

第 35 回「関東地区会」定例研修会

主 催：日本人間関係学会 関東地区会

実施日：平成 30 年 3 月 10 日（土）14 時～17 時

会 場：越谷市中央市民会館第 11 会議室

担 当：白石京子・杉本太平

本年度テーマ： 「支援者としての困難と克服」

－自分自身が挫けないための方法を見出す－

今回のテーマ 支援者の精神的健康とHRST

<趣旨>

現代、危機的状況では保護者、教師、子どもに関わるすべての支援者が、子ども達を援助するのに重要な役割を担っている。支援者は、本能的に自分のことを二の次にして、支援を第一にしがちとされている。しかし、支援者自身の反応をモニターし、自分自身のニーズを満たすことが重要である。そこで、今回支援者支援についての対策・HRST理論を述べ、その後、振る舞いにつなぐことを目的とする。

<キーワード> ストレスコーピング・HRST・関係学・支援者の精神的健康

<展開>

I 部 テーマに基づく話題提供(14:00～14:20)

現在、東日本大震災や熊本地震など、破壊や喪失のダメージに晒された人々への支援は進んでいるものの、支援者への支援の遅れが指摘されている。被害者を支援する支援者には、心理職や教師、保育者が含まれており、心理職は被害者が突発的な出来事を越えていけるよう支援する訓練を受けている。しかし教師や保育者は子ども達を安心させることが出来るが、多くの場合、メンタルヘルスや危機対応の正式な訓練を受けていない。

支援者は、支援に従事し、当事者から頼りにされている時は強い高揚感や充実感を覚えるが、その状況が長期化や、十分な結果が表れない際には、ストレスが高くなり、支援者も不調になることが分かっている。これらの人は真面目で、責任感が強く、目標に到達できないときの反動が大きく、職業上の自尊心から、自分の感情や不快感を訴えにくい。そのことから、事態が悪化することも指摘されている。このような状況に対し、人間関係士としても、そこで、NASP(アメリカ学校心理士会)資料を述べながら、支援者の精神的健康・ストレスコーピング、そしてその解決策としてのHRSTについて説明する。

II 部 セッション(14:20～14:55)

目的：支援者としての困難・悩みを捉えた自己を振り返り、集団の中で多面的な可能性を探り、意欲を高めていく。手紙の技法

- 展開
- 1 本年度もらった手紙から
 - 2 シェアリング
 - 3 整理・まとめ

III 部 総会 (15:10～16:10)

司会 岡田昌子

- (1) 会長挨拶
- (2) 本年度の活動報告
本年度の活動の振り返り－参加者によるフリートーキングー
・本年度のテーマや研修から学んだこと
- (3) 本年度の活動に基づく会計報告

- (4) 次年度の活動計画
- (5) その他
- (6) 事務連絡

※終了後、懇親会(17時30分～2時間程度・新越谷駅近郊)を予定しておりますので、皆様、奮ってご参加頂きますよう、ご案内申し上げます。

<役員会>

当日、13時～14時まで役員会が開催されます。

<連絡・問合せ先> 関東地区会事務局 杉本太平(宇都宮共和大学)

Eメール taihei_sugisan@yahoo.co.jp

FAX番号 048-977-8567 携帯番号 090-4393-1305

<次年度 第36回研修会のご案内>

開催予定日:平成30年 5月12日(土) 14時から

開催場所 :越谷市 中央市民会館 第9会議室

担当予定者:佐藤啓子 記録:事務局

