

ステージⅣからの復活 ”いま此処に立ち戻る生き方”

欠けたドーナツのままで、生きていい
— 医療現場で“戻る力”を育てるウェルビーイング

ポジティブアプローチ

菅 圭二 (SUGA KEIJI)

《問いと対話のファシリテーター / 天職デザインコーチ》

問い

「真面目な人」って、どんな人でしょうか？

今日の前提

今日は、「正解を探す時間」ではありません

プロフィール

2025年度 墨東病院学会 特別講演

菅 圭二 氏

ステージⅣからの復活
“いま此処”に
立ち戻る生き方



演 者 プロフィール
菅 圭二(すが けいじ)

兵庫県出身。音響機器メーカー勤務時代、「笑顔・対話・発想ノート」を活用し、人の可能性を引き出す関わりが評価される。2017年に独立し、ビジネスパーソンを支援するライフコーチとして【ポジティブアプローチ】を設立。42歳でステージⅣの癌を経験。生死の境で、「体感覚」を手掛かりに自分と向き合い、回復のプロセスをたどる。現在は、自身の患者体験に基づき、“いまこの瞬間に生きる力”と“対話がもたらす関係性の変容”をテーマに講演・研修を行っている。

2025

1. 30[FRI]

【開演】 15:00

会 場 東京都立墨東病院
14階 講堂

〒130-8575
東京都墨田区江東橋4-23-15

【講演テーマ】

- ★医療者のウェルビーイングを支える〈体感覚〉の理解と実践
- ★欠けたドーナツが教えてくれる、受容と関係性のデザイン
- ★“対論”ではなく“対話”が、現場をひらく

参加を希望される方は、ホームページ
学会ポスターのURLまたは二次元コードへアクセスし、
お申し込みください。

問いと対話のファシリテーター

兵庫県出身。音響機器メーカー勤務時代、
「笑顔・対話・発想ノート」を活用し、
人の可能性を引き出す関わりが評価される。

2017年に独立し、ビジネスパーソンを
支援するライフコーチとして
【ポジティブアプローチ】を設立。

42歳でステージⅣのがんを経験。
生死の境で「体感覚」を手掛かりに自分と向
き合い、回復のプロセスをたどる。

現在は、自身の患者体験に基づき、“いま此
処に生きる力”と“対話がもたらす関係性の変
容”をテーマに講演・研修を行っている。 4

38歳まで

**人と、どうつながればいいのかを、
ずっと実験してきた人生**

ライフチャート (2025版)

人生は山あり谷あり。
人は
「正しく生きよう」とすると強くなり、
「受け取られている」と感じると回復する。

あなたはいま、どちらの中にいますか？

Tさんとの出会い

「対話」によって
人と強いつながりを得ることができる、
と確信しました。

「対話」とは、「傾聴、受容、質問」。

対話とは

ここが問題だ！
なんとかしなきゃ！

対論

⇒真面目、評価、萎縮

おもしろい！そんな考え方も
あるんだね！

対話

⇒好奇心、緩む、余裕



すると、自分で決めて動くようになる！

【要点】 欠けに目が行くのは自然。
でも全体を見る視点も持てる。それが対話の姿勢

内省① ご自分との関係を振り返る

① ご自分への関わりについて、

○ 対論・対話どちらが多いですか？

○ 他人への関わりはいかがですか？

② 最近、誰かと未来を語り合いましたか？

職場での4年間

○ 残業

○ 対論

○ 自分に ← を向けられない毎日

がん体験

医療現場で受け取った3つの対話

- ・ぬくもり
- ・信じられている
- ・見まもり

欠けを直そうとされた時、私は緊張しました。
欠けを受け取られた時、私は生き返りました。

内省②

今、何を感じていますか。

正解はいりません

ライフチャート (2025版)

人生は一直線ではありません

うまくいく時も、迷う時も、
人は「関係性」の中で変化し続けます。

手術後の私の変化

今ここを生きる

ありがとう！むかつく！うれしい！かわいい！

感じたら、ハイ終わり

⇒「感情」に名前をつけ、流し切る

すると心に「余白」が生まれました。体が回復モードに戻り、結果として免疫が育っていきました。

ウェルビーイングとは

頑張り続けることでもない、

「元気でいなきゃ」「前向きでいなきゃ」でもない。

戻ってこられる場所がそこにあること。



最後に、問いをひとつ

あなたの現場には、
人が「戻ってこられる場所」 ありますか？

本日は、ありがとうございました。