

名家連ニュース

平成 27 年 10 月 28 日 (水)
発行：特定非営利活動法人
名古屋市精神障害者家族会連合会
会長 堀場 洋二
TEL/FAX(052) 411-2890 NO. 382 号



第 10 回 家族相談員スキルアップ研修会概要(10 月 26 日、精神保健福祉センター)

コミュニケーション・傾聴のコツなど学び合う

テーマは「家族による電話・面会相談で大切なこと」。香月富士日先生(名市大看護学部教授)の講義は「理論編」と「実践編」。「実践編」では、全家族同士が相談の実演を行いました。参加者は 66 名。



家族相談で大切なこと

【傾聴する(しゃべり過ぎない)】「主役は相談者であり、自分の体験にのめり込まない」「似ている体験はしているが、同じ体験はしていない」「勝手に想像して話を進めない」ことが大切。

【受容する】人はそれぞれの価値観や信念を持って生きている。「良い・悪い」「正しい・間違っている」などという価値判断はわきに置かなければならない。(否定しない、違いを認め合う)

【共感する】相手の心はわからない、少し重なる部分だけで「共感」とはいわない。重なっていない部分のほうがはるかに多い。(家族は少し話を聴いただけで感情移入しやすい、「共感」を単純化しない)

家族相談で注意すること

【話しの最初からアドバイスしない】相手の体験、困っていることを傾聴し、相手をよく理解してから。

【アドバイスを強要しない】的外れのアドバイスをしない。状況を把握し複数アイデアを出して選んでもらう。

良いコミュニケーション

【明確化】…はいつからですか？(困っていることを整理して聴く)

【焦点化】たとえばどういうことでしょうか？(最近の一番困ったこと、具体的なことを聴く)

【会話を促進】その後どうなりました？〇〇さんはどうお考えですか？その時どう思われましたか？



良くないコミュニケーション…

【自分の価値観をおしつける】〇〇するべきですね。

【自分が話しすぎる】しゃべり過ぎ。主役は相談者。相手は自分と同じ体験をしている訳ではない。



11月2日(月)の役員会、11月21日(土)の代表者会議で「感想」「意見」を交換しましょう！