

The Hop Step Times

July 2023

The Introduction of GROUP PRESENTATION

(グ ル ー プ プ レ ゼ ン 紹 介)

ほっぷのグループプレゼンにて、ほっぷスタッフのA氏が上司役となり持ち込んだ作業を利用者が行う「A氏コーポレーション」が5月に行われた。

本プログラムは参加者から代表者を1名決め、代表者と上司役との間でのみ作業の提示や提出が行われ、上司から提示された作業を代表者から参加者へ指示される体系であった。参加者は順番にくる作業を期日までに納品することを1か月間続けた。また、上司役のA氏は非常に多忙であるという役をまっとうし、決まった日程・時間にしか相談や指示、作業の納品を受けられないという制限も設けられていたことが、本プログラムにおける作業の進捗においての大きな課題となっており、この状況において各自がどのように動くことでよりよくプログラムを進めていくことができるかを考える必要があった。

このプログラムを通して、代表者を務めたB氏に本プログラムの中で心掛けたことや苦心したことなどの話を伺った。

B氏は全体のまとめといった役割は初めて実施するということもあり、プログラム参加者からグループリーダーをつのって指揮系統を簡略化し臨んだ。この体系の中で不明点はグループリーダーに相談しながらプログラムを進めていくことを心掛けていた。

しかし、進めていく中でB氏が分からないから教えてもらったことを、自分の理解のみで実施してしまい大体こうであろうと考えて、以降相談を止めてしまったことがあった。

これに対しグループリーダーのC氏から、「教えた側からは違うことをしていても聞きに来ない、分からないから相談したいと自分で言っていたのに……」という不満をもらうこととなってしまった。

この経験を通し、今後は分からないことを質問した際には、自分の理解が相手の伝えたかったことと認識の齟齬がないかをしっかりと確認したうえで、実際に行動に移すようにしていきたいとのことだった。



仕分け作業の様子

各グループにてそれぞれ達成できたこと、自身にとってこれが課題であると気づくことがあった1ヵ月となったように思う。筆者自身もプログラム内にて自分が周りから嫌なように見えていないかを気にしてしまうことが自身のストレスに繋がっていることを再認識する機会となった。

本プログラムにて感じた達成点や課題についてはプログラム参加者同士で共有し、適切な対応などを振り返りにて皆で共有していきながら以降のプログラム、今後の社会復帰に活かしていきたいと考える。

The Message from GRADUATES

(卒 業 生 メ ッ セ ー ジ ①)

本紙は某日D氏にアンケートを実施した。D氏は約2ヶ月通所したほっぷを卒業し復職した。本記事ではアンケートを抜粋し紹介する。

Q1. あなたにとって良かったプログラムを教えてください。

A1. 「リワークプログラム(集団)」自分の悪い癖に対して強度の高いフィードバックを得られる。他者理解が深まることも大変貴重で良い経験となった。

「グループプレゼン」自分の悪い癖を内省する良い機会です。

「アサーション×SST」自分の行動選択がいかに偏っているかを学ぶ、行動範囲に対するメリットを体系的に理解することで選択の幅が広がった。

Q2. ほっぷ通所前と現在で、変わったと思う自分の行動や考え、気づきなどがあれば教えてください。

A2. 入所時、自分は「できる人間でありたい、できることを示したい」と考えがちであった。

グループワークでリーダーとなった際、チームメンバーを信頼しようと思わず自分一人で作業し体調を崩した。この経験から「自分はできる人間ではなく周囲の人と協働した方がより良いアウトプットを出せる、我を出すと周囲から反発を招いたり問題発生した場合に修復しづらい」ことを学んだ。

Q3. 休職前の自分に一言声をかけるなら、どんな言葉をかけますか。

A3. 『そのままつぶれて、ほっぷに行こう。良い学びが得られるよ』

Q4. 通所しているメンバーにメッセージをお願いします。

A4. 皆さんは娑婆(しゃば)でうまくいけずにほっぷに来たはずですが皆さんは病人で治すトコロがあります。治すトコロはスタッフや他のメンバーが教えてくれます。「だって治せないモン」ではなく治す努力をしましょう。ここはトライ&エラーの場。たくさんチャレンジしてたくさん失敗しましょう。

自分はできる人間との考えをもって通所し始めたD氏。プログラムで体調を崩すまでの失敗経験を通じて、自分の考えを見つめ直したD氏。その後、学ぶ姿勢へと改めプログラムに取り組んだD氏はうららかに変化していった。

残されたメンバーへほっぷで多くの失敗を積んでほしい激励の言葉から、D氏の休職という辛い経験がとても大きかったことが何えると共にやさしさが沁みる。D氏のほっぷでの経験を武器に復職された職場でのご活躍を祈る。



交流会の様子

The Message from GRADUATES

(卒 業 生 メ ッ セ ー ジ ②)

本紙は某日、8か月の通所の後、就職を決めて卒業したE氏にアンケートを実施した。本記事ではアンケートの中から、以下のQ&Aを抜粋し紹介する。

Q1. あなたにとって良かったプログラムは何ですか。

A1. 1位「グループプレゼン」グループで協力して取り組むことが一体感を覚えるから。
2位「事例検討」事例を用いてディスカッションすることで自分と異なる考え、行動を知ることができるから。

Q2. ほっぷ通所前と現在で変わったと感じる点がありますか。

A2. ほっぷ前は誰にも頼ることはしなかったが、今は信用できる人には安心して業務の依頼ができるようになった点。

Q3. もし休職前の自分に一言声をかけるならどんな言葉をかけますか。
A3. 『無理をしてまで頑張る必要はない』

いつもほっぷ利用者のことを観察し、気遣っていたE氏。「艱難(かんなん)汝を玉にす」という言葉をほっぷ利用者に残されていった。我々もこの言葉の通り、多くの困難を乗り越えて、立派な人間になることを目指していきたいと思う。新たな職場でも持ち前の優しさを活かしE氏が活躍されることを願う。

The Report of Exchange Meeting

(交 流 会 レ ポ ー ト)

5/20(土)、ほっぷメンバー交流会が開催された。OB/OGから12名、現役通所者から4名が参加した。交流会は参加者全員でアイスブレイク後、4~5名でのグループディスカッションを実施した。議題は、前半は「復職して困ったこと・悩んだこと」、後半は「フリートーク」の形式で進められた。

筆者自身は今回初参加であったが、ディスカッションでOB/OGの方の復職後の近況を知ることができ、復職に向けた今後のプログラムへの取り組み方や生活リズムの整え方など、新たな視点からの貴重なアドバイスをいただけ、学びの多い1日となった。

具体的には、「ほっぷの各プログラムについて、自分でテーマを設定して実行し、振り返ることが大事。」「ほっぷは実験の場として捉え、どんどん失敗した方が良い。」「睡眠時間など生活リズムは今のうちから整えていくことが大事。」といったアドバイスをいただいた。

より価値のあるフィードバックをいただくためには、参加前にある程度自己理解し、自身の課題や悩みを語れるようになっておく必要もあるかもしれない。しかし、難しく考えず、大先輩方の胸を借りる気持ちで、まずは気軽に参加してみることをお勧めする。