

名家連ニュース

令和6年10月9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. 1014号

◆◇ 令和6年9月家族 SST 講座 報告 ◇◇

9月の家族 SST 講座は、28日土曜日の同朋大学 博聞館2階会議室で開催されました。今回は4組6名の皆さんが初めて参加され合計13名の参加者となり、吉田先生及び臨床心理士の津端先生合わせ15名でおこなわれました。

初めて参加された皆さんに、①家族 SST 講座の目的「精神障害者を家族に持つ家族が当事者や病院、支援者、身の回り等での人付き合いのコツを練習する」場です。

②この練習の場での簡単な約束事の確認、この2点の説明が有りました。

続いて、自己紹介を兼ねて「秋と言えば〇〇…」というお題で参加者皆さんが発言し、栗のお菓子が楽しみ、紅葉の旅がしたい、お酒と食べ物など楽しい連想が出ました。

その後、「最近の私、我が家」というお題で、参加者の関心や悩みについての発言で一回りしました。

20代の A さん:A さんは10代の頃からお母さんから酷いことを言われていたそうです。結婚し家を出てもお母さんからは、「私は自殺する日を決めている」、「私から離れるなら死ぬ」などと当て付けに責められる。母はパニック障害、双極性障害と診断されているとのことでした。参加者からお母さん



の母子分離不安ですね。お母さんがノーチラス会等の当事者の会に参加して友達ができると改善に向かうのでは…などの発言。吉田先生から、「あなたが家を出て物理的な距離を保つことは良かったです」とのアドバイスがありました。

高齢のご両親と娘さんの3人で参加された家族:弟さん50代が離婚して実家に戻ったが興味や行動、発言に偏りが有りご両親が困っている。お姉さんから弟は若い頃から行動に問題があったとの事。高齢のお父さんから「好きな事はできるのに、嫌な事はしない。大人げない」と発言。お母さんは発達障害への理解に努められている様子でした。今回の参加で直ぐに効果ある事柄は無かったとしても、お父さんがこの場に参加された事は病気への理解の第一歩になる。参加の皆さんは、そう願っていました。

今回は、初めての参加が4組で、話を伺う事に時間がかかり、満足いく SST トレーニングの時間はとれませんでした。が、名家連のホームページから家族 SST 講座を知り、普段の悩み事を話せる場となり、心が少しでも軽くなる、気づきがある、「そんな場になっている」なら良いなと思いました。 文責(小島)