

The Hop Step Times

June 2022

The Best City for Old Age Life

(老 後 に 住 み た い 都 市)



4月27日(水)、グループプレゼンの結果発表が行われた。白板に書き出された採点結果は1位から625点、535点、495点、最下位は360点。チーム名が出た瞬間、ほっぷはどよめきの声に包まれた。

今回のプレゼン課題は「老後に住みたい都市」。指定された「札幌、仙台、金沢、神戸」について、住みたい度とプレゼンの完成度により評価されるもの。この課題を遂行するにあたってのテーマは「自分の都合、他者の都合、taskの都合」。各チームはこのテーマを意識しつつ今回のプレゼン課題に挑んだ。

1ヶ月後のプレゼン当日、4チーム中3チームが発表者2名による「掛け合い」方式での発表を採用した。

発表は戦略的に1番手を取ったAチームが先陣を切り、定年旅行を機に突如札幌に移住したいと言いつつ、現実的な問題を投げ掛ける妻というやり取りで、テンポ良く分かりやすく「札幌」の魅力を伝えた。

続くBチームは、同じく定年を前にした老夫婦が、若かりし頃住んでいた「神戸」での思い出話を花を咲かせつつ、老後の暮らしを調べる・・・というドラマを、観光情報と感情たっぷりに聞かせて聴衆の心を掴んだ。

生徒と先生の「青葉城恋歌」デュエットが飛び出したCチームは、序盤から大いに笑いを巻き起こしながら、老後=未来という他チームにはない切り口で「仙台」という都市の枠を超えた未来の東北地域をプレゼンした。

大トリを務めたDチームは、採点者へ移住を提案するコーディネーターという役柄で、事前アンケートに沿

った緻密な、そして流石移住コーディネーター！と思わせる安心と信頼に溢れる提案で「金沢」を紹介し締めくくった。

冒頭ほっぷを揺るがした結果は、Dチーム「金沢」が優勝、最下位がBチーム「神戸」であった。どちらも、情報量、プレゼン時の盛り上がり、共に遜色の無い圧巻の発表であり、結果発表時のどよめきはこの印象から起きたものと考えられる。

結果に現れた300点近い差はどこにあったのか。

優勝したチームリーダーのD氏は、「採点者向けという目的意識と、細かい数値目標までチームで共有したこと」「最初から最後まで採点者目線と自分達目線でチェックしたこと」「"観光"ではなく"移住"を重視したこと」等を勝因として挙げた。「全員で肩を組んで、メンバーに任せて取り組む」というD氏個人の課題にも意識的に取り組み、成功を収めた事は得難い経験となったのではないだろうか。

一方、最下位チームのリーダーB氏は、「採点者を向いていなかった」「他者満足ではなく、自己満足になってしまった」と語る。また「課題開始直後、とあるメンバーのチームを頭の回転の速さに圧倒され、他メンバーが置いていかれていないかと何度も冷や汗をかいた」とも。さらに、「当該メンバーも他メンバーも尊重しながら指摘した事をきっかけに、全員で団結出来た」と前向きに締めくくった。

各自が自分の都合と、メンバーや採点者の都合を意識しつつも、そのギャップに苦悩した1ヶ月となったようだ。

Good Program Ranking

(ほ っ ぷ プ ロ グ ラ ム ラ ン キ ン グ)

直近3ヶ月(2~4月)で最もよかったプログラムは何か。通所メンバー向けに行ったアンケートの結果を発表する。「振り返りが出来た」、「自身の課題に挑戦出来た」等、各自のコメントも併せて紹介するものである。

1位「グループプレゼン」

実際の仕事に近い環境で1ヶ月通して取り組む。チームワークやマネジメント力が必要となるため、リハビリに良い。

2位「アサーション×SST」

モヤモヤ等の葛藤をキャッチし、自身の行動選択を見つめ直す。他者と上手く関わるための技術や理論を理解・実践することが目的。

3位「リワークプログラム」

他のプログラムに比べ負荷が高く、思考の癖がより浮き彫りになる。濃い振り返りをもらえることで、他者目線の自己分析が深く出来る。

4位「グループディスカッション」

自分の意見や他者の意見、課題達成にむけた意見の取捨選択等、自分

を含めてグループ全員が尊重できるようにする。

5位「CBT」

認知と行動の関係性が分かり、自分の考え方の癖が理解できる。ロールプレイを実際に行ったりすることで柔軟な思考力が身に付く。

メンバーのコメント

- ・対人関係の中で、相手の価値観と自分の価値観の違い、自分の行動パターンが良く分かる。(グループプレゼン)
- ・個人の考え方が良く現れ、客観視できるところが良い。(アサーション×SST)
- ・他者からのフィードバックを深くやるので、自分が気付いてない癖や課題を見つけることが出来る(リワークプログラム)
- ・メンバー同士の議論の中で、自分の役割や課題を意識して、多様な意見の中での自分の在り方を考えさせられる。(グループディスカッション)
- ・とっさに浮かぶ考えに対し、様々な視点で考える自分を登場させ、立ち止まって考えることが出来るようになりつつある。(CBT)

The Message from GRADUATES

(卒 業 生 メ ッ セ ー ジ)

本紙は4月某日、卒業となったE氏にアンケートを実施した。本記事ではアンケートや彼へのヒアリングから、以下を抜粋し紹介する。

Q1.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、気付きなどがあれば教えてください。

A1.他人に対して興味を持つようになった。以前は会話をしていても、相手の反応を気にせず一方通行であった。また、自分のクセや特性について客観的な視点でフィードバックを得られることで、物事に取り組む際の真剣度合が他人とは異なる

The Teachings of

Ms.T(作業療法士T氏の教え)

個人作業、集団作業で我々に接する作業療法士のT氏。ここではT氏の教えを紹介する。

「作業に「慣れ」が出てきたときのちょっとしたミスが致命的になることがある。これはいつもと違うなというような引っ掛かりに気付くことが重要。また、広い視野で注意を払うことも大切。」(R4.5.13リワークプログラム個人作業)

「仕事をすると言うことは、結果が出なければだめ。事前に動揺するような出来事があったとしても、仕事では気持ちを切り替えて結果を求めて取り組むことが大切。」(同上)

ことを自覚できた。

Q2.通所しているメンバーにメッセージをお願いします。

A2.物事が起きた際、いかに良い方向に、ポジティブに捉えるかが重要である。

ほっぷで出会った人達は、順調な人生を歩んでは出会わなかったであろうが、人生の知見を広めるためと考えることで休職をもポジティブに捉え、学びに変えられると綴ったE氏が、新天地でも新たな知見を得ることを願う。

HOT Words!

by Mr.S(心理士S氏の金言)

心理士S氏の講義やワークに溢れる金言を紹介。

「まずは相手の意見を受け入れる姿勢を持つこと。その上で、自分の考えと相違があれば自分の意思を伝えるべし。」(R4.4.14 ホームルーム)

「相手のことを知れば、相手を頼りやすくなる。まずは、相手の人となりを知るべし。」(R4.4.15 リワークプログラム)

「休職は必然的に起こるもの。自分の中にある問題を明らかにさせていくことが必要。」(R4.4.22 リワークプログラム)