

多職種で行う  
エンド オブ ライフ ケア研修  
(問いかけ)

独立型社会福祉士  
宙 代表 田中 宏幸

エンドオブライフケア協会ファシリテーター  
おれない心を育てるいのちの授業 講師



2019年7月6日・7日

# 本日の学習会の 流れ

---

## オープニング

援助的コミュニケーション

ロールプレイング

クロージング

## 社会福祉士が活躍する領域

社会福祉士は、さまざまな社会的困難に直面している人々の支援を行います。





# 本日の学習会の流れ

---

オープニング

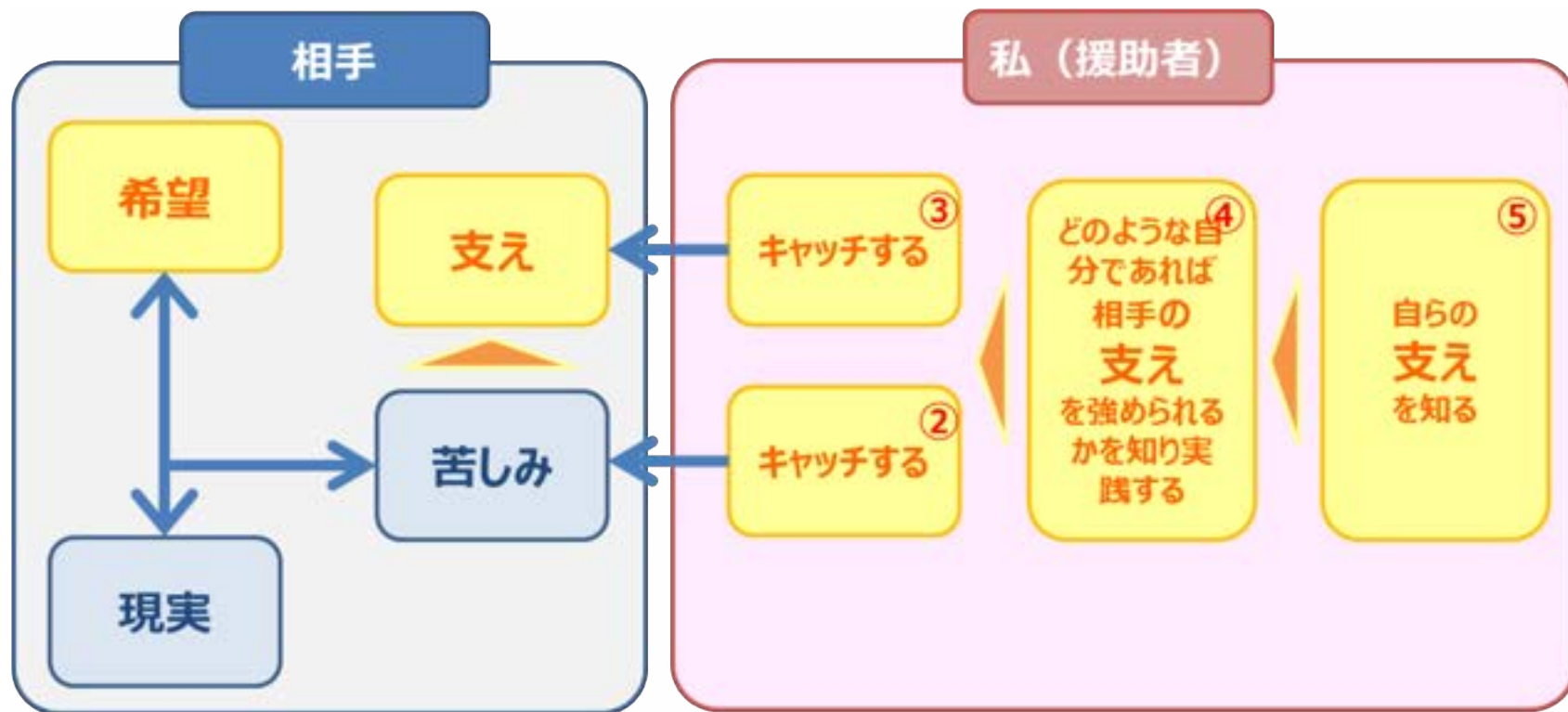
**援助的コミュニケーション**

ロールプレイング

クロージング



