

名家連ニュース

2025年4月30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. 1033

令和7年度 第1回家族SST講座開催

4月26日(土)午後1時30分より同朋大学博覧館2階において開催されました。当日は、初参加1名を含め家族14名の参加でした。吉田先生から社会生活スキルトレーニング(ソーシャル/人付き合い、スキル/コツ、トレーニング/身につける)やSSTの場でお互いに守る約束ごとについて説明がありました。



津端氏(SST協会員)より「この夏にやりたいこと」「最近のわが家のできごと」を添えて参加者の自己紹介が促され、それぞれ順番に紹介し合いました。

その中で三重県から参加されたNさんは息子さんのこと(概況=一般企業で働いている。ある上司との関係が苦手/苦痛、コミュニケーション×、母は何とかなしてやりたいと思うがままならない、うまく会話ができない、本人は退職時期を決めてそれまでは出勤するという、心配が絶えない)でどう対応したらよいか悩んでいました。

ほめ言葉の大切さ

本人との会話について、参加者もわが家の率直な体験・現状を述べあい、先生からも「ほめる言葉」が会話の苦手さを補い、心を通わせるうえで大事な意味をもつのではないだろうか、「まとめの意見」がだされました。

「ほめ言葉」をお互いの生活の中から(すごいね/頑張っているね/頑張ったね/えらいね/良かったね/かわいいね/ありがとう/助かったよ/できるようになったね)出し合いました。この言葉を活用してNさんと津端氏で疑似演出を行い、感想を述べあいました。この時の「お疲れさま」「ありがとう」の「労をねぎらう言葉」も「ほめ言葉」と同様に大切なことなんだと学び合いました。(SST担当/堀場洋二)



感想：言葉は心を癒すことも傷つけたり欺くこともできる。もろ刃の剣になる。「ありがとう」「ごめんなさい」を素直に言えるようになれば争うこともなくなるそうだ。夫婦間で「ほめ言葉」が素直に言えたら…あるお父さんは手で遮っていました。私も同感です。オギャーと産れ、死に至る過程を人生という(仏教)が、まだまだ学ぶことばかりです。

令和7年度第2回家族SST講座のお知らせ

5月31日(土)13時30分~15時30分 同朋大学 博覧館2階