

活動報告

平成29年度研修会&交流会の報告 ～働き続けるためにコミュニケーションを見直そう！～

ライフサポート部 寺尾 詩子

会員ライフサポート部
活動報告 第62報
職場環境を考える

働きやすい職場というのは、コミュニケーションがうまくいっている職場なのだと思います。しかし、コミュニケーションについては、どの立場の人にも悩みが少なからずあるのではないのでしょうか。そこで、今年のライフサポート部企画の研修会&交流会は、「働き続けるためにコミュニケーションを見直そう！」をテーマに、臨床心理士の中村有先生（東邦大学医療センター大橋病院 健康管理室内職員カウンセリングルーム勤務）をお招きして開催しました。交流会の時間はとれませんでした。私の場合はコミュニケーションの苦手意識は少し和らぎ、気が楽になった感じで研修を終えられました。今回は、私の中に今も残っているところを一部お伝えしたいと思います。解釈は間違っているかもしれませんが、ご了承ください。

■コミュニケーションは技術である

苦手意識はありますが、才能的なことではなく、確立された手段を知り、練習・実践を積むことでコミュニケーションスキルは身につくということ。これまで経験を頼りに対応してきましたが、経験にマッチしない場合には対応できないということです。よくある困ったパターンなども交えて教えてくださり、わかりやすかったです。

■「傾聴」技法を使ってみよう

コミュニケーションの具体的な手段として、「傾聴」技法の一部を教わりました。傾聴は患者さんの訴えなどでは自分なりに使ってきました。しかし、いざ後輩や同僚からの報告や相談に対して常に評価をし、答えを出さなければと思って負担に感じつらくなっていました。答えを出さない応え方や受け止め方も、テクニックとして知ることで、安心して傾聴ができると感じました。

■コミュニケーションは非言語的なところにも意識を向けて、相手を知ろうとしよう

言葉になって表れてくるもの以外のもの（視線、身振り、姿勢、表情、服装、化粧、持ち物、時間、場所など）からも多くの情報が受け取れます。また、その

人の育ちや職業などの背景によっても受け止め方は違ってきます。これまでも無意識に感じてきたところではありますが、大事なコミュニケーションの場面では意識して受け取って対応できるようにしたいです。

■どう対応すればいいかわからない場合は、専門家に相談しよう

私たちがすべきところは、相手のつらさに気がつくこと。そして対応が難しいと思ったら、職場の産業医、精神科医、心療内科医、臨床心理士、精神保健福祉士に援助を求めましょう。職場にそのような場がない場合は、日本臨床心理士会に相談窓口があるそうですので利用してみましょう。

実際には具体的な事例もたくさん交えてお話下さり、わかりやすかったです。もっと、具体的に、あんな時は、こんな時はと聞いてみたいと思いました。来年も臨床心理士さんにお願ひできれば、具体的な事例をこちらからも提示して、研修会&交流会を企画したいと考えています。「聞きたい事例あります！」という方は、ライフサポート部までメールください。

●連絡先：lifesupport@pt-kanagawa.or.jp

復職支援実務研修の報告

ライフサポート部では、離職中の方の復職を後押しできるよう、実際の現場で研修（見学や臨床体験）する事業を行っています。2010年から始めて昨年度までで6名、今年度は現在までで2名の方が研修中です。研修のコーディネーターや研修生の体験談を通して、離職経験のない私たちには想像できなかったいろんな気づきがありました。研修をより有意義にするためには重要と感じ、昨年度まで研修を受けていた方の体験談（5名分）をまとめてみることにしました。まとめた内容は今年度の関東甲信越ブロック理学療法士学会でポスターにて発表し、女性理学療法士の会の情報交換会で報告しました。ホームページにもポスター原稿を掲載しますので、興味のある方は覗いて下さい。



■長期離職者が復職するために、復職支援実務研修でできることのまとめ

●PTとして働きたいと思えること

PTとして働いていた時の自分を思い出し、目の前のPTの働く姿を見て、「またPTとして働きたい」と思えるかは重要です。知識や技術の足りないことは、働きながら補えばいいのです。現職者も常にこれではだめだと思いつつも日々精進です。ブランクが心配な方は、これまで働いていた領域での研修をお勧めします。患者さん、利用者さんと話す感じや、一緒に歩くなど何気なくやっていたようなことを体験できるだけでも、働いていた時のことを思い出してできるかも!?という気持ちになりやすいのではないのでしょうか。

●復職時の疑似生活

自宅を決まった時間に空けるということがどういことなのか、家族の反応や自分の体力などやってみなければわからないのです。やってみて具体的な課題が見えてくる。

●近隣のPTから最新情報が聞けること

とはいえ、制度や基本的な考え方も新しいものになっている部分も多いのが現状です。今どきの制度や、近隣の状況はどうなのか教えてくださるPTに直接会って話ができることは、とても心強いと思います。

この研修は、受け入れてくださる施設の先生方の協力なしには成り立ちません。ご協力感謝しております。

今後も復職支援実務研修は継続していきます。復職したいけど不安という方、離職理由は問いませんので、研修受けてみませんか。また、研修の力になれるよという先生方、ライフサポート部までお声掛けください。お待ちしております。

Facebookページのご案内

担当：ウェブサイト管理部



本会Facebookでも、情報を発信しております。「いいね!」ボタンを押すと、本会の情報があなたのニュースフィードに届きます。ぜひ「いいね!」ボタンを押して、情報を確認してください。



Facebookページへのアクセスは、トップページ下段のこちらからできます。

Gift

オリジナルカーシート
(150センチ程度まで)

日本ウイール・チェア株式会社
〒188-0014 東京都西東京市芝久保町2-22-31
TEL 042-463-1511 FAX 042-463-3730

そのほか当社では
福祉用具レンタル・販売
も取り扱っています



NIHON WHEELCHAIRS

<http://nwc-kurumaisu.com/>