

「介護医療」への思い

ちとせの介護医療連携の会

連載 事務局長 木下 浩志氏



第30回(終)「介護医療」への思い②

先日、当会が運営する無料職業紹介事業にご相談にいらっしゃった方のお話です。

この方は、現在介護職員として働いているのですが、新たな知識や技術を学習して専門性を向上し、スキルアップすることがその方の働く上での価値観の1つでした。その方は、「これまで自分の職業経験と取得資格を活かした仕事に挑戦したい」という一方で、「いまの自分の能力で、新しい職場で挑戦することに不安を抱えている。だから、今のままでもいいかもしれないとも考えている」と話されました。

この方は、いまの環境では自身が努力して取得した資格を活かすことができずにもどかしいものの、新しい環境に挑戦するほどの自信はないなど、考えが整理されていない状況でした。

ここで重要になってくる視点として「経験代謝」という考え方があります。

■経験代謝とは

「代謝」という単語からは、新陳代謝という言葉の思い浮かべる方が多いと思います。新陳代謝は、外部から生存に必要な物質を体内に取り入れ、不要になったものを体外に排出する生命体の機能のことです。新陳代謝は体の健康や成長を支えるのに対し、経験代謝は心の健康・成長を支える機能を表す言葉です。

新陳代謝は特に意識することなく自然に行われていることに対し、相談者の経験代謝を促すためには意識的に働きかけることが必要です。「経験代謝」を行うことで、相談者が自身の「経験」を棚卸し、自分自身について整理し考えを深めていくことで、目標設定や将来のビジョンを描くことにつながります。

「経験代謝」の仕組みとしては、「経験の再現」を通じて「意味を出現」させます。「経験の再現」からの「意味の出現」を何度も行いながら、相談者の自己理解が深まります。

自分の「ありたい姿」が明確になっていると自己肯定感が高まり、物事に取り組むモチベーションが上がります。その結果、主体的に考えられるようになり、責任感が生まれ、人と人とのつながりに最も大切な他者の立場や気持ちを理解できる状態になります。

■経験の再現

相談者「わたし、挑戦したいことがあるのですが、自信が持てなくて」

木下「挑戦したいことがあるけど、自身が持てないのですね。具体的にお話

してできますか？」
相談者「わたしは、いままでの経験から認知症高齢者のケアについて強く興味を持っていて幅広く支援したいと考え、介護福祉士の他に社会福祉士やケアマネの資格を取得しました。それを活かして相談援助職に挑戦してみたいのですが、介護現場での経験がほとんどなので、自信が持てないのです」

木下「相談援助の仕事に挑戦したいけど、これまでの経験を踏まえると自信がないと感じるのですね。そう感じるのとはどのような場面ですか？」

相談者「連携の会の研修会などで他の事業所で働いている人たちと関わると、皆さんの知識や経験に圧倒されることが多くて。わたしは知らないことだらけだと」

木下「他の事業所の方の知識や経験に圧倒されることが多いのですね。その時どのように感じますか？」

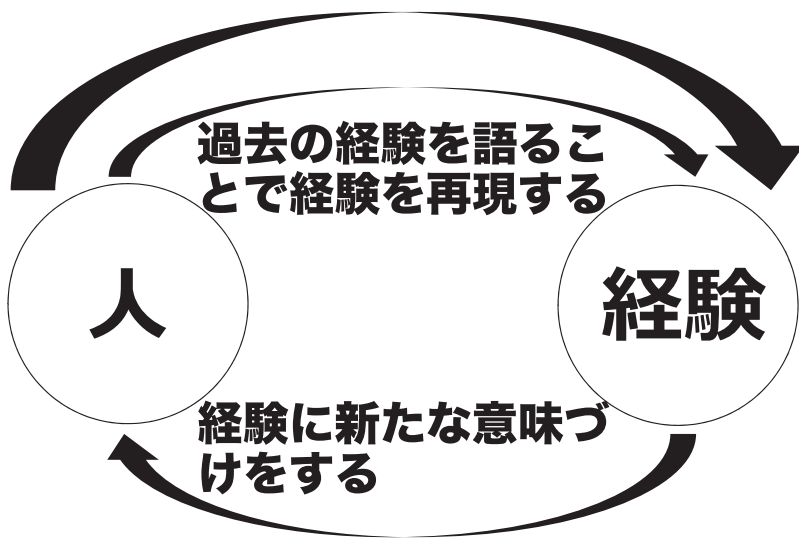
相談者「自分がちっぽけというか。努力が足りないと感じてしまいます」

このように相談者に問いかけながら、自信が持てないところについて、相談者がそう感じた場面を再現していきます。「経験代謝」において「経験」がただの出来事ではなく、その経験に対してどのような気持ちであるかが重要です。どう感じたかというところが「経験」です。感情を伴う出来事について再現していくのが、「経験の再現」です。

