

メンター通信 (VOL. 9)

平成 23 年 8 月 22 日
愛知県自閉症協会

まだまだ暑いの日が続いています。みなさまいかがお過ごしでしょうか。23 年度最初の集計がまとまり、今回からはレイアウトを変更して通信 9 号としてお届けいたします。

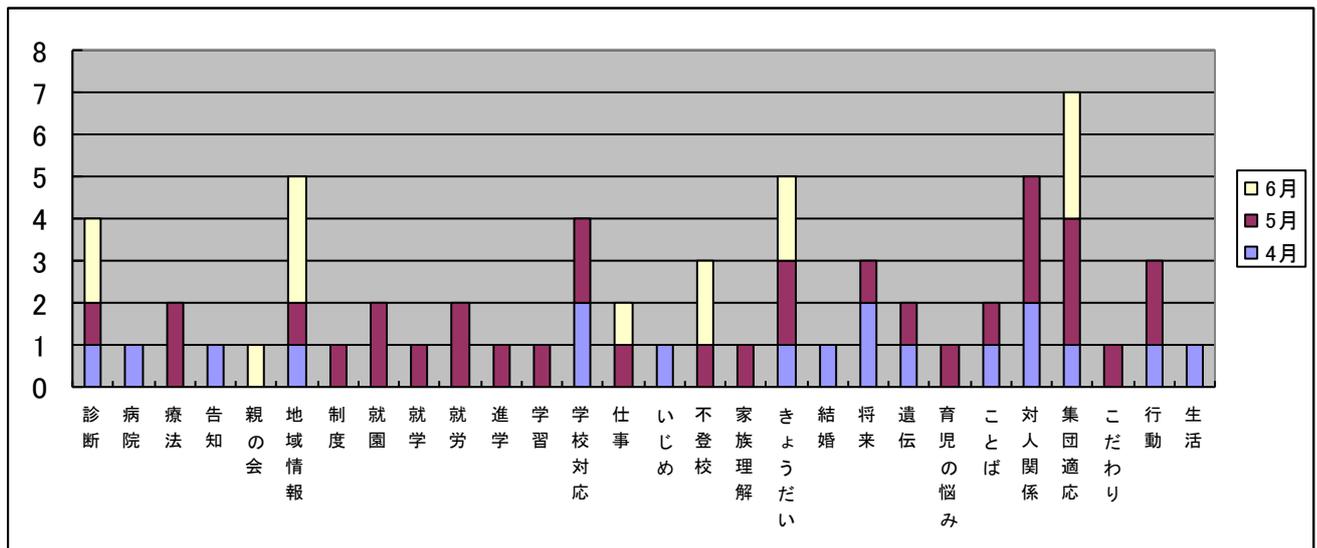


①メンター活動報告(4~6 月)

