

相談室 たより 2014年 4月号

米の山病院
上田 瞬

早いもので入職して8カ月が過ぎ、今回初めて相談室たよりに書かせて頂きます。何を書いているのか悩みながら考えました。その結果、今回は読者参加型で少し問題を考えてもらいたいと思います。

4月ということもあり、新しい目標や夢に向かってスタートをきる時期だと思います。夢や目標があっても、自分の立ち位置を理解していないと、なかなかそこへのスタートが切れないのではないかと思います。そこで自分自身が、どんな考えを持ち、何を大切にしているのかを知ることを考えてみましょう。

これは昨年度、研修に参加した際に出された事例の一部です。

次の物語は5人の登場人物が出てきますが、その登場人物（L子・M男・B男・D男・H男）を、あなたが好ましいと思う順番に並べ、その理由を考えてみてください。また可能であれば、その結果について、同じ読者同士で話し合いをしてみてください。



川を渡る女

川のこちら側と向こう側に、L子と恋人のM男が住んでいました。ところが、ある日嵐で橋が流されてしまいました。L子はどうしてもM男に会いたくて、B男にボートを貸してくれるように頼みました。B男は川の水が増えていてボートが流されては困るので断りましたが、L子が、どうしても貸して欲しいと頼むので、「100万円出せば貸す」と言いました。L子はお金がないので、もう一人ボートを持っているD男に貸してくれるよう頼みに行きました。D男は、ボートを貸す代わりにL子に一晚デートすることを要求しました。どうしてもM男に会いたいL子はD男の要求通りにし、川を渡ることができました。M男は喜んでL子を迎えた後、どのようにして川を渡って来たのかを尋ねました。L子はD男とのことを正直に話しました。M男はL子のしたことを激しく怒り、「別れよう」と言いました。悲しみにくれて自殺しようと思いつめていたL子の話を、幼馴染でL子に憧れていたH男がじっくりと聞いてやりました。L子の心の傷は次第に癒され、やがて二人は結婚しました。

裏面に続く



どのような結果になりましたか？これはかなり昔からある心理テストで、現在は「若い女性と水夫」という物語でも語られているとのことですよ。

早速ですがこの心理テストの内容についてですが、登場人物の英字は、それぞれある言葉の頭文字を抜き出したものになります。それは、LはLoveで愛、MはMoralで道徳、BはBusinessで金銭、DはDesireで欲望、HはHomeで家庭・安定といったものです。あなたが一番初めに好ましいと思ったものが、あなたが一番重視しているものになるそうです。例えばH男が一番好ましいと思ったのであれば、家庭・安定が一番いるものになるそうです。

他の誰かと話し合った方は、いかがでしたか？このような単純な内容ですが、人それぞれ、自分自身の重視しているものや、考え方が違ったのではないのでしょうか？それは人々の価値観や知識も違いますし、生きてきた人生も違います。そのためいろんな答えが出てくるのは、当然のことではないのでしょうか？



このテストを通して、自分の考え方や価値観がどのようなものか手がかりになったのではないのでしょうか？また他の誰かと話し合った人は、人それぞれ考え方や価値観も違うことを理解されたのではないのでしょうか？人それぞれ物事の考え方や価値観が異なっているのであれば、その人々によって関わりやすい人、関わりにくい人等も出てくるでしょう。社会に出て、仕事に従事するにあたり、関わりやすい人だけに関わり、関わりにくい人だから関わらないといったことは出来ないと思います。関わりにくい人でも、自分の一方的な関わりではなく、相手の状況に応じた関わりが求められます。それを行うためにはまずは自分の考え方や価値観を知り、その影響力を効果的に用いたり、意識的に取り除いたりすることで対応ができるようになってくると思います。

他にも自分の価値観や性格、個性を知る方法として、エゴグラム等があります。自分自身の考え方や価値観といったものは、いろいろな経験や知識を得ることにより、変化してきます。そのためこの物語の結論も、その時々で変わっていくかもしれません。

新しい季節、年度を迎えるにあたり、一度自分自身について見つめなおしてみたいはいかがでしょうか。見つめなおすことにより、物事の見方に少し変化が生まれ、自分の見える世界が広がるかもしれません。



上記で述べたことはSWの業界では自己覚知と言われるもので、私たちSWはこれを基本に相談援助を行っております。この自己覚知は自分の欠点の洗い出しや反省ではありません。自分の欠点等を知り、それをどう強みに変えていくかということです。そうすることにより問題を抱えた人をありのまま受け入れ（受容）、専門職としての価値判断だけで対処するのではなく（非審判的態度）、その人が問題と思っている問題に対して向き合い、解決への糸口を探っていけるようになるのです。そのため相談援助は他者への働きかけであると同時に自己への働きかけでもあります。相談援助において、もっとも重要な社会資源は自分自身であり、そのためには日々内省し続ける事が必要なのです。

今号を通し、SWがどういう風に考え、面談に取り組んでいるのかといったことを知って頂けたらと思います、書かせて頂きました。ご精読ありがとうございました。

5月号に続く

