをいれて、ちょっと余裕があったら、サラダを…と、そこはそんなに時間かからないなって聞いていました。でもなんかひっかかるので、朝ご飯についてももう少し丁寧に訊くと、なんとその方は朝ごはん以外に4品必ず作ります、とさらりと言われました。え、朝からそんなに沢山作る人が本当にいるんだと、こっちが驚くことに。

相談に来られた方からすると、そこはもう4品作りが当たり前なので、逆に「えー！朝ごはんそんなに簡単でいいんですか」と驚かれてしまい、え？ だめなんですか？ 私これで何十年ってこの朝ご飯で過ごしていますが、随分手抜きしてますねえ。でも家族は誰も、体調崩して倒れた人いません。「あ、そうなんですか。もしそれで良かったら朝が楽になりそうです。もうカリカリするのが一つ減ります。朝子どもに声荒げなくて済みそうです」とのこと。その方からすると自分の朝食が当たり前すぎて、朝食を見直すということすら考えてもいないので、話題にすらならなかったようです。具体的に聞いてみないとわからないが結構あると

いうことを相談に来られた方に学びました。

似たような例で、何も手伝わない夫に対して文句ばかりぶつけていた方がみえました。夫は、もっと手を抜けばいいと妻に責めトーンで言うのだけれど、「いや、私はちゃんとやらないと気が済まないのっ」と言われ、その話の中で、「レタスは4回洗うでしょっ」とさらって言われました。レタスを洗うのに4回もかたびっくり。皆さん1回は洗いますね、4回までは洗わないかな。その人に言わせると農薬使っているからそれぐらい洗わないとダメなんですって。私は下手したら洗わない時もある。それはこの人の前では言えないなあって思いながら、私は1回ですと言ったのですけど。その人からすると1回でもいいと思っている人がいるんだって、目からウロコみたいな驚きがあったようです。しかし私からすると、その方の洗いが間違っているとは思えなくて、むしろ私もそうした方がいいんだろうなとは思いました。が、怠け者の私にはできないなあ。この人はいわば主婦の鑑だと思います。だからといってその方が2回か3回にするかって話にはなりません。が、当たり前過ぎてる事でも違う世界があるということとは分かっていただけで、そんなのダメ、おかしいと私を攻撃することはありませんでした。その方は「自分は多少忙しくなっても、家族の健康のために、時間をかけて食事をつくる」とあらためて自分のしていることを主体的なものとして受け入れたようでもあります。

やはり私たちは相談と言う場では言葉のやりとりをしているわけですが、実はそれをサラッとやりとりしているんじゃないかって、もう少し言葉を大事にしたほうがいいですね。抽象的な言葉でやりとりしていると、実態が分からなくなってしまうということが多かなと思います。相談は言葉のやりとりではあるけれど、実は意外と分かったつもりでやりとりしていることがよくあるということを、皆さんに分かっていただけるといいなと思います。

それからもう一つ、よく聞こえてくるものに、「あのお母さん、障害受容が全然できてないんだわ」という関係者の声があります。

スクールカウンセラーだったり、クリニックの心理士だったり、児童相談所の職員だったり療育施設の職員だったり、否定的なニュアンスで言っているのが、耳に入ってくるんです。しかし、それは保護者の方に失礼な話だなと思う。失礼というか、「障害があること」は、受容しないといけないのか、出来ないものかもし