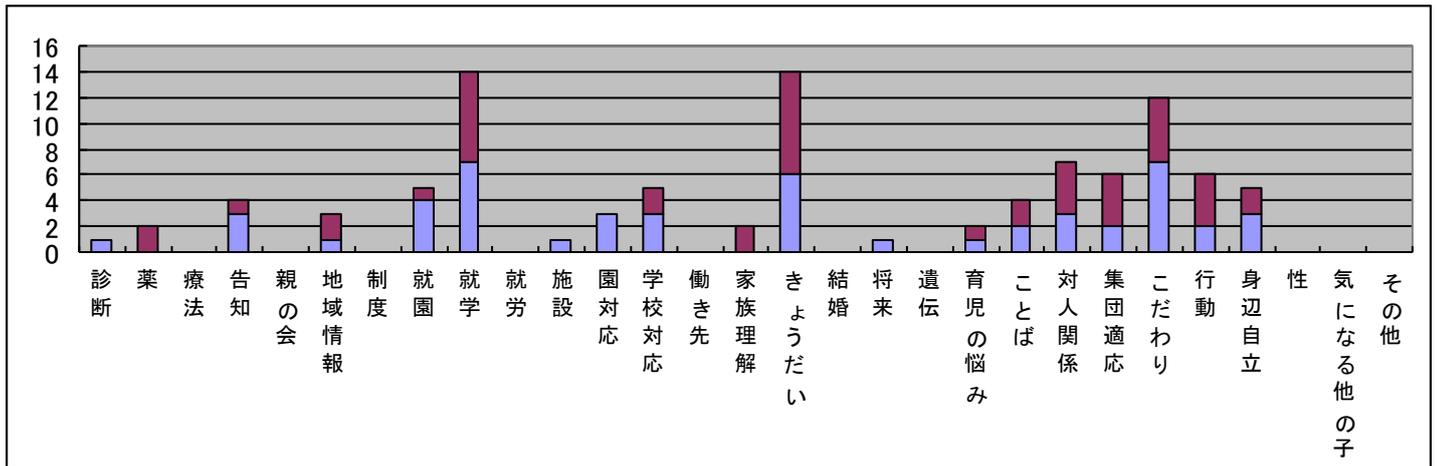
	活動内容	述べメンター数	対象者数
6 月 5 日	保育士研修 サポートブック研修	1 名	51 名
6 月 7 日	メンター茶話会	12 名	
6 月 9 日	サポートブック研修(なかよし学園派遣)	1 名	15 名
6 月 11 日	ペアレントメンター研修(福井へ派遣) 活動報告・グループファシリテーター	1 名	14 名
6 月 14 日	行政窓口研修 障害特性講義 グループファシリテーター	1 名 3 名	47 名 (市 31・ 県 16)
6 月 15 日	行政窓口研修 障害特性講義 グループファシリテーター	1 名 2 名	52 名 (市 34・ 県 18)
6 月 20 日	サポートブック研修(そよ風に派遣)	1 名	53 名
6 月 20 日、21 日	家族支援プログラムサテライト①(瀬戸会場) サポートブック研修 障害特性講義・擬似体験 ピアカウンセリング	1 名 2 名 16 名	21 名
6 月 27 日	現任研修(小学校)	1 名	18 名
6 月 29 日	大学研修(介護系)	2 名	47 名

②メンター活動報告書の集計(4~6 月) 8 名のメンターより、29 件の報告がありました。

(1) 相談内容 提出された報告書より、相談項目をグラフ化しました(1 件の報告で複数ある場合もあります)



(6)瀬戸サテライト報告(平成23年6月20日～21日)ピアカウンセリング2日分の相談内容推移です。



③保育士・幼稚園教諭向け連続研修会報告



愛知県自閉症協会では、平成20年度より保育士・幼稚園教諭を対象とした連続研修を行っています。毎年多くの先生方にご参加いただき、今年で4年目になりました。今回は当事業をまとめてみます

(1)プログラムについて

- ① 自閉症基礎講座………豊田市こども発達センター児童精神科医 若子理恵先生から講義をいただきます。
- ② サポートブック研修………当会がすすめているサポートブック作成について保育士向けをいたします。
- ③ 自閉症擬似体験、自閉症の子どもを持つ親の気持ち
 ……外から理解されにくい発達障害の特性について擬似体験をします。
 また、子どもを持つ親の気持ちを親の立場からお話します。
- ④ ケース検討ワークショップ……議事事例をもとにグループで事例検討します。
- ⑤ 事例のフォローアップ………持ち帰った事例を半年後にフォローアップします。



(2)プログラム内容

一日目：平成23年6月6日(日)

10:00	10:40	12:30	13:30	13:50	15:40	16:00
受付	基礎講座 「幼児期の自閉症基礎講座」	休憩	グループ内 自己紹介		サポートブック研修	質疑

二日目：平成23年7月17日(日)

10:00	10:40	12:00	13:00	13:20	15:10	15:45	16:00
受付	擬似体験 親の気持ち	休憩	事例への アドバイス		ケース検討 ワークショップ・発表	講評	決意表明

三日目：平成24年1月29日(日)……スケジュールは予定です

10:00	10:40	16:00
受付	事例検討会(途中休憩)	

(3)参加者数 愛知県下保育園・幼稚園教諭 50 名、ペアレントメンターは 9 名で現在それぞれ担当しています。

(4)各担当者からのねらい・コメント 担当からこの事業についてのねらい、感想、コメントをいただきました。

「事例検討会のペアレントメンターの役割」

保育士・幼稚園教諭向け連続研修会は、今年で 4 年目を迎えますが、毎年、2 回目、3 回目のグループに分かれての事例検討会に、ペアレントメンターがファシリテーターとして入っています。

