

# 2部

フィールド フィールド  
現場から現場へ

---

---

# にっこり笑える実習にするために

---

OB MESSAGE

通信教育部社会福祉学科卒業生 **笠松 剛士**

---

## はじめに

---

皆さんは様々な環境で様々な状況で実習指導を受けられると思います。仕事をしながらだったり、家庭を両立させながらだったり、一時的に仕事を休職して挑んだり…、これも様々な人に協力を得ているからこそできることです。そして自分のモチベーションを保持していなければできないことであると感じます。そんな素晴らしい志を持って、これから実習に向かおうとしているところだと思います。こんなに協力する方がいてくれて、また自らとてつもない努力をするのだから、とても内容が濃い、そして自分が納得のできる実習にしたいと思いませんか？

たしかに、実習にあたってはたくさん不安を抱えたり、プレッシャーと戦ったりと落ち着かない気持ちでいると思います。今まで経験したことの無いところに行って緊張するのではないかと、実習記録を記入するが面倒くさいとか、自分自身が上手くできるか心配など様々な不安を抱えるのも事実です。しかしこの実習というのは、自分が学習してきたことや、考えてきたことを自分で計画をして、実践してみる貴重な体験であると私は考えます。しかしこの様な貴重な体験をするには、綿密な計画が重要です。それではいくつか項目を分けて、にっこり笑える実習の解説をしていきたいと思います。

## I 綿密な計画

---

はじめに、実習の最大のポイントと言っても過言ではないのが実習計画です。初めに言っておきますが、私は実習計画を先生と3～4回やり取り

しました。正直マジで？と思いましたが、そのおかげで実習はとんでもなくスムーズに行うことができ、自分でも納得がいく実習になりました。

なぜ何回もやりとりしたのか？ 気になりますよね？ 私がこの文章を見たらすごく気になるし、逆に計画だけでそんなに苦労するなら余計実習に行くのが嫌になります。しかし、大丈夫！！ この綿密な計画さえあれば、実習はかなり楽になります。本当に余計なことを考えなくていいのです。詳しい計画の立て方は担当の先生から教えていただければと思います。ざわりだけ説明したいと思います。

①、きちんとした目標を立てるということです、この目標が後々重要になってくるので、自分自身が今まで学習してきたことや、疑問に思っていて現場で検証してみたいことを目標にすると良いと思います。例えば「教科書に書いてあることが本当に行なわれているのか？」など自分が理解しやすい目標を立てた方が良いと感じます。

②、①で立てた目標に対して、具体的に実習中どのようなことを行うかも自分の計画の中に入れておいた方が進めやすくなります。例えばケアマネジメントを理解するという目標を立てたら、担当職員から話を聞くとか、可能であればアセスメント表を見せてもらうなど、具体的に考えていた方が忙しい実習の中で自分が何をしなければならぬのがすぐにわかるので落ち着いて実習ができます。

③、未知の世界に行くのだから、また自分の知っている実習先でも、先生と何度も計画のやり取りをして、知った振りをせず、自分をごまかすことなく計画を立てた方が絶対に良いです。こんなもんでいいだろ的な考えは捨てた方が良いです。

何度も言うように、実習は綿密な計画を立てていることで本当に楽しく、そして、実りのあるものになります。

## II じっくり実習記録記入

---

実習が億劫になる理由のひとつは、実習記録の記入ですよ。実習から疲れて帰ってきて、自宅で実習記録を書く。ガラガラと何を書いてよいか悩み、まとまらなく、ただ時間ばかり過ぎていき、結局寝る時間が無くなり、次の日の実習に響いて、疲れて、集中できなくて…、この負のスパイラルになってしまうと実習が台無しです。実はこれ、私が専門学生の実習の時に体験した苦い思い出なのです。しかし今回の実習記録にかかった時間は、40～50分、早い時は30分で記入できてしまいました。(早ければ良いということでは決してありませんが…) 記入が早く終わってしまえば、時間が有効に使うことができ、次の日の実習計画の見直しや、体力温存などに使うことができます。

それでは、なぜそんなに短時間でできるのか…、それは計画段階で自分が今日一日に何を学ぶのかをきちんと整理し、理解して実習に挑むことができる計画を立てていたからだと感じます。自分の掲げた目標に対し、それを意識しながら実習に臨めば、実習中から目標に対する反省や課題などが浮かび、それを帰宅してからすぐに記入ができる。実習に無我夢中で励むことも大事ですが、その日その日の自分に掲げた目標をきちんと持ち、それに挑まなければ、ただ形だけの実習になってしまい、何も実りにならない実習になってしまうので注意した方が良いと感じます。