れないし、それほどとても大変なことであると思います。考えてみたら、誰にでも思い描いている自分の人生というのが、漠然とは皆さんもありますよね。私でいえば、結婚するまでは、いつかは結婚して、子どもをもって、仕事は続けてというか、それくらい漠然としたものでしたがありました。そこに、突然思いもよらないことが起きたとすると、自分の思っていたものが、壊れるわけですよね。たとえ漠然としたものであったとしても、この先こう行くなと思っていたものが壊れる。それを人によってはたいしたことないなと受け入れ、変えていきやすい人もいれば、色んな背景があって、変えていくことが出来にくい人とか、あるいは思い描いていたものが強かったからこそ変えにくいとかいろいろあるかと思います。でも、私が思うのは、障害受容というのは、言ってみたら、子どもに障害があるということを受け入れるということだけではなくて、そういう子をもって、その子と一緒に生活し生きていく、という自分の人生を受け入れていくことになりますので、そうそう容易に出来ることではないと思います。簡単に「受容しろ、受容してほしい」と要求なり期待するものではないなあとと思います。また、よく聞くのは障害受容してないから子どもときちんと関われないとか、子どもに優しく接せられないとか、こういう療育の場に来ないんだなど、受容して初めてそこから先があるかのような、ニュアンスを含めて言うように聞こえます。しかし障害受容する、こういった人生を私は生きていくんだということを受け入れるということと、今、目の前にある問題に対して何をするかということは全然別のことで、受容が出発ではなくて、していなくても今やることはあります。そして、やって欲しいし、やってる方もたくさんいらっしゃいます。また障害受容できてますって言うお母さんも勿論たくさんいらっしゃいます。いらっしゃるけれども、それでもどこかにひっかかりを残しながら、生きていかれている方もたくさんいらっしゃると思います。支援者として大事なものは、受容している・していないではなくて、いま目の前のお子さんに何をしていくのかということ、保護者の方と一緒にどう考えていくのか、悩みをどうやって軽くしてあげるのかということだと思います。

なんか立派そうなことばかり言ってすみません。私がやってきた相談の反省も含め、時々聞こえてくる今の話も含めて話しています。「すごくよかったです。あそこにいって本当に助かりました」といういい話はあんまり耳に入ってこないのですが、マイナスの話の

ほうが伝わりやすいのが人の常なので、実際は、よかったと思ってみえる方のほうが多数だと私は思っています。でもたとえほんの少数とはいえ、できるだけ傷つく人がないように、こころを配りたいと思います。



それで気を付けたいことですが、レジメには書きましたNGワード的なところで、よく私たちは、よかれと思って「お母さん（お母さんに勿論限りませんが）頑張らなくていいのよ、疲れたら頑張らなくていいよ」と言いますよね。でもそれは聞いているお母さんからすると「条件付きで頑張らなくてもいい、でも頑張れ」というように聞こえる方もいらっしゃる。「本当なら頑張れってことね、頑張る事が当たり前でしょと言ってるのね、やっぱり私はダメなんだ」と聞こえちゃっている。実際、私もいろいろな相談の場で「そんなに疲れるなら頑張らなくて、ちょっと手を抜いたら」と言うこともありました。私の中にどこか「頑張るのが当たり前・頑張ることはいいこと」という価値観があったのでしょうか。頑張る・頑張らないを決めるのは本人だし、そもそも頑張らないといけなことなのかと、あらためて考えさせられました。頑張らなくてもいい状況を私たち支援者がつくっていくことも大切なことではないでしょうか。

それから、重い障害をもつお子さんを抱えたお母さんが傷ついた支援者からの言葉です。お母さんは病気のことや将来のことなど不安や悩みを抱え、しかも日々の生活も大変で疲れきっており、何より子どもは夜は寝てくれない。「もうパニックになりそう」って愚痴をこぼしたら、「いや一番苦しいのはこの子ですよ」と言われてしまい、「え、私は？ 私も苦しいですよ、私は我慢しろってこと？」と、自分が否定された感じがしたといわれました。その方が言うには、私もそうだと思いますが、苦しみっていう

