



大病院を辞めて在宅医療の道へ

在宅診療クリニックを開業した経緯

院長：

「最期は自宅に帰りたい」という願いをかなえるために何ができるのかを考え、在宅療養支援診療所「かわベクリニック」を開業。

あやか：

終末期患者様が救急搬送され、救急搬送に至った経緯や望まない治療を受けざるを得ない状況を知る中で、在宅医療に関心を持ち始める。

救急での経験を通して、『最期まで住み慣れた自宅で療養できる医療・看護』を提供するために在宅医療の道へ。

ホームページ
QRコード

看取りへの「苦手意識」から「関わる自信」へ

人生の最終段階（エンドオブライフ）をケアできる
人材育成プログラム

「死にたい」と言われ、
返す言葉が見つからない

もっと自分ができることが
あったのではないか…

看取った後の
喪失感…

苦手意識

関わる自信

反復・沈黙・問いかけを交えた
援助的コミュニケーション

多職種連携で
援助を言葉にする

支える人の
支えを知る

本日のKey message

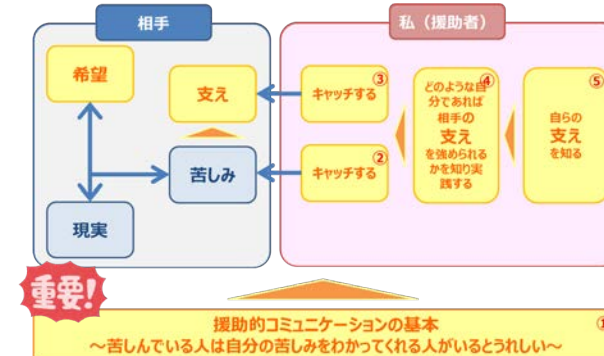
苦しんでいる人は自分の苦しみをわかって
くれる人がいるとうれしい。

この言葉は、人生の最終段階にある人への援助に限った話ではありません。

「自分が苦しい時、自分の苦しみをわかってくれる人がいるとうれしい」です。

日常生活において、友人関係、職場関係、夫婦関係、親子関係の中などでも**共通する大切なテーマ**です。

苦しむ人への援助と5つの課題 (全体像)



本当に苦しみを聴けていますか？

苦しみに気が付くには感性が必要

人は相手をわかったつもりになった瞬間から
相手の話を聞かなくなります。

そして、自分が良いと思う事を
相手のためになると**決めつけて**しまいます。

医療・介護従事者に多いブロック

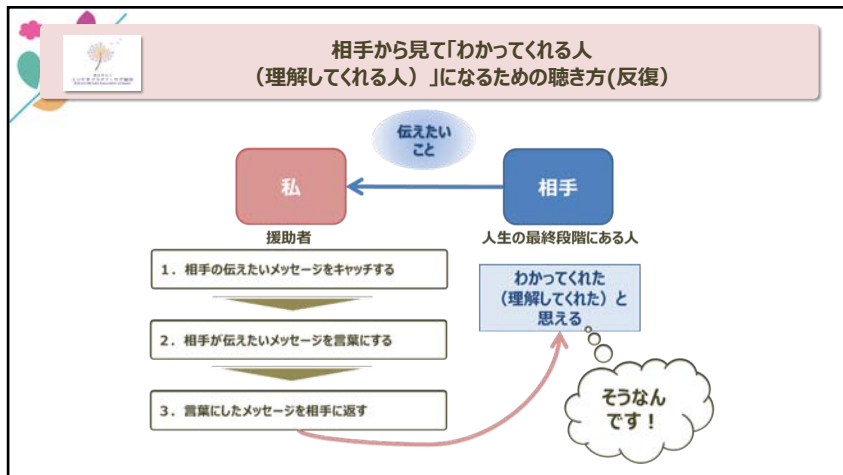
- 患者が何を求めているかを把握しないで、**一方的にガイダンス**をする。
- 興味や関心のあることには**質問**したくなる。
- 間違った考えや行動をしていると**意見**を言ったり**怒り**たくなる。
- 自分が正しいと思う方向に**誘導**したくなる。
- 一般的な医学的常識に基づいた思い込みや勝手な**解釈**や**憶測**で話をする。
- **指導的**な立場で、上から目線で話をする。
- 医学的・薬学的な**価値観**を押し付けたくなる。
- 治療への意欲が少ないと思うと話す気がなくなる。

理解するよりも理解者になること

- ① 私が相手を理解しようとする事は大切。
- ② でも、私は相手を100%理解することはできない。
- ③ しかし、相手が私を「自分の理解者」だと思うことは可能性として残る。
- ④ 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嬉しい。
- ⑤ どんな私であれば、苦しんでいる相手から見て「わかってくれる人」になれるか。
それは「**聴いてくれる私**」である。

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	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	相手の支えを意識して尋ねる



「反復」の練習

- 1対1の対応を学ぶ
- ① 患者役（医師川邊）、聴き役（看護師川邊）
- ② 患者役（看護師川邊）、聴き役（学生全員）
- ③ 患者役（学生）、聴き役（学生）
- 先攻（反復）は聴き役、後攻は患者役
- 役割を交代
- 各自役になりきる