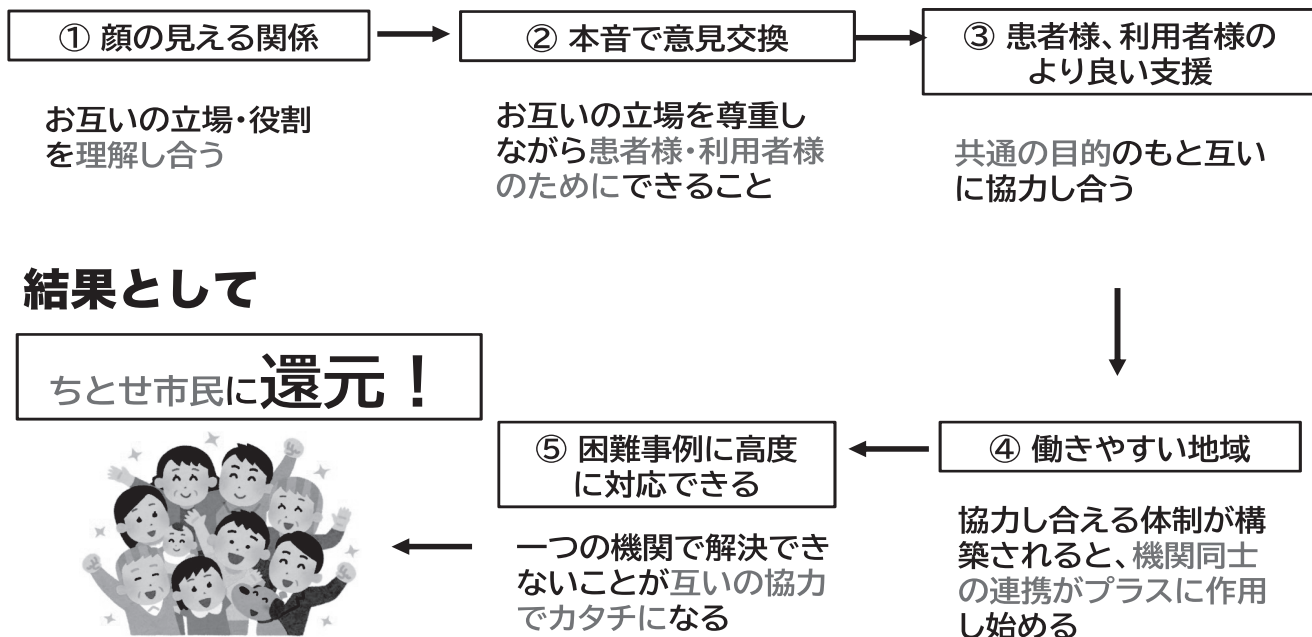
「経験の再現」を行うと、相談者の自己概念が少しずつ見えてきます。例えば、前述でいうと、研修会で他の事業所で働いている人たちの知識や経験に圧倒されることが多いという出来事に対して、自分がちっぽけに感じるという言葉が

▼経験代謝のサイクル

新たな気づきを行動にうつす



ちとせの介護医療連携の会の「あるべき姿」



出てきています。ここに自己概念が少し見えます。

■相談者の「ありたい姿」を確認

相談者がどんな人間かを改めて見つめ直すことで、自分の「ありたい姿」を改めて確認します。しかし、この「ありたい姿」は簡単に明確になるものではありません。相談者と一緒に、納得のいく形で、できれば難易度の低い行動目標を定めます。

ここで面談内容についてこれ以上詳しくは書きませんが、この相談者の場合は、過去の職業経験から、認知症高齢者との実践的な関わりは自身のキャリアにおける財産になっていることや、自身が興味を持ったことは積極的に能力開発を行い、自発的に努力することができることを自身の強みと認識し、その強みを活かしていくために新しい挑戦をするのが自身にとって良いことであると考えようになり、前向きな気持ちでキャリアチェンジされました。

■当会の経験代謝

経験代謝の話をしました。当会では、関係機関同士がお互いの立場、役割を理解し合うことが「顔の見える関係」ということをベースに、それを踏まえるからこそできる「本音での意見交換」が患者、利用者のよりよい支援に繋がり、そのような介護医療の環境こそ、職員それぞれが働きやすい環境になることを信じて活動しています。この原則部分は変わることはありませんが、診療報酬や介護報酬改定など医療介護を取り巻く制度の変化、サービス提供に関わるICTの有効活用、年々厳しくなる介護職員の確保、北海道胆振東部地震や新型コロナウイルス感染症など、それに合わせて当会の役割や運営方法を柔軟に変化させながら対応してきました。

当地域の現状は、オンラインでのコミュニケーションが少しずつ浸透してきましたが、現状では決して十分とは言えず、地域の関係機関同士が有機的に連携できている状況ではありません。このままでは、医療機関と介護サービス事業所が隔たりを感じながら、お互いに不満を言い合っていた頃に戻ってしまうのではないかと危機感があります。

昨年11月から連載を始めましたが、今回が最終回となります。いま思うことは、当会がどのような想いを抱き、活動し始めたのか、介護医療連携促進を図ることで、協力してくださる皆さんとどのような話をしながら進めていったのかを振り返ることができました。改めて実感したのは、私の仕事は自分の力だけでできることは何一つなく、周りで協力してくれる地域の介護医療従事者の方々がいるからこそこの事業であることを強く感じました。

この「経験代謝」から今後の事業運営は「地域の人を大切にすること」が自身にとって必要であると、改めて認識できました。ここに焦点を当て事業運営していくことで「当会のあるべき姿」である、介護医療を通じて市民の方々に還元できるものが、少なからずあると考えます。

連載を通じて道内のさまざまな自治体の方、介護サービス事業所の方などと新たな繋がりができました。「介護新聞の記事を読んでいますよ」という声を身近な人だけでなく、新たに会った方や、道内各地の方から言われることが多くありました。改めて介護新聞の影響力の大きさを感じました。連載をしていただきました介護新聞の皆様ありがとうございます。また、連載を最後まで読んでいただいた皆様、ありがとうございます。当会の事業について詳しく内容を知りたい方、情報交換をしたい方、講演のご依頼などございましたら、お気軽にお問い合わせください。(おわり)

□ちとせの介護医療連携の会ホームページ
<https://chitose-renkei.com>