

# 名家連ニュース

令和6年7月31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 池山 豊子  
TEL/FAX (052) 846-5576 NO. 1005

## ◆◇ 令和6年7月家族SST講座 報告 ◇◇

今年度第4回SST講座が令和6年7月27日(土)同朋大学にて開催されました。今回初めて参加された方が1名、引き続き参加の同朋大学院生3名、吉田先生、津端臨床心理士を含めて13名の参加でした。

初めての方がみえるので、まずSSTとは「コミュニケーションのスキルを身につける練習」で3つの約束事(①批判しない②パスができる③他の場所では言わない)を説明されました。



今日は実習生さんからの提案で、「実は…〇〇な」をつけた自己紹介で始めました。意外な特技や最近ハマった事の紹介等ユニークな話が聞けました。

2回目目は、「最近の私、家族」の紹介です。その中で、

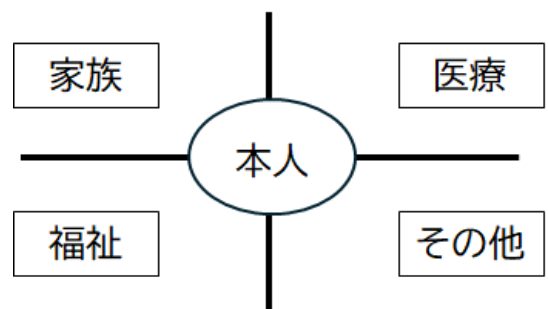
- ・息子が歯医者で親知らずを抜き痛がうるさかったが、怒らず気持ちに寄り添った言葉をかけた。
- ・最近一人暮らしをしている息子から、自分で就労継続支援に行ってきたとの話がありびっくりしたが、それ以上親の方からあれこれ問い詰めなかった。

二人のお父さん方の対応に思わず、先生が「さすがですね！」と声を漏らされました。次に参加者が話された中から、先生と津端さんが相談して進め方を協議していきます。

(1)作業所に通っている息子(40代、続失)と二人暮らしのお母さんより。

命令口調で話すのが嫌だと悩まれていました。先生が「実際にやってみるとわかる事があるので」と、息子役に津端さんがなりロールプレイをしました。息子さんの「お茶飲むか！」の言葉を、見ている参加者にどう感じたかを聞くと、一人はどっちとも言えなかったが、命令口調と感じた人はいませんでした。「受け止め方はいろいろあるのですね～」と先生。他人にも命令口調で言うのではと心配されていたお母さんでしたが、再度ロールプレイした時のお母さんの言葉は「飲みたいわ、ありがと！」息子さん聞いた言葉だったのではないかと思います。

(2)将来の事を話したいが、こだわり強く感情的になる息子と話ができず苦痛とお母さんの悩み→右図のように整理し支援を受けられる人は誰かを整理をするといいと先生よりアドバイスがありました。



(担当 熊谷)