

2021年2月6日オープンダイアログ巡回学習会 in 小田原
 オープンダイアログ(開かれた対話)とは何か？
 アンケート結果

オンライン参加者数	37名	アンケート回収数	22名
-----------	-----	----------	-----

参加者の居住地	湯河原町	小田原	秦野	平塚	伊勢原	海老名	葉山町	鎌倉	横須賀	千葉館山
	1	7	5	3	1	1	1	1	1	1

参加者の年齢	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上
	0	2	5	1	7	6	1

参加者の立場	家族	当事者	医療関係	福祉関係	行政関係	その他	(複数回答あり)
	15	1	3	3	1	0	

講演会を何で知ったか	家族会	家族会会報	じんかれんニュース	案内状	HP	その他	(複数回答あり)
	15	1	3	3	1	0	

講演会に参加して	良かった	普通	あまり良くなかった	記入なし
	18	3	0	1

特に心に残る場面・言葉など

- ・「一人では生きていけない」、心の余白、助言は時には必要であるが、まずはフラットな気持ちで相手の心うちを引きだすことが大事
- ・ただ話を聞く(助言をする？しない)、診断のための情報をきくのではない、リフレクティング
- ・「訪看では、対話の出来る場を作っていくことを心がけている。」
- ・「対話には余白のようなものがあると成立すると感じる。」
- ・ともみさんが、思ったままを真っ直ぐ言葉に発している様子。
- ・高橋さんとともみさんとの信頼関係に心打たれました。一方、高橋さんと娘さんとの間の対話が成立しないことへの、母親としての辛さを、同じ母親として痛いほど感じました。
- ・オープンダイアログとは「精神保健システム全般の呼称」(新たな“療法”ではないということ)
- ・相手の話が終わるまで、相手の話の内面を考えながらきちんと聴く、途中でさえぎらない
- ・なんとかしようというのではなく、その場で一緒に考えていく
- ・ともみさんの最後の言葉「支え合っていけば不安もなくなりこわくない」高橋さんとともみさんの絆
- ・何とかしようというのではなく、場をいっしょに作る
- ・話しのできる場所作り、環境作りの大事さを学んだ気がする
- ・ともみさんが自分の生活を素直に語られたこと。自分の話を聴かれた体験のない人が多いという話。
- ・問診で喋らないと「コミュニケーションがとれない」と見なされてしまう
- ・人の話を聴ける余白を大切に

- ・デモンストレーションで当事者の言葉が印象に残りました
- ・川島さんのお話で「話さなくてもその場に受け入れてくれる事」について、訪問看護のあり方を思い出した
- ・自分の心にも耳を傾けながら聴く
- ・三ツ井さんらの柔らかい笑顔と穏やかな話し方にとっても癒やされました。ともみさんの話しも良かったです。
- ・全ての人々の声を大切にするという言葉、これを実践している出演者の方々
- ・ご家族からの感想や意見は胸に刺さりました
- ・ともみさんが一人では生きていけない、力強く話していたことが心にのこりました
- ・精神の病を病気としてではなく、全人格的なかわりとして治療に当たるという気持ちが大事だということ
- ・「心の余白」、心をパンパンにしないようにする。「あれかこれか」でなく「あれもこれも」に変える。
薬は的確に治せないこともある。
- ・問題を見つける解決するのではなく、ただ話を聴くことが大切
- ・最後に、皆さんで、感謝と再会を希望していた