# 苦しむ人への援助と5つの課題 (全体像)



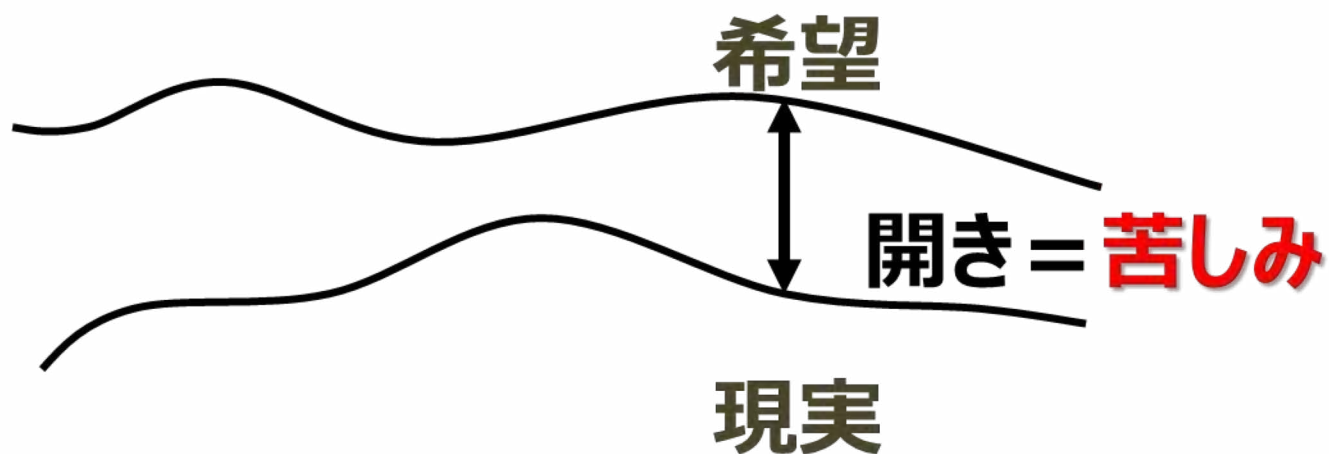
援助的コミュニケーションの基本

①

～苦しんでいる人は自分の苦しみをわかってくれる人がいるとうれしい～



# 苦しみの構造



苦しんでいる人は自分の苦しみを  
わかってくれる人がいるとうれしい

わかってくれる人

# 相手から見て「わかってくれる人 (理解してくれる人)」になるため の聴き方

## 反復

相手のメッセージを言語化して返す

## 沈黙

相手の心の準備ができるのを待つ

## 問いかけ

「思い」を明らかにし「支え」を意識する



相手から見て「わかってくれる人  
(理解してくれる人)」になるための聴き方(反復)



