第２回養成講座を終えて
～「学びの覚書」を読んで、主催者の振り返りと気づき～

10 月 18 日に開催した第２回「訪問看護師のための不登校支援スキルアップ養成講座」では、講義を通じて得られた知識や情報を、参加者一人ひとりが自分自身の経験や日常生活、これまでの対人関係と照らし合わせながら振り返る機会となりました。

今回、参加者の皆さんに記載していただいた「学びの覚書」を拝見すると、講義内容を単に知識として理解するだけでなく、自分自身の感情や思考、他者との関係性、日々の行動などに結びつけて、それぞれの気づきを深めようとしている様子がうかがえました。

これは、今回の講座が目指している、知識の習得にとどまらない学びのあり方を示しているように思います。

1．自分自身を理解することが、他者を理解することにつながる

今回の学びの覚書で特徴的だったのは、自分自身の感情や思考を振り返り、客観的に捉えようとする記述が多く見られたことです。

私たちは日常生活の中で、様々な出来事や他者との関わりを通じて、喜びや不安、戸惑い、時には怒りや葛藤など、多様な感情を抱きます。しかし、その感情がどこから生まれ、どのような考え方や価値観に基づいているのかを、立ち止まって考える機会は意外と少ないものです。

対人援助に携わる支援者にとって、自分自身の感情や価値観を理解することは、とても重要な意味を持っています。

例えば、子どもがなかなか話してくれない、保護者が支援を受け入れてくれないといった場面に直面したとき、支援者自身が焦りや不安を感じることがあります。その感情に気づかないまま関わると、知らず知らずのうちに自分の価値観や期待を相手に押しつけてしまうことも考えられます。

だからこそ、自分が何を感じ、どのように受け止め、なぜそのように考えたのかを振り返ることが必要になります。

自分自身を理解することは、相手を理解するための出発点でもあります。今回の覚書に見られた自己認識への気づきは、今後の支援活動においても大切にしていただきたい視点です。

2. 共感とコミュニケーションが信頼関係を育む

もう一つ、今回の覚書で多く見られたのが、他者とのコミュニケーションや共感に関する気づきです。

相手の話をよく聴くこと、相手の立場に立って考えること、自分とは異なる考え方を受け入れることなど、他者との関係性を築くために必要な姿勢が記されていました。

人と人との関係は、言葉のやり取りだけで成り立っているわけではありません。表情や声の調子、態度、沈黙など、様々な要素を通じて相手の気持ちを感じ取っています。

講義で取り上げられたミラーニューロンの働きなども、他者の行動や感情を理解するうえで興味深い視点だったと思います。

特に不登校の子どもや家族への支援では、相手が何を話すかだけでなく、何を話せずにいるのか、どのような思いを抱えているのかを想像することが求められます。

子どもが自分の気持ちを言葉にできないこともあれば、保護者自身が不安や孤立感を抱え、他者との関わりを避けてしまうこともあります。

そのような状況において、支援者が自分の考えを伝えることを優先するのではなく、まず相手の思いや状況を理解しようとする姿勢が、信頼関係を築く第一歩になります。

共感とは、相手と同じ気持ちになることだけではありません。自分とは異なる経験や価値観を持つ相手の存在を認め、その人の立場から物事を理解しようとする姿勢でもあります。

今回の学びが、日常のコミュニケーションだけでなく、子どもや家族との関係づくりにも活かされることを期待しています。

3. 失敗や小さな気づきを成長の機会に変える

覚書には、失敗やうまくいかなかった経験を振り返り、次の行動につなげようとする姿勢も見られました。

私たちは失敗すると、その出来事を否定的に捉えたり、自分の能力や判断を責めたりしがちです。しかし、失敗した経験をそのままにせず、何が起きたのか、なぜそうなったのか、次にどうすればよいのかを考えることで、新たな学

びを得ることができます。
これは、支援の現場においても同じです。
子どもや家族との関わりが思うように進まなかった場合、支援者の関わり方が適切でなかったのか、相手の状況やタイミングに配慮できていたのか、あるいは支援者自身の思い込みが影響していなかったかなど、様々な角度から振り返る必要があります。

また、日々の支援の中には、目立った変化として表れない小さな出来事もたくさんあります。

昨日まで話してくれなかった子どもが少しだけ言葉を発した、保護者が自分の思いを話してくれた、訪問を受け入れてもらえるようになったなど、一つひとつの小さな変化には大切な意味があります。

そのような変化に気づき、記録し、積み重ねていくことが、支援の質を高めることにつながります。

日々の小さな気づきを大切にし、経験を次の実践に活かしていく姿勢は、支援者として成長し続けるための重要な基盤になると考えます。

4. 柔軟な思考と自己調整が支援の幅を広げる

今回の覚書には、心の状態やストレスへの対処、生活習慣の見直し、時間管理など、自分自身を整えることに関する記述もありました。

これらは一見すると、専門的な支援技術とは直接関係がないように思われるかもしれません。しかし、支援者自身の心身の状態は、相手との関係性や支援のあり方に少なからず影響します。

支援の現場では、予想していなかった出来事や、すぐには解決できない課題に直面することもあります。そのような状況でも、自分自身の状態を把握し、感情を調整しながら、柔軟に対応する力が求められます。

