

安心できる関係性について考える～WRAPにふれて～

○杉山 悠¹⁾、佐藤 慎子²⁾、浅井 陵³⁾、深田 尚子⁴⁾、番作 桐子⁴⁾、喜島 隆大⁵⁾

1)(株)たねや CLUB HARIE、2)地方独立行政法人 東京都立病院機構 東京都立松沢病院、

3)東京医療学院大学 保健医療学部 看護学科、4)医療法人積仁会 岡部病院、5)APD当事者会APS

【背景】

私たちはこれまで、Wellness Recovery Action Plan（以下、WRAP）を通じたワークショップの企画をしてきました。ワークショップでは、WRAPのことは知っていても、自分の言葉で紹介ができないといった相談も多く、実践にどうリンクさせるか考える機会を持ちたい思いから、企画者の経験の共有や語り合いの時間を大切にしています。WRAPにおいて重要なことは、ただそばにいたいこと、そして耳を傾ける感覚が大事だと思います。人間の尊厳は、そこにいだけで価値のあるものであり、日常的な営みを自分らしく送ることができるようかわることが、支援関係においても大切だと考えています。

普段私たちは、自身が健康・安全である状態をあまり意識することはないように思います。しかしCOVID-19以降、社会は安全が強く優先される時代になってきたように感じます。例えば今日では、朝起きてから仕事に出掛けるまでの間の、ちょっとした咳き込みや熱っぽさにも注意が向けられ、今まであった暮らしが脅かされはじめて、安心の意味や大切さを考えるきっかけとなりました。そうした危機的な体験を企画者同士で分かち合った結果、自分が安心できること、そして自分自身のこととして安心を形作ることが、より大事だと実感しました。人と人との関係においては、安全だけではなく安心も大事にする覚悟があると考えます。

企画者の経験として、以前は相手に何かを施そうとする視点が強く、教科書の書き写し的な会話をよくしていました。安心は大事だとわかっているのに、安心させるような声掛けはうまくできず、どうしたら目の前の相手が対話しようと思ってくれるのかを悩みました。そして、傷付きや苦勞を抱えた当事者とのかわりの中で、私たちが大切にしたいと感じ

たものは、次も会いたいと思える支援者になることでした。目の前に差し迫った問題を解決することも大事ですが、「この人に会えばなんとかなるかも」と思えるだけで希望を感じ、日々の営みを続けることもできます。そのとき私は、私自身が人との対話を求めていることに気がつき、自分の感覚につながっていくことで、対話に向き合おうとする人との繋がりを紡ぎはじめると実感しました。医療技術が進歩しても、人間の本质はかわらないと思います。WRAPから学んだことは、支援とは変化を求めるものではなく、その人を選ぶ力があると信じて、希望するサポートや関係性を意識するのが大事なことでした。そこで今回、自分にとっての安心と、お互いが安心のためにできることについて話し合い、安心とは何かを深めていきたいと考えています。

【目的】

参加者一人一人の体験を持ち寄り、安心できる関係性について考察し、安心につながる対人関係について検討することを目指します。

【方法と内容】

前半は企画者から、安心を脅かされた経験と、そのときに感じた安心できる関係性について紹介させていただきます。後半はグループにわかれ、安心できる関係性をテーマに話し合い、得られた気付きやアイデアをもとに、全体での意見交換を行います。

【倫理的配慮】

ワークショップが安全な場となるように、本ワークショップ内でお話いただいた内容は守秘義務を守り、個人情報およびプライバシーの保護に十分配慮して運営を行います。グループワークでは、一人一人の発言が尊重される場となるように、安心・安全を支えるための約束ごとを考え、グループ内で共有します。