

思いを行動に

私は共感と同情の違いを大切にしています。大変な事が起きている状況で「かわいそうだな」と思うだけ（同情）ではなく、どうすれば解決できるのかを一緒に考えて行動（共感）できるよう心掛けています。

私達は生活する中で困難な出来事に遭遇する事があります。多くの場合、「大変そうだな」「大丈夫かな」とは思いますが、素通りしてしまう事が多いのではないかと思います。以前の事になりますが、通勤途中、自転車のタイヤがパンクしている場面に遭遇した時、手伝ってあげた方が良いのかを考え、「おじちゃんが手伝おうか？」と言葉かけし、「学校に遅れそうなら電話する？」と声をかけて手伝った事があります。その後、「ありがとうございました。行ってきます」と、笑顔で通学した子供を見て嬉しくなりました。

同情（思う事）する事は誰にでもできますが、困り感を考えて一緒に解決に向けて行動することは誰にでも出来る事ではありません。手を差し伸べる勇気も必要ですが、余計なお世話と言われる可能性がある事も考えなければいけません。多くの場合、自分の思いに躊躇し、行動できないのではないのでしょうか。上記の例からすれば、他に人を呼んだかもしれない、余計なお世話になるかもしれない。等々、自分が手伝わなくても誰かが助けるかもしれないと思う事もあるのではないのでしょうか。

では、言葉で自分の思いを伝えられない利用者さんやその家族からすればどうでしょうか。ご自宅での困り感や他事業所との連携においても同様に、些細な困りごとであっても、一緒に考えて解決に向けて行動してくれる職員がいると、利用者さんやそのご家族にとって、心の支えにもなるのではないかと思います。「大変ですね」と同情してくれるだけの職員に対して、これから先、些細な事であったとしても相談することは出来ないのではないのでしょうか。しかし、相手の事を考えて一歩踏み出した支援を早急に考えてくれる職員に対しては「伝えて良かった」と思ってもらえるのではないかと思います。「大変な状況だな」と思う事は誰にでもできます。しかし、その先の一歩を考えて思いを形にする為には、行動しなければその思いも意味の無い事となるのではないかと思います。いくら、「自宅で大変かな」「ご家族も疲れているだろう～」とは言っても、行動が伴っていなければ相手には伝わらない場合が多いのではないのでしょうか。

そしあるの考え方としては、見えている物だけに注目するのではなく、その裏に隠された要因（行動や気持ち）を取り除くために何を考えて行動できるかを大切にしています。ともすれば、行動できない人は考えていないのと同じで、結果、利用者さんの困り感を解決できないまま悪い状況が続きます。しかし、その状況が結果的に変らなかったとしても、そこに到達するまでのプロセスを重要視することで、例え結果が悪かったとしても、色々な事を考えて行動した結果であって、次に活かせるのではないかと思います。結果が問題ではなく、思いを形にするために行動する事が重要だと捉えています。結果、うまくいかなかった場合、その考え方が（課題に対しての見え方の違い）間違っている場合（見る方向が違っていた）もありますが、重要な事はその人の為に必死に考えて行動できたか否かだと私は考えます。

最後になりますが、思いを行動に移す為には一歩踏み出せる勇気がとても大切です。思うだけではなく行動に移す事で、様々な変化が現れるはずで。そこで、新たな考えが浮かび、利用者さんにとって良い支援へ繋がるのではないかと思います。

理事長 安藤 学

調理実習を行いました☆



いよいよ本格的な夏の到来を感じるこのごろですが、今年は猛暑であり熱中症の危険性が更に高くなっております。熱中症とは、汗をたくさんかくことで体内の水分や塩分のバランスが崩れることが原因となりますが、今月の7月1日～7日までの1週間、全国の熱中症による緊急搬送人員は、9,105人でした。

今年より熱中症を予防する為、熱中症特別警戒アラートの運用が始まり、環境省のホームページや天気予報等で1日2回発表されています。

そしあるでも毎日、暑さ指数や熱中症アラートを確認しながら活動を変更しています。

涼しい環境以外では原則運動は行わず、運動できる環境であってもこまめな休憩や水分補給を行ったり、また発汗作用が乏しい方は特に注意し、濡らしたタオルで清拭を行ったりと熱中症対策を行っているところであります。

ご家庭でも、気温の高い日には日中の外出はできるだけ控えられたり、室内ではエアコンの使用をこころがけながら、今年の夏を一緒に乗り切りたいと思います！！



そしあるアドレス

そしある固定電話：0985-77-8817
そしあるFAX：0985-77-8818
そしある携帯①：080-5245-5677
そしあるPCアドレス：sosiaru@miyazaki-catv.ne.jp
そしある携帯アドレス：sosiaru80-78@softbank.ne.jp

そしあるHP

この度、そしあるのホームページをリニューアルしました
<https://npo-social.com>
どしどしアクセスしてください。
ご相談のある方は、
いつでもご連絡下さい。