のに順番はなく、この人の苦しみは1番、この人は2番この人は3番、だから2番3番は我慢しなさいという話ではなくって、順番があるとしたら、それはそれぞれの人の中にはあるかもしれない。この時は苦しい、この時の苦しみはそれほどでもないとか。私が苦しいといっているのに、1番苦しいのは子どもだと言ってしまおうと、苦しみの、真っ只中のお母さんからすると、自分の苦しみを否定され、ひいては自分が否定されたと感じ苦しくなったというのは、確かにそうだろうと思う。また苦しんでいるのは子どもだってことを支援者が言ったわけですが、しかし、お母さんから見ると、子どもが本当に苦しんでいるかどうか分からない。私と遊んでいる時はとてもにこにこしていい顔しているし、苦しそうな顔はしてない。この子なりに今に満足しているように見える。で、それを苦しいはこの子だと言って言うのは、この子はだめな子だと言って。そういうふうに聞こえる。この子の存在を否定しているんじゃないか。そとから勝手にこの子は苦しいんだって言って、それは子どもにとって失礼ではないかというようなことを言われました。確かにその子が苦しいかどうか分かるのは、毎日接していて、その子とのやり取りの中で感じるものであるだろうし、そして楽しい時、幸せな時を過ごしているときは確かにある。それを障害があるから苦しんでいるのだという思い込みは、お母さんにとってはまるで人間としてのこの子を否定し、この子との幸せな時間をも否定された言葉で、受け入れがたいものであったろうと思いました。

もう一つ、「出来る範囲でいいですよ」という言葉。たとえば、訓練的なことで、「おうちでもやってください、でもまあ出来る範囲でいいですよ」って優しく言われたとします。そこで、まあそうだなあ、「今の出来る範囲」でやればいいやという人もいれば、「出来る範囲を作ってやれ」ということかなと思い、もっと、もっとやらないといけないと自分を追い込んでしまうかもしれないです。

また、私もよく言っていたのですが、「ちっとも子どもは変化しません、伸びていきません、言葉がちっとも出てきません」と言われているのに対し、「でも少しずつ少しずつ伸びていくから、変化していくからね」という言葉かけですが、受け止め方によっては、今のままでずっといたらだめ、伸びていかないとだめ、変化しないとだめ、という様に聞こえてくるかもしれません。「このままでいいんじゃないか。にこにこしているし、いい顔している。このままでどうし

ていけないのか、子どもも私も責められた感じになる」と、こうおっしゃった方がいました。何かができるということに価値を置いた考えから出た言葉ともいえます。あらためて「今」「存在そのもの」が大切なものという原点に立ち返りたいと思いました。

ここからは、相談をどうすすめていくかということを考えてみたいと思います。まず相談は、支援者・被支援者お互いが対等な関係ですので、どうしたらいいかを二人で探りあって作り上げていく、そこが基本になると思います。

相談の流れの最初の段階でよくある失敗は、相談に来られた方が、「こういったことに困ってます」と訴えると、支援者が「それではこうしたらどうですか」と、すぐに答えてしまい、そこで相談が終了したかのようになりますが、支援者・被支援者双方になんともなくすっきりしないものが残ってしまいます。もっと答えてしまう前の段階を丁寧に段階を踏んで、話を進めていくと、いいのではないかと思います。まず来られます。自己紹介を当然しますね。そのときに、当然名前をいいます。その短い間の雰囲気、相談に来られた方は、この人は話しやすそうだなとか、怖そうだなとか感じると思います。そこは話していく中で修正なり強化されていきますが、ファーストコンタクトは大切にしたいところです。次に相談意欲というか、誰かに言われていやいや来たか、もう来たくて来たくて来たのかを確認していきます。ここ（西部地域療育センター）のようなところだといいやいやって方は少ないかもしれませんね。誰かに言われて来たとしたら、誰にどう言われて来たか、それが相談にすごく影響してくるので、それも尋ねます。お宅のお子さんに問題が、障害がありそうだから、ちょっといってらっしゃいとか、お母さんがなんか大変そうだし、どこかに相談したほうがいいかもしれないので、ちょっと行ってみたらどうですか、あとで行ってきたことの結果聞かせてね、という感じで送り出されて来るのか、あるいは、もううちでは手に負えませんので、あっち行ってみて、のようになんて言われてくるのかで、最初からこっこのほうにマイナスポイントがついているか、プラスポイントがついているかと変わってきます。