「反復」の練習

♡お願い♡

- メモはとらない
- 語尾「ね」
- 目は閉じない
- 丁寧に相手の言葉を反復



「反復」の練習（基礎）

1. 昨日の夜、眠れませんでした。
▶
2. 昨日からずっと、胃のあたりが痛いんです。
▶
3. これからどうなるのかと思うと心配です。
▶



「反復」の練習（応用）

1. どうせ治らないんだろ。もう何をしても無駄だよ。
▶
2. なんか、むなしい。はやく、じいさん迎えに来てくれないかなあ。
▶
3. トイレにも行けないなんて。もう死んだほうがまだよ。
▶



＜参考＞ 反復するときの手がかり

反復◎	反復×
■ 相手のキーメッセージ ■ 2回以上出てきた言葉 ■ 感情（気持ち、考え、思い）	■ 感情の先取り ■ ほめられたとき ■ 認知症の方の被害妄想 ■ 急ぐとき

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	相手の支えを意識して尋ねる

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 (沈黙)

看護師さん、昨日の夜眠れなかったです。

患者

昨日の夜、眠れなかったですね。

看護師

そうですね！

患者 : 隣の人がうるさくて大変でした。
 看護師 : 隣の人がうるさくて、大変だったんですね。
 患者 : はい。一晩中眠れなくて、悶々としていました。
 看護師 : 一晩中、眠れなくて、悶々としていたんですね。
 (しばらく沈黙)
 患者 : ねえ、看護師さん。私、このまま病気で死んでしまうので
 しょうか？入院しても、ちっともよくなりなくて、このまま家に帰れないか
 と思うと、不安で眠れなくなってしまいました。

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たなくて、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？	沈黙がないと・・・
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。	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。

反復と沈黙

どんなことに気づきましたか？

- 反復と沈黙だけでも会話は続く
- しかし実際には、人の話を聴くのは集中力を要する
- 患者役にとって、沈黙はあまり苦ではない



話を聴いているだけで
相手の**苦**しみに
気づくことができますか？



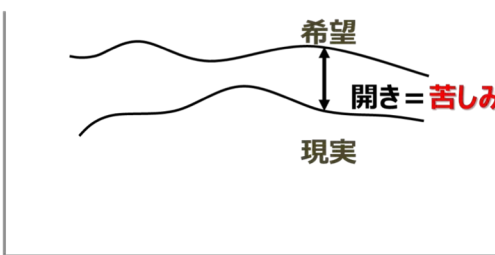
人生の最終段階における苦しみとは？

- トイレに1人で行くことができない
- 少し動くだけで苦しくなる
- 孫の成長を見守ることができない
- 家族に迷惑をかけたくない
- …
- …

これらに共通する苦しみとは？
わかりやすい言葉で20字以内で説明してください



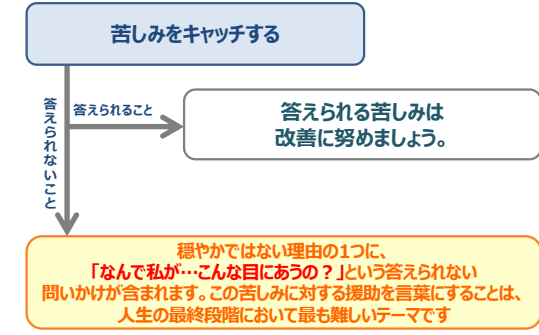
苦しみの構造



希望
開き = 苦しみ
現実



答えられる苦しみ・答えられない苦しみ



苦しみをキャッチする

答えられること → 答えられる苦しみは改善に努めましょう。

答えられないこと

穏やかではない理由の1つに、
「なんで私が…こんな目にあうの？」という答えられない
問いかけが含まれます。この苦しみに対する援助を言葉にすることは、
人生の最終段階において最も難しいテーマです



相手の苦しみをキャッチする

苦しんでいる人は、誰でも苦しみを打ち明けるわけではない。わかってくれる人にしか苦しみを打ち明けない。

苦しみは、『希望』と『現実』の開きである。

苦しみには、解決できる苦しみと解決できない苦しみに分けられる。

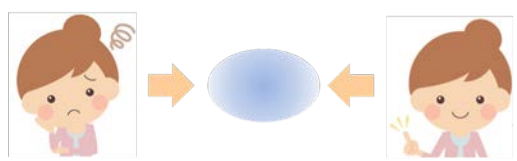
解決できる苦しみは、解決していきましょう。

どれほど誠実に支援にあたっても、すべての苦しみをゼロにすることはできません。



人は苦しみを抱えながら穏やかになれるか？

同じものを見ているのに違って見える



「死」はどのように見えるでしょうか？



～大切なものを守るために～

繋ぐいのち、穏やかなエンディングみんな



ホームページ



Youtube
(東大阪プロジェクト)



Facebook

東大阪プロジェクト
チャンネル登録をお願いします！
できる看護師を目指すあなたに
ぜひ、ご視聴ください♪
ご清聴ありがとうございました。