援助者



相手を理解することは  
大切です。  
しかし、相手のすべて  
を理解することは  
できません。



相手



援助者

相手の伝えたいメッ  
セージをキャッチする



言葉にしたメッセージ  
を相手に返す



相手

そうなん  
です！

• 私が相手を理解しようとすることは大切

• しかし私は相手を100%理解することはできない。

• 相手が私をわかってくれる人（理解してくれる人）と思うことは可能性がある。

• 苦しんでいる人は、自分の苦しみを解ってくれる人がいる  
とうれしい

• どんな私であれば苦しむ相手から見て、わかってくれる人（理解してくれる人）になれるか。それは聴いてくれる私

相手を理解することは  
大切です。

しかし、相手のすべて  
を理解することは  
できません。

相手の伝えたいメッ  
セージを聞き取る

言葉にしたメッセージ  
を相手に返す



# 沈黙の意味

良いことを言おうと思うとき、ついつい相手の沈黙を待てなくて、励ましたり、勇気づける言葉を伝えたくなくなります。

**なぜ沈黙が大切なのか？**

人は大切なことを話すときには  
エネルギーを必要と  
するため、時間が必要。

**沈黙がないと・・・**

何か言いかけた思いが、  
急にしぼんでしまい、  
言い出せなくなる。

# 相手の心の中



言葉に出すって  
とてもエネルギー  
のいること



## <参考>「沈黙」と「間」

### ◆間をとる（重たいメッセージのときは、間を取ることも技法の1つ）

- ・ 相手：なんでこんな病気になったのでしょうか。

間

- ・ 私：なんでこんな病気になったのでしょうか…、  
という思いですね。

相手：…

(間)

私：…

(沈黙)

相手：…

### ◆沈黙する（相手の言葉が出るのを待つ）

- ・ 相手：昨日の夜、眠れなくて悶々としていました。
- ・ 私：昨日の夜、眠れなくて悶々としていたのですね。

沈黙

- ・ 相手：私、このまま病気が治らないかと思うと、心配になって、  
昨日は一睡もできませんでした。

# 相手から見て「わかってくれる人 (理解してくれる人)」になるため の聴き方

## 問いかけ

「思い」を明らかにし「支え」を意識する



## 「問いかけ」：使用上の注意①

**問いかけを行う前には、  
信頼関係が構築されている必要があります。**

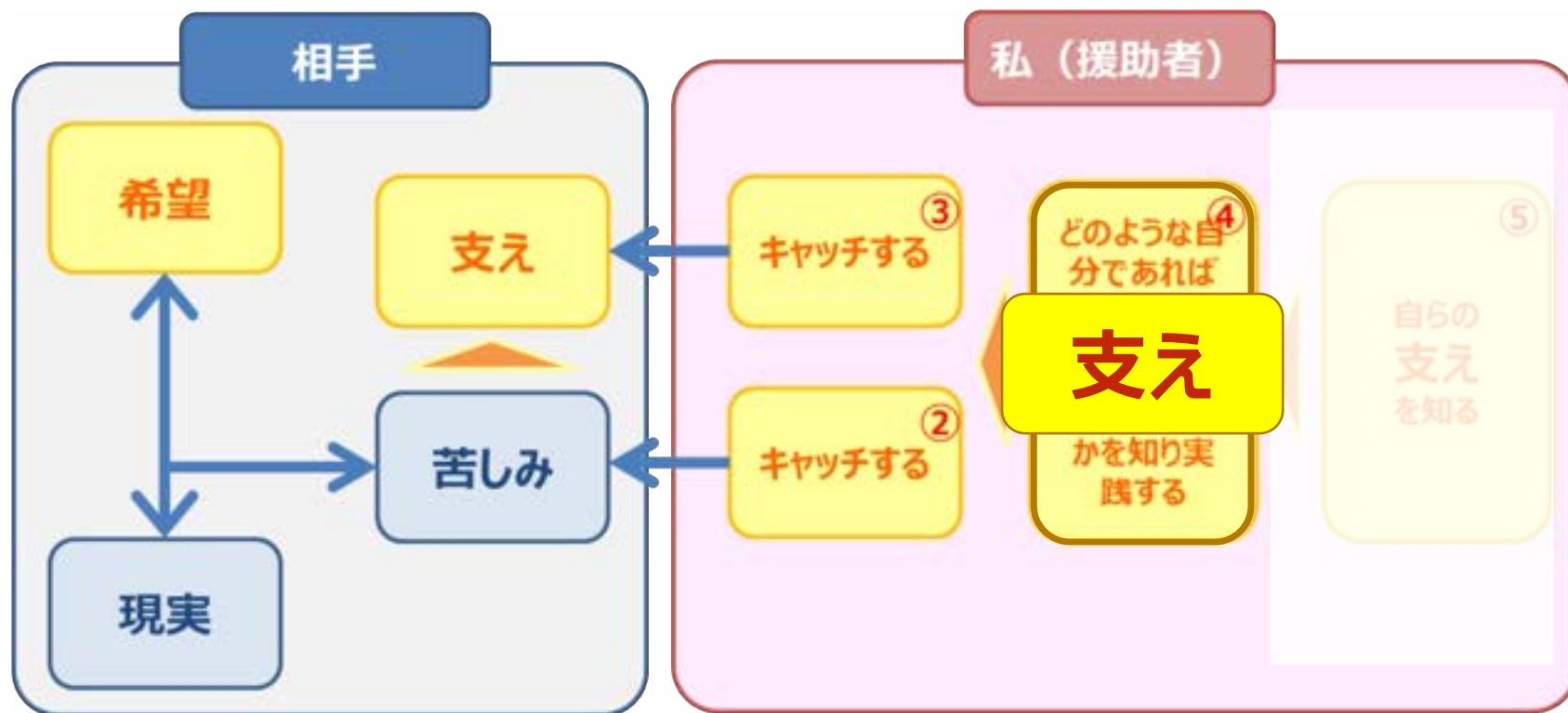
**そのために、話を伺う前半は、意識して、  
反復と沈黙を繰り返しながら、  
相手との信頼関係を構築していきます。**

