

第19回 埼玉ミニキャンプ

1. 期 間 令和5年8月11日(金)～13日(日) 3日間
2. 場 所 埼玉県県民活動総合センター
3. 総合指導 島村 隆博(埼玉心理リハビリテーション研究会会長・動作法心理相談みやしろ)
4. テー マ 「身体の動きを通した支援～“こころ”と“からだ”はいつでもいっしょ～」
5. SV(班長) 片岡 弓人(カウンセリングルームWado城山)、菅原 恵(県内特支教員)、関 洋介(県内特支教員)
6. トレーニー A(男・15歳・特支) B(男・18歳・事業所) C(男・27歳・事業所) D(男・27歳・事業所) E(男・15歳・特支) F(男・43歳・事業所) G(男・21歳・事業所) H(男・19歳・特支) I(女・15歳・特支)
- 7 トレーナー 県内特支教員6名 横浜市特支教員1名 山梨県特支教員1名 千葉県事業所1名
サブトレーナー 県内大学生1名 県内特支教員2名 東京都カウンセラー1名



8 キャンプの概要

(1) 公開研修会(講義)

今回、総合指導をしていただいた島村先生は、特別支援学校教員時代にも自立活動専任や進路指導主事として多方面で障害のある方々や関係者にいろいろな形で支援をされてきました。定年退職された現在も、特別支援学校の特別非常勤講師や進路支援アドバイザーとして支援をされ、蓮田市地域ボランティア講座でも多くの方に動作法等についてのお話をされています。そのような経験談を通して、テーマでもある「身体の動きを通した支援」について、臨床動作法の「“こころ”と“からだ”を整える方法として」という視点、特別支援学校の自立活動の「身体の動きを通したコミュニケーション」という視点から、さまざまなお話しをしていただきました。

また、参加者が実際に自分の身体を動かしながら、自分の身体とのやりとりをし、「“こころ”と“からだ”の“対話”」についても教えていただきました。

(2) 動作法

今回は実態把握から目標設定や取り組み内容を考えるといった見立てる力を重視しようということで、各トレーニーの目標設定等はSV(班長)と相談しながらそれぞれのトレーナーに行ってもらおうということにしました。1回50分の動作法を行った後に班別ミーティングを行って取り組みの確認を行うという埼玉スタイルもあって、各トレーナーがトレーニーのニーズに応じた見立てを

しっかり行ってくれたと思います。

全8回の動作法を通して、それぞれのチームで変容が見られました。動作法の取り組みになかなか気持ちが向かなかったトレーニーがトレーナーとのやりとりを通じて集中して動作法に取り組める時間が長くなったり、股・腰回りの硬さからあぐら座をとるのが難しかったトレーニーが一人であぐら座姿勢を保持できるようになりました。脚の緊張の緩めと躯幹ひねりでの肩回りの緩めを丁寧に行ったことで、自分の身体の緊張のコントロールがしやすくなり、あぐら座を取りやすくなったトレーニーもいました。

(3) 研修

トレーナーの研修として、班別ミーティング7回、全体ミーティング3回、実技研修3回を行いました。実技研修では、タテ系動作法の「形づくり→主動化→節づくり→バランスとり」といった流れについて確認したり、「緩める」とはどんなことなのか確認しました。島村先生の「筋肉を緩めるということではなく、トレーニーが余計に入れている力を抜く(緩める)ということ」という言葉は印象的で、その後もいろいろな場面で確認されました。

(4) まとめ

今回は通いの3日間ではありましたが、十分内容の濃いキャンプになったと考えます。また、会場も、例年使用していた場所が予約でき、宿泊も可能なため、県外からの参加者やトレーニーの希望者が利用できたのもよかったです。

トレーニーについては、研究会主催の月例会には参加していない方々が中心でしたが、保護者の方々にとっても、県内の他の訓練会や親の会としての情報交換にもなったようでした。

昨年度、リハの会埼玉大会を経て4年ぶりの開催でしたが、そうしたいろいろな意味での“心理リハビリテーションのよさ”の確認になったキャンプではなかったでしょうか。