

2018 年度「関東地区会」研修会報告

関東地区会会長 杉本 太平

2018 年度の関東地区会研修会は年間テーマを「分断・孤立からの関係創生－関わりをつなぐ可能性を見出す－」として研修実践を展開した。本報告では、各研修会の内容を(1)テーマ (2)展開技法(研修方法) (3)研修内容(要約) (4)キーワード に整理して、全体の学びの分析・考察をする。

1. 第 36 回研修会概要(5 月 12 日/越谷市中央市民会館/佐藤啓子:資格講座 B-2)

(1)テーマ「分断・孤立の根底を探る」

(2)展開技法 講義・行為法(心理劇)「地域場面での関係創生」の心理劇・シェアリング

(3)研修内容

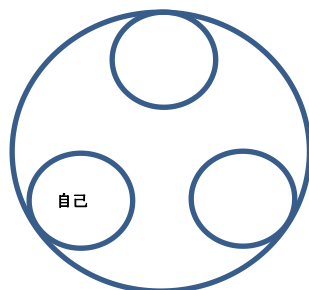
① テーマに基づく話題提供

人間関係における分断・孤立を生み出す根底には、人が何を大切にし、他者とどう生きようとしているか、ということと密接不可分にかかわっている。

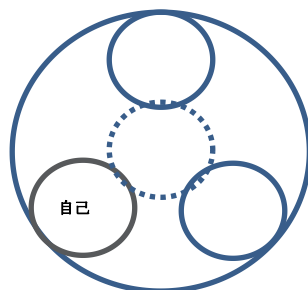
本研修では、目下ベストセラーになっている著書『君たちはどう生きるか』(原作 吉野源三郎 マガジンハウス 2017 年 12 月第 11 刷)を手掛かりとして、その根底を探る。

人間としてどう生きるか、何に価値を置いて生きるか、ということと密接不可分にかかわってくるが、ここでは、つながりあって生きることを「善いこと」と考え、以下のように図式化して考える。

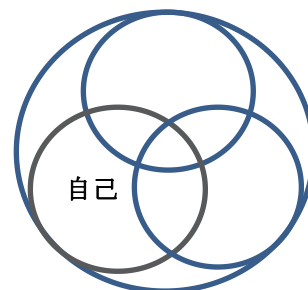
① 孤立的状況



② 関係創生過程



③ 関係創生状況



本研修では、②を明確化し③をどう実現するかが目的である

② 話題提供に基づく心理劇的場面の構成 (監督:佐藤啓子)

● 展開1 町長選挙の場面

ある地方の中間都市で町長選挙が行われる。ある候補者が、みんなが集える総合施設をつくり、住み良い町にして、高齢者の生活を豊かにし、安心して暮らせる町にしたいことを公約として掲げ、当選した。それは、町民の信念でもあった。● 展開2 参加者それぞれが特色ある支援サービスセンターを開き、その宣伝をする。

● 展開2 分断と孤立場面

町長が当選した後に、川向こうの隣町の施設を利用するための橋を架ける方が予算的にも手続き的にも合理的であるとの考えから、方向転換を提案し始めた。それは現実路線で合理的だと町長を支持する派と、町長の公約違反を咎め強固に反対する町民との間に分断が生じる。

● 展開3 関係創生場面

議会の質疑の中で町長が何故方向転換をしたか、丁寧な説明を繰り返す中で理由が明らかになると同時に、町民のためのより良い選択は何か、共通の信念(優先事項・求めるサービス・生活の向上・過疎化対策)を見出していくプロセスが生まれる。

[心理劇での関係創生のプロセス]

丁寧な説明を繰り返していく(相互のコミュニケーションと意思の表明)

↓

多様な補助自我の存在(町長の立場・対立候補の立場・町民の立場など)

↓

共通の信念…関係創生の基盤(高齢者の生活をより良くする実のある方策)

↓

多様な補助自我の居る集団には分断・孤立は少なく、自然に関係創生が実現しやすい

② シェアリング・まとめ

今回の研修では、「油揚げ事件」(いじめ)など集団と個の関係に成立する分断・孤立と、「雪の日の出来事」など集団と集団および仲間集団からの離脱としての分断・孤立、社会集団内に生起する分断・孤立など様々な視点からこのテーマを掘り下げ、そこからの関係創生はいかにして実現するかということを学びあう研修となった。特に、吉野源三郎著『君たちはどう生きるか』にある深い人間理解に改めて接し、参加者それぞれの体験や人間関係に照らして、深く掘り下げられた内容の濃い研修であった。