**安易に“問いかけ”てしまうと、苦しみを与えて  
しまうこともあるので注意しましょう。**





# 苦しむ人への援助と5つの課題 (全体像)



## 援助的コミュニケーションの基本

①

～苦しんでいる人は自分の苦しみをわかってくれる人がいるとうれしい～





# 苦しみから学ぶこと

## 苦しみにあう前

- 当たり前の大  
切さを知らな  
い、気が付か  
ない

苦しみ

## 苦しみにあった後

- 何気ない優しさがうれしい
- 家であたりまえに、布団で休めること  
は素晴らしいと思う
- ただ家族がそばにいてだけで心が穏  
やかになる
- 草花など、自然の偉大さ、愛おしさ  
に気づく
- 1日1日を大切に生きようと思う
- ...

穏やかになる理由  
= 支え

人は単に苦しむものではありません  
苦しむ前には気づかなかった大切な「支え」に気づきます



# 3つの支え

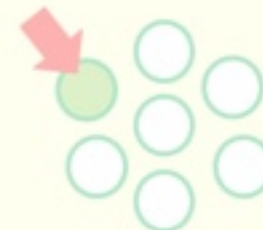
## 1. 将来の夢（時間存在）



## 2. 支えとなる関係（関係存在）



## 3. 選ぶことができる自由（自律存在）



# 将来の夢

- 子供たちに自分の生きてきた人生の話をしておきたい
- 家系図を完成して子供たちに伝えておきたい
- 私がいなくなった後のものの整理について話し合っておきたい
- 運動会を見に行きたい。
- 料理を教えたい
- 自叙伝を書きたい

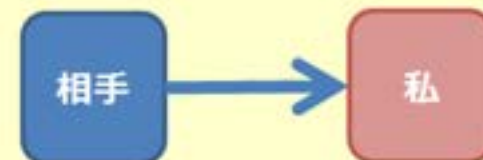


# 3つの支え

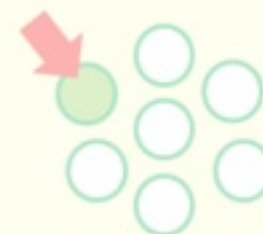
## 1. 将来の夢（時間存在）



## 2. 支えとなる関係（関係存在）



## 3. 選ぶことができる自由（自律存在）





# 支えとなる関係

人は、1人ではとても弱い存在です



しかし、自分のことを心から認めてくれる  
誰かとの「支えとなる関係」が与えられると、  
一転して強くなります





# 3つの支え

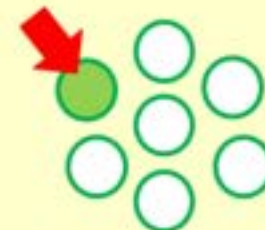
## 1. 将来の夢（時間存在）



## 2. 支えとなる関係（関係存在）



## 3. 選ぶことができる自由（自律存在）





# 選ぶことができる自由

療養場所を  
選べる

医療の内容  
(定期的な  
検査、...)   
を選べる

役に立つ、  
役割を持つ  
ことができる

ゆだねる、  
手放す  
(その相手が  
いる)

