電話相談：火曜日、土曜日の 10 時～15 時 TEL（052）842 - 8878　面会相談：木曜日（曜日、時間は柔軟に対応）

名家連ニュース

令和 7 年 2 月 27 日（木）
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.1028 号

❖◇ 令和 7 年1月家族 SST 講座 報告 ◇❖

今年度第 8 回家族 SST 講座が、令和7年2月22日(土) 同朋大学博聞館2階会議室にて開催されました。 今回初めての参加者2名を含めた参加者10名と吉田先生、津端先生(病院臨床心理士)、合わせて12名で催されました。 初めての参加者もあり SST ソーシャルスキル・トレーニング(S＝人付き合いの、S＝コツを、T＝身に付ける)の説明、この講座での約束ごと、1. 批判し合うのではなく 2. 嫌な時はパス出来て 3. ここでの話は他の場所では話さない。 以上のことを吉田先生が話されました。

次に、自己紹介をいつものように先生方も全員で 2 周。1 周目は「今年行ってみたい処」、2 周目は「最近の私」　2 周目の皆さんのお話から、吉田先生と津端先生とで今回の SST の題材を取り上げ本題に入りました。

- お父さんからの意見で、息子さんが、ちょっとしたこと例えば支援者が代わるようなことで具合が悪くなる。←【ストレス、脆弱性】に対応する、【①薬物療法、②対処技能(ストレス発散、リビングスキル、ソーシャルスキル)③社会的支援(家族、友人、福祉制度、ヘルパー、訪看、地域の居場所)】　吉田先生からの説明でした。
- 妹さんへの支援、訪看さんの要請についてのお姉さんからの質問には、参加者から参考意見がありました。
- 何年かぶりに具合が悪くなって実家に戻って来た息子さんに心が近づきたいが、言葉かけが難しく、例えばパソコン作業中に遠慮がちに「きょうの夕食は・・・？」などと母から聞いても、 そっけない返答。← 参加者から、なにかを聞く前に「ちょっと、いい？」と言ってはどうでしょう、 との助言。←「ちょっと、いい？」は、【クッション言葉】であり SST で使われる言葉です 。(吉田先生)　　「ちょっと、いい？」 を取り混ぜて、息子さん役の津端先生とお母さんとでのロールプレイを実践しました。 2～3回ロールプレイをやって、やさしい声掛け、邪魔をしない様な言葉かけが良かった、との皆さんからの感想でした。 お母さんも納得の様子でした。
- 最後に、皆さんの発言の中にあった、子どもから親への暴言についての質問が吉田先生から皆さんにあり、一人の参加者から、ピアサポーターさん、ご自身の体験談として「暴言は親への甘えから出ている」との言葉に、皆で腑に落ちた感じでした。

次回は3月 22 日(土曜)、13 時半～、同朋大学 博聞館 2 階会議室にて開催です。(担当　永松)