

The Hop Step Times

October 2023

The Introduction of GROUP PRESENTATION (グループプレゼン紹介)

本プログラムは、職場を想定した1か月間のグループワークを通して自身の思考や癖を見つけたり、終了後に他者からのフィードバックをもらうことにより自己理解を深めるものである。

今回のプログラムでは、児童・思春期ダイケア JOYの利用者へ夏祭りを提供することとなった。夏祭りの催し物は、先月のグループプレゼン「JOY夏祭り企画」で提案された中から次の物が採用された。「お御輿の飾りつけ&担ぎ競争(以下、お御輿)」「わなげゲーム」「射的ゲーム」「フリスビーゲーム」「盆踊り」。8月30日の開催に向け、これら催し物の準備をグループにわかれて取り掛かった。尚、お御輿を準備するグループは、先月のグループプレゼン「フォトコンテスト」で採用された企画の撮影被写体制作も予定されていたため、非常に過密なスケジュールとなり、本グループの進捗が危惧されていた。しかし、予想に反して別グループで問題が発生した。

問題が発生したのは、フリスビーゲームを準備していたグループである。ゲームの製作物仕様を検討する段階でメンバーから意見がなかなか発信されず仕様決めがすすまない。仕様を決めても、品質責任者・美術責任者からの指摘で検討のやり直しが発生する。また、体調不良によりメンバーが一時的に減少。次々と問題が発生し、計画より大きく遅れていた。本グループリーダーA氏から総括リーダーへ、他グループから

の応援を要請したが他も手一杯な状況で要請が叶わなかった。非常にま



上写真：夏祭り当日の様子

Hop's Library (ほっぷ図書紹介)

本日は、『嫌われる勇気』を紹介する。

本書はフロイト、ユングと並び、心理学の三大巨頭と称されるアドラーの思想を紹介している。

作中では「人は変えられる、世界はシンプルである、誰もが幸福になれる」と唱える哲学者とそれに異を唱える青年の対話形式で話が進んでいく。

ではなぜ多くの人が自分を変えたいと願うのに変えられないのか、それは自らが変えないままであることを選んでいるからだ、と読む者にとっては厳しい理由を突き付けている。

筆者も初めて読んだときは混乱した。そんなはずはない、私自身変わ

りたくない状態である。この時、A氏はこう漏らした。「しんどい」。

しかし、他グループの準備が終わり応援に回ると、状況は一変した。他グループのメンバーもフリスビーゲーム製作の遅れを心配していたようで、自ら応援を申し出たのである。

応援によってみるみる製作が進み、予定通りの催し物を提供でき、夏祭りは大盛況に終わった。

A氏は振り返り後のインタビューの際、「ゲームを楽しむ子供たちの笑顔を見て嬉しい気持ちはあったが、残念に思う面もあった。それは、フリスビーグループのメンバー構成では終わるはずもない作業だったのは最初からわかっていた問題だったし、問題が起きた時に組織全体がうまくいくように何とかしようとしていれば、より良いものが作れていた。」と述べた。全体を見ると、A氏や統括リーダーのみならず、参加者全員にも出来ることがあったように思う。今回のグループプレゼン全体の振り返りが、通所者全員の自分について今一度考える機会となり、今後のプログラム取り組みに活かされることを願う。

本プログラムで発生した危機的状況は、社会でも十分起こりえるものである。筆者も仲間への協力体制を目の当たりにし、仕事はチームで行うものであり、自らメンバーへ相談して進めていくことの大切さを再認識した。今後、ほっぷで大いに学び、社会復帰したときの糧としたい。



りたいと望んでいるはずなのに変わらないことを望んでいるとは!

