

2部

フィールド フィールド
現場から現場へ



積み重ねし日々

OB MESSAGE

通信教育部社会福祉学科卒業生 **藤田 志津**

はじめに～期待と不安～

社会福祉士，精神保健福祉士として一年目の現場。まだまだ真っ白な新米です。大学での学習は修了しても，学ぶことに終わりはないなあと感じる日々であります。

この度，寄稿の依頼を賜り，卒業後初めて実習記録を読み返しました。精神保健援助演習を受講した時だったのでしょうか。まだ何も書かれていない真っ白な実習記録を受け取り，これが自分の文字でどのように埋まっていくのかを考え，期待と不安でいっぱいになったことを覚えています。

精神保健援助実習を通して～ジレンマと葛藤～

私が実習先を選んだのは，勤務先でもある地域活動支援センターⅢ型でした。勤務先だけにリラックスして臨めるかと思っていたのですが，実際には現場での自身の立ち位置に悩んでしまい，肩に力が入り過ぎてしまっていたように思います。

実習を行うまでは，支援者ならば当事者の課題を解決できて当たり前とっていました。自身の支援に迷いや疑問を抱くのは未熟だからであると感じていた私は，その迷いをなくすために実習を行うのだと考えていました。指導者の技術を盗み，自信に満ちた支援を行える力を培ってこその実習であると思っていたのですが，振り返れば，そのスタート地点から誤りであったと痛感しています。

実習の中盤まで，私は迷いや疑問を口にすることをためらってしまし

た。それは支援者を目指す身として恥ずかしいことだと考えていたからです。大学で学んだ知識を実践を通して理解していくことは、さほどの困難ではないとさえ思っていました。しかし、それがスムーズにいかないからこそ、「実践現場」なのです。

人はそれぞれさまざまな価値観を持って生活しています。それは支援者でも当事者でも変わるものではありません。指導者が「人間は十人十色」と私にお話しくださいましたが、まさにその通りだと思います。さらに支援とは、人が他者の課題を解決する手伝いをするからです、そこにジレンマや葛藤がつきまるとして当然なのです。

そう思えるようになった実習の終盤には、実際に解決が困難なケースについて話し合う機会をいただくことができました。スタッフは、私の知識から生まれた拙い支援方法でも、真摯に受け止めてくれました。正直に「わからない」と答えた際にも、決して非難されることはありませんでした。

座学での知識と実践での技術を結びつけられれば、実習としてのよい成果と言えるのですが、短い期間の中で実際に学べることはさほど多くはありません。そんな私が学んできたことと言えば、端的に言ってしまうと「悩んでも、迷っても、拙くても、わからなくてもいい」ということです。そんな時には、指導者やスタッフに素直に指示を仰げばいいのです。情報を共有化し、共に悩んでもらいましょう。悩んでいることやわからないことをそのままにしておくの方がよくありません。そして、さまざまな価値観を受け入れられる柔軟性を養うこと、それがとても大切であることを学ぶことができました。

おわりに～支えてくれる人はいますか？～

私には大切な家族がいます。彼らは私をずっと支えてくれました。感謝

してもしきれません。今でも心がほわっと温くなるのは、当時中学一年生だった息子とのこんなやりとりを思い出す時です。国家試験の当日、試験会場に向かうため、私は朝7時に家を出る準備をしていました。そこにいつもは朝寝坊な息子の声。「お母さん、駅まで送って行ってあげるね」と。「寒いからいいよ」と遠慮する私に、「大丈夫だよ」と返す息子。いざ二人で玄関を出ようとした時に、私はふと「雪で電車が止まったらどうしよう。タクシーかなあ」とつぶやきました。「お母さん待ってて」、息子はそう言うと自分の部屋に戻って行きました。どうしたんだろうと不思議に思いながら待っていると、息子は自分の財布から5千円を取り出し、「これタクシー代にしなよ」と差し出してくれたのです。お小遣いは多くあげているわけではありませんから、きつとなけなしのお金だったのでしょうね。息子の応援が本当に嬉しいと感じた瞬間であり、絶対に合格してやると覚悟を決めた瞬間でもありました。

仕事、レポート、スクーリングに明け暮れた2年間、家族にどのくらいの迷惑と心配をかけたかわかりません。いつからか私は、自分のためではなく、家族のために、大学を卒業したい、国家試験に合格したいと思うようになっていました。

最初に掲げた目標がどうであれ、最終的には、卒業と国家試験合格は、支えてくれた人へのいちばんの恩返しになると思っています。それは家族はもちろん、ご指導下さった先生方であったり、共に学んだ学友であったり、いろいろな人がいるはずです。今、このページを読んで下さっているあなたにも、きっと恩返ししたいと思える人がいると思います。自分のためだけに頑張り続けることはそうそう長くはできません。でも、支えてくれる人のためになら、あともう少しだけ頑張れそうな気がしませんか。応援しています！

