

べてる

埼玉心理リハビリテーション研究会会報
第12号 平成26年2月1日(土)発行

埼玉心理リハビリテーション研究会 ホームページ

「埼玉心理リハ」で検索すると見られます。

(新サーバー) <http://dousahousaitama.web.fc2.com/saitama-sinri-riha.htm>

月例会の様子、BBSなどいろいろな情報があります。
全国の様子を知るページとのリンクもあります。

心理リハでの時間を振り返って…

埼玉県立宮代特別支援学校 小林 智子

埼玉心理リハビリテーション研究会で勉強させていただき、4年が経とうとしています。初任の頃は分からないことばかりの毎日で、手当たり次第、校外の研修に参加しては答えを見つけようとしていたことを思い出します。参加した研修は座学中心であり理論的に学ぶことはできても、いざ子どもを前にすると何もできない自分がいることに気づきました。初任1年振り返り、実践力を高めていく必要性を強く感じ、心理リハに参加させていただくようになりました。

月例会でサブトレーナーからトレーナーへと変わったときの衝撃は覚えています。スーパーバイザー(SV)の先生方が実際に指導方法を見せてくださり、同じことを私もしてみるという状態からスタートしました。少しの間SVの先生が離れると「次はどうすればいいのだろう・・・」と思っていました。今更ではありませんが、この場を借りてトレーニー・保護者の方々に「ごめんなさい」の気持ちを伝えたいと思います。同じ頃にSVの先生より「トレーニーとは、身体のやりとりを通して関係を作っていく」というご指導を受けました。身体のやりとり場面で、「いかにトレーニーに意図を伝え、努力を促し、動作を学習できるようにするのか」ということと、心得ています。実際にSVの先生方や先輩の先生方は、トレーニーに分かりやすく伝えており、そのことでトレーニーも自分の動きを学習する姿を見てきました。結果、良い関係が築かれお互いに笑顔になるということ学びました。関係を築いた上でトレーニーと学習を始めるという私の癖を、いち早く見抜いてご指導してくださったことに感謝の気持ちでいっぱいです。現場に帰ったときも意識するようになりました。

平成24年トレーナー研修において、SVの先生より「分からないことは、トレーニーに聞く」というご指導を受けました。“どうして今のような身体の使い方になっているのか”というトレーニーのそうせざるをえない理由を見ていき、「次はどうすればいいのだろう・・・」ではなく、「どのような学習が必要なのか」ということを考える大切さを学びま



した。「分からないことは、触れている手と言葉がけを通してトレーニーに尋ね、トレーニーの動きの変化を感じ取る」ことと、心得ています。この点に気づいてからというもの、良い意味で力を抜くことができ、トレーニーの動きを感じるとることができるようになってきたところです。上記のように実感する一方で、キャンプのように何日間か継続してトレーニーと向き合う際には、まだまだトレーナー本位の学習の進め方になってしまうところがあり、トレーニーのできることや身体の状態を感じ取ることができないときがあります。あくまでも、トレーナーがトレーニーに触れる手は、“目安”であることを念頭においてこれからも勉強していきたいと思っております。

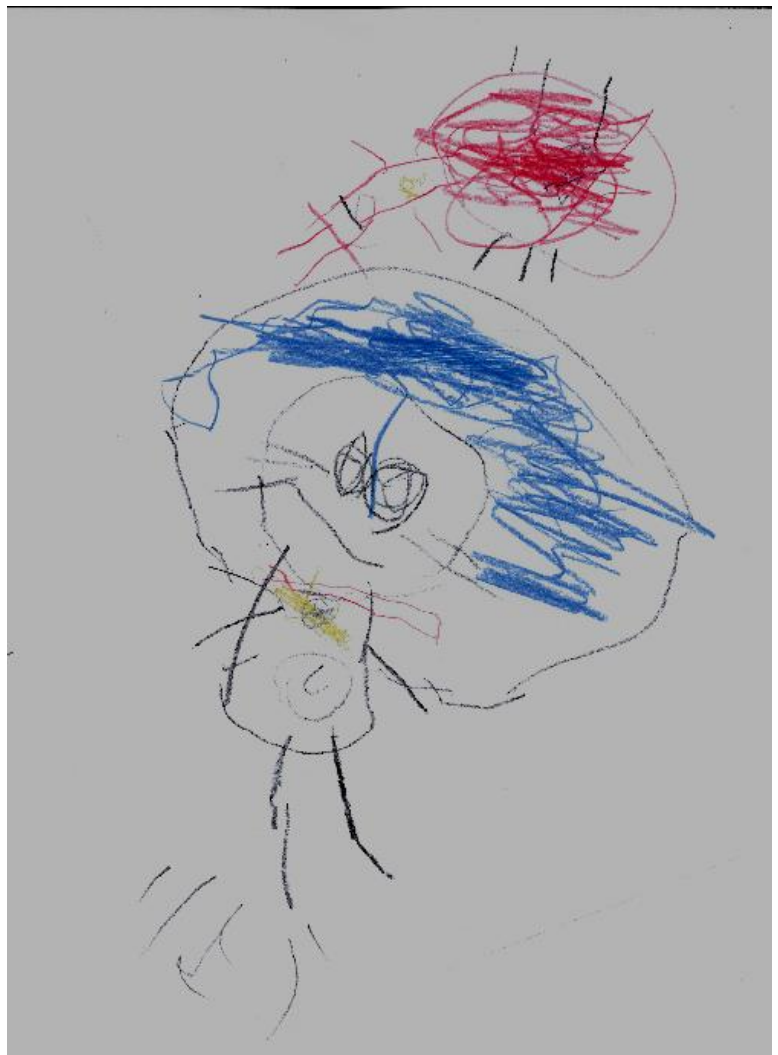
最後に、心理リハでお世話になっている皆様にお礼の気持ちを申し上げます。月例会で勉強させていただいているトレーニー・保護者の皆様、的確な指導をしてくださる先輩の先生方、共に頑張れる同期、同志の先生方に感謝の気持ちでいっぱいです。これからもどうぞよろしくお願いいたします。