(4) キーワード

- ・分断・創生 関係創生の過程 補助自我 「君たちはどう生きるか」
- ・分断孤立の状況から関係創生のためのプロセス
- ・人間理解と相互コミュニケーション
- ・共有できる信念(概念)の基盤
- ・多様な補助自我の存在

2. 第37回研修会概要 (7月7日/越谷市中央市民会館/杉本龍子/資格講座B-2)

(1) テーマ 「社会福祉領域におけるさまざまな問題と家族への支援」

(2) 展開技法 講義・事例検討・行為法(心理劇)「終わりの心理劇」・シェアリング

(3) 研修内容

国は高齢社会の中で在宅医療を推進している。これを受けて医療機関では単身世帯、夫婦のみの世帯、高齢化、これらの課題を抱えて対応に苦慮している。経営破綻しないために入院期間を短縮し退院支援を積極的に行う必要がある。そこでは、家族など社会関係の把握や対象者の経済的・社会的問題をとらえ多職種の連携を行うことが必須である。人間関係士として分断・孤立しないための関わりをつなぐ可能性を見出だしていきたい。

① テーマに基づく話題提供

NHK ラジオ番組「ラジオ深夜便」『いのちの仕舞い』より 別紙配布

小笠原氏のエッセイを各自読む。それぞれ感じたこと、考えたことなど

② 話題提供に基づく心理劇的場面の構成 (監督:杉本太平・杉本龍子)

【事例1】 Dさん, 32歳, 男性。身長177cm、体重71kg。左中大脳動脈閉塞で減圧開頭術を受け、気管切開を受けた。両親と弟(28歳)がいるが、10年前からアパートで1人暮らしをしている。板金加工会社に勤め、営業を担当している。ふだんは9時から22時ごろまで仕事をしていることが多く、ときには夜中まで仕事の付き合いをしていた。友人と飲食している途中で気分がわるくなり、声をかけても反応できない状態となって、救急車で搬送されてきた。検査

の結果、緊急手術となった。

【事例 2】 90 代。女性。脊椎カリエス。脳梗塞。入院中、退院支援

【事例 3】 90 代。女性。脳血管障害。一人暮らし。在宅医療

●終わりの心理劇

③シェアリング・まとめ

人の身体機能としての「生命」はその死と共に無くなってしまふものであるが、その人がかかわった人やものとの「関係」はその後にも繋がっていく。関係学には「関係責任」という考え方があふ。人が他者やものと関わって生きた証(いのち)は「関係」の中に繋がっていくことを理解して、今を真摯に「生きる」ことが人の「在り方」として大切である。ということが、本研修を通して、学び合えたといえる。

(4) キーワード

- ・ホスピス『いのちの仕舞い』
- ・高齢化と在宅医療
- ・「いま」を真摯に生きる在り方と「関係」のつながり
- ・関係責任

3. 第 38 回研修会(9 月 22 日/越谷市サンシティホール/白石京子:資格講座B-1)

(1) テーマ 「児童を取り巻く様々な支援の方法を探る」

(2) 展開技法 講義・事例検討・行為法(心理劇)「子育てに困難を抱えている家庭の心理劇」・シェアリング

(3) 研修内容

近年、乳幼児精神保健領域における子育て支援の広まりと共に、親子・家族の関係性にも焦点をあてた支援の重要性が指摘されている。生後一人では生きていけない乳幼児は、養育者の手厚い養護と保護を受けて、養育者との関係性の中で成長・発達していく。子どもの心身の状態は生物学的組織を基盤とするが、その一方では、親子・家族との関係の有様といった環境要因によって大きく影響を受ける。発端が子ども側にあつて、親子の相互作用が繰り返される中で、親側との関係が加わることになるため、その調整を行う必要が出てくる場合がある。現在、母親にかたよる子育ての負担、育児の孤立が叫ばれ、「育てにくさを感じる親に寄り添う支援」が重点課題となった。親にとって子育てが負担になったり、親の生活そのものを大きく乱したりする場合は、子育てに否定的になり、一層育てにくさを感じてしまうことも想定される。子育て中の親が、育児に対して少しでも余裕と自信をもち、親としての役割を發揮できる社会を構築するためには、どのような視点や支援が必要であろうか。そこで、今回の研修で相談事例を紹介し、心理劇(関係心理劇)で関わりの可能性を模索していきたい。