9月卒業者より

●卒業は、「ひとり」ではできない

通信教育部社会福祉学科卒業生 牛木 充喜

通常であれば「3年次編入の2年在学」で卒業しなければならない大学生活であったが、満4年を使い、ようやくその地点までたどり着くことができた。題名にも書いたが、一人だったら、とくに諦めていたはずである。自分がなぜ最後まで勉強できたのか、思い出せる限りではあるが、振り返ってみたい。

1. 最初の決断

通信教育を始める決断にあたっては、ビジネス書を読んだり、様々な方と話をしたりした。そして学習が開始してから、自身に生じた最も大きな変化は、生活リズムであった。早起きは苦手だったが、家族や仕事、消防団など地域的な活動も抱えていた自分には、早朝しか時間がなかった。生活の中に「勉強」という時間を組み込むためには「朝型」へと生活リズムを変える必要があった。生活リズムの変化は、予想外の効果も次々と生んだ。風邪をひきにくくなり、頭がすっきりし、仕事でもひらめきが浮かぶ率が上がったのである。考え込むにも、夜の暗い中では抑うつに近い状態が生じるが、朝の空気を吸いながらだと前向きになれる。そして、インターネットも心なしか早く検索ができる。我が家の早起き娘達よりも早起きし、いい気分で通勤前の時間を使えるようになった。

ただ後半になり、学習がどうしても間に合わない時は夜更かしも併用し、かなり疲労がたまったものだが、それもまた良い思い出だ。体質は必ず変わるということをまずお伝えしたい。

2. スクーリングの刺激

もしも、時間と費用が許すのなら、スクーリングはなるべく行った方がいいと思う。先生方の声にじかに触れ、教科書に書いてあった用語が、ずっと頭の中に定着しやすくなる。覚えることが苦痛ではなく、楽しみになるような感覚である。そして、自分よりもかなり先輩でいらっしゃる方のまじめな学習態度が、大変刺激になるのだ。スクーリングに行ったあとは、間違いなくレポートを書きやすい。スクーリングの前後にその教科のレポートを提出できるような計画だったら、もっと自分もやりやすかったと思う。最低限の回数であれば、4単位科目を先に狙うのがベターな気がする。

スクーリングで友達を作ろうとする方も大勢いるが、私は一匹狼的に過ごした。30歳を過ぎ、自分のふるさと以外の街に行ったのだから、新たな友達をい

たずらに広げるより、それまでの関係に感謝し、自分を振り返る時間としてスクーリング期間を活用したいという思いがあったためだ。忙しくなると、自分を振り返る時間が取りにくくなる。是非こういう過ごし方もお勧めである。

3. 挫折

私がやる気を失った時期は、大きく3つに分けられたと思う。1つ目は、初めてレポートが再提出になった時。2つ目は、単位の計算ミスにより、楽しみにしていた心理学研究法Ⅰのスクーリングに行けなかった時。そして3つ目は震災である。特に震災では、地元でも仕事の都合や、家族を一階においてパソコンに向かうことが怖くなってしまい、ほぼ2カ月ほど、さっぱり勉強に向き合うことができなかった。

仕事のストレスで進まないこともあったが、振り返ってみると、いつの間にか勉強がストレス解消に役立っていることもあった。学習は、途切れさせず、続けていくことで、無意識的に生活の一部になるのだと痛感した。

レポートは考えても進まない。書いてみれば、どこがわからないのかがわかるようになり、書きながら勉強になったことも少なくない。落ち込んでいる時間で、ジャンジャン書いてみてほしいと思う。『With』に、どなたかがそのような寄稿をしているのを読んで、私も力をもらった。

4. 支え

家族（子どもが三人）を持ち、地域での役割（消防団の部長）もあり、職場（保育園で年長クラスを持つことが多い）でも働き盛りとされる自分の世代である。支えてくれた友達や家族、そして、何度も問い合わせに応じて下さった通信教育事務室の方々には心から感謝したい。

様々なプレッシャーがあり、身動きが取れないように見えるかもしれないが、この「縛り」がうまく私を動かしていたと思う。「忙しい方がよく回る」といった感じか。時間に限りがあり、体調も崩せないが、どうしても外せない付き合いもある。その采配は、通信教育を始めてから格段にうまくなった。(笑)

また、仙台や新潟での泊まり込みを、自分なりの生きがいとして、ランニングを楽しんだりおいしい食事をしたりしたことも、生活の楽しみという面では大きかった。

5. まとめ

色々書いてきたが、通信教育はやはり大変である。でも、一人じゃないからできるのであり、しなくてはならないものになるのかもしれない。プレッシャーも、しがらみも、適度ならそれは力にもなりえるのだということ、この4年間で教えてくれた。是非アグレッシブに、そして、自分なりの楽しみを見つめながら、勉強に燃える方々が多くなることを願わずにはいられない。

本当に本当に、感謝。それに尽きます！