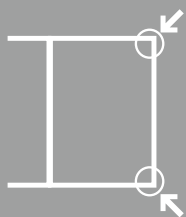
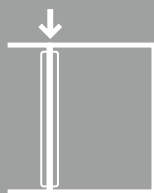


四隅 クリックでページ移動(全8ページ)



中央 クリックで全画面表示(再クリックで標準モードに復帰)



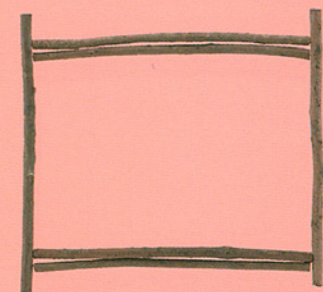
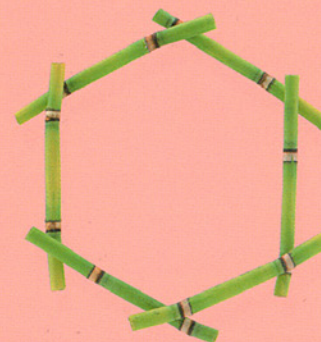
\* OS・ブラウザのバージョン等により機能が制限される場合があります。



**苦しむ患者さんから逃げない!**

# 医療者のための 実践 スピリチュアルケア

めぐみ在宅クリニック院長 小澤竹俊 著



日本医事新報社



## 援助的コミュニケーション

第6章まで、認識論をベースにスピリチュアルケアの理論的な枠組みについて紹介してきました。ここまで読むと、何となく私もスピリチュアルケアができるのでは、と思う人もいるかもしれません。しかし、どれほど理論的な枠組みを学んだところで、患者さん・家族を目の前にして実際にケアができるかと言えば、まずほとんどできないと思います。逆に、理論的な知識を持てば持つほど、かえってその理論がスピリチュアルケアの邪魔になる可能性すらあります。

コミュニケーションと言うと、“私が知っている情報を、相手にわかりやすく伝えること”と考える人もいるかもしれません。実際に、医学部の講義で紹介されているコミュニケーションの多くは、悪い情報をどのように伝えるか(Breaking Bad News)という項目に時間を割いていることがほとんどです。しかし、医療側の情報を患者さん・家族に上手に伝えても、スピリチュアルケアはうまくいかないことが多いでしょう。「なぜ私がこんな病気でいのちを落とさなくてはいけないの?」という問いかけに対して、医療従事者が科学的な根拠をもとに説明を行っても、決して苦しみをやわらげる援助にはつながらないのです。

どのようなコミュニケーションであれば、スピリチュアルな苦しみをやわらげることができるのでしょうか? この問いかけに対して、村田先生から教えていただいた援助的コミュニケーションを、この第7章で紹介したいと思います。

### 7-1 苦しむ人の前で私たちにできること

苦しむ人の力になりたいと願うとき、私たちにはいったい何ができるのでしょうか?

がんの痛みで苦しむ人に、適切なオピオイドやNSAIDsを処方することができれば、痛みの苦しみをやわらげる援助を提供することができます。お風呂に1人で入ることができたがん患者さんが、病状の進行に伴う全身衰弱のため、自宅のお風呂に入ることができなくなっても、介護保険を利用して入浴サービスを受けることができるとき、お風呂に入ることができないという苦しみをやわらげる援助を提供することができます。このように、何か見える形で力になれるとき、苦しむ人と関わる可能性が見えてきます。苦しみをやわらげる適切な方法を知っていれば、苦しむ人にアドバイスをすることは、決して悪いことではありません。困難を前に、滅入ってしまいそうなき、誰かにがんばれと励まされてうれしい人がいます。大きな困難を前に、1人きりでは逃げ出したくなりそうになっても、一緒に力になってくれる誰かから、がんばれと言われて乗り越える人もいます。

しかし、アドバイスや励ましがまったく通じない場合があります。若くしてがんにかかり、余命が限られた患者さんから、「なんで私がかこんな病気になったのですか?」と問いかけられたとき、私たちはこの患者さんに、どのような力になれるのでしょうか。小さな子どもを残して逝かなくてはいけない自分の人生を振り返って、「私の人生には、どんな意味があるのでしょうか?」と聞かれたら、何と返したら力になれるのでしょうか? このような場合、何のアドバイスも励ましも通じません。安易な励ましは、かえって苦しみを大きくしてしまうでしょう。

ここでは、励ましやアドバイスが通じない場面で、苦しむ人に対して私たちにできることを考えていきたいと思います。



## 7-2 理解・共感とは？

最初に、結論から紹介します。

苦しんでいる人は、苦しんでいる自分のことをわかってくれる人、  
理解してくれる人がいるとうれしいということです。

どんな人が、わかってくれる人、理解してくれる人になるのでしょうか？ ポイントは、苦しんでいる人から見て、わかってくれる人、理解してくれる人になることが、援助的コミュニケーションの目標だということです。