先生たちからの事例の中で、困っている問題として毎年必ず出るのが、親への対応です。行動に問題があって困っている子どもの様子をどのように親に伝えるか？で一番悩んでおられます。「どのように伝えれば、お母さんは傷つかないか？」や「伝えることでお母さんと気まずくなるのでは？」と心配されます。集団行動に馴染めなくても、知的に遅れがないと親も発達障害だと認めたくないケースもあります。

自閉症児を持つ多くの親は、まわりの子と比べて身辺自立や集団行動など、どれも発達が遅いわが子のことでとてもつらい時期です。そういった時期を乗り越えてきたペアレントメンターの親としての気持ちが、先生方にはとても参考になると毎年好評を得ています。今年度は、愛知県下だけではなく、名古屋市内の園からの参加者も増えて、メンターたちの活躍を期待しています。

保育士・幼稚園教諭向け連続研修会の中で、自閉症擬似体験・自閉症の子供を持つ親の気持ちを担当させていただきました。

普段はキャラバン隊「ドロップス」として複数のメンバーで擬似体験の公演を行っているのですが、今回の研修会ではキャラバン隊のメンバーでもあるメンターの横関さんと二人で行いました。

擬似体験では、人間の脳の判断のあいまいさ、見え方、聞こえ方、手先の不器用さなどを体験してもらいましたが、実際に体験することにより「担任をしている子どもたちの気持ちが分かった」という感想を何人もの方からいただきました。また、診断を受けてから幼児期の頃までの親としての気持ちも話させていただきましたが、「お母さん方の実体験などはなかなか聞けないので、聞くことができ良かった」などの感想をいただきました。

今回の研修を通して、担任をしている子どもたちのことを理解しようと参加されている先生方の意気込みを感じましたし、日々保育されている先生方にメンターとして親の気持ちを伝えることにより、保護者の方の気持ちに寄り添っていただけるきっかけとなると嬉しく思います。

担当：安井 貴子



(5)参加者から

参加者の先生方のアンケートでは、「擬似体験してみて、こどもたちの捕らえ方に気づく事ができた」「他の園の先生との情報交換ができていい」「親の気持ちはなかなか知る事ができないのでとても参考になる」など、いい評価をいただいております。残る 3 回目はより実り多い研修にしたいと思います。

④ペアレントメンター研修報告

愛知発達障害者支援センター主催でのペアレントメンター研修（フォローアップ、サポートブック作成リーダー養成研修）が平成23年7月2日～3日で開催されました。トヨタ系の土日操業により参加できなくなった方が数人いらっしゃり、フォローアップ8名、サポートブックリーダー11名という少人数での研修でしたが、みなさん熱心に受講されていました。受講したメンターより感想をいただきました。



『サポートブック作成リーダー養成講座に参加して』

みなさん、こんにちは。メンターの飯田です。

「講師依頼が来るとイヤだから・・・」とわがままが理由で避けていたサポートブックリーダー研修でしたが、増えていく一方のメンター活動、そして特定のメンターさんの負担が重くなっている現状で、いつまでも勝手は言えないな・・・と思い、7月2日の養成講座を受けました。

研修は、筑波大学の原口先生に始まり、つぼみの会の加藤さん、安井さんからのポイントを押さえたレクチャーがありました。その後のグループワークでは「基礎グループ」と「応用グループ」に分かれて行いました。私は応用グループに入り「母子通園施設から一般保育園に就学予定の5歳児」「急に盲腸になった15歳」「突然の母の入院で初めて施設のショートステイを利用する25歳」など、様々な事例を基に【この状況ならば、どんなサポートブックが適切か】と話し合いました。「書式は?」「必要項目は」「優先順位は・・・」など、各々が意見を出し合い、先生方からアドバイスもいただきとても勉強になりました。このグループワークでは【必要な情報を相手にわかりやすく過不足なく伝える】というサポートブック作成に一番大切な事を改めてしっかり学ぶ貴重な時間になりました。講師の先生方、先輩メンターさん、ありがとうございました。

さて、養成講座終了とともに、早速10月の講師デビューが決まってしまいました・・・。人前で話す事が苦手な私は不安がいっぱいです。しかし、通信 Vol.8 の松田さんの講師デビューの記事を読んで「当日は事務局から応援も来てくれて、進行も一人きりではありません」の部分に少～しホッとしています。自分なりに頑張ろうと思います。メンター活動や研修の度に自らの不勉強を感じつつ、周囲の先生方や先輩メンターさん達に育てていただいているなあ・・・有り難いなあ・・・と感じます。今後も経験や研修を重ねながら、少しずつ成長したいと思います。