① テーマに基づく話題提供(子どもの育て難さに繋がる要因)

- A. <子どもの気質・特性、発達、行動反応のパターン等の課題>
- B. <親の気質、生育歴、育児に関するストレス、子どもの行動の受け取り方等の課題>
- C. <家族の関係、仕事・経済の課題>
- D. <ソーシャルサポート、社会的資源の課題>

<事例検討>(略)

② 話題提供に基づく心理劇的場面の構成(監督:杉本太平・白石京子)

●展開1 母親のモノローグ

上の子どもの言葉が遅くてイライラする。下の子どもも、発達が遅くてイライラする。うまく育っていないくて辛い。夜も寝られない。夫も手伝ってくれない。一人でどうしたらいいのかわからない。

●展開2 I部で分析した課題をもとにして、それに沿ってかかわる人(支援者)を設定してかかわる。

a.父親との関係

母親に支援者(A)が父親との関係促進や前向きなコミュニケーションがとれるようにアプローチする。

b.子どもとの関係

母親に支援者(B)が上の子に対する母親の気持ちを受容しつつ、上の子との関係促進や関わり方の可能性が見出せるようにアプローチする。

c.地域との関係

母親に支援者(C)が地域における母親の居場所作りの可能性が見出せるようにアプローチする。

d.子どもに対する専門的な支援

母親に支援者(D)が子どもの発達に関する母親の心配や不安に対して専門的なケアが受けられるようにアプローチする。

e.その人自身への働きかけ(心理劇の展開の中で提案された新たなアプローチ)

母親に支援者(E)が母親自身への労りや勇気づけと子どもや夫への認識や捉え方について修正(リフレイム)ができるようにアプローチする。

●展開3 母親役の、相談を受けての感想。

一番心に残ったのは、専門的な支援だった。医療関係につなぐという具体的な道筋が見えた。公園も同じ時間帯でなくてもいいんだ、行ってみよう、と思えた。また、自分自身への働きかけについては、そうだ、こんな感じ方やこともできるのだな、と思った。等

③ まとめ

答えは一つではないと思っているので、いくつかの課題を見つけ、その中でどれがその人に合っているかをみつけていくようにしている。カウンセリングの方法も一つではないと思うので、色々な方法を知っていることが必要だろう。その上で、その人にはどれが一番合っているのかを見つけていくことが大切なのではないかな。

(4) キーワード

- ・子育ての困難感とその要因
- ・乳幼児精神保健領域における子育て支援
- ・「育てにくさを感じる親に寄り添う支援」
- ・人間関係士としてのアプローチ・支援の可能性(母親自身への労りや勇気づけと子どもや夫への認識や捉え方について修正(リフレイム))

4. 第39回研修会 (11月10日/越谷市サンシティホール/佐藤啓子・岡田昌子:資格講座B-1)

(1) テーマ 「人間関係の諸課題への新たなアプローチを創生する」—『かるた』に託す人間関係—

(2) 展開技法 話題提供・グループ討論・

(3) 研修内容

日常の身近な家族や地域、職場などにおける人間関係の諸課題について、参加者と共に広くディスカッションし、個々人直面している人間関係の問題について考える。その中で、様々な困難や分断・孤立などの問題を解決するために、人間関係士としてより良い人間関係を形成するための問題の捉え方や基本的な態度、人間性の育ちに繋がる新たなアプローチを創生する。具体的には、人間関係の原理原則に繋げた基本概念を短文(短歌・かるた)に集約

してまとめ、人間関係士の指標となるようなものを創造する。

① **テーマに基づく話題提供**

- 1、求められる「人間関係力」の説明(学会ニュース第94号):佐藤顧問
- 2、「傾聴かるた」を紹介:小林委員 皆で読み合う。
- 3、「人間関係力について」参加者全員でフリートーク