「ご自分の生活に役立てられそう」と思うこと

- ・娘は一人暮らしで、訪問看護を受けているが、看護師さんと家族として一緒に話合いができるか、交渉してみたい
- ・なるべく1対1にならない、皆でいる時に素直な気持ちを話せる
- ・全ての人々の言葉を、対等に、大切に聴くという姿勢を実行していきたい。そこから何かが変わっていくのではないかな。
- ・相談で話を聞くと、直ぐに「回答してあげたい」気持ちには注意をしたい。
- ・受容が大切であること
- ・相手の話が終わるまで、相手の話の内面を考えながらきちんと聴く、途中でさえぎらない
- ・なんとかしようというのではなく、その場で一緒に考えていく
- ・レジメの内容全て心にとめ、家での場面に役立てたいです。
- ・「場を一緒につくりたい」と本気で思って共に生きていきたい。「人はゆっくりしか考えられない」
- ・当事者が話しやすく出来る環境づくりの仕方
- ・自分の家族の話を聴くのはなかなか難しいが、家庭が安心出来る場所になればと思う、努力したい
- ・自分や相手が何を感じたか聴きながら会話を積み重ねていく、助言を必要以上にしない
- ・当事者の言葉を傾聴したいと思います
- ・訪問看護を利用して下さっている方の生の声を聞くことが出来、今後役に立てる事、また励みになりました
- ・自分がどう感じているのかを伝えていくこと
- ・息子当事者の話を余裕をもって共感をもって、最後まできちんと聞こうと思いました
- ・人の話を批判的にではなく肯定的に受け止める、相手を認めることにより信頼関係が築かれる
- ・「なんとかしよう」と思わずに対話することは支援者にとっては高度な技術にですが心がけて実践していきたい
- ・講師の方達はとても優しく、安心して心が開けると感じました。その優しさを学んでいきたいです。
- ・オープンダイアローグの実践のポイントに「聞き手にして欲しくないこと」の6点が自分にもあり戒めとなりました
- ・その人の気持ちになって考える事が大事。訪問看護を受ける立場の私としても、心の余白が大事
- ・日々の業務に追われ患者さんの話をあまり聴くことが出来ていなかった。研修後、対話を意識してやり取りしてみたところ、フラットに話すことができ、お互いに笑顔になる場面が増えたと感じた。自然なやり取りを心がけて安心して話せる場を共有していきたいと思います
- ・オープンダイアローグを当事者(家族)に役立てたい
- ・4月からアウトリーチがもっと整理されるという情報をきけて良かったです

本日の講演会について、お気づきのことなど自由記載

- ・オープンダイアログの手法を取り入れ、訪問看護を通して、安心して話せる場を創出していくこととネットワークを作ることが最大の課題として奔走している三ツ井さんには熱意を感じました。出演者、スタッフの皆様ありがとうございました。
- ・あらためて、家族あつてのオープンダイアログかと思った
- ・三ツ井さん始め、現在、OD のシステムを採用して昼夜を問わずの奮闘を続けていらっしゃる皆さまに感謝です。一人でも多くの賛同者が加わり、じわりじわりと、でも確実に、日本の精神障害に関する意識が変わりますようにと、祈ります。どうぞ、ご自身も労りながら歩を進めて行かれますように
- ・理論もちろん大切ですが、もう少しフレクティングの精神を具体的に(デモンストレーションの場で)聞かせて頂きたかった
- ・本日は3回目ということで講師の先生方が進行及び内容の点でわかりやすくして下さいだったことがわかった
- ・今日の場を、皆様と、共有させて頂けてありがたかった
- ・オープンダイアログをもっと広げて、家にこもっている人たち、病をコントロール出来ない人たちに、診療手段として使ってもらえるようになってほしい
- ・職員間でオープンダイアログについて互いに考えを議論しながら、今後の訪問看護に役立てていこうと思った
- ・説明が丁寧でわかりやすかった
- ・「オープンダイアログ」という言葉は知っていたが実践者の話を初めて聞いて理解が深まりもっと学びたいと思った
- ・はじめて参加しましたが、オープンダイアログについてとても勉強になりました。看護師さんたちの優しさは表情もよく分るオンラインの方がより感じられたのではと思います。次回は直接お会いしたいです。
- ・このコロナ禍においてインターネット会議ははじめての経験で、皆様の話しはとても為になった。幸せを感じた。
- ・Zoomの不慣れな点もあったかと思うが、進行がもう少しスムーズにいくと良かったと思う
- ・機械音痴の者にはZoomの開き方が難しい。音声の聞き取りが難しい人もあり、もっと前に向いて話して欲しい
- ・いろいろ勉強になりました。時々スタッフの声や名前が出てきてちょっと気になりました。
- ・主催者の方で音声をミュートに出来ていなかったのか。
- ・地元の精神科病院(子どもの通院先)が参加していたのが嬉しかった。
- ・講師の方々が患者に真摯に向き合う姿勢、学ぶ姿勢に感銘を受けた。
- ・大変素晴らしかったと思います。
- ・講師の方の雰囲気がとても良かったです。続編の講座を期待しております。
- ・やはり、オンラインでなく、実際に集まって話したいと思いました。