

べてる

埼玉心理リハビリテーション研究会会報
第15号 平成28年3月5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。

トレーナーより

ついに「べてる」執筆の大役が回ってきてしまいました。いつもは編集後記で皆さんのお話を楽しく拝見しているので、複雑な心境です。トレーナーの皆さんとはいつも熱くアツく関わらせていただいています、越谷特別支援学校の西塚です。

この埼玉心理リハビリテーション研究会に参加させていただくようになったのは、五年ほど前です。当時の私はクラスの子供たちに自分は何ができるのか、何かできるようになりたいと考えていたように思い出します。そんな中、同じクラスの先輩の先生が子供たちと楽しそうに関わっている姿に憧れていました。この時感じた『楽しそう』はワイワイ遊んでいることではなく、言葉をまだ話せない子供たちとまるで会話をするように課題に向き合っている姿でした。そして、その先輩教員から話してもらったのが【心と身体】についてのことです。いま振り替えれば心理リハビリテーションの考え方ですね。でもその当時の私には目からウロコですし、視界が開けたようでした。それから、動作法を知り、埼玉心リハに参加させていただくようになりました。トレーナーの皆さんからは本当に多くのことを毎回教えていただいています。毎度、汗かくですみません。

あれから毎日のように動作法を通して子供たちと関わってきましたが、実は！去年の12月に、ようやく、子供の気持ちの変容を受け取り、寄り添いながら導いていくことが少ー少ーだけできたような気がしたんです。五年たってようやくちょっとです。人の気持ちにアプローチするのって本当に難しいな、でもおもしろいな！と実感しています。

現在、特別支援学校の教育現場においては、様々な指導法が、子供たちのより良い学習や生活のために実践されています。どの指導法も特徴があり、様々な効果が期待されるものです。その中であってやはり私は、子供たちとはまず動作法を通して関わることが多いです。それは子供たちの心に働きかけることの重要性を知っているからのように思います。心へのアプローチは数値化できません。つねに集中し緊張感を持つ必要があります……疲れます。それでも、感じ取ろうとする自分の姿勢がこどもたちの理解に一番まっすぐ繋がると感じています。また課題を乗り越えたときのアイコンタクトや達成感の共有は、やみつきです。最近は集団の授業や、生活指導の場面においても心リハで学んだことを少しずつつかせるようになり、子供たちとのやりとりが日に日に楽しくなっています。今年の私の目標は『初心にかえる！！』です。改めてセンセイ1年生の頃に学んだ【心と身体】の繋がりを大切に精進しながら、一つでも多くのことを受け止め伝えられるように努めていきます。トレーナーの皆さん、月例会ではより濃厚に！！これからもよろしく願います。

第14回 ミニ・キャンプ

テーマ「個々のニーズに応える効果的な動作法」

- 1 日時 : H27. 7/18(土)～20(月・祝)
- 2 場所 : 埼玉県民活動総合センター
- 3 総合指導 : 吉川 吉美 先生
- 4 メンバー構成 :
 - <トレーナー> 月例会から 7名 他訓練会から 2名 合計 9名
 - <班長> 1班 SV:片岡 弓人 2班 SV:島村 隆博 3班 SV:菅原 恵
 - <トレーナー>神白 翼 関 洋介 藤巻みのり、片瀬 真由、高村 広美、船山正明 尾花恵、坪川朋美、
 - <サブトレーナー>出井一紀 古井田謙斗
 - <マネージャー>鈴木靖 <サブマネージャー>菅原 恵(兼務) 出井一紀 尾花恵
- 5 研修会の経過

「個々のニーズに応える効果的な動作法」をテーマにミニ・キャンプを企画しました。動作法で子どもたちにかかわる時には、一人一人の特性に応じ、効果の上がるような支援はどのようなものであるかが重要なテーマです。子どもが見せる行動から、まず実態把握を大切にして、それぞれの課題を適切に提示し行います。その方法も、プロセスが一貫していて効果ははっきり見られるように工夫する必要があります。今回のミニ・キャンプでは、インテークから一貫したプロセスの中で、動作法でかかわる実習を通して研修を深められればと考えていました。トレーナーは、半数以上が新しい(月例会のメンバーではない)トレーナーでしたが、トレーナーは月例会メンバーのベテラントレーナーが大半でした。講師に、吉川吉美先生をお迎えし、トレーナーのインテークのもとに吉川先生にフォローアップしてもらい、実技研修等では「現場のトレーナーのニーズに応じた工夫」を皆で確認し、動作法の時間に実践するといった形で進めました。



動作法集中研修会(H27年度第9回月例会)

