



児童家庭支援センター

ファミリーステーションいなみえん通信

発行：社会福祉法人 伊奈美園

発行日：平成30年9月吉日【第22号】

H30年度 Nobody's Perfect

ファシリテーター ^{かみで}上出 ^{ようこ}洋子



今年度もファミリーステーションいなみえんではNobody's Perfect(NP)を開催しました。参加された方の口コミで参加希望をされる方も増えてきましたが、全6回(週1回)、1ヵ月半かけて行われるこの講座に興味は持っていただけるものの、参加を躊躇する方も少なくありません。コーヒーの香り、お菓子、心地良い音楽、季節の花などでリラックス感のある雰囲気作りを心がけていますが、1回目は例年以上に緊張感が漂っているように感じました。それでも毎回、終了時に「参加してよかった」と好評をいただけるこの講座のポイントをご紹介しますと思います。

ポイント1・呼び方

講座中、参加者同士は姓ではなく名前呼び合います。最初は照れ気味でも、名前を呼ばれる新鮮さ、自分自身を受け入れてもらえているという感覚に心地良さを感じて頂けるようになります。ファシリテーターも名前でも呼んでもらうことになっています。

ポイント2・ルール作り

NPでは安心・安全な講座、グループ作りのための、ルールを参加者で決めます。このルールのもとで、参加者が思い思いに話をしたり、リラックスして参加できるようになります。

ポイント3・共通点、相違点

初回に行う同心円では、グループに分かれて、グループのメンバーの共通点、相違点を記入する作業を行います。共通点、相違点を探すためにお互いに質問し合ったり、自分のことを話したりします。グループ全員が市外出身者だったり、旦那さんが年下だったり、或いは全員次女だったり、驚くような共通点をもったメンバーで集まっていることもよくあります。(これはNPで度々起こるミラクルです!!)

ポイント4・テーマ決め

NPでは参加者全員で話し合いのテーマを決めます。自分が悩んでいること、聞いてみたいこと、聞いて欲しいことなんでも自由に出すことができます。テーマを出していくうちに、不安や悩みをもって子育てしているのは自分だけではないと気付くことができます。

ポイント5・ウォーミングアップ

2~5回目は参加者で決めたテーマについて話し合いますが、毎回テーマと関連しかつ楽しめるウォーミングアップをファシリテーターが準備します。

ポイント6・ファシリテーター

NPでは2人のファシリテーターが進行役を務めます。なにかを教えるという立場ではなく、話し合いがスムーズに進むようにお手伝いをする役割です。みんなで決めたルールのもと、聞き手となったり、意見をまとめたり、参加者が自分のパワーを発揮できるように手助けをしたり、参加者のサポーターとなって人と人を結びつける役割りを担います。

ポイント7・託児

NPには託児があり、お子さんと離れて参加します。お子さんと離れて親のグループで話し合うことで、親は自分自身を振り返り前向きになれます。子どもも親と離れて他の子どもと触れ合うことにより成長していきます。ファシリテーターも毎回、託児スタッフから託児時の子どもの様子を聞き、参加者、ファシリテーター、託児スタッフでお子さんの成長を共有し、安心して託児を利用して頂きます。



このようなポイントの効果によって、参加者一人一人がパワーと能力を持っていることを自覚し、相手を受け入れたり、相手に受け入れてもらえることを経験しグループの絆が強くなります。今回も嬉しい感想を頂きました。

- ・週1回のリフレッシュ。子どもがいない環境で話すことができて、母親として話しているけど母親じゃない感じで心地良かった。
- ・今までひとりでもんもんと悩んでいたので、参加して話を聞いてもらえたことで心が軽くなりました。
- ・人見知りで最初は参加するのが憂鬱でしたが、だんだん参加することが楽しくなりました。

このプログラムは正解を教えるプログラムではありません。参加者が話し合いを進めていくなかで「このやり方ならやってみよう」「こんな考え方もあるんだ」と自分で見つけていくものです。初回、緊張感満載だった参加者が今回も回を追うごとに笑顔になっていきました。この講座を今後も継続していきたいと思っています。



NPプログラムを終えて

ファシリテーター しげまさ 重政 ようこ 功子

第6回目を迎えた伊奈美園でのNPプログラム。私は、第3回目からNPファシリテーターをさせて頂き、今年で4年目になった。NPプログラムは毎週同じ曜日、同じ時間に決まったメンバーが顔を合わせて話し合いをする。守秘義務を理解したうえで、心の中のモヤモヤや本音を語り、聞いてもらうことでお互いの繋がりが強くなる。子育て広場や児童家庭支援センターでの出会い、また話す内容にも大きな違いがある為、参加者は「参加してよかった」と言ってくれる。子どもは親から離れ、母以外の大人にお世話をされることで信頼する心が育ったり、子ども同士で関わりあって社会性に繋がる。

6週間の間に参加者の考え方、心の変化があり、育児の仕方の工夫が育まれる。子どもは心身が発達し成長が見られ、嬉しく思う。

今回のセッションで心に残ったのは、4回目のテーマ「人間関係について」の“夫について”だった。パパとの相性は75%~99%と答え、自ら選んだパートナーとの相性度は高く、パパ自慢・パパに望むこと、パパへのメッセージも用紙に書き込むことで自分の思いを整理することができたようだ。メッセージは「ありがとう」と記入する方が多く、素直な気持ちや文字にして夫について考えられたところが有意義だったと思う。