愛知県自閉症協会 飯田 亜紀

「今回のゲストコメンテーター」

ペアレントメンターの皆様

長野県健康福祉部健康長寿課におります日詰正文です。昨年度まで厚生労働省で発達障害者施策を担当していました。メンターの活動については、その意義等をいろんな方がたが書いていますので、私は少し別の視点からメッセージをお送りします。

ペアレントメンターの活動を行うと、おせっかいではないか、自分のことを差し置いて・・・などという批判を向けられることもあるかと思いますが、しかし、おそらくメンターの活動に参加されている皆さんは、後輩のためというよりも、自閉症や発達障害をはじめとする人間の不思議さを理解して付き合っていくコツを学ぶことに楽しんでいる方の方が多いように思います。コツがあっても複雑な人間関係を乗り越えるのは簡単ではありませんが、いつか自分が必要としていた課題に対応できるコツをつかめたときは、きっと嬉しいに違いありません。そういうことを一緒に喜べる仲間がいるのが、ペアレントメンター学習会でしょう。

自閉症や発達障害を知っていくことが楽しい、自閉症や発達障害の不思議さは、奥が深いのでそう簡単にはこの楽しみは終わりません。そういう皆さんの姿が周りの偏見を薄め、だんだん見方を肯定的なものに逆転させていく。そういう副産物もあるでしょうが、それはあくまでも副産物です。でも、この副産物がちりちりと貯金箱のようにたまっていくと、ゆっくりですがすごいことになりそうな気がしませんか。どうぞ、お楽しみを。

長野県健康福祉部健康長寿課 日詰正文

⑤メンターQ&A

8. 人の話を聞こうとすると何度も同じ質問してしまいます。どうすればいいのでしょうか？



＜メンターより＞最初は「一生懸命相談者に寄り添って話を聞かなければ・・・」と思ってしまいますよね。そうすると必要以上に質問を投げかけてしまったり、メモを躊躇していると何度も同じ質問をしてしまったり・・・。そういうときはご自身のコメントの前にちょっと一呼吸してみてください。相談者の方から話が出てくる事が多いです。まずはメモを取らせていただいて、相談者の方の話が終わるまで待ってみてください。

＜インストラクターより＞質問の仕方には、“オープン質問”と“クローズド質問”という2種類があります。前者は例えば「どうですか？」というような、相手の答える内容が比較的自由的なもの、後者は例えば「～しましたか？」というように相手が「はい(Yes)」や「いいえ(No)」で答えるものや、例えば「いつ～ですか？」というように相手の答えが比較的限定されるものを言います。クローズド質問が多くなると、相手は質問ばかりされているという気持ちになりやすいので、同じ質問をするのであっても、オープン質問とクローズド質問を組み合わせさせてみましょう。

9. 相談を終わることができない・・・

＜メンターより＞時間を決めていても、相談者の方の想いが強いときはなかなか難しいですね。ご自身に置き換えて考えてみてください。急に「これで終わりです」でいきなり終わってしまったら、それまでの対応がいくらよくても「まだ話したかったのに、なんだか機械的で切られてしまい、聞いてもらえなかったのかしら・・・」と思いませんか？そんなときには「時間なので、今日はここで終わります」と言うのではなく『一度ここで話をまとめてもいいですか？』と今までの話を二人でまとめてみて次の道筋を確認してみましょう。その上で『では一度試してみて、また結果をお知らせいただけますか？』とやりわり促してみる方法がいいのかもしれませんが。



＜インストラクターより＞いつでも時間があることは、かえって時間を大切にできない場合があります。限られているからこそ、大切に使うことができるものです。始めにはなかなか言いにくいかもしれませんが、どこかのタイミングで、「〇〇頃までお話を聴かせていただきますね。」と伝えましょう。時間の伝え方は、「〇〇分間」という伝え方よりは、「〇〇頃まで」という伝えの方が、相談者には抵抗が少ないようです。

