

「わたしの設計図」の作成を手伝ってくれる 皆さんへ

「サービス等利用計画」を作成する上で、本人の想いのど真ん中をキャッチできているでしょうか？なかなか自分の想いを話してくれなかったり、話してくれてもその言葉に本人の想いが表現されているとは限らなかつたりします。本人のこれまでの生活、経験、心情を知らないで、表面に出てきた言葉だけを聞き取ってもなかなかうまくいかないものです。このワークブックを使って、本人も心の奥にしまっておいたようなエピソードや想いを共有し、本人の想いのつまった計画作成に活かしていただけたいと思います。

このワークブックをおもしろそうと思ってもらうには、ちょっとした工夫が必要です。下記にいくつか工夫を紹介させていただきますが、これらにとらわれず、本人とのやり取りの中で、一番ぴったりする方法を見つけてもらいながら活用していただけたいと思います。

①まず、本人と横並びかL字型に座って、堅苦しくならないよう「ちょっと面白いことをしてみましようか」などと声をかけながら、どちらからも見える場所にワークブックを置いて、始めましょう。書くのは、本人でも、手伝う人でも、両方でも…、相談して決めましょう。

書いた文字に迷う場合がありますので、いつでも書いた文字を消すことができるように鉛筆か、消せるボールペンで書くのがお勧めです。

②ワークブック全体を眺めてもらい、本人が関心を持ったところから始めるのがいいのですが、「まず、いいところさしをしましようか」などと言いながら Pic1 ストレングスから始めるのがお勧めです。本人も気がついていないようなストレングスを一緒に見つけ出していく過程は、本人との関係作りにも大いに役立ちます。

③各 Pic の聴き取りの工夫

Pic1 ストレングスなどと言わずに、「あなたやあなたのまわりのいいところを探しましよう！」と書き込んでいきます。ストレングスは、そのあとの Pic を書いているときにも見つかることがありますから、「それもあなたの強みですよ」と言いながら、どんどん書き足していきます。「わたしを応援してくれている人たち」は、エコマップを書いて関係性を確認しておくのもいいと思います。

Pic2 「本当はこんな生活がしたかったとか、こんな生活がしたいなどと思っていることはありますか？」と、聞いてみます。すらすら言ってくれる人は、殆どいません。「わからない」「今のままでいい」と言う人もいます。そんな時には、本人の言葉をそのまま書いてみて、どうしてそのように想うのか、想いの背景（ウラ）を一緒に探ってみます。ちょっと重い雰囲気になりそうだったら、別の Pic に移って、戻ってくればいいと思います。

Pic3 今の生活や、これまでの生活を聴きます。聞き方によっては、つらいことを思い出したり、腹を立てたりすることがあるかもしれません。最初は、できるだけ楽しかった思い出などを聞くようにしてはどうでしょうか。「ワクワク」「ウキウキ」「ドキドキ」「シクシク」などと、感情を書き込むのも OK です。

ここは、本人のこれまでと今の生活についての確認作業でもあります。

Pic4 Pic2がイメージできていないと書けませんので、Pic2をとばしていたら、もう一度戻って確認してから、今の生活が希望する生活とどれくらい近いのか離れているのか確認しましよう。何に困っているかがわからないという人が多いようです。100字要約は、手伝う人の感性を総動員して、押し付けにならないよう気をつけながら、一緒にまとめましよう。主語は、本人が普段使っている一人称を使うといいでしょう。

Pic5 Pic1～4までの主語は「わたし」ですが、Pic5の主語は、「われわれ」です。Pic2の希望する生活が、すぐに実現することは難しいかもしれません。近づくためには、いろんなステップや方法があるはずで、「そのためには～」を合言葉にして、その過程を書いていきます。ワークブックの書き込みスペースでは足りないかもしれませんし、こんなにはいらないかもしれません。短い期間で達成できそうな目標を見つけて出して、希望する生活に近づくために、自分で出来ること、周りが手伝うことを書き出しましよう。最初にすでに今していることや、すぐにできそうな項目を入れておくと、滑り出しが良くなります。また、本人が望む生活は、サービス利用だけではありません。本人の想いに寄り添う相談員の「想像力」と支援の方法を作り出す「創造力」、さらに本人の可能性の「芽」を見つける「眼」が求められます。本人が力をつけながら、望む生活をしていくのを支援するには、どれだけ本人の想いを聴き取ることが出来るかに、かかっていると言えるのではないのでしょうか。