



ハントンの通信

いつまで続くか
不定期発行
No. 017

16-90177

べきモノサシ

ある勉強会で「べきモノサシ」というコトバを聞きました。時間は守るべき、男は（女は）こうあるべき、朝は早く起きるべき、大人は働くべき、政治家はクリーンであるべき、若い人は元氣であるべき……。このべきモノサシを自分自身に当ててしまっている人に、それって本当に必要ですか？と問うことで苦しみが和らぐかもしれないという考えです。

これは豊中市で活動するNPO法人「そーね」サンから教えてもらったコトバです。

主にひきこもり支援を対象としているそーねサンは、なぜ、自分はこうなってしまうのかと自分たちで自身の性質を研究する試みをしているのだそうです。

学者でも医師でもなく、当事者で自分たちを研究する。当事者どうしだから、「そーね」と肯定してくれる。相手を思いやれる。そうすることで自分の弱さを公開することが出来るのですね。

自分の弱さを研究していったら、「なんだ、こうすればクリアーできるんだ」と気付いたり「みんなも似たようなものだったんだ」と安心できる。

そういつた試みの中でいくつかのコトバがつくられたそうです。べきモノサシもそのひとつ。そこから「べき崩し」というコトバが生まれていきます。

たとえば他の参加者が失敗すること、カチコチの緊張から解放されることがあります。

その人の失敗が一つの「べき崩し」となって失敗した人も感謝されます。これらを活用することで生きにくさがぐっと改善すると思うのです。

もやもやした事柄を、わかりやすい一つのコトバに表現する。そこにセンスと思いやりがあるあたたかさを感じます。生活の中で何かうまくいかないことがあったら「それ、研究しようか」が合言葉になると、前向きになれますね。

ひきこもりに関する取り組みは、精神科訪問看護との共通点を感じます。

「対象化」と「共に感」

これも、興味深いコトバの話です。定期的に勉強会に参加させて頂いている岡山で、長年地域医療に関わる医師が、「患者や病氣、症状を、対象化」というまくいかならないと思う」と優しい口調で話されました。

訪問看護もそうですが、問題点は何かを対象化する傾向があります。何がその人の生きにくさなのかを見極めて、対策を考える。その人を患者（つまり問題を抱えた人）という認識で接する。対象者とは適切な距離を取ることが必要な場合もありますし、私もそうしてきました。

しかし半世紀以上患者を支えてきたその医師は、「患者を患者扱いするのではなく、つまり対象化するのではなくて、共に感」を大切にして関わっていくことで、人は癒されるし回復していくのだと思う。」と説明してくださいました。これはつまり人間を人間扱いするということです。

私達が患者の立場にある人と共に人間として関わることが大切というのは、日々の自分たちを振り返ると、なるほどなあと思ったりします。

支援者はずいぶんそれらしいこと、専門家っぽいこと、をしなければと〇〇療法などを取り入れたり、分析や見極めに力を磨いたりすることに心惹かれます。

これも、専門職は根拠を示せる仕事をするべきという物差しがそうさせているのかも知れません。日々の中から学ぶことが多いです。



お知らせ

4コマ漫画
新ストーリー Web 更新!

ハントンの四コマ漫画、とても好評を頂いております。今回は、精神科未経験の猫田さんがハントンに見学実習に来たという設定です。



ゆっくり更新していきます。お楽しみに!



Q: キャッチボールに付き合ってくれますか?

A: もちろん! ぜひやりましょう

訪問看護は原則その方の家でするものですが、公園でキャッチボールなんていいじゃないですか。でもケガには注意しましょう。