10. 何度も何度も相談に来るけど・・・



＜メンターより＞きっと「相談したことによって安心できた」「共感してもらえて自信がもてた」「ここに聞けば安心と思える」など、メンター相談によっていい結果を得られた証拠ではないでしょうか。しかし、いつまでも同じ相談を聞いていくのも限界が訪れるでしょう。ましてや、あるメンターを指名してくる状態になると、指名されたメンターは重荷になってしまいます。担当するメンターを替えてみたり、成長段階に応じて療育センター、保健センター、教育センター、包括支援センター、更正相談所など、相談者のお子さんのニーズに合った相談機関を随時お知らせしていく必要もあるかもしれません。

＜インストラクターより＞何度も話をしたいということは、それだけその方にとってその相談は、とても大切な“テーマ”なのかもしれません。解決が非常に困難であったり、聴いている自分が負担に感じてしまったりするようであれば、少し“間”(物理的な時間、心理的な間)をおいてみることを勧めてみましょう。例えば「何度か相談を聴かせていただきましたけど、あなたにとってはそれだけ大切なことなんですよ。だからこそ時間がかかるかもしれませんね。私もじっくり考えてみたいし、あなたも少しじっくり考えませんか？例えば次は〇〇頃に相談しませんか？」と相談の期間を空けてみる、それまで見守りたいということ伝えてみるのも1つです。

⑥ 今後のお知らせ

1. 平成 23 年度の応用研修Ⅲは平成 24 年 2 月 25 日～26 日を予定しております。詳しくは、次号にてお知らせいたしますが、メンターのみなさまにおかれましてはご予約のほどよろしく願いいたします。
2. 愛知県下メンターには今年度のメンター研修案内第二報をすでにお送りしております。該当の研修に参加ご希望の方は事務局までご連絡ください。
3. 秋はメンター派遣が目白押しです。予定されているメンターさんの中でご都合が悪くなった場合は、早めに事務局加藤までご連絡いただきますようお願いいたします。
4. 7～9月の活動報告書提出の締め切りについては、10月15日です。期日までにご連絡を御願致します。



* 今後の研修スケジュールは下記のとおりになります

ご自身の予定が確定していなくても申し込みは可能です。ご希望のものを事務局までご連絡ください

9月13日(火)10時～	メンター茶話会②	つぼみの会事務局
10月16日(日)10時～	事例検討会②	ウィルあいち
10月31日(月)10時～	サポートブック緊急ブック作成会	ウインクあいち
12月14日(水)10時～	メンター茶話会③	つぼみの会事務局
1月16日(月)10時～	事例検討会③	会場未定
2月25日(土)10時～	応用研修Ⅲ(一日目)	名古屋大学医学部鶴友会館
2月26日(日)10時～	応用研修Ⅲ(二日目)	名古屋市高齢者就業支援センター

⑦ ペアレントメンター報告

ペアレント・メンターの皆さま

いつも大変御世話になりまして、誠にありがとうございます。NPO 法人アスペ・エルデの会の福田美智子と申します。よろしくお願い申し上げます。

さて、ペアレント・メンター養成講座の、ベーシック講座、フォローアップ講座、サポート作成研修と、出させていただきましたが、そのたびに、その内容やシステムのすばらしさ、スタッフさんのパワーに、毎回感心しています。NPO 法人アスペ・エルデの会でもピアカウンセリングの重要性を認識し、毎年養成講座を開いていますが、まだまだ、足元にも及びません。つぼみの会のスタッフの皆さまの情熱を、本当にうらやましく思いますし、私達も、多くを学び、つぼみの会さんの活動を見習いたいと思っています。

現在、私達がおこなっているピア相談は、個別、単数対グループ、複数対グループでの体制でおこなっています。どの体制の相談会でも、相談者の話を出来るだけお聞きするという姿勢を持つように心がけていますが、なかなか思うようにはいきません。こちらの意見を押し付けているのではないかと、毎回反省の日々です。

自分の今までに経験したことや最新の情報をすべてお話したいという気持ちでありますが、時間的な制限や状況により、上手く出来ていません。地域の情報など、日々勉強をしていかなければいけないと思いつつも、なかなか出来ずに、本当に反省ばかりです。こんな私がピア相談をさせてもらっても良いのかと思ったりもしますが、少しでもお役に立てるならと頑張っています。

