

ねがいのいえニュース 第47号

生活支援ハウスねがいのいえ広報紙・2017年7月15日発行

発行責任者：藤本真二 〒331-0071 さいたま市西区高木185-29

Tel (048) 626-1909 Fax (048) 626-1920

E-mail negainoie@r6.dion.ne.jp Hp <http://www.negainoie.com>



お久しぶりです。新年度を迎えた春もとうに過ぎ、暑さが厳しい季節になってしまいました。みなさま、お変わりありませんか。

設立から15年目を迎えるねがいのいえは、史上最大の危機に直面し、生活介護部門の立て直しにスタッフが総力戦で当たることになりました。その多忙さに追われるあまり、ネットワーク会議も休止し、春に発行するニュースもとばしてしまい、失礼いたしました。

今回も伝えたい話題が目白押しで、紙面の許す限り凝縮したいと思います。

生活介護やじろべえの危機

開設から8年が経った生活介護やじろべえは、主に障害の重いみなさんが通われていますが、初年度から一貫して仕事をがんばることを趣旨に、有機農業を中心とした様々な作業に取り組んできました。スタッフは超過勤務をいとわずに明日の作業の準備を入念に行い、遅くまで利用者について語り合うストイックな働きぶりをずっと続けてきました。

しかし過重な負担がかかるその取り組み方はスタッフの疲弊を招き、遂に退職が相次ぐ事態となり、ここに至って、法人本部が体制の立て直しに当たることになりました。最もご迷惑をかけた利用者のご家族のみなさまには、不安を招いたことを真摯に謝罪し、4月からの新体制を説明した上で、新年度を迎えることになりました。

複雑だったスケジュールを簡潔にし、準備するスタッフに重い負担をかける多様な作業内容もシンプル化することによって、超過勤務を削減しました。これまで常勤スタッフが背負い過ぎていた業務と責任を分担してもらうことになったパートスタッフのみなさんには、まだまだ不安がぬぐえない想いもあるようですが、毎日完璧を目指す必要はなく、みなさんは十分に素晴らしい働きぶりであることを伝えながら、落ち着いて安全な状況を実現しています。

昨年の夏、熱中症になった利用者がいらしたという過失も明らかになり、がんばり過ぎていたこれまでのあり方も見直す機会となりました。今まで同様、がんばる時間は確保しながらも、障害のある人たちの人生を豊かにする文化的な活動を多く取り入れたいと思いました。それは遊びではなく、内面の世界を豊かにするためのアクティビティです。

そのひとつとして新たに取り入れたプログラムのひとつが、学習会の時間です。先駆的な団体の

実践を映像で見たり、障害のある方が書いた本を読み聴かせたりする時間を設けています。重度な知的障害と言われる方が、一見聴いてないように見えても、情報は耳から入り、その意識や感性は動いていることを信じておこなっています。世の中にはいろいろな考え方があり、同じような障害があっても様々な生き方をしている人がいるその話から、自分なりの想いや考えを内面に育てていただけたらと思っています

また、もうひとつ新たに始めた試みが、ヨガの時間です。手足の可動域も限られたみなさんが、先生の動きを真似することは出来なくても、その空気を感じて、自分の体や呼吸に意識を向けるだけで、体は変わり、不要な力が抜けて楽になる、という感覚を体験していただけたらいいと思っています。

はじめは立ち歩きを続けていた方も、回を重ねるにつれ、特に誘わなくても座る時間が増えて、深呼吸をする場面が見られるようになりました。講師の先生は、

「自分のほうがたくさんものを受け取っていて、この時間が楽しみです」と言ってくさっています。みなさんが少しでも体の緊張がほぐれて楽に生きられるようになることを願って、この活動を続けてみたいと思います。

そして、現場に入って詳細に様子を見てわかったことは、笑顔で毎日を過ごしていてもなお、心の奥に重いかたまりを抱き続けている人が多いということです。そこで、個別の時間を設ける方針を立て、この3年間で学んできたトラウマ解放のメソッドを実践します。今から一年間、個別でじっくりと向き合った先に、新しい何かが生まれるかもしれない自分のほうがわくわくしています。そしてその成果は、世の多くの困っているかたへ活かすことができると確信もしています。

多くのかたへ不安を感じさせてスタートした新年度ですが、この危機が大きな成長につながったとあとから言えるように、この一年をスタッフ全員で乗り越えて行きたいと思います。

臨床心理士との連携

トラウマ解放のメソッドを学ぶ研修会で出会った優秀な臨床心理士に、児童デイサービスの中での個別支援をお願いして、昨年の秋から個人セッションが始まりました。おそらく多くの支援者が、重度な知的障害のかたの激しい行動に悩む一方で、障害の軽い、発達障害などのかたの関わりにも悩まれていることでしょう。

ねがいのいえでも、言葉の話しえない人のほうが体のほぐしがやりやすく、軽度の人の方が体に触れづらい、という課題が何年も前からあがっていました。言葉でのカウンセリングはもちろん、言葉を介さずに神経系に働きかける様々な身体心理学の技法を学んできた心理士のセッションは素晴らしく、感情のコントロールが難しかった発達障害のお子さんが、落ち着きを身につけ、その成果は家庭でも学校でも確実に現れています。

生活を通して体験の中で心を整えていくのが現場の支援員ですが、生活場面では難しい調整をしてくださるのが心理の専門家です。その実力の素晴らしさを感じると同時に、支援員と心理士が両