ここで出てくるキーワードに**理解・共感**という言葉があります。この理解という言葉について考えてみましょう。一部の医療者がしばしば用いる表現に、「苦しみをやわらげる援助とは、相手を理解・共感することである」という言葉を聞くことがあります。では「理解・共感」とはどのようなことでしょうか？

「理解」を辞書で引くと次のように説明されています。

**理解**：物事の道理がわかること。意味・内容などを正しく判断すること。「文章[日本語・年金制度]を——する」「——が早い」「何を意図しているのか——に苦しむ」「——力」他人の立場や気持ちをくみとること。「——ある態度を示す」「生徒に——のある先生」

同様に「共感」を辞書で引くと、次のように説明されています。

**共感**：他人の意見や感情をまったくその通りだと感じること。また、その気持ち。「若者の——を呼ぶ主張」「その考えには——できない」

「私が、苦しむ人の気持ちを理解・共感する」という用法では、私が、苦しむ人の立場や気持ちをくみとること、苦しむ人の意見や感情をまったくその通りだと感じることということになります。それでは、

本当に、私は、苦しむ人の立場や気持ちをくみとることや、苦しむ人の意見や感情をまったくその通りだと感じることができるでしょうか？

事例を紹介します。

## 事例① Oさん：42歳、男性、膵臓がん。Kさん：会社上司

2カ月前に健康診断で糖尿病を指摘され、精密検査を受けたところ、膵臓がん、肝転移、腹膜転移と診断され、予後3カ月と伝えられました。家族は奥様、小学4年生の息子さんとの3人暮らしでした。積極的な治療が困難と伝えられ、会社を休職して自宅で療養することになりました。会社の上司Kさんが心配して家にお見舞いに来たときの会話を紹介します。

**K1** 急に会社を休職することになって、びっくりしました。みんなも心配しています。

**O1** 今日は、わざわざお越しいただいてありがとうございます。私も、あまりにも急なことで、本当に驚いています。私は、今までまじめに生活していました。たばこも吸いません。お酒も飲みません。両親も健在です。がん家系でもありません。

**K2** そうなのですか。ご両親が健在なのですね。さぞかしご両親も驚いたことでしょう。

**O2** 実は、両親には、まだ伝えていません。いったい、なんて言っていたかわからなくて…。

**K3** そうですか…。ご両親には、まだ伝えていないのですね。

**O3** いったい、私が何を悪いことをしたのでしょうか？ もう頭の中が真っ白になって、何をしてもよいかわかりません。もう、いつそのこと、列車に飛び込んで一瞬で死ぬことができたなら、どんなに楽になるかなと思うこともしばしばあります。



**K4** Oさん、気を確かにして下さい。Oさんには、奥さんもお子さんもいるじゃないですか。今は、大変な時期でも、きっといつかは良いことがありますよ。世の中にはがんが消えたと書いてある本もあると聞きました。きっとなんとかなりますよ。大丈夫ですよ！

**O4** …簡単に言わないで下さい。この2カ月、あちこちの病院をかけずり回ってきました。どこの病院でも、もう治療法がないと言われました。どれほど医学が進んでも治すことが無理なことはわかっているのです。

**K5** 確かに、今までの病院では言われたかもしれない。しかし、まだ何かあるのでは…。

**O5** もういいんです。もう何も考えたくない…。

**K6** 実は、昨年春に、家内の母を亡くしました。同じ膵臓がんでした。義母も、同じようなことを言っていました。Oさん、あなたの気持ち、よくわかりますよ。

**O6** …いいかげんにして下さい。Kさんは、元気じゃないですか。私、もうすぐ死ぬですよ！ 元気なKさんに私の気持ちなんか、わかるはずがありません。大好きな家内や子どもを残して逝かなくてはいけない悔しい思い、いったいあなたに何がわかるのですか？

**K7** …。

いかがでしょうか？ Kさんは決してOさんを怒らせようと思っていたわけではありません。少しでも励まして力になりたいと思っていました。しかし、実際には、元気にさせたいというKさんの思いとは裏腹に、かえってOさんの気持ちをいらだたせてしまいました。

Kさんは、義母を昨年春に亡くした体験がありました。亡くなった義母の体験から、初めて診断を受けたときの気持ちや、治すことがで

きないとわかって、もう何も考えたくないという気持ちを、理解していました。そして、同じように膵臓がんの診断を受けて頭が真っ白になった気持ち、もう何も考えたくないというOさんの気持ちを理解しようと思いました。しかし、Oさんは、Kさんにわかってもらった感じはしませんでした。

**「あなたは元気じゃないですか。私、もうすぐ死ぬですよ。元気なあなたに、私の気持ちなんか、わかるはずがありません」**

この言葉は、終末期医療におけるコミュニケーションの原点になる言葉です。

コミュニケーションを教えている一部の先生の中には、相手の立場にたって注意深く観察をすれば、相手の気持ちを理解・共感できると考える先生もいます。あるいは、コミュニケーションの訓練を受けていけば、相手の気持ちを理解・共感することができる、相手の気持ちがそのまま自分の中に伝わってくる…と言う先生もいます。