その疑問に対してアドラーは原因論と目的論という言葉を使って説明している。

過去の原因ばかりに目を向け、原因だけで物事を説明しようとする未来は過去によって決められてしまい、変えることができないことになってしまう。

それを解決すべく過去の原因ではなく今の目的を考えるのである。

本書の思想は初めて触れると衝撃を受ける内容が多いかもしれない。それでも現状を打破する助けにはなるだろう。

The Message from GRADUATES (卒業生メッセージ)

本紙は某日、卒業生B氏にアンケートを実施した。B氏は約1年通所したほっぷを卒業し、今年6月に復職を果たしたメンバーである。本記事ではアンケートやご本人へのヒアリングから、以下を抜粋し紹介する。

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。

A1.1番目「グループプレゼン」

同じ目的に向けての協働精神を再認識した。グループ内での役割を自覚し、コミュニケーションを取っていく行動を再確認できた。

2番目「ウォーキング・しゃべり場」

奥町公園での何気ない身の周りの出来事をネタにした会話によるコミュニケーション力の充実を図れた。

3番目「アサーション×SST・CBT」

葛藤に気付く自分、一旦立ち止まる自分、無意識な言動等から自分を知ることができた。引き出しも造れた気がします。ただし、奥が深く分かったようでまだ出ていない部分もあります。

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方、気付いたこと等あれば教えてください。

Recent of Rework Program (リワークプログラム紹介)

ほっぷのリワークプログラムにて「折り紙」が7月下旬より行われている。

本プログラムは難易度の高い折り紙課題を各自が作成するもので、制限時間1時間15分のうち前半30分が完全な個人作業、後半45分がグループ活動として情報共有可能な体制にて実施されている。また、グループ活動中も自席から折り紙の持ち出しは不可など厳しい制限の中で実施されている。

課題達成がなかなかできない中、利用者も「時間配分の変更交渉しよう」など考えながら課題達成に向けて手を考えているが、8月末現在で、まだ達成できないでいる。

本プログラムの振り返りにて利用者・スタッフともに重要視しているものが主体性と不安の発信である。本プログラムに限らず、苦手な作業などに直面した場合は当事者が周りに対して「自分は本作業が苦手であること、これだけの不安を抱えているということ、そのため助力をこういった形でもらえないだろうか」を主体的に発信していくことで、周りに不安が伝播し助力を得られる、得やすくなる。

手を貸す側も相手の不安をキャッチし必要な助力をすることで、お互

A2.色々な世代・職種の方がおられる中、「自分の世界観≠世の中の常識」であることを知り、自分が生きてきた世界が常識であるという間違いや自惚れを痛感した。出しゃばり過ぎず、縁の下の力持ち、時にはI・コミュニケーションを使って自己主張もする。

Q3.通所しているメンバーにメッセージをお願いします。

A3.『働き過ぎだ!! 辛苦了!! 休息・休息!!』

Q4.最後に、残されるメンバーにメッセージをお願いします。

A4.「長所を大切に!」ほっぷでは自身の課題や癖を知り、それに対する引き出し造りに注力しますが、長所にも目を向けてください。短所と関連性があるかもしれません。長所は宝物です。大事に大事に育ててください。

「自己主張と自身を抑えるバランスの取り方」「困った際の相談」といったご自身の課題に対して、真摯に取り組まれておられた。普段は仲間想いで気さくであるが、プログラムで必要な時には厳しい意見もしっかり発信されており、メンバーから理想の上司という声も多かったB氏。復職後もほっぷで学んだことを糧に新たな気持ちでご活躍されることを願う。

いにとって「助けを求めた・手を貸したのにいい結果に繋がらなかった」を防いでいくことが重要であると筆者も本プログラムを通して考えている。

筆者は苦手なことに直面した際に周囲に助力を求められないことが多いが、本経験を元に「まず不安を発信して周囲に状況を知ってもらい、このままでは全体に迷惑をかけてしまう不安があるので相談させてほしい」と伝えていくことがグループにとっても良く、自身を守るためにも重要であることを頭に入れ、今後のグループワークを進めていくことで社会復帰に活かしていきたいと考える。



上写真：折り紙製作物