トレーニー保護者より

毎日元気いっぱい、もう少しで歩けそうだった 10 ヶ月の亮が、HHV6脳症（突発性発疹脳症）を発症し、危険だった状態を脱してもう少しで 10 年になります。不安と焦りと現実を受け入れられない日々の中で、毎日リハビリを受けても目立った回復は見えなくても、1 日 1 日成長していく亮の為に何かしなくてはと参加した障がい児サークルで篠原先生と出会ったのが動作法との出会いでした。毎回泣く、泣き叫ぶ、暴れる亮が一番体力の要る手のかかる子だったと思います。（その節は本当に申し訳ありませんでした。）月例会に参加させて頂けるようになってからも相変わらず大泣きで先生方の手を煩わせていましたが、最近では集中出来る時間も増え、分かりやすく課題を伝えて頂ける中で目標に向かって頑張るようになってきたと思います。チョコチョコと落ち着きの無い息子で先生方、お母さん方、お兄さんお姉さんに御迷惑をお掛けしておりますが今後とも宜しくお願い致します。

（尾形 久美江）

亮くんが描きました。
（ドラえもん と
ミニドラえもん）



第12回 ミニ・キャンプ 報告

マネージャー : 篠原 弥生

- 1 主 催 埼玉心理リハビリテーション（動作法）研究会
- 2 日 時 平成25年7月13日（土）～14日（日）
- 3 場 所 聖路加看護大学1号館（本館）地下アーツルーム
- 4 参加者 トレーナー・トレーニー10組、サブトレーナー4名
- 5 テーマ みんなにわかりやすく

初日は飯嶋先生の講演がありました。テーマ通りわかりやすくしかも楽しい内容でした。実際に身体を動かす場面では非常に盛り上がり、時間がたつのもあっという間でした。

午後は飯嶋先生によるインテークでした。トレーニーはみな緊張気味でしたが、よく頑張っていました。保護者からは「飯嶋先生は初めて子どもを見るのに、実態をよくつかんで、その上で課題を出してくれるのでありがたい」という声が出ていました。

2日目は1時間×3回の動作法、こんなに集中して行うのはトレーニーは初めてです。テーマにあるように、トレーニーに課題をわかりやすく伝え、丁寧にトレーニーの反応を窺うように心がけました。1回目の動作法は「こんな感じ？」とお互いに手探り状態でしたが、班別のミーティングをはさんで、トレーナーは課題を再確認し、インテークに基づいてトレーニーに向かい合うように修正をしました。その結果、1回目ではなかなか重心移動がうまく行かなかったトレーニーもしっかり左右の足で踏みしめることができるようになったり、肩や腰の力をリラックスできるようになったり、成果が見られるようになりました。

集団療法のフラフープ転がしでは、おやつゲットという目標に向けて、動作法以上に十注して取り組むことができていました。

今回は初の出張型ミニキャンプでした。聖路加看護大学の有森先生、有田先生をはじめ学生さんやボランティアさんたちに支えられたミニキャンプになりました。清潔で使いやすい会場で本当に感謝しています。

またトレーナーにとっては1日目夕食のもんじゃ焼きも楽しかったです。月島もんじゃ、つきしま小町最高！（やはりお勧めは、明太・チーズもんじゃかな？）



編集後記

みなさん、こんにちは。今年度もあと2ヶ月ですね。個人的には、職場で6年生の担任をしているので、卒業がいよいよ近づいてきたと実感するようになり、ちょっぴり寂しい気持ちです><

埼玉心理リハでは、1月12、13日に動作法集中研修会があり、初めてのマネージャーとしての仕事を終え、ホッとしているところです。講師の緒方登士雄先生を始め、皆様にご協力いただき、とても有意義な研修会になりました。詳しくは次回のべてるでご報告する予定です。

では、今回も簡単に感想を述べさせていただきます。

「心理リハでの時間を振り返って…」を読んで、小林先生のように自分の課題に気づいて、自分から学ぼうという若い先生方がもっともっと増えるといいなと思いました。そのためにも、私ももっとうまく伝える力をつけたいと思っている今日この頃です。それから、「分からないことは、トレーニーに聞く」ということ、これからも常に忘れずにいたいですね。相手の気持ちに寄り添い、共有しながら関わっていると、相手も心を開いてくれるのだなと日々、感じています。

「トレーニー保護者より」は、今回は尾形さんに書いていただきました。あんなに幼かった亮くんも最近は何だかお兄さんらしくなり、本当によく頑張っていますね！！今後ともよろしくお願い致します。亮くん、楽しいイラスト、ありがとう♥

では、皆さま、まだまだ寒い日が続きますが、体調等には気をつけてお過ごしください♥

菅原 恵（旧姓：新井）