## III 上手な軌道修正

---

IIでは言ったものの、実習ではなかなか計画通りには行かないこともあります。実習先での主役は、決して自分でも職員でもなく、当事者なので、計画通りに行かないものだと思っていた方が気分も楽です。ただそこで、きちんと自分の立てた目標を、すぐに軌道修正できるかが大切なポイントなのです。自分の立てた目標ばかりに執着するのではなく、臨機

応変に目標が変わっていくのも致し方ないと私は感じます。この臨機応変さもSWでは重要なところと、先生もおっしゃっていました。

#### IV 「これってSWの実習？」とならないように

自分が考えた計画を進める上では、計画を立てる際に実習先によく見ていただいて、ある程度協力を得ておく必要があります。例えば会議やインテークに参加させていただくなど様々。ここできちんと自分の実習計画を実習先に理解していただかないと、介護保険施設でオムツ交換と掃除だけをずっとしていた実習だったとか、障害者授産施設で一生懸命作業を行うだけの実習だったということになりかねません。もちろん、オムツ交換、掃除、作業などは重要ですが、SW実習なのできちんとSWの実習という意識で臨まないと実りある実習は望めないと思います。

#### V やっぱり自己覚知

実習中は本当に色々なことが起きます。そのひとつひとつを経験しながら、自分を見つめなおし、自己覚知していくことが、実習の大事なポイントだと思います。様々な人がいて、自分のことも分からなくなってしまうこともあると思います。そこでも冷静に自分を分析することがSWにとって大切だと思います。本当に大事です！

以上5つほど挙げましたが、これ以外にもまだまだ色々あります。しかし安心してください、上記したことはもちろんのこと、大学側の実習担当の先生に色々と教えていただけます。実習先で不安に陥った時に大学の先生が来てくれるとめっちゃくちゃ安心しますよ（笑）。先生のことを信じながら、そして自分も信じて頑張れば必ず良い方向に向かうと思います。

最後に何度も言いますがにっこり笑える実習にする肝は、実習計画です！！！！！！！！ 頑張ってください！！！！！！！！

## 卒業生アンケートより (1)

前号 p. 28・48に続き、本年3月卒業者からのメッセージです。学習のご参考にしてください。

### ●スクーリングについて

新しい知識を得ることは、それだけで楽しいものでした。これまで自分の中に疑問に思っていたことなどがクリアになったこと、「福祉」という人によって価値の違う分野について、意見を交換しあう場面があったことは、とても刺激的でした。  
(社会福祉学科 女性 40歳代)

### ●スクーリングについて (学習をしていて楽しかった・面白かったこと)

スクーリングで受講する講義はとても刺激的でした。一ヶ月かけて読んだ教科書の内容よりも、教壇に立つ先生の経験に基づく一言の方が、鮮明に記憶に残りました。そういう考え方もあるのか、また、そういう生き方も学び方もあるのかと、私はスクーリングを通して実にたくさんの知識資源を栄養素として摂取し、自宅に持ち帰ることができました。(福祉心理学科 女性 30歳代)

### ●スクーリングについて (満足だったこと)

家族の協力なしでは卒業までたどりつかなかった。この6年間はとても満足しています。特に、スクーリングは、教授の話のみっちり聞けました。心理学という専門的な内容であったので、身近な話題から、私の知り得なかった多くのことを学ぶことができました。休み時間に質問をしにいくと、どの教授も親切に分かりやすく教えてくれました。「質問をしてすぐに答えが返ってくる」ということが私にとって大きな喜びでした。(福祉心理学科 女性 30歳代)

### ●実習について

今の仕事に就いて20年が経ち、いろいろと知っているつもりでいたが、まだまだ学ぶことがたくさんあるということに気付いた。また、20年以上も仕事をしていると、「向かうところ敵なし」というふうになっていたが、この年齢になって、「実習生」という身分で教えを乞う機会を与えられ、新人職員の気持ちを変えて理解し、謙虚になれたことも勉強になった。

(社会福祉学科 女性 20歳代)

～ p. 28に続く～