講座の感想の中から、「話し合う時に話し合いの手順があること、テーマが決まっていることでフリートークより話しやすかった」とあった。これはNPプログラムに基づく考え方である“体験学習サイクル”のことである。この考え方を学びとってくれたなら、これほど嬉しいことはない。問題にぶつかった時に「なぜ？どうして？」と考え、“どんなことが起きているのか”を整理して“どうしたらよいのか”いろんな方法をやってみるというのが体験学習サイクルだ。子どもが成長していく中で次々出てくる悩みや問題、自分自身の人生についてこの考え方で乗り切ってもらえたらと願わずにはいられない。

伊奈美園でのNPプログラムの開催がずっと継続され、一人でも多くの方が参加してもらえんことを祈っている。

里親ふれあいの会～BBQ～ inうみっこランド七塚

相談員兼里親支援専門相談員 おきむら 置村 かなえ 佳苗

7月14日(土)に石川県里親会主催の里親ふれあいの会が行われました。当日はお天気
に恵まれ、汗をかきながらバーベキューをしたり、遊んだり…。

昨年からはじめた県内の里親支援専門相談員によるお子様向けのコーナーを今年も担当
させていただきました！昨年の反省を活かし、今年はお揃いのオレンジのTシャツ
を身につけ、宣伝もさせていただきました。その効果もあったのか(?)、コー
ナーには行列ができました！消防車やパトカー、お城にアイスクリームの絵がプ
リントされたヨーヨーやカラフルなスーパーボールを一生懸命取ろうと頑張る姿
に、思わず手に力が入ってしまいました。お目当てのヨーヨーやスーパーボール
を手に入れた後は、ビニールプールに手を入れて涼んだり、ヨーヨー同士
を戦わせたり、思い思いに遊びました。

里親さんや里子さん、そして関係機関の職員とふれあった1日でした。



加賀市養護教諭部 子どもとの関わり方グループの先生方との研修報告

主任心理士 あさだ 浅田 のぶみ 伸史

今、学校の保健室では身体の不調だけでなく、気持ちや対人関係で悩みを抱えた子ども
達への関わり方、保健室登校の児童生徒への対応等、非常に多くの役割が期待されている。
今回、加賀市で活躍されている養護教諭のみなさんと心の健康プログラムやその効果につ
いてどのように査定していくかを勉強するために講師として参加させていただいた。

心の健康について効果を計りながら、多様なプログラムを作ることは重要なことである。
しかし、普段子どものかかわりには慣れている先生方であっても、どこから手をつけて
いいのか負担の方が大きく感じられている部分もあったようだ。とはいえ、最も大事なこ
とは、普段から先生方が感じている子どもとの関わりである。そこで感じていることを言
葉にする作業のお手伝いを研修で出来たらとの思いで研修を進めさせていただいた。

先生方からは、熱心な質問が飛び、こちら質問に応じることでさらに理解が深まって
いく、お互いにとって実り多い時間になったと思う。その証拠に、予定よりも時間が押す
中で先生方からも、これからの児家センの機能や連携の仕方についても積極的にご質問い
ただいた。この研修を通じて、これまで以上に地域の学校との協力関係を深めることが出
来たと感じられた。参加された先生方の熱い想いに感謝したい。

週に1度の楽しみだったが...

副理事長 表 敬喜 おもて たかよし

毎年大河ドラマを楽しみに見ているが、今年の大河ドラマは自分にとって初めて「見ないでおこうか…」と迷う作品だ。江戸城無血開城直前の回では、山岡鉄舟が西郷隆盛のところへ乗り込むシーンだったが、「そうはならんやろ」とイライラしてしまう。「薩摩と幕府が逆の立場だったら、あなたどうしますか！」という歴史上の名セリフが「言う事を聞いてくれなかったら切腹します」に変更。期待していた分、がっかりしてしまう。プロデューサーは今年の大河は史実に縛られないよう意識して作っているらしいのだが、それなら去年の「直虎」の方が潔くて良かった。登場人物の名前も微妙に変えてくれれば、まだ素直に見ることが出来るのに。と思ってしまう。

相談担当

曜日	心理担当（要予約）		
	浅田	白田	森井
月		13:00-21:00	9:00-17:00
火		13:00-21:00	9:00-17:00
水		13:00-21:00	9:00-17:00
木		13:00-21:00	9:00-17:00
金		9:00-17:00	9:00-17:00
土	10:00-17:00	9:00-14:30	9:00-14:30
日			

【相談ダイヤル】

月曜日～土曜日

9:00～17:00

0761-75-8889

【山代出張相談】

＜場所＞

山代よりみちハウス

＜日時＞毎月第2・第4(木)

14:00～16:00

連絡は当センターまで

今後の予定

10月16日（火）子ども支援連絡会（月定例）

10月19日（金）親の会（月定例）

10月22日（月）山代地区子どもを育てる会（月定例）

10月25/26日（木・金）全国児童家庭支援センター研究
協議会静岡大会

11月12日（月）施設心理士会（定例）

10月11日/25日 11月8日/22日

山代出張相談（第2・4木曜日）

平成30年度相談件数統計

	4/1～7/31（延件数）
電話相談	51
来所相談	204
訪問相談	196
心理療法等	60
合計	511
児童相談所からの 受託による指導	65

子どもと家庭の悩み 話してみませんか？

児童家庭支援センター ファミリーステーションいなみえん

〒922-0412 石川県加賀市片山津温泉井6番地

TEL 0761-75-8889

FAX 0761-74-1461

E-mail center@inamien.jp

HP <http://www.inamien.jp>