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 6 年 6 月 6 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.999 号

## ❖◇ 令和6年5月家族 SST 講座 報告 ◇❖

今年度第 2 回家族SST講座が、令和 6 年 5 月 25 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 1 名を含めた参加者 8 名と吉田先生、同朋大学院生3名(5月、6月、7月、に参加)、合わせて12名で催されました。初めて参加された方もあり、先ずは吉田先生が、社会生活スキルトレーニング SST(S＝人付き合いの、S＝コツを、T＝身につける)での約束ごとを話されました。

1. 批判し合うのではなく、共通の目標に向けてお互いに助け合いましょう。
2. 嫌な時は「パス」できます。
3. ここでの話は、ほかの場所では話さない。

次に吉田先生の余談として、昨日、刑務所でSST講座を催してきた。受刑者のかたの出所後における、人との接し方、距離のとり方のトレーニングでした。とのこと。

そして、全員で 2 周回る自己紹介。1 周目のテーマ「時間があったらやってみたいこと」、2 周目のテーマ「最近の私、我が家」。先生を始めとして、皆さんのお話で、とても場が和みました。

本題では2例のロールプレイをしました。

A さん

息子さんが、今までの支援者を断るにあたって、自ら決めて断れたことに対して「よかったね」ではなくて、「お母さんは良かったと思うよ」の「私 メッセージ」が大事です。との吉田先生からの助言が有り、院生と A さん(お母さん)二人でのロールプレイが実践された。

B さん

妹さんの支援に関して、何人かの支援者とのやり取りがスムーズにいかなくて、B さんを囲んで 6 人ほどの参加者が支援者の役となりロールプレイを実践。皆で芝居の立ち稽古のように支援者の役としてBさんの前、後ろ、斜めに立ってのロールプレイを二三度やり直しての実践でした。

C さんは初めての参加

職場でのご主人(当事者さん)の悩みを話されました。

時間不足で次回に持ち越しとなりました。

最後に吉田先生からのメッセージ「強い言葉が出そうな時はひと呼吸、6 秒位おく」でした。

（ 担当 永松 ）