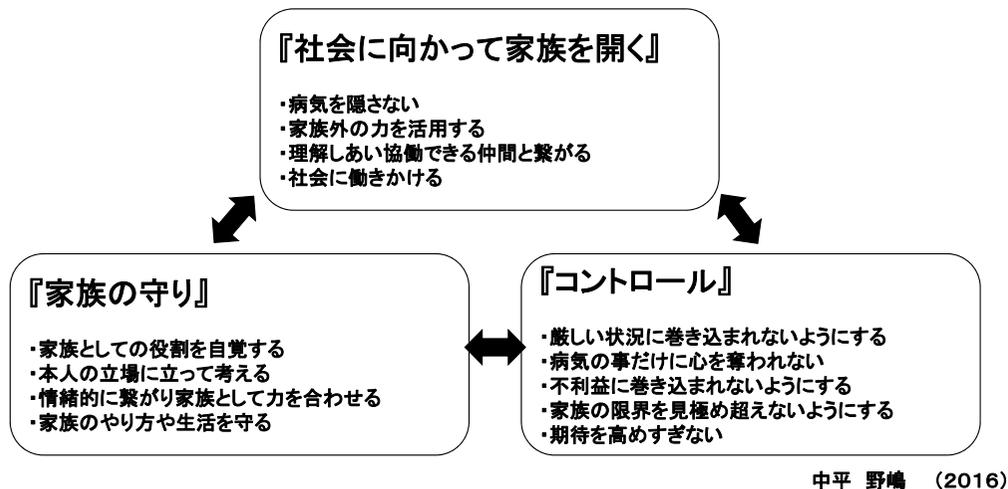


家族レジリエンス



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。
本人が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

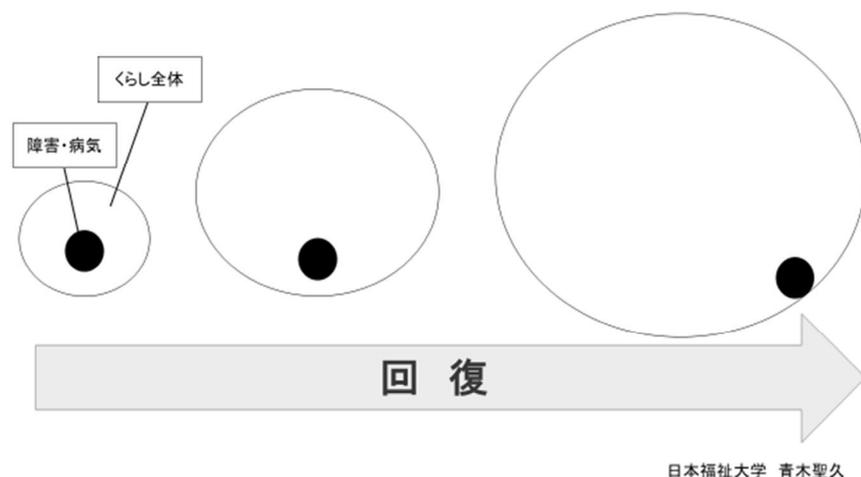
① 気持ちを認める

「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



日本福祉大学 青木聖久

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