ひとつ救いなのは、ご相談者に「気持ちが楽になりました。」「来てよかったです。」と言ってくれたときには、本当に良かったなあと思います。

しかし、支援体制が整ってきているとは云え、同じような悩みを抱えて見える方が多いことに、本当に心が痛みます。支援者ではない、同じ思いを持つ親同士だからこそ出来る話を、これからも心がけ、聞き役に徹し、十分その役目を果たしていきたいと思えます。そのためにも、ピア相談事業の宣伝をもっともっとおこない、仲間と協力しながら、今後も続けて行きたいと思えます。

そのためにも、お手本をお示しいただきたいと思っています。今後ともご指導頂きますよう、よろしくお願い申し上げます。

NPO 法人アスペ・エルデの会 (ささゆりの会) 福田 美智子

第9回集計をふまえて(吉川 徹先生より)

メンターの皆様、日々の活動お疲れ様です。

今回の通信には「保育士・幼稚園教諭向け連続研修会」のレポートを寄せていただきましたが、素晴らしいプログラムだと思います。またこのほかにも、行政窓口研修や昨年度の地域生活支援センター職員研修など、さまざまな領域の研修に、メンターの方々に参加していただいています。

メンター活動の一つの軸に、啓発活動が挙げられていますが、専門家を対象とした、啓発、研修にペアレントメンターが参加することは、地域でのサービスの質を向上させるためにもとても有効な方法であると思います。

最近の研究では、レクチャーのみによる学習では、定着して実践に生かされることがどうしても少なくなってしまうと言われていています。知識の定着のためには、ロールプレイや討論、事例検討といった実際に頭や口、身体を動かす形式をあわせて取り入れることが重要で、メンターの養成研修もそのように構成されています。専門職の研修でも最近では座学のみでなく、ワークショップ形式のものが増えてきています。また医学部の学生教育では、ボランティアの模擬患者が、医療面接の授業や実技試験に協力しています。

こうした流れの中で、ペアレントメンターが専門家の研修に参加することには大きな意義があります。講演や疑似体験、事例検討会への参加などを通じて、あるいはロールプレイの際の模擬相談者として実際に親の感じていることをフィードバックすることで、研修をうけている方達に、より具体的に現実感のある学習経験をしてもらうことができ、研修の効率を高めることができます。また何よりも実際に様々な経験をしてきた親の気持ちをフィードバックしていくことで、研修への参加意欲を高めたり、その必要性に改めて気づいてもらうこともできるかもしれません。

ペアレントメンターの皆さんには、今後もいろいろな領域の専門家のトレーニングにご協力をいただき、地域全体の発達障害への理解、対応の向上に貢献していただくことができるのではないかと、大いに期待しています。発達障害を持つ子どもはとてたくさんいるので、専門家は養成しても養成しても、すぐに足りなくなってしまう。できるだけ親の立場を理解して支援してくれる専門家を増やしていくためにも、こうした研修にも、積極的にご協力をいただきますよう、お願いいたします。

名古屋大学医学部附属病院 親と子どもの心療科 吉川 徹

<編集後記>

恐ろしく暑い夏が続いています。熱中症搬送全国No.1の愛知県・・・加藤も軽い熱中症になりフラフラして帰ってきた日が1～2回。みなさま、十分ご注意ください。

さて、応用研修でカミングアウトした息子の抜歯入院、無事終了しました。同じ病院、しかも偶然同じ病室という環境は息子にとって安心材料のひとつだったようです。勝手にお風呂に行っちゃったり、お金もって自販機でジュースをひとりで買いにいたり、夜の散歩コースも3年前と同じ・・・と、好き勝手に過ごしていましたが、全身麻酔手術にはよく励んでくれたと思います。覚醒時の混乱、乱闘も大変でしたが「あ、やっぱり」と以前の経験が動揺を少なくさせてくれました。よくがんばった、私（誰も母を褒めてくれないので・・・笑）やはり経験は大事。見通しは大事と思った3泊4日の監禁生活でした。

9月が近づいてきました。行事目白押しの季節になってきますが、体調管理（本人も子ども達も）を十分にご参加いただきたいと思います。

発行者：愛知県自閉症協会（つぼみの会）

〒460-0013 名古屋市中区上前津2-14-25 上前津中央マンション202号

TEL/FAX 052-323-0298 E-Mail: tubomi-aa@nifty.com

編集担当者：支援部 加藤 香