

沖縄がん心のケア研究会

7/16(土) 会場 B5+B6 日本ホスピス・在宅ケア研究会 全国大会 in 沖縄 (沖縄コンベンションセンター)

9:10~12:00

特別企画1: がんカウンセラー養成講座2011

はじめに:

がん対策基本法の制定以来、やっと「がん患者さんの心のケア」の大切さが認知されるようになってきました。ところが、がんに関係する心のケアの専門家といった場合、精神科医や心療内科医ではありません。必ずしも、彼らががんに関心があるとは限らないからです。むしろ、現場の看護師・薬剤師・MSWなどのコメディカル・スタッフや、患者さん同士の支え合いのほうが効果的だろうと思っています。ただ、このようなコメディカル・スタッフらが、がん患者や家族のための心のケアを行う際には、やはり戸惑うことが多いようです。それは、そのような心のケアの教育プログラムはほとんどの方が受けてこなかったし、その理由は、そのようなプログラムはほとんどなかったからなのです。そこで、沖縄がん心のケア研究会では、「がんカウンセラー養成講座2011」と題して3時間ほどのプログラムを開催することにしました。

【内容】

沖縄がん心のケア研究会が作成したテキストを元にして、座学とロール・プレーを行います。ロール・プレーは、1) カウンセリングの導入、2) うつのみかたと援助、3) 認知療法などです。いずれにしても短時間で、たくさんの方を学んでいただきたいと思い、考案した養成講座です。たくさんの方にがんカウンセリングの基本を学んでいただきたいと存じます。皆さんの参加をお待ちしています。



講師：保坂 隆

聖路加国際病院精神腫瘍科

定員50名

13:00~14:20

特別企画2: がん患者と家族のメンタルケア

～希望をもちつつ執着を手放す認知行動療法とイメージ療法～

はじめに:

人間の抱く感情が健康に影響を与えており、肯定的な感情は免疫能を高め、否定的な感情(感情的ストレス)は逆にそれを低下させるということが、精神神経免疫学などを主とした様々な研究によって明らかにされています。故に、患者の闘病の過程において、また家族の患者への支援に際して、メンタル面の安定を図ることは肝要だと考えられます。

がん患者や家族の多くが抱く不安や恐怖、そして絶望感などの否定的な感情は、病気の進行そのものもさることながら、がんという病気に対するイメージや死に対するイメージから来るものであることを臨床現場で観察することは少なくありません。ここでは、サイモントンのメソッド(=サイモントン療法)を用いて、患者や家族のがんや死に対するイメージや考え方、及び闘病に対する姿勢を健全化する、認知行動療法とイメージ療法を主軸とした包括的アプローチを紹介します。

【サイモントン療法の紹介】

サイモントン療法は、米国の放射線腫瘍医で心理社会腫瘍医のO. Carl Simonton M.D. が考案した、がん患者とそのサポーター(家族等)のための心理療法です。現在ではがんのみならず、ストレスを起因とするさまざまな病気に対し、米、ヨーロッパ各国、日本、アフリカなどで同療法が提供されています。サイモントンは患者の身体的病状のみならず、精神面、霊性面(=mind, body, spirit)も全人的に癒されて真の健康が得られるという視座から、その人のすべて(個性、家族背景、地域社会、文化的背景などを含む)を包括的にみていく必要があるとしました。それらの調和を取り戻すべく、同療法はグループカウンセリング、個人カウンセリング、またその両方の形態で進行します。



講師：川畑 伸子

NPO法人 サイモントンジャパン
副理事長・認定トレーナー

14:30~17:00

事例検討 & 心ほぐしの色あそび

〈事例検討〉

研究会では、精神腫瘍学（サイコオンコロジー）をどのように学んでいくかを模索してきました。講義を聞いていけばいいのか、症例報告を聞いていけばいいのか、いきなり全体討議をすればいいのか・・・。

試行錯誤の結果、自分達が悩んだ事例を、まずは時系列で報告し、事実関係での質疑の後で、小グループに分かれ討議をし、それぞれ発表をしていく形に落ち着きました。最後に保坂先生にアドバイスをいただきます。

この形式では、いろいろな職種の方が、遠慮することなく意見を出すことができることが示されました。今回、事例の報告から事例検討のファシリテーターを、スーパーバイザーである保坂先生が行います。ぜひ、いろいろな立場から、ディスカッションに参加していただきたいと思っております。今回の皆様との出会いが、新しい力を生む事を期待しております。

栗山登至

〈心ほぐしの色あそび〉

私たちの周りは、たくさん色で満ちあふれています。でも、心にゆとりがないと、いつの間にかその豊かな色彩すら、感じるができなくなってしまっています。

ご自分、または、大切なご家族がご病気になられて、「突然、頭の中が真っ白になり、その後はずっと暗闇の中にいました。」と、おっしゃるのを耳にすることがよくあります。では、その状態から何をもって、心の転機を実感したか何うと、いつもの視界に色彩が戻ってきたと答える方が少なくありません。色は無意識に眺めているようで、実は心でも感じているのです。

まずは、童心に戻り無心になって、色と遊んでみましょう。つい後回しにしてきた「遊び」で、心のストレッチをご体験下さい。置き忘れたひとときの安らぎの時間が、心に潤いをもたらしてくれることでしょう。

誰でも簡単に楽しめる「色あそび」なので、作品を上手に仕上げようという固定観念の枠を取払い、自由にその時々のごこちよい色と触れ合ってください。「色あそび」を通して、心の声に耳を傾けることができるかもしれません。心と響き合う色。それが心の元気応援団です。

「私」と「私」のコミュニケーション、そして、「私」と「大切な人」とのコミュニケーションを 色を通してお楽しみ下さい。

豊見山喜美

事例検討オーガナイザー

保坂 隆

聖路加国際病院精神腫瘍科

定員50名



講師：豊見山喜美

カラーセラピスト

沖縄がん心のケア研究会の紹介

「沖縄がん心のケア研究会」は、2010年4月に発足した、がん治療にかかわる様々な人々が職種や立場を超えて、「がん患者・家族の心のケアの均てん化」を目指し行われる、参加・体験型の研究会です。“心のケアの均てん化”とは、“いつでもどこでも誰でも、同じように心のケアが受けられる”ということです。

研究会では、心のケアに関する専門的な視点からのレクチャーと、事例を毎回参加者が持ち寄り、意見を述べ合い検討し、これにより心のケアに必要なカウンセリングやコミュニケーション技術のスキルアップのみならず、ものの見方・考え方を広げて、がん患者・家族の心のケアの均てん化を模索していきます。スーパーバイザーは、聖路加国際病院精神腫瘍科の保坂 隆先生です。

発足以来、月に一度の沖縄本島での研究会、宮古島での講演・シンポジウムを開催してきました。2011年は宮古島に加え、石垣島での開催も予定しております。

この沖縄大会では全国の皆様にぜひ研究会を体験していただきたいと思っております。参加した皆様が、おのおの自分の地域に根ざした個性的な研究会を作り、心のケアの均てん化が進む事を願ってやみません。



事務局代表

栗山 登至