それで、マイナスポイントだったら、そこから気持ちをちょっと解きほぐして、どうやって言われてきた、そうかそうか、そう言われてきたんですね、でもね、ここはこうでね、ああでね、と丁寧に不安など取り除くように説明していきます。少しはマイナスポイ

ントが減るかもしれません。マイナスポイントをそのままにしておく、と、協働して考えていくという相談そのものが成り立たなくなっていく。せめてゼロポイントで始めたいと思います。その後で何に困っているかを具体的に訊きます。障害があって落ち着きがないからといって、ああそうですか、じゃなくて、どういう時に？ とか、ご飯ちっとも食べないんですと言われたら、どういう時にとか、何だったら食べないのとか、そういうことを細かく尋ねます。その後、だったらこうしたらってまた言いたくなるのですが、それは言わず、そのことについて、今までどういうふうに何かしようとされてましたか？ うまくいったことありましたか？ 失敗したことがありますかなど、実際にやろうとしたこと、やったことを訊きます。ご本人は全部うまくいかなかったから相談に来ているという気持ちでしょうが、でも、気づかないうちにうまくいってることも結構あります。ご本人の中に答えがあることが結構ありますので、そこを拾うように尋ねていきます。そしてもう一回やってみようかと思うことはありますか、と尋ねてみます。無かったら、そこで初めて一緒に具体的な方法を考えましょうかとなります。相談に来られる方はとても真面目な方が多いので、こっちがこうしたらどうですかと言ったら、心の中ではそれは前にやって全然うまくいかなかったと思いつつも、ハイと言われるかもしれません。

そしてこの後が大事で、何をするかは本人に決定してもらいます。お互い、こうしたらいいね、ああしたらいいね、じゃこうしようかというのを出し合うわけです。本人からあまり出てこなかったら、その時はこちらの専門家としての知恵も出しつつ提案します。指示命令でなく提案として出し、本人にも出してもらう。どうしたら出来ますか、やれそうなのがあるかと、ご本人に決めてもらう。こちらとしては第一案のほうが絶対いいなと思っていても、第二案を選んだら、じゃそれやってみようかと選択を支持します。ここで大事なことは、ご本人が決めることです。人間誰でも自分が決めたことはやりますし、やり続けます。やれって言われたものはやっぱりどこかで消えていく。自分で決めてもらう、そこが相談で一番大事にしたいところです。相談で何をするかと言ったら、「主体性を育てる」と書いておきました。自分で決めた、うまくいかなかったら、また、二人で次の案を出しあいながら決定は本人。で、うまくいけばよし、うまくいかなかったら、本人が悪いのではなく、二人で決めた案が問題なので、じゃ、別の案をやってみ

ようか、でいいわけですね。自分でこれやりますよ、と、うまくいかないと、やっぱり私がだめだったってなりかねないんですけど、そうではなくて、やりかたが悪いんじゃないかと、案が悪いのだから、違うことを考えればいだけなんだというふうに考えていったらどうかなって思います。

連携についてですが、すぐ連携をとって言いますが、何のために連携するのかってことを考えたいです。丸投げするためだけの連携だったら、やらないほうがいいって言うか、こっちも向こうも丸投げ合戦となりがちで、感情的にも時間的にも疲弊していきだけでしょう。相手に何をしてもらいたいかをこちらもしっかりもって、連携をする。そのためには相手はどういうことがやれそうか、そういうことを知っていくのも含めて連携だと思っています。勿論こちらが何ができるかもはっきりしておく必要があります。情報共有だけしておけばいいのか、何かをお願いしたいのか、はっきりさせていくことが大切ですが、結局、連携といっても、あそこ誰それさんと話しやすいとかね、誰それだと緊張するなとかそういう問題はありますが、そういうときには感情的になるのではなく、何をしてほしいかお互いがはっきりさせておく必要があると思います。

時間になりました。皆さんに一つ二つでも単語が残っていただくとありがたいなあと思います。ありがとうございました。

※令和元年6月21日に行われた名古屋市西部地域療育センター連続講座でお話した内容を一部修正加筆しまとめたものです。