しかし、私はあえてNoと言いたいと思います。

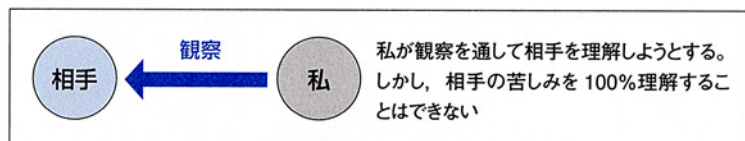
どれほど心をこめて相手の立場に立っても、あるいは、同じような病気の体験があったとしても、基本的に、私にとって相手とは、他者であり、100%同じ気持ちになることはありえないと考えるのです。どれほど注意深い観察を行い、ある程度の苦しみを理解できたとしても、本当の相手の苦しみをすべて理解することなどできないと考えるのが自然だと思います。もし、あなたが、大切な支え(友人でも家族でもかまいません)を失った場合を考えてみて下さい。理不尽な苦しみのため、気持ちが減入り、何の言葉も浮かばない苦しみの中で、あなたの前に、「あなたの苦しみを私は理解・共感できる、あなたの気持ちが私にそのまま伝わってくる…」と言う人が現れたら、どう思うでしょうか？ たぶん、不愉快に思うことでしょう。

あらためて、私たちは、苦しむ人の気持ちを理解・共感できるのか？を問い直す必要があります。



## 7-3 理解するのではなく、理解者になることはできる

理解しようとすることは大切です。私たちは、苦しむ人を、心配をし、気遣い、注意深い観察を通して、理解しようとしていきます(図7-1)。この注意深い観察は、私たちの主観的な理解ではなく客観的な理解として医学・科学の発達に寄与してきました。苦しむ人に対して、注意深い問診と内科診断、検査データや画像診断を通して、ある人を早期の胃がんと診断したり、ある人を心筋梗塞後の心不全と診断したりすることができます。たとえ、関わる医療者が異なったとしても、共通の尺度である診断基準を通して客観的な理解が可能となります。観察する人によって、結果が異なることはありません。観察から得られた情報をもとに客観的に苦しむ原因を理解できるからです。人の心も、心理テストなどによって、ある程度の範囲で理解することができます。不安であったり、うつ状態であったり、心理テストの結果による客観的な尺度は、治療効果を判定する上で、とても大切な指標になります。



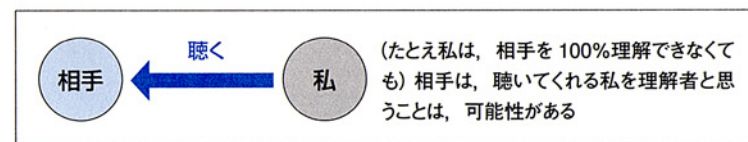
〈図7-1〉観察によって相手を理解しようとする

しかし、どれほど注意深い観察を行ったとしても、あるいはどれほど優秀な心理テストが開発されたとしても、生きていく上で避けることのできない理不尽な苦しみ、特にこの本で紹介してきた人間の存在と(生きる)意味が消滅するようなスピリチュアルペインをかかえた人の苦しみを、他者が100%理解することはできません。“相手を理解する”というスタンスは、限界があることを知る必要があります。援助的コミュニケーションを学ぶ上で、私たちは、苦しむ人の思いをすべて理解・共感することは、基本的にできないというスタンスをま

ず押さえたいと思います。どれほど、心をこめて相手を理解しようとしても、苦しむ人の本当の気持ちをすべて理解することは、他者である私にはできません。それでも、苦しむ相手を理解できない私が、なお、苦しむ人の前で何ができるのか?と問いかけてみたいと思います。はたして、相手のすべてを理解することのできない私が、苦しむ人と何か関わることなどできるのでしょうか?

ここでは、発想を180度変えて、苦しむ人と関わる可能性を考えてみたいと思います。理解・共感という言葉は、確かに大切な言葉です。ここで発想を変えるのは、誰が理解するのか?という視点です。どれほど、注意深い観察を行い、相手の立場に立って理解しようとしても、援助者である私は、苦しむ人の気持ちを100%理解することはいけません。そこで、主語を変えてみるという発想を持ちます。つまり、理解するのは、私ではなく、苦しむ相手であるという発想転換です(図7-2)。

たとえ私は相手を理解できなくても、苦しむ相手が、私を理解者だと思えることはできるのではないか。この発想であれば、関わる可能性が見えてきます。つまり、私が理解するのではなく、苦しむ人から見て私が理解者になることを目標としたとき、関わる可能性が拓けます。どんな私であれば、苦しむ相手からみて、理解者になれるのでしょうか?



〈図7-2〉聴くことによって、苦しむ相手の理解者になろうとする

援助的コミュニケーションの課題を再度確認します。苦しんでいる人は、自分の苦しみを理解してくれる人・わかってくれる人がいるとうれしいのです。どんな人が、理解してくれる人・わかってくれる人になるのでしょうか?という視点です。