輪で支えると素晴らしい実践が出来るモデルを示すことができました。多くの事業所で、同じような連携を創っていただけたらと思います。

著書「行動障害が穏やかになる心のケア」反響

昨年末に出版した理事長の著書は、多くのかたからご好評をいただきました。メールや手紙などで感想もいただきありがとうございました。

NHK-FM と FM 横浜にも出演し、本の内容や「心のケア」について語らせていただきました。これからも研修を通して方法を伝えていきますので、悩める多くの職員やご家族に出会えることを願っております。



ゆうごくん

体が大きく行動がゆっくりなゆうごくんは、何事にもおっとりで穏やかな印象の高校生。急いでいる時にもう少し早く動くように促すことはあるものの、それを除けば、特に困ったことはなさそうに思えるが、ご家族からは、こだわりが強い時はどうしても動いてくれない、という困り感をたびたび伝えられていた。

家族で外出した時、エレベーターから降りないことがあり、お父さんが力づくで降ろしたという話もうかがった。お父さんそっくりに大きく成長したゆうごくんを動かすのは、大柄なお父さんの力を持ってしても大変なことは想像に難くない。そんなご家族は、夫婦そろって研修にも参加されて、行動を促すのは力づくではなく心のケアであることを一緒に学ばれた、優しいご両親である。

児童デイの中でも、時々動きが止まる報告は聞いていたが、その都度スタッフが関わり、大きな問題は起きていなかった。しかしこの春、高校生に進級して以来、放課後の迎えに行ってもなかなか教室から出てこられず待つことがある、という報告が多くなった。

現在の生活のどこかに、引っかかる何かがあるのかもしれないことは想像できるが、わずか2時間ほどの児童デイの活動の中で、その心の中で起きている今の問題を探り解決することは現実的ではなく、来ていただいた時間を楽しく過ごし、日々のストレスを少しでも癒すことが私たちの目指すところである。

音楽療法やアート活動など、様々な活動の場面では表情よく過ごすが、夕方自宅へ送る際に、問題が現れるようになった。自宅前に送迎車が到着し、車から降りようと促しても、シートベルトを外すことを拒否するようになった。スタッフが手を引いて降ろそうとすると、もう片方の手でどこかにつかまり、車内で両足を突っ張る。おそらく80キロを超えるゆうごくんが本気の降車拒否をしたら、力づくで降ろすのは不可能である。

そんな時は一度自宅を通過し、次の人を先に送る、コンビニに寄ってトイレをする、などしてもう一度戻ってくると降りられる、などの工夫で対応しているとスタッフから報告を聞いていた。

そうしたある日のこと、自宅へ送ってみたら、やはり降りようとしないうごんが見られた。体は心を表す、という考え方のもと、体の張り合いとやりとりで心をほぐす私たちの心のケアを実践すれ

ば降りられるかもしれないと、張り合いを試みた。しかし、その拒否する想いの強さは大変なものであるということがわかった。

研修を受けられた方は、実際に現場で試した時に、この方法でうまくいった経験もあったでしょうし、うまくいかなかったこともあったでしょう。心をほぐすことに成功した場合はうまくいくし、この程度のやりとりではほぐしきれない、というほどの深くて大きな辛さを抱えていたら、たやすく解決できない、ということである。

今、ゆうごくんの抱える辛さは、まさにそれほど大きなものだった。ではどうしたらいいのか？心のケアを学びたいみなさんに伝えたいのは、彼らを今まさに苦しめている問題そのものは、支援者には解決できないことが多いという事実である。環境設定で解決できるなら実行すればいいが、学校の中の問題、家庭の中の問題などは、他人が介入できないし、解決に向かうとしても、何ヶ月もかかる。支援者は、今、目の前で起きている状況にどう対応するのかという課題にいつも直面している。ではその時、どのように考え、何をしたらいいだろうか？

起きている問題は解決できなくても、その状況に折り合いをつけて、うまく暮らしていくことはできる。それは、直面している本人の心の課題と言える。アプローチすべきはそこにある。

どうしても降りようとしないうごんとの体のやりとりをいったん休み、再び座席に座って語りかけた。

「家の中に帰りたくない何かがあるのかな？弟くんのことでお母さんも精一杯な時があると思うけど、そんな家族の姿を見て、自分が居づらさを感じたりしているのかな？」

そういう家の中の問題については、解決するのに時間がかかると思う。すぐには解決しないから、君の辛い気持ちはしばらく続くかもしれない。でも、聞いて欲しい。辛いとか辛くないとか、それは君の気持ちの問題だ。家族に大変なことが起きてても、自分はお母さんを困らすことはしない、協力してあげよう、と思うことは出来る。

君がお兄さんらしく、高校生として大人らしく行動できることが、今は一番みんなのために出来ることだと思うけど、どうかな？」

言葉の話せない、重度の知的障害と言われるゆうごくんが、しばらく何事かを思うような表情を浮かべていたが、頃合いを見て再び「さ、行こうか」と促し扉を開けてあげると、自らシートベルトを外した。体に手を添えてゆっくり誘うと、静かに降りて行った。

次の日からは、降り渋る様子は減り、スムーズに降りられる送りが続いている。



認定 NPO 法人取得にご協力を

昨年に引き続き、認定 NPO 取得に向けてご協力をお願いします。3千円の寄付が100人以上から集まると、2年後に申請することができます。郵送のみなさまには振込用紙を同封します。メール配信の方は郵便局から青い振込用紙で、以下の口座にお振り込みをお願いします。一口3千円です。

00160-4-569771 藤本 真二