1人の人間として、選ぶことができることは  
穏やかになれる条件

選ぶことができないとき、  
しばしば死にたいと希望する人がいます





# 選ぶことができる自由

- ❑ 「～を選ぶことができる」と穏やか」＝穏やかになる条件
- ❑ 考えるための視点

- ①療養場所
- ②心がおちつく環境
- ③尊厳
- ④希望
- ⑤保清
- ⑥役に立つ、役割
- ⑦ゆだねる
- ⑧栄養
- ⑨お金





## ＜参考＞ 尊厳

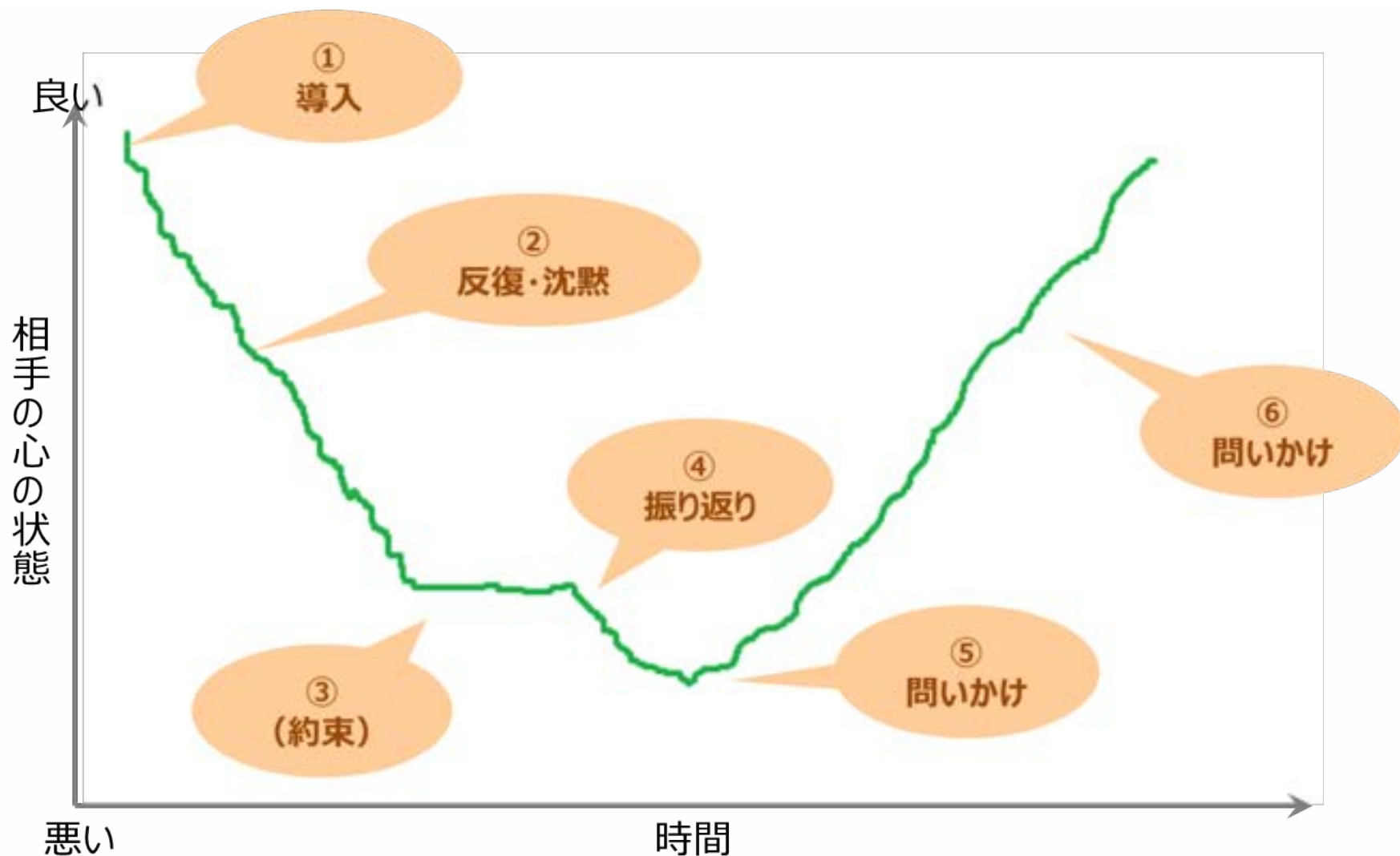
- ◆ 重要・大切と思うこと
- ◆ 誇り
- ◆ 果たしてきた役割
- ◆ 達成したこと
- ◆ 伝えたい人生の教訓
- ◆ 伝えたい大切な人への希望 など・・・