人間関係力のどこにターゲットを絞るか、どこを対象とするか、目的の明確化が必要だ。当たり前の日常生活の体験から、より良い人間形成を深めるものにしたい。共存している社会の人間関係を大切にする、真髓の人間関係力を表現したい。体験を自覚する学習にしたい。

② **人間関係「かるた」の創生(略)**

(4)キーワード

人間関係、人間関係士、行為法(心理劇・ロールプレイ)、グループアプローチ、人間関係力を高める「人間関係かるた」の創生

5. **大会企画研修会 (12月16日(日)/東北医科薬科大学/大会自主ワークショップ)**

- (1)テーマ 「人間関係士」のためのヒューマンリレーション・スキルトレーニング=HRSTのワークショップ(3)「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—

- (2)展開技法 話題提供・ワークショップ・行為法(心理劇)「困難(山登り)と克服・認め合うかわり感情の心理劇」・シェアリング

(3)研修内容

本学会「関東地区会」では、2003年10月の会発足から佐藤啓子前会長のもとで、行為法(心理劇・ロールプレイ)を活用した「人間関係士」のための新たな研修手法を実践している。これを「ヒューマンリレーション・スキルトレーニング(Human Relation Skills Training)=HRST」として、グループアプローチとしての新しい研修手法として確立した。「人間関係士」資格取得講習および更新講習に振替え可能な研修として、HRSTに基づいた研修手法を体験していただき、「人間関係」という幅広い領野の中において、体験(行為)と学習(理論)とが融合したHRSTの研修を通して共に学びあうことを目的としている。

(4)キーワード

人間関係、人間関係士、行為法(心理劇・ロールプレイ)、グループアプローチ、HRST

6. **第40回研修会 (1月26日/越谷市サンシティホール/矢吹知永:資格講座B-1)**

- (1)テーマ 「家庭と学校教育現場における人間関係 児童期・教育問題」

- (2)展開技法 講義・ワークショップ・行為法(心理劇)「まよい観音」の心理劇 ・シェアリング

(3)研修内容

我が国の自殺者数は、平成10年以降、14年連続して3万人を超える状態が続いていたが、24年に15年ぶりに3万人を下回り、29年は2万1,321人となった。近年数は減少しているが、依然として深刻な社会問題となっている。この数は、交通事故死者数3,694人の5倍以上にもものぼる。なかでも最近高い自殺率を示している働き盛りの人や高齢者の自殺に社会の関心が向けられてきた。しかし、子どもの自殺予防に対する関心は必ずしも高いとはいえないのが現実である。文部科学省では、児童生徒の自殺予防に関する調査研究が行われ、学校現場では早期発見の手がかりを見つけることも大きな課題となっている。

自殺は「孤立の病」とも呼ばれている。子どもが発している救いを求める叫びに気付いて、

周囲との絆を回復させることこそが、自殺予防につながるだろう。自殺が現実起きてしまう前に子どもは必ず「助けて！」という必死の叫びを発している。その叫びを受け取るために、私たちにできることを考察する。

①テーマに基づく話題提供 (話題提供者: 矢吹知永)

「子どもの自殺について」(以下、文部科学省資料による)

○子どもの自殺の実態

○自殺に追い詰められる子どもの心理

ひどい孤立感 無価値感 強い怒り 苦しみが永遠に続くという思い込み
心理的視野狭窄

○どのような子どもに自殺の危機が迫っているか

自殺未遂 心の病 安心感のもてない家庭環境 独特の性格傾向 喪失体験
孤立感 安全や健康を守れない傾向

○自殺直前のサイン

自殺のほのめかし 自殺計画の具体化 行動、性格、身なりの突然の変化 ・自傷行為
怪我を繰り返す傾向 アルコールや薬物の乱用 家出 最近の喪失体験
重要な人の最近の自殺 別れの用意(整理整頓、大切な物をあげる) など

TALKの原則

- ① Tell: 言葉に出して心配していることを伝える。
- ② Ask: 「死にたい」という気持ちについて、率直に尋ねる。
- ③ Listen: 絶望的な気持ちを傾聴する。
- ④ Keep safe: 安全を確保する。

