





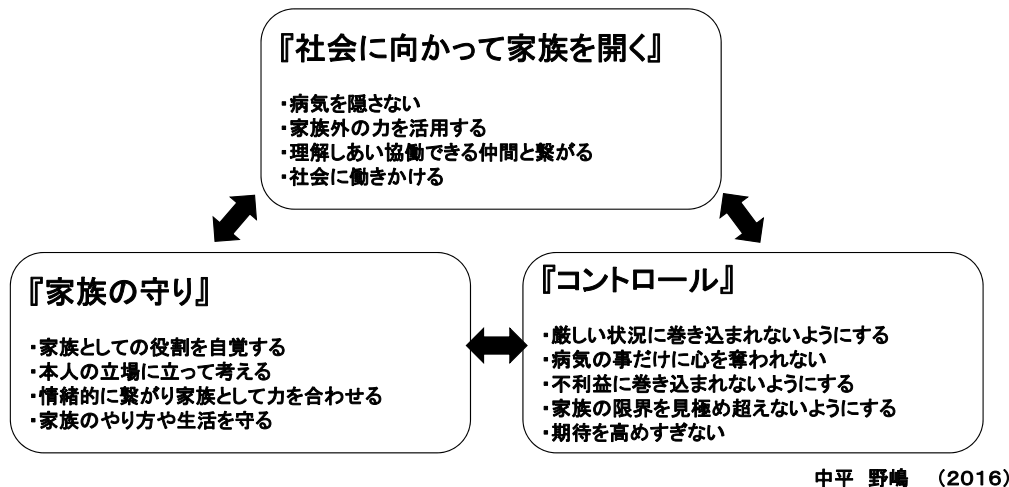








## 家族レジリエンス



25

## < 接し方のポイント >

- ① 気持ちを認める
- ② 健康な部分をのぼす
- ③ 大切な存在としっかり伝える
- ④ 命令せず何度もお願い

26

本や専門家の助言は、一般論です。  
本人を一番よく知っているのは家族です。

最終的には、自分たち家族にあった方法を  
オリジナルで作っていくことが答えです。

27

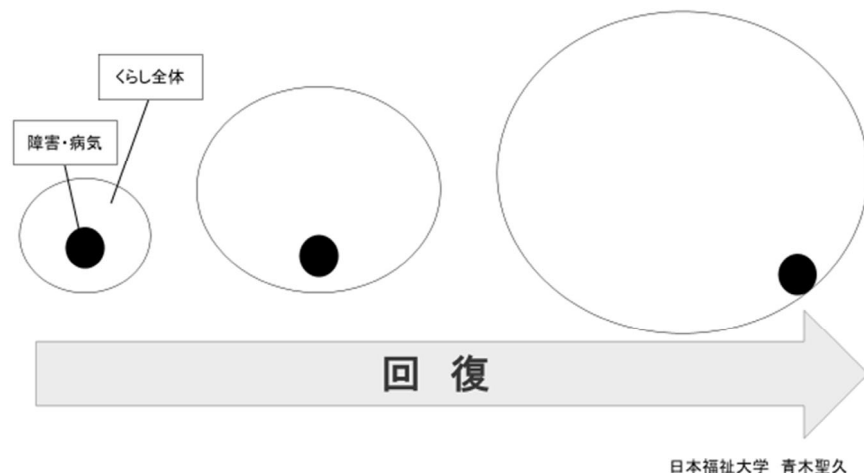
## ① 気持ちを認める

「気持ちを認める」 ≠ 「甘やかす」

- 
- ・どんな気持ちになるかは本人の自由。
  - ・思うだけと、行動することは別。
  - ・認めても伝えなければわかりません。

28

## ② 健康な部分をのぼす



29

## ② 健康な部分をのぼす



生まれたての赤ちゃんにできなくて  
本人ができていることは「健康な部分」です。

× 「普通なら・・・」、「同級生は・・・」

30

## ③ 大切な存在としっかり伝える

「あなたは、私にとって、とても大切な存在。」  
と伝えてください。

色々な思いがあるかもしれませんが、  
本人は「愛情」を欲しがっています。

思っているだけでは、伝わりません。  
伝わっているはずだと思い込まず、メッセージを送りましょう。



31

## ④ 命令せず、何度もお願いする

○「お願い」 ≠ 「命令」

言ったことを本人がやってくれるかどうかは、本人次第。  
( \* タテの関係 → ヨコの関係 )

○お願いするタイミングをみる

( ゴーサイン、ノーゴーサイン )

○断られても説教をしない。

( \* 本人の断る権利を尊重する )



32



自分の気持ちや存在を認めてもらえて  
大事にされているという「**安心感**」が  
回復のスタートです。

家族みんなが  
安心して暮らせるように  
色々な力を活用しつつ  
家族みんなで協力していきましょう



33

おわりに

## 家族会議のすすめ

問題解決 < 対話の継続

「分かり合えない」を「分かり合う」

34

宿題

本人の「ウリ」は何ですか？

本人の長所、良い所、魅力など  
遠慮なく考えて来てください。

35

ご清聴ありがとうございました

次回 ⑤家族が変われば本人も変わる  
家族システムについて学びましょう

36