# 問かけまでの流れ

反復・沈黙からの問かけ



# 苦しみから見えてきた支えに気づく（中級）





## 苦しみから見えてきた支えに気づく（中級）

イメージは、「暗闇に火を灯す」

灯った火を消さないように、  
ていねいに反復して、待つことを心がけます。

問いかけを一方的に続けると、  
せっかく灯った火が消えてしまうことがあります。

## 問いかけの意義

- 私が知りたいことを聞くのではなく
- 相手の想いを明確化し、本人が気づかなかった支えを意識化する。



振り返ってみて「支え」になった  
ものはありますか？

相手の方の「想い」について伺っ  
てもいいですか





## 本日の学習会の流れ

オープニング

援助的コミュニケーション

ロールプレイング

クロージング

# 事例紹介 (Aさん)

45歳 男性 (40歳女性)

会社員 (中間管理職) 部下からの信頼も厚く、上司からも期待されていた。

妻40歳 (夫45歳) 子供 1男2女 (高1娘 中2息子 小5娘)

病名：大腸がん 多発転移 腹膜播種

## 経過

- 2年前の健康診断でがんが見つかったが 辛い治療や手術に耐え、職場に復帰することが出来た。
- 2か月前、少し体調がすぐれず受診したところ、再発と言われた。すでに治療できる状態ではない為在宅療養で様子を見ることに。余命はもって半年と言われている。



# ロールプレイ「1対1で対応する（ミクロ）」 反復・沈黙＋問いかけ（2/2）

## ◆ 振り返りの観点

※相手を尊重しながら、

こうするとさらによい、と気づいたことも伝えましょう。

### ① 聴き役

前半は、丁寧に聴くことができていたかどうか

沈黙を待つことができていたかどうか

後半は、問いかけを行うことができていたかどうか

### ② 患者役

患者役として感じたことを伝えることができたかどうか

問いかけられて、どのように気持ちが変わったかどうか

全体を通して、わかってくれた感じがするかどうか



## ロールプレイ（反復・沈黙・問いかけ）

- 3人1組になる（患者役、聴き役、観察者もしくはファシリテーター）
- 役になりきる
- 書いていないことはアドリブで。

聴き役の「今、気になっていることは、どんなことですか？」から始めてください。

援助者は患者役の言葉を丁寧に反復・沈黙を行った後（4分）問いかけを行います。（3分）

- 7分×3回各フィードバック各3分 全体フィードバック5分



# 本日の学習会の流れ

---

オープニング

援助的コミュニケーション

ロールプレイング

**クロージング**



ありがとう  
ございました



ペットは話ができなくてもそばにいてだけで**支え**になります