

## 第14回

人を大切に作る心の対話  
「もっと聞かせて」「受け取りますよ」

シリ・ソンドースのいう身体・心理・社会そしてスピリチュアルの側面は、人生の終わりの日々を考えるとときにも大切です。今回は「ニューヨーク在宅ケア事業所」でホスピス緩和ケアチームのスピリチュアルケア主任を務める岡田圭さん（写真）のお話からまとめます。

岡田さんは毎年日本各地で病院や在宅ケア関係者への講演会や現場での対話を重ねておられ、日々を経験しての言葉は示唆に富んでいます。

例えば、患者さんが「食べたくない」と言うとき。岡田さんは対話の中で、患者さんが気にしているのは何か、それをどう解釈し意味付けているのかを拾い上げます。思うようにならないわだかまりで気持ちが沈んでいるとか、この状態で生きていたくない、「食べない」という本人の意思かもしれません。患者さんが気になっていることが日々の選択にど

う影響するか、それが痛みになっているなら緩和できないかと吟味するのです。

また、夜中に大声を出したり「何か見える」「いっぱい人が話している」など不思議なことを患者さんが言い出したとき。せん妄が現れたとか「認知が進んだ」などと片付けがちですが、その人が経験しているエピソードには意味があるのです。「誰が見えますか」「その人は何をしているの」などと対話しながらその患者さんが気にしている体験や物語に入ってみると、それが怖い不安になる体験なのか、安らぐ体験なのかも見えてきます。

あるいは「死にたい」と言う患者さんに、どう言葉を返せばいいのか途方に暮れるとき。「何か励ましや解決策をと意気込むとかえって言葉が出にくいので、『よかったら、もっと聞かせてください』というシンプルな返し方を覚えておくといいです

ね」と、岡田さんは提案します。その人自身に関心を寄せて（寄り添って）いることが伝わる言葉です。そして「どういう意味ですか」「いつ頃からそう感じていますか（時間）」「そう思うのは何がきっかけでしたか（理由）」などと続きます。

人を大切に作る心の対話は「本当の気持ちを言ってくれてありがとう。ちゃんと受け取りました。できることが限られているとしても、何ができるか、いっしょに考えてみましょう」が基本ですね。

このような態度で聴いてもらうと、話す人は「この人は私に関わって聴いてくれている」という実感が湧いてきます。すると話すことにもっと真剣になり、話しながら「ああ私はこういう気持ちだったんだ」と自分が見えてきたり、大事なエピソードを思い出し「そういえばこんなことがあった。思い出せてよかった」という自己発見にもつながったりするのです。



心通う対話は、短時間でも座って、目を合わせ、手を取りながら。患者さんの娘さんが撮影。

このような対話は「相手が聞いてくれているという実感」に力づけられて起きます。

ですから聴く人が、話す人に「私を信頼して話してくれるあなたの物語を、ちゃんと受け取りますよ」と伝えることが大切です。聴く人が「どうですか」と尋ねれば、話す人は意味付けや理由を話しやすくなります。そして、聴く人と話す人両方が「そういう理由ですか。気づきませんでした」という具合に自分で発見していきます。

心の対話は楽しいし、話すとすっきりするし、さらには自己発見にまでつながり、奥が深い。これは患者さんとのACPや、職場のスタッフや家族などとの場面でも役立つ知恵ですね。（つづく）

むらかみきみこ◎ターミナルケア・医療安全・在宅ケアのテーマで、国内各地、海外10か国を継続取材。主な著書に『患者の目線—医療関係者が患者・家族になってわかったこと』（医学書院）、『納得の老後—日欧在宅ケア探訪』（岩波新書）。