

2部

フィールド フィールド
現場から現場へ

心理学を学んで ～保育現場でいかす～

卒業者 MESSAGE

通信教育部福祉心理学科卒業生

本山弥栄子

大学編入の決断

私は、現在保育士として働いています。大学では保育や福祉とは無縁で、卒業後は一般企業に就職しました。しかし、かねてからの子どもに関わる仕事がしたいという思いを実現させたく、保育士の資格を取得し今に至っています。保育士は、子どもの命を預かり、成長過程の大切な時期と一緒に過ごす大人として、大変責任が重いですが、子どもの成長に寄り添いながら多くの感動をもらい充実した毎日を送っています。子どもたちと関わる中で、子どものことを理解して対応することの大切さを日々実感しています。また、大勢の保護者とも関わりますが、最近は心の悩みや病気を抱えている方も少なくありません。

そのような中、子どもや保護者、そして人間理解を深める上で、心理学について学びたいという気持ちが強くなってきました。しかし、「仕事と両立できるのか？」という大きな不安で、数年は二の足を踏んでいました。それでも、心理学への興味や好奇心がずっと以前からあったこと、心理系の資格を取得し仕事の幅を広げたいという思いが後押しし、新宿での説明会へと足が向きました。そこで東北福祉大学職員の方の話をお聴きし「とりあえず、やってみよう！」という気持ちになり、ようやく大学編入の決断に至ったのです。

学ぶ苦しみ!? 自分との闘い

やっとスタート地点に立ちましたが、やるからにはお金や時間もかかる

ことですから「絶対に2年間で卒業する！」という目標を掲げました。勉強を進めていくうちに、自分に合ったスタイルがわかり、できる限り東京会場でのスクーリングとオンデマンド・スクーリングで講義を受けるようにしました。

しかし、数週間毎にスクーリングが次々と続き、仙台や新潟での宿泊を伴った受講も重なって、休日は殆どないような本当にハードな状態で、精神的にも体力的にもきつい時もありました。通勤電車の中で読んだテキストは、字を追うばかりで全く頭に入ってこない時もありました。「何でこんなこと始めてしまったのか。」と後悔もしばしば、「誰に頼まれたわけでもない。やめようと思えばいつでもやめられる。」…通信はまさに“自分との闘い”なのだとつくづく実感しました。

そんな時になぜかタイミングよく(?) 配信される大学からのメールは、現実逃避から救ってくれたような気がします。苦しみの中には楽しさもちろんありました。スクーリングでは生の講義を聴くことの面白さを感じました。同じように頑張っている方々と苦労を共有したり刺激を受けたりしました。仙台や新潟では、旅行気分美味しいものを食べてリフレッシュできました。記録的な大雪に見舞われたスクーリングも、今では良い思い出です。

返却されたレポートに書かれた先生からのコメントは、励ましのようにも感じられ、読むことも楽しみの1つでした。こうして、もがきながらもなんとかゴールに辿り着けました。思いがけない人生2度目の大学生活は、かつての大学生活よりもぎゅっと短く凝縮されていましたが、学びの質は充実していたように思います。日程や会場により、あきらめた科目やスクーリングがあったことは少し心残りですが、今は、ただただ、ほっとしています。

心理学を学んで

私たちは、他者があるがままに見るのではなく、その人の一部だけを捉えて全てをわかったような気になってしまったり、先入観やステレオタイプでイメージを固定化させてしまったりと、さまざまな方向に歪めて見てしまう傾向があることを学びました。子どもや保護者に関わる時に、そのことを自覚し、相手をより意識的に理解することが大切だと感じています。

また、子どもや保護者と関わる時、カウンセリングの基本姿勢（信頼関係を築くこと、傾聴すること、非評価的・受容的態度で接することなど）が活かされるでしょう。自分の考えで相手を価値づけずに、あるがままを受容していくことの大切さ、そして、受容されることが安心につながり、安心が自信につながるということを再認識しました。子どもたちの自己肯定感を育ていけるような関わりをしていきたいと思っています。