○SOS の出し方に関する模擬授業体験

②話題提供に基づく心理劇的場面の構成 (監督: 矢吹知永)

Ⅲ部(16:00~16:30) 終わりの心理劇「まよい観音」

- 展開1 自分が迷っていることを「まよい観音」に話す。
- 展開2 「紅」「白」の観音がそれぞれのよいところを告げる。
- 展開3 相談した人が感想を言う。(どちらかに決める必要はない)
- 展開4 観客が感想を言う。
- 展開5 順番に全員が観音に話す。

③シェアリング・まとめ

子どもが自殺という行為に及ぶ前には、救いを求める必死の叫びをあげていることがほとんどである。そのサインを的確にとらえ、自殺の危険を察知したら、正面から向き合って真剣に関わっていくことが大切だろう。自殺はたったひとつの原因から生じるのではなく、さまざまな複雑な問題が重なって起きている。誰かがひとりだけで自殺の危険の高い子どもを支えることはできない。きめ細かな対応を進めていくには、学校においても様々な役割を担った教員間で十分な連携をとることが大切である。また、学校、家庭、他の関係機関、地域の人々がそれぞれの立場で協力して、子どもが危機を乗り越えるのを手助けする必要がある。それぞれの能力と限界を見極めながら、子どもを守るという視点を忘れずに、協力体制を築いていくことが求められるだろう。

(4)キーワード

- ・子どもの自殺とその支援
- ・TALKの原則
- ・信頼感のない人間関係では、子どもは心のSOSを出せない
- ・学校、家庭、他の関係機関、地域の連携

7. 分析・考察

本報告では、キーワード分析から「分断・孤立からの関係創生－関わりをつなぐ可能性を見出す－」とした今年度の研修実践における学びを考察する。

(1) 関係創生のための学習成果

現実の生活の中にある人間関係の「分断」や「孤立」は様々な形で生起している。今年度の研修では、「いじめ」「生命」「育児」「自殺」など家族・教育・医療・地域に存在するテーマが扱われ、それぞれに学びを深めることができた。

特に、集団と個の関係に成立する分断・孤立や社会集団内に生起する分断・孤立、人の身体機能としての「生命」の死に際する向き合い方、困難を抱えた人への支援、自殺に至る深刻な心理的な危機状況への対応などを学びあい、関係創生に向かうための人間理解と相互コミュニケーションの方法や関与の仕方、今を真摯に「生きる」ことの重要性などを体験的に実感できるものであった。

(2) 「人間関係士」としての支援課題

「人間関係士」としての対人支援への課題や学びとしては、要支援者が抱える問題や主訴のアセスメントに際しては、個(心理・身体を含めた)の側面、家族の側面、地域・医療・福祉などの支援環境の側面、社会的側面など、多面的・多層的な捉え方がより可能となったと考えられる。

また、具体的な支援に際しては「基本的な信頼関係」の重要性、要支援者のサインへの気付きや受容性、いくつもの支援課題や支援方法の可能性の見出し方、連携・協働の重要性、そして取り組み方や向き合い方などの態度形成について、年間を通して学ぶことができた。

援助技術としては「TALKの原則」や人間関係士としてのアプローチ・支援の可能性(母親自身への労いや勇気づけと子どもや夫への認識や捉え方について修正(リフレイン)の手法、多様な補助自我としての機能、看護・介護・カウンセリングに関わる援助技術についても理解を深めることができた。

今年度は特に「生命(いのち)」や「死」をテーマにした研修内容であったことから、「今をどう生きるか」、「在り方」、「関係責任」といった、人間関係士としてよりも「人」としての根本に立ち返って、改めて深く考える研修内容であったといえる。

さらには、関東地区会での「人間関係士」としての学びの成果として「人間関係かるた」という形で現す取り組みの第一歩を踏み出すことができたので、次年度はこれを完成することを課題としたい。

結論として、本地区会の特色である「ヒューマンリレーション・スキルトレーニング(Human Relation Skills Training)=HRST」による成果として、行為(心理劇)による、行為・情緒・認識・洞察の学習の全ての側面で、理論・技法(技術)・実践が統合された形で、「問題の捉え方と課題解決の進め方」のスキルアップが得られる学習効果が、今年度の研修成果として認められるものであった。