

「働き方を考えるセミナー」開催 ご報告とお礼

医師研究者キャリア支援センター

平成 29 年 10 月 19 日(木)自治医科大学にて、働き方を考えるセミナーを開催し、講師として、5 児のお母様で、産婦人科医である、神奈川県立保健福祉大学の吉田穂波先生をお呼びしました。おかげさまで第 1 部に 94 名の皆様に足を運んでいただきました。

「ペアワークします」という予告があり、ご来場頂いた方には前の方へギュッと、つめて座って頂きました。吉田先生の御講演は参加型で、楽しくて、あっという間の 1 時間でした。頼ってつながることは、相手に対する信頼の証であり、相手の自己効力間もアップします。だからお願いしてみよう！ということで、ペアワークで『受援力の強化練習』を行いました。課題は「はじめに、ありがとうって言うてしまう」、そして相手は「うん、うん」とうなずくだけというものでした。“人に頼る”“お願いする”って意外と難しい、けど“頼まれたら嬉しく感じる”と実感するペアワークでした。第 2 部グループディスカッションは、医大生、大学院生、研究生、医師・研究者・看護師、また栃木市・宇都宮市からもこられて 41 名に参加いただきました。そして我々が究極のイクボス、学長・副学長・院長もグループに参加して頂きました。“働き方で悩んでいること”“将来こんな風に働きたい”を立場は違いますが共有できました。受援力を育てることが出来れば、お互いの立場を超えて相手を理解し、思い切ってお願いすること・されることにより、仕事も一歩進むかもしれません。勇気付けられて明日から行動を変えてみようか、と思えるセミナーだったと思います。残念ながらいらつしゃることが出来なかった先生方にも資料やビデオの配信などで内容をお知らせしたいと思います。セミナー開催のためにご協力いただきました皆様に感謝申し上げます。



<第 1 部 講演会の様子>



<第 2 部グループディスカッション・

懇親会の様子>



※セミナーの様子は、自治医科大学 HP 図書館オンデマンドよりご視聴いただけます。

<http://stream0.jichi.ac.jp/pcsweb/contents-list.do>

「働き方を考えるセミナー」/第2部グループディスカッション 意見

<テーマ1> ・働き方で不安なことや悩んでいることは…。

- ・臨床現場に復帰した時、する時の研修不足。
- ・自分の経験不足をどう補えばよいか。
- ・産婦人科では時短は外来のみの勤務となる為、OPE や分娩の技術を維持していけなくなるのか不安。このまま時短復帰していいのか？子育ても小学校に入り心配です。
- ・仕事が多く時間通りに帰れない。
- ・自分のアイデア・理想を実現する方法論。
- ・育児休暇。
- ・専門医をとりながら子育てできるか？
- ・可能性を広げ続けたい。
- ・プチ単身赴任中。不安なのは僕だけ？
- ・勤務が時間に終了するようにしたい。
- ・スタッフの働き方の考え方を改めて。
- ・どうしても帰宅が遅くなり子供に負担をかけてしまう。
- ・日々の事にどうして追われてしまう。
- ・現在学生なので、働いて生活がちゃんと成り立つか不安です。
- ・開業して大分たっているのに、勉強へのモチベーションが下がっている。
- ・周りの助けをかりて働きたい。頼み方。
- ・仕事が好きでいくらでも働いていたい気持ちがあるが、何か子供がぐずる時、子供同士でけんかを始めてしまうと、イライラ子供にきつく当たってしまう。自己嫌悪。
- ・忙しすぎる。
- ・子供が急に病気になった時の対応。
- ・研修先を選ぶ視点。
- ・両親に負担を与えない方法。

<テーマ2> ・将来こんな風に働いていたいなあ！

- ・現状維持
- ・人との関係を大切にしておたかい雰囲気の中で働いていたい。(自分の意見を言い聞いてもらいディスカッションできる)
- ・何らかの「ものを作る」仕事をしたいと考えています。
- ・女性が働きやすい環境。
- ・仕事と趣味の両立。
- ・細々とでも臨床を続けていたい。
- ・専門分野の知識は、ブラッシュアップしていきたい。

- ・うちのボスみたいなボスでいたい。みんなが楽しく！！
- ・地域で生涯学習活動。
- ・3～4日/週は遊び。
- ・お産もして、沢山の赤ちゃんをとりあげたい。
- ・半農・半医少し実業家。

《 セミナーアンケートのご感想 》

- ・ロールプレイには色々と感じがありました。
- ・「気付き」と「再認識」と出会える実り豊かなひと時でした。先生ご自身の経験をもっと聞きたい気分もありますが、話されていることから感じる事が多く、全てが言葉にならなくても表れるものも知れた気がします。
- ・ペアワークがあることで和やかな時間でした。ポイントを絞ってお話してくださったので、とても分かりやすかったです。
- ・人に頼ることが人間関係の形成の基本、コミュニケーションのきっかけであるという日常的な出来事。今のような社会に必要な考え方なのかもしれない。自分としては、気軽に声をかけ友達になればそれだけで十分。そこから発展形を考えるふつうにやってきたと思えた。何かすんなりと体に入ってきてとてもよかったです。気持ちが良かったです。
- ・内容もよいが、セミナーを進める技法についても参考になりました。
- ・大変参考になりありがとうございました。物言のとらえ方視点、考え方など、目からうろこでした。そして感謝の気持ち、思いやり、やさしさをとても感じました。
- ・「頼る」という新しい視点で自分を見つめる事ができ、よかったです。ありがとうございました。
- ・自分を見直すきっかけになった。「頼むこと」について考えさせられた。
- ・相談されるとうれしい。無視されると脳が傷つく。書き出せた項目にエネルギーの源がある。人の力を借りながら(人と共に)人生を過ごす。頼ることで役に立てることを感じる事ができる。印象的な言葉でした。
- ・吉田先生ご自身がどのような方か気になり参加しました。非常に物腰が柔らかである一方で、物凄い好奇心と行動力をお持ちで素敵でした。隣の方との会話も楽しく、参加して良かったです。ありがとうございました。
- ・研究で日々慌ただしくいる中で、来春から働き始めた時にその先のキャリアや様々なことに対して、不安に思っている部分があった。今回のセミナーに参加して、困った時に周囲の人の力を借りること、借りてもよいことが分かった。また、これからキャリアを形成していく中で、何を重視すべきか、何を考えればプラスに働くのか少しみえた気がした。
- ・受援力について知らなかったので、セミナーに参加して良かったです。
- ・女性の視点から働き方を考えたり、家族と仕事とプライベートのバランスを考えたりとても勉強になりました。「7つの習慣(?)」、是非読んでみたいと思います。

♥ 多くのご感想を頂きました中から、一部ものを掲載させていただきました。(原文の通り)