



2014 年度事業報告

「親は親らしく」 特別支援学校保護者の皆さんの講座を終えて

特別支援学校の保護者の皆さんに集まって頂き、主題「ママの心に栄養を」副題“親として、ひとりの人として自分を大切にするために”に基づいて、特別支援学校8校で（述べ160名の保護者の方が参加）グループワークを中心としたワークショップを開催させて頂きました。

ワークショップの目的には、不十分とはいえ、昔に比べたら格段に教育や福祉も手厚くなり、情報も多くなった今ですが、ひとり悩んでいる親もまだまだたくさんおられます。

その悩みは多岐にわたり、「学齢期は子どもの成長著しい時だけど」「子どもが失敗すると親が傷つく…」「卒業後の進路を決めたものの、本当にこれでよかったのかしら…」「同じ親同士なのに、ちょっとした言葉にカチンとくる…」などなど例を挙げれば切がありません。

だからこそ、ワークショップでいろいろな人の思いに耳を傾け、自身を振り返ることで、こころが落ち着いたり、親と親のつながりを深めたり、障がいのあるわが子とその家族の暮らしを支えていくものになりえるプログラムに基づきファシリテーターの皆さんのアドバイスを受けながら「親は親らしく」に少しでも気付きが出来ればという想いで講座を開いてまいりました。

2015 年度も、引き続き講座を展開します。興味のある方は育成会事務局までご一報ください。

講座に参加された仲間の皆さんの声

- ◆いつも子供のことばかりになるので、自分のことを話して、とても良い気分でした。聞いてもらうという事はいいですね。
- ◆自分の生活を点検し、見直しをし、今後の子育て、家族のこと自分自身のことを少し余裕をもってやっていきたいと思います。
- ◆将来に向けた具体的な考え方など参考になりました。子供が学生のうちから、色々なことをイメージしておくことも大切なんですね。
- ◆はじめは、手をつなぐ育成会の活動に対して、あまり興味はなかったですが、活動の内容が少し勉強できて良かったです。
- ◆自分を見つめ直す。…今の自分はちょっとつらい状態ですが、改めて考え、頑張りすぎている自分を改めなければ！と感じます。皆さんの笑顔が栄養になりました。
- ◆ぜひ卒業した先輩の皆様のお話が聞きたいですし、悩んだ時に、相談にのっていただきたいと思いました。◆なかなか自分の夢などの話をするのがないので、とても楽しい時間でした。
- ◆『ドーナツのワーク』や『私の好きなお話』など課題を絞って皆さんとおしゃべりすることで、話が広がりすぎず、決まった時間内に皆さんのことがわかり、共感できました。とても良いシステムだと思いました。
- ◆参加した方々の自分なりの過ごし方とかが、少し感じとれて、自分も改めて、何かしたいと思いました。」「始まりと終わりでは気持ちに変化して、元気になりました。
- ◆自分のことを客観的に見るいい機会になりました。皆さんの意見を聴いて、自分にもできそう！という発見もあり、楽しかった。