

## 内観体験を介護に活かす

札幌太田病院 介護病棟

西尾 智津子<sup>1)</sup>

1) 介護福祉士

平成 17 年 5 月 1 日に入職し、新人研修として集中内観を体験させていただいた。内観については、禅定行（精神統一し自己を振りかえる）をとおし、見聞していた。今回、内観により自分の人生の歴史を真剣に調べれば調べるほど、自分がいかに多くの人に支えられ“生かされてきた”か、“生かされている”かに気づくと、さまざまな物事に感謝せずにはいられない、ありがたい心境に高まっていた。

そんな高まる気持ちのなか、介護病棟で勤務となった。以前の職場では、在宅訪問介護での利用者の方々は意思疎通が図れ、自分の思いを伝えられる方ばかりであった。しかし、介護病棟は、在宅介護では体験することのできなかつた重度の認知症者への介護である。患者のなかには、ニコニコと機嫌よく愛想がいいと思えば突然立ち上がり歩き出したり、幻覚妄想で大声を出し叫んだり、どう接して良いのか戸惑うことばかりであった。

私は、目の前にいる現在の患者のことは、まだ、ほんの一端しかわからない。

しかし、いま患者が、どんなつらさ、悲しみ、怒りを胸に秘め、今を生きているのだろうか、との思いを巡らせ、私自身の良心に問い、できるだけ患者の心の叫びを汲み取るようにした。そして、心を運びやさしく笑顔で受け入れることで、患者は自然に穏やかになって、私を受け入れてくれていることに気づいた。こうした心の叫びを受容する姿勢の内

観的介護ができるようになったのも、集中内観を通して気付いた“生かされている”感謝の心が、患者も私も同じ有限の命を生かされている人間同士であることを感じ取れたからだと思う。

また、1 日の介護スケジュールの中で、頻りに日常生活動作の介助や体の痛みを訴えてくる患者に対して、在宅での介護と異なって患者のニーズに応え満足に行く援助が出来ない時もある。反対に相手の立場になり過ぎ、情をかけてしまうと收拾がつかなくなり、いま誰の、何を、一番に優先すべきなのか...と、悩んでしまう。しかし、患者の言葉がなかなか出てこない中、その思いを察することができた時は、共に喜びとなり嬉しくなる。

患者と“穏やかに過ごし、話ができて”笑みをうかべて身を任せてくれる時間が少ないのが現状でもある。そんな生活を患者と共有する時間が、患者が以前より身近に感じられ愛しい存在に変わってきた。

最後に、まだまだ介護福祉士として人間としても未熟な私ではあるが、これからの介護を通して、人として介護の専門職として自己成長して行きたいと願っている。高齢の方々には、今まで築かれた人生の歴史がある。私は、その方々の歴史の心に少しでも寄り添え、穏やかで安心できる介護ができるよう、内観体験で築いた感謝の心を忘れずに内観的介護の道を究めていきたい。

なお本文の要旨は、第 20 回北海道内観療

法懇話会・第1回臨床内観療法研究会(2005年10月22日、札幌市教育文化会館)にて発表している。

#### 文 献

- 1) 太田耕平：幼児から高齢者までの心の発達 十段階心理療法 第10版．札幌太田病院，札幌，pp233-239，2004
- 2) 穂永 豊：老人の心理．中央法規出版，東京，pp227-240，1999