保育の現場では、障がいのある子どもと関わるが多く、スクーリングでは興味深く講義を聴きました。なかでも印象に残っている内容は、「障がいをもつ子どもは、行動に制約があるために発達に悪影響をもたらすことが考えられるが、のびのびと積極的に行動できるような働きかけや環境を整えることで、発達の障がいを最小限にとどめることができる。その環境には、まわりにいる人の存在（人的環境）がとても大きく重要である。子どもが行動する動因は、興味や関心が主であるが、大好きな人が誘因になることもある。そして、のびのびとした行動が実現するには情緒の安定が重要であり、まわりにいる大人との関係が情緒の安定をもたらすのである。」などです。

保育士は、まわりにいる大人のひとりです。障がいのあるなしに関わらず、子どもにとって信頼できる大好きな人となり、発達がスムーズに進むように働きかけを工夫していきたいと思いました。

また、レポートでは「先生は良い子、悪い子を区別するのが仕事ではありません。心が動くような働きかけをしていく、そこが専門性につながるのだと思います。誉めることを行動のコントロールの手段として使わないことが大切です。外発的な動機づけはコントロールの手段として使うことそのものに問題があります。」というコメントを頂き、自分の保育を振り返り、胸に響いています。

おわりに

正直なところ、短期間での数々のレポート作成やスクーリングで、今はまだ頭の中が整理できていない状態です。今回の執筆で、ほんの少し整理ができたところです。心理学を学んだといっても、その学びは浅くごく一部ですが、保育士としてだけでなく、自分の人生をまた豊かにしてくれるのではないかと思います。躊躇しながらも思い切ってスタートしてみてもよかったと思っています。先生方の熱い思いが伝わる講義と、東北福祉大学の職員の皆様のいつも親切でスピーディなご対応に、大変感謝しております。

学ばれている方の中には、仕事や家庭との両立でご苦労されている方が大勢いらっしゃると思いますが、それぞれのゴールに到達されるよう応援しております。くれぐれもご自愛ください。

スクーリング・アンケートより(1)

アンケートよりスクーリング講義の感想を抜粋いたしました。

●障害者福祉論

- ・「人間とは環境とパーソナリティとの掛け算である」という言葉が印象に残っています。人間にとって環境がいかに大事であるか、環境を変えていくことで目の前の障壁を取り除くことができるということに強い希望を感じました。
- ・データを読み、これからどうなるか見抜く力が福祉の世界には足りないのではないかという話に同感しました。異分野から学ぶことを意識的にを行い、多職種連携が今後の福祉の発展のためにとても大切であると実感しました。かわりの評価を行うことの意味も納得しました。
- ・障害(者)の捉え方の広さに考えさせられました。また、現在の障害(者)観はノーマライゼーションやリハビリテーションの概念が深く関係していること、歴史を学ぶこと、ミケルセンやニルジェなどの思想を学ぶことの必要性を感じました。関川先生の柔らかな考え方に共鳴しました。

●特講・社会福祉学17(地域精神保健医療福祉の現場から：ACTの取り組み)

- ・ACT(重症精神障害者に対する地域生活支援プログラム)の理念は市民として考えたら当たり前のこと、でも難しい。講義で紹介された「他人が持っている富を本人に発見してもらうこと」という言葉を心に留めておきたい。
- ・実際にACTを利用されている方からお話を伺うことができました。これまで経験された苦しさ、辛さを人前でお話できる勇気がすばらしいと感じます。ACTがあったからこそ、そうすることができたのではないかと思います。
- ・私自身ACTに長年関心を持っており、西尾先生の実践経験に基づく講義を聴けたことがとても嬉しかったです。当事者が重い障がいを抱えていても地域で自分らしい生活や人生を送るために一体何が必要か、改めて考え直したと同時に、利用者や実践現場でのお話を聴いて生半可な考えでは実践が難しいことも痛感しました。また、自分自身に利用者の思いや困難さに対する覚悟も問われた時間でもありました。

●介護概論

- ・講義のなかで紹介された、「自立は優れた依存の姿(かたち)」との言葉が強く印象に残りました。
- ・看取り、終末期についての講義内容に関心を持ちました。今年は親族を亡くす経験を、より親近感を感じたように思います。人生の最期を悲しい別れとしないためにも、どうすべきか、何ができるか、とても考えさせられました。