
インストラクター定例会に参加して

交流分析士インストラクター 伊藤佳恵子

インストラクターの伊藤佳恵子と申します。

インストラクターとなり丸2年、普段は研修講師をしております。

さて、今回初めてインストラクター定例会に参加いたしました。

田中恵子指導会員部会長の爽やかな進行のもと、笑い一杯で、一日があっという間、活気があって、とても楽しかったです。

冒頭、協会理事長に就任されました下平先生がお越し下さりご挨拶を頂戴しました。協会理事長をお受けになった後、ストレスのために突発性難聴になったお話を伺い、様々な想いに頭が下がるとともに胸が熱くなりました。まさに今回の定例会も TA を愛する方々の思いの上にあると深く感謝いたしました。

そして、我ら関東支部の金沢治子新支部長よりお話を伺いました。自己紹介では、お仕事で全国を行脚し精力的にお仕事をされてきたとのこと。まさに明るく活動的で、お話し伺うだけで、ワクワクするような気持ちになりました。TA カレッジ制度については、ぜひチャンスと捉えチャレンジしてくださいと後押ししてくれました。また介護施設へのメイクボランティアのお話では、メイクを通じたストロークで高齢者の笑顔が増えることはもちろん、その笑顔を見た息子さんが、「久しぶりに母の嬉しそうな笑顔を見ました！写真とってもいいですか？」との声も挙がるとのこと。超高齢社会の中でひたむきに頑張っている息子さんのような方を元気にする活動に価値を感じ、行動することの大切さを教えていただきました。



午後はストロークの実践活動の紹介です。最初に相原悦子さんの

「エゴグラム SHE」を活用した励ましのメッセージ」。エゴグラム SHE は「ありのままを誉める」「問いかける形式で」伝えるそうです。スクールとホームでまったく違う結果の出た小学女子のエゴグラムを例題に相原さんが伝え方のお手本を見せてくれました。観音様がしゃべるとこんな話し方になるのではと感じる慈しみのある声で、ありのままを誉め、最後に問いかける表現に感

動しました。小学生という不安定な心の時代に、自己肯定に繋がるあたたかいアドバイスをもらえたら、いじめも減るのではと思いました。

次は富田幸枝さんの「研修で活用できるストロークワークの紹介」です。

「ほめほめ実習」と題して楽しいストローク交換を行いました。やっぱりストロークは心の栄養素、なくてはならないもの、そしてたくさんあればあるほど、元気になるものだとしみじみ感じました。「ほめほめ実習」は、ただ互いを誉め合うだけではなく、5つのストローク経済のうち、対「相手」、対「自分」に送り上手なのか、受け取り上手なのかも振り返ることが出来るメソッドで、まさに楽しいワークをしながら深く学ぶことができました。

続いて石川つとむさんの「地域に TA を広める活動～入門講座を開催して～」です。とにかく笑いが一杯！まさに「楽しく学ぶ」ことの大切さをあらためて教えてもらい、大いに刺激を受けました。時代劇風の対話分析も最高でした！TAは奥が深いので、実力がないとテキストに頼った真面目トーンになりやすいですが、いかに楽しく、分かりやすく伝えられるかが、まさに AI のように何でもすぐに正解が分かる時代には大切だなと思いました。

そして最後は下川完平准教授による「受講生がどんどん集まる地区教室の開き方」です。下川先生の熱意と行動量の賜物であると感じました。そしてその行動の動機付けは、まさに TA の魅力だったのではと思います。私も2級最後の講義が終わり「TAって凄い！」と思った感動を忘れずに、これからもしなやかな心で精進していこうと思った一日でした。

最後になりましたが、いつも運営を支えてくださっている皆さま、本当にありがとうございました。