- 1 日時 : H28. 1/10(日)~11(月)
- 2 場所 : 埼玉県立宮代特別支援学校
- 3 総合指導 : 清水 良三 先生(明治学院大学教授)
- 4 メンバー構成 :
 - <トレーナー> 月例会のメンバー14名全員が参加
 - <班長> 島村隆博(蓮田特支)、渡辺文俊(熊谷特支)、出井一紀(蓮田特支)
 - <トレーナー> 鈴木靖(越谷西特支)、大野聡太(越谷特支)、藤巻みのり(高崎特支)
野本史織(蓮田特支)、小澤良崇(宮代特支)、平田勇二(熊谷特支)
富田正人(日高特支)、小林江美里(駒女大学院)、大谷圭(越谷特支)
小澤さつき(蓮田特支)、小沼早恵乃(宮代特支)、坪川朋美(熊谷特支)
船山正明(熊谷特支)、高村広美(日高特支)
松浦祐子、古井田謙斗、竹ヶ原裕佑、平田勇二、志村大我、
 - <サブトレーナー> 小河原咲(越谷特支)、鈴江卓馬(毛呂山小)、児島英一郎(蓮田特支)
奥山善也(越谷特支)、岡崎明德(毛呂山小)、大島啓輔(熊谷特支)
中村悟子(蓮田特支)、中富太智(越谷特支)、千代田明佳(熊谷特支)
高橋菜穂子(上尾かしの木特支)、小田桐栄佳(駒女大学院)、大宮司孝次
 - <マネージャー> 出井一紀(蓮田特支)
 - <サブマネージャー> 菅原恵(上尾かしの木特支)

5 研修会の経過

久しぶりに清水良三先生を埼玉心理リハに迎えての集中研修会になりました。清水先生には、インテークでトレーナー全員の課題を見立ててもらい、取り組みのアドバイスをいただきました。研修では、「動作法理論の歴史」というテーマで講義してもらい、動作法の具体的な技法ということであぐら座や側臥位での肩緩めなどを実技講習していただきました。先生の話の中で、特に印象に残っていることは、トレーナーにとって無理のないかわりを大切にすることです。一例として、筋緊張が強い部位を緩めるときには、トレーナーにとって好きな方向(力が入っている方向)への動きを一度出してから反対方向(緩める方向)への動きを誘導するということがありました。そのようなストレスレスのかかわりをトレーナーも心がけたことで、トレーナーも普段の月例会とは違う長時間の動作法にも取り組むことができましたし、それぞれ動作改善や心理的な安定につなげることができたのだと思います。清水先生のアドバイスは、保護者のみなさんからもとても好評でした。

今回は、トレーナーの参加者が多く、月例会のメンバー全員にトレーナーとして参加してもらえたのは、とても嬉しいことでした。感想発表やアンケートからも、参加者が多くて研修会自体が盛り上がってよかったという意見が多くありました。この盛り上がり月例会にもつながるようにしたいと強く感じています。



編集後記



今回編集後記を担当することになりました尾花です！いつも編集後記を担当している西塚先生は、『トレーナーより』で登場していましたね。西塚先生の熱いアツい思いが伝わってくるお話でした！私も西塚先生と同じ頃、心リハに通うようになりました。その頃の思いは前回の『べてる』でもお話させて頂きましたが、西塚先生のお話にもあったように、センセイ1年生だった私たちは、自分にできることを必死に見つけていたように思います。その中で出会った動作法、心と身体の大切さを思い出しました。身体を介した心へのアプローチ、それが伝わって返ってきた時の喜び、それを心リハの皆さまに教えて頂いたことが今に繋がっているのだと思います。あの頃の気持ちを心に置いて、日々精進していく大切さを改めて感じました。

さて、1月の10日、11日には、毎年恒例の集中研修会が開催されました。今回は参加者多数で、活気あふれる研修会になったそうですね。講師に来て頂いた清水先生からは、動作法の基礎についてのお話やストレスレスなかかわりについてのお話があったそうです。私は残念ながら参加することができませんでしたが、参加された先生のお話や、訓練記録から、充実した研修会になったことが伝わってきました。何より、最終日の集合写真の皆さんの笑顔から、充実した2日間だったことが分かりますね！ご協力頂いたトレーナーの方々、保護者の方々、ありがとうございました。今後の月例会にも活かしていきたいと思います。

最後に、3月に入り、暖かい日が増えてきましたが、インフルエンザの流行は続いているようですね。花粉症の方にもつらい季節になってきました。うがい手洗い動作法で体調管理に気をつけていきましょう！！

