

9/9(金)

【分科会 22】家族のリカバリー

土屋徹 (Office 夢風舎/ぴあ・さぼ千葉)

昨年度に引き続き、この企画を行いました。

この企画を行うのが発表されたのが遅かったせいか、参加者は一桁という“とっても贅沢なワークショップ”となりました。参加者はご家族から専門家と、家族のリカバリーについて興味のある面々でした。

リカバリーフォーラムでは、ご本人を対象としたリカバリーについてのワークショップが目立ちます。しかし、ご本人と共に生活をしたり生きているご家族のリカバリーも一緒に考えていくことが大切だと考えました。

前半は、スライドを使いながら、家族のリカバリーについて私からお話をしていきました。ご本人同様に家族にもリカバリーのプロセスがある・家族のリカバリーに大切なこと・ACTを行っていたときには家族のリカバリープランを作っていたことなど、参加者とやり取りをしながら、家族のリカバリーについて知ってもらいました。

後半は、参加した方々に、自分のリカバリープランを立ててもらいました。このリカバリープランは、ACT-Jで私が作ったプランシートを基にしたものです。普段は、支援者とご本人さん達の間で一緒に立てるために使うのですが、今回は、このリカバリープランを本人ではなく、参加者自身が参加者と一緒に立てていく体験をしました。

体験では、2つのことをします。参加者を3つのグループに分け、まず初めは、自分自身を知るということをするために、『私って〇〇な人』というシートを使って“病や障害を持った人の家族”→“生活者である私”というように、視点を変えていきました。シートには“普段の私自身”を書いてもらったのですが、「子どもが〇〇人いる・自治会の役員をしている・〇〇で働いている」などなど、いろいろな事が書いてあり、そのままそれを使っての自己紹介もしました。

次に体験するのは、「私のリカバリープラン」の作成です。作成のしかたは、①自分のこれからの夢や希望を出す、②どんな人と一緒にお手伝いをして欲しいのかを考える、③その希望を実現するための第一歩をいくつか考える、④自分が取り組むこと、⑤そのほかの人達と一緒にして欲しいことを2人組で作りました。

参加者からは、「患者さんやご本人さんのプランは作ったことがあるが、自分のプランを作ったのは初めてでおもしろかった」、ご家族からは「自分自身の夢や希望が叶えていけるような気がした」というような声が聞かれました。

全体を通して少人数でしたが、普段体験できないことをみんな体験できて、このフォーラムの趣旨であるリカバリーということに触れられたのではないかと思います。また、この機会を通して“リカバリーについて再考する”機会になったのかなとも思いました。

《土屋徹 (Office 夢風舎/ぴあ・さぼ千葉)》