また、自分の経験や知識だけに頼るのではなく、新しい情報や異なる視点を取り入れることも大切です。

不登校という現象は、子どもの発達や心理状態、家庭環境、学校との関係、社会的な背景など、様々な要因が複雑に関係しています。そのため、決まった方法だけで対応できるものではありません。

一人ひとりの子どもや家族の状況に応じて考え方や関わり方を調整し、必要に

応じて他の専門職の知識や経験を取り入れていくことが必要です。

自分自身を整えることと、柔軟な思考を持つことは、支援者としての対応力を広げるためにも重要な学びであると考えます。

5. 学びを実践につなげるためのリフレクション

今回、参加者の皆さんに「学びの覚書」を作成していただいたのは、講義を受けて終わりにするのではなく、自分自身の言葉で学びを整理し、日々の生活や支援活動に結びつけていただきたいという意図がありました。

人は、話を聞いたり文章を読んだりすることで知識を得ることができます。しかし、その知識を自分自身の経験に照らし合わせ、自分なりに考え、言葉にして表現することで、初めて理解が深まることもあります。

さらに、その気づきを実際の行動に移し、行動した結果を振り返ることで、新たな課題や学びが生まれます。

このような学びと実践の循環は、専門職として成長するために欠かせないものです。

今回の覚書には、日々の出来事を記録することや、自分の考えを整理すること、他者の立場を想像することなど、具体的な実践方法も記されていました。

ぜひ、講座の当日だけで終わらせることなく、日々の支援や生活の中で小さな気づきを記録し、自分自身の関わりを振り返る習慣につなげていただきたいと思います。

これは、今後の講座で取り組むリフレクションの基礎にもなるものです。

6. 支援者自身が学び続けることが、地域の支援力を育てる

私たちが今回の養成講座を企画した背景には、不登校の子どもとその家族に対する早期介入や訪問型伴走支援を、地域の中で実現していきたいという思いがあります。

不登校の問題は、学校だけで解決できるものではありません。子ども本人への支援はもちろん、家庭が抱えている様々な課題にも目を向け、必要に応じて医療、福祉、教育などの関係機関が連携して支えていくことが求められています。

その中で、訪問看護師には、医療的な専門性だけでなく、家庭を訪問し、子ど

もや保護者との関係を築きながら、生活全体を捉えて支援できるという特性があります。

ただし、その特性を活かすためには、専門知識や技術を身につけるだけでは十分ではありません。自分自身の価値観を理解し、相手の思いを尊重し、関係性を丁寧に築いていく力が必要です。

今回の学びの覚書に記された一人ひとりの気づきは、そうした支援者としての基礎を育てるうえで、大切な意味を持っていると考えます。

また、参加者それぞれが異なる経験や専門性を持っていることも、この養成講座の大きな強みです。互いの考え方や実践を共有し、そこから新たな視点を得ることは、個人の成長にとどまらず、地域全体の支援力を高めることにもつながります。

今回の講座で得た気づきを、それぞれの現場に持ち帰り、実践を通じてさらに深めていただきたいと思います。

おわりに

今回の「学びの覚書」を通して感じたのは、参加者の皆さんが、知識を習得するだけでなく、自分自身と向き合い、他者との関係性を考え、これからの行動につなげようとしていることです。

不登校の子どもや家族への支援には、決まった正解や一つの方法があるわけではありません。だからこそ、支援者自身が学び続け、自分の関わりを振り返り、相手にとって何が必要なのかを考え続けることが大切になります。

私たちが目指す訪問型伴走支援は、支援者が一方的に解決策を提示するものではなく、子どもや家族と共に考え、その人らしい生活や社会とのつながりを取り戻していくための支援です。

そのためにも、まず支援者自身が学び、気づき、変わっていくことを大切にしたいと思います。

今回の講座で生まれた一人ひとりの気づきが、今後の実践の中で育まれ、子どもと家族に寄り添う支援の力となっていくことを期待しています。

そして、この養成講座が、参加者個々の専門性を高めるだけでなく、専門職同士が学び合い、連携しながら地域の新しい不登校支援の仕組みをつくっていく、その一歩になることを願っています。

訪問看護師のための

不登校支援スキルアップ養成講座

― 学びと実践の循環で、子どもと家族に寄り添う支援力を育てる ―

この養成講座で目指しているのは…



"自分自身を理解し、
他者を理解し、
支援のあり方を
考え続けること"



学びと実践の循環

学んで
支援に必要な知識や視点を身につける

実践して
日々の関わりや訪問支援の中で活かす

振り返り
経験を整理し気づきや課題を見つける

フィードバックする
学び合い、よりよい支援につなげる

参加者の学びの気づき（第2回より）

- 自分の感情や考えを振り返る大切さ
- 相手の立場を想像し、共感すること
- 失敗も成長の機会になること
- 日々の小さな気づきを積み重ねること
- 柔軟な思考で関わること

大切にしている視点

- ✓ 自己理解と他者理解
- ✓ 共感的なコミュニケーション
- ✓ 学び続ける姿勢
- ✓ 実践からの学び
- ✓ 自己調整と心のケア





NPO法人が目指すもの

地域で子どもと家族を支える訪問型伴走支援のモデルづくり

人材育成
訪問看護師の専門性と支援力を高める

＋

多職種連携
医療・福祉・教育などがつながり、支え合う

＋

地域の支援力の向上
子どもと家族が安心して暮らせる地域づくり

学び合い、実践を重ねながら、
宮崎から新しい不登校支援のかたちを共に育てていきます