2部

現場(フィールド)から現場(フィールド)へ

精神保健福祉
援助実習

OB MESSAGE

50の手習いで“女子大生”へ 精保士への挑戦

通信教育部社会福祉学科卒業生　**小川 千春**

はじめに

もうレポートから解放されたと思っていたところに、このような形で大学から連絡を受けた。まるで追試（?!）のような気持ちで受諾してしまった（笑）。

私は20年ほど産業保健に携わっている。厚労省が快適職場をうたって久しいが、現場は逆に働きづらさ・生きづらさを感じる人が増えており、その対応に苦慮することもある。更にストレスチェックの開始や障害者採用への対応と、企業の中でも福祉的視点が求められている。反面、介護保険制定前に学校教育を終えている私には、最近の福祉制度や社会資源などの知識不足を感じていた。そこで子育ても一段落し、50の手習いで、通信教育の“女子大生”として学び直しを決意した。

通信教育での学び

学び直しにあたっては、精保士資格も目標とした。だが、実習のために長期休みが取れるか不安であった。当時の上司に相談したところ、「近々、精神障害も障害者雇用率に反映されるようになり、今後こういう資格取得者が社内にいるということは心強い」というものだった。これを読んでくださる皆さんも同様と思うが、仕事や家庭など持ちながら更に自己実現するということは、自分の勇気も必要であるが、周囲の理解と協力がなければ難しい。そういう意味で、この２年間は非常に恵まれた贅沢な時間であった。

入学当時、私はいかに費用を抑えることができるかばかり考えていた。しかし、スクーリングに参加すると、そこでの濃厚な知識刺激、先生やクラスメートからの情報、ネットワーク、モチベーションに魅了された。福祉系に従事されている方も多く、講義やテキストではわからない貴重な体験や最新情報が学友から得られるという通信教育ならではのメリットも知覚し、途中から可能な限りスクーリングを選択した。どこかのカード会社CMのように、宿泊や交通費がかかっても非常にプライスレスな時間となっていた。

実 習

実習は、就労支援B型施設と精神科病院であった。

就労支援B型では、まずは「生きづらさを抱えている障害者」を理解しようと思った。だが、意識しすぎて、全てにおいて混迷し、結果、利用者さんの行動に目が行き、福祉スタッフの配慮や支援スキルを学ぶ視点が薄くなった感もある。しかし、実習終了時、指導者は「今後は私たちもあなたの社会資源です」と言ってくださり感動した。

病院実習は、地域の中核的な精神科病院だった。病棟が減らされ、デイケアやリワークが開設されるなど、国の施策を裏付けるような「施設から社会へ」を体験できた。その流れの中で、精保士が社会（資源）と患者さんをつなぐ重要な役割であり、だからこそ、その責任と多忙は大変なものだった。この体験は、精神障害の方々が置かれている社会的状況や精保士に求められるものを率直に理解でき、テキストだけでは学べない貴重な経験だった。また、精保士としてのやりがいも深めた時間だった。

実習中大変だったのは実習記録だ。家に帰れば家事に追われてしまうので、実習場所からの帰宅途中、スーパーのコーヒーコーナーでまとめたり、たまに会社に寄ったついでに実習記録も記載した。そんな「隙間学

習」にもかかわらず、指導者からは丁寧で的確なコメントをいただき、モチベーションもあがった。

国家試験について

大学の国試対策講座や校内模試はほぼ受講した。日常ではつい仕事に追われてしまい、国試の勉強は後回しになるので、なるべく国試を意識する環境に積極的に参加し自分を追い込んだ。しかし、対策講座の度に意識と不安は募る一方で、だからこそ目の前のスクーリングやレポート課題、実習をちゃんと終了しようと焦る気持ちとで混乱していた。

国試対策を始めた時は、模試の問題も用語自体も理解できず、国試に受かるつもりでいた自分の思い上がりに絶句した。まずは知らない用語など、キーワードになりうる語彙を問題や解説を解きながらカードに書き出した。カードはあっという間に数冊になり、バックに携帯し、対策アプリと共に隙間学習した。外部資源としては、中央法規の対策講座も参加した。この講義では勉強の仕方が非常に参考になり、他大学の方と接することができたのは、国試当日の臨場感の参考になった。

過去問の問題集は重くて持ち運びが大変なので、１年分ごとに分けて、常にどれかを常備し、昼休みや就業後、就寝前など時間を見つけ、毎日が模試状態を続け、過去問中心の繰り返し学習に徹した。また、不明な点はクラスメートに聞けば実践を踏まえた解説を受けることができ「エピソード記憶」となった。

国試対策の中で一番心強かったのは、クラスメートとのグループラインだ。理解できない、自信がない…いろんな感情を共有でき「孤独」から解放された。

おわりに

資格取得後も私の仕事は変わっていない。だが、決して精保士としての仕事をしていないとは思っていない。

国は医療費削減のためメタボをはじめとする予防医学に注力している。今後は障害者援助についても同様に予防的視点が注目されるだろう。またこの動きは精保士への期待拡大でもあると思う。そこに微力ながら私もかかわれているのではと自負している。

最後に、50歳を過ぎて「卒業し試験に受かる」という形を残せたことは、自分にとっても自信になりました。これは職場や家族・友人はもちろん、通信教育部教職員の皆様、実習関係者の皆様の親身なご指導・ご協力のお陰です。改めて皆様に感謝いたします。

在学生の皆様も、孤独にならず実習も試験も、貴重な機会をまずは楽しんでください。

スクーリング・アンケートより（2）

アンケートより、スクーリングの感想を抜粋しました。

●福祉経営論（福祉施設管理論）　石田　力

・現場のリアルな声を通しての講義はとても価値のあるもので、貴重な体験となりました。また、福祉施設のあり方を考えることができました。

●介護概論　後藤　美恵子

・「死」よりも「今生きている状況」が大切にされていない――対象者が「死」と向き合えるよう「今」を支援していくということが、専門職として必要なことだとわかり、ハッとしました。介護職として、高齢者にかかわるなかで「今」を大切にできていないと反省したため、日々の支援を行うにあたり、もう一度何をすべきなのかを考えたいと感じました。

・介護の仕事に従事し、何年も経ったなかで改めて勉強したいと思い、今回受講しました。丁寧な解説と、先生の体験談をときどき笑いも交えながら楽しく学習ができました。利用者の目線など、考えさせられることが多かったので、今後にいかしていければと思います。

●福祉社会学　赤塚　俊治

・胸をはって、専門職といえるよう、学びや生活のなかから自分の意見や思想をしっかりと持ち発信していけるようになりたいと思った。赤塚先生の授業から人間の平等とは、幸福とは、を考えることができた。

・社会学という学問がどういうものなのかわからなかったですが、講義を通して自分が生きている世界は社会学に基づく実践の分野なんだと理解できました。これからの時代がどういうものになるのかアンテナを張りながら仕事をしていきたいと思います。

●精神障害者の生活支援システム　大橋　雅啓

・健常者、障害者と枠を作らなくても「必要なときに手が届く、暮らしやすい地域」が、一人ひとりに用意されていれば良いのではないかと考察する時間がもてた。システム自体が希薄化している現代で、PSWとして、歩み寄る援助がどれだけできるのかが求められる能力だと思う。今後実践を通して高めていきたいと思った。

・精神障害者の過去の悲惨な状況や時代背景のもと、いろいろな法律が成立し改正されていく過程をわかりやすく説明いただきました。これからは「生きづらさ」ではなく「生きやすさ」にかわっていければと思います。