

# 2部

フィールド フィールド  
現場から現場へ

---

---

# 東北福祉大学通信教育部で学んだこと ～援助実習を通して～

---

OB MESSAGE

通信教育部福祉心理学科卒業生 千葉 彩

---

## はじめに

通信教育部で日々、学習を続けられている皆様、はじめまして。私は今年3月に通信教育部 福祉心理学科を卒業、精神保健福祉士を無事に取得し、今は障害をお持ちの方の就労と生活面をサポートする障害者・就業生活支援センターにて生活支援員として勤務しています。

思い起こせば、昨年の秋に無事に24日間の実習を終え、国家試験対策に日々、追われている生活でした。まだ、現場に出て日が浅いのですが、実習を振り返り、学んだことを述べさせていただきます。

---

## 誰のための実習なのかを考える

東日本大震災が発生し、私自身も被災をしたため、「もう実習も卒業も無理かもしれない。」と思いながら過ごしていた時期もありましたが、それだけに実習受講の許可通知が届いたことは本当に嬉しく、何より、「頑張って資格を取ろう」という気持ちが強くなりました。

私は前半を精神科病院、後半を相談支援事業を行う事業所で、障害をお持ちの方やご家族と関らせていただきました。2か所とも被災をしていましたが、本当に大変な中、実習生の私を受け入れてくださり、学ばせていただくことができました。今、改めて振り返ると、患者さんや利用者さん、指導者の方、家族の支えがなければ私の実習は成り立たなかったと思います。自分の為に本当に沢山の方の支えがあって実習まで来れたのだという感謝をしながら実習期間を過ごしました。

## 病院実習を振り返って

---

正直、座学で精神疾患を学び、自己学習をしたつもりで実習を迎えましたが、病院実習初日の病棟内の見学では衝撃を受ける場面がありました。この時、私には差別や偏見があったように思います。2日目から参加させていただいたデイケアでは、利用者さんから声をかけてくださり、お話をさせていただきました。本当に気さくな方が多く、一緒の時間を過ごす中で自然に会話が生まれました。

その中で、自分自身の病気や入院生活について話して下さった方がいました。長期間の入院をし、退院後は同じ病気を持つ方とアパートで共同生活を送っていたものの、被災をして仮設住宅が決まるまでずっと避難所生活をしていました。その方がふと、「この病気になる人は皆、優しい人だから」と笑顔で話して下さったのが今でも心に残っています。利用者さん同士が「今日、体調どう？」と声をかけあい、互いを思いやりながら同じ時間を温かく過ごす場所を共有させていただいた中で、私自身が思っていた精神障害に対する差別や偏見が取り払われ、同じ目線で何かを思い、考えることができるようになった期間となりました。

## 地域での実習を振り返って

---

病院実習後の相談支援事業所での実習は、障害の有無に関わらず、生きづらさを抱えている方に、どのように寄り添うかということを考える機会となりました。サロンスペースを開設しているということもあり、相談のため来所される方だけでなく、話を聞いて欲しいというニーズを抱えている方の利用も多かったため、現行の制度のみでは対応が難しい方が地域には想像以上にいるのではないかと気づきました。

特に震災後、一度に多くの変化が起こり、どのようにしたらいいか分か

らない、どこに行ったら解決してくれるのだろう、という不安から体調を崩される方もいて、「私に何ができるのか？」ということが常に頭から離れずにいた時に、指導者の方から「いつもの自分で来て利用者さんの話を聞いてみてください」との指導を受けました。

実習も残りわずかとなったある日、ほぼ毎日、サロンを利用している方に挨拶をした際に、大学での学びについての質問を受けました。私自身が心理学を専攻していることを伝えたら、利用者さんも心理学に興味を持たれていることから想像以上に会話が弾みました。職員さんとの終礼の際の報告で、その方と事業所の関わりは長いものの、自分からなかなか心を開かないからどのように対応したらいいか考えていたとのことで、「私に何ができるのか？」というネガティブな面から「自分にできることを確実にやろう」と思ったきっかけとなりました。

## これからの目標

---

現場に出て、あっという間に今に至ります。私の場合、担当の方は精神障害の方限定ではありません。高次脳機能障害の方、知的障害の方もいらっしゃいます。支援に入る際、いつも心がけていることに「どのようにその方の心に寄り添うことができるか」ということを考えます。多くの方は私の人生の先輩にあたります。敬うことが最も重要だと思います。その中で支援が必要な面を本人との会話から集め、反映できるようにしています。その際、これまで関わってきた先輩に報告し、その方の傾向なども確認してはいるものの、実際は失敗が続くこともあります。時にどんよりと落ち込むこともありますが、私の仕事は出来ないことを出来ることにすることではないと感じています。利用者さんがその人らしく、自分の人生を生きる。そのために自分がどう寄り添っていけるかをこれからも考え、日々、沢山のことを学び、成長していきたいです。