

ご挨拶 ―コロナ感染拡大の今、スヌーズレンによる人々の心の癒しとリラックスを

本研究所の活動も、サポート研究員等の皆様の温かいご支援のお陰で今年で 6 年目を迎えました。多くの皆様のご理解とご協力に心よりお礼を申し上げます。

本年度は、コロナウイルス感染拡大のため、5月に大谷大学で予定していた第9回スヌーズレン研修会を中止いたしました。人々の健康と安全を守ることを優先いたしました。今後、研修会を開催できるようであれば、後日お知らせいたします。

現在、来年度から予定している「スヌーズレン資格認定セミナー」の開催に向けて、高橋眞琴委員長を中心にカリキュラムや制度等の検討を進めております。対面での長時間の会議が困難なためメール等での会議が主になり、なかなか協議が進みませんが、鋭意努力しているところです。ISNA を設立されたドイツのクリスタ・マーテンス博士も、スヌーズレン実践者が経験を頼りに実践するだけでなく、理論と実践による専門の資格を取得する必要性を特に主張されておられます。

感染拡大に関しては、世界中の人々が精神的にも経済的にも大変な生活を余儀なくされていますが、1日も早く終息することを願わざるを得ません。今後第2次の感染拡大が懸念されるようですが、人類の英知をしばって、この難局を乗り越えたいと切に願うものです。

スヌーズレンの良さは、やはり心の癒しとリラクゼーションにあると考えています。現在、人々の不安定な生活から、イライラ感が募り、精神的なバランスを崩しやすく、その結果、さまざまなストレスや家庭でのDV被害(児童虐待を含む)等の増加が毎日のように報道されています。この事態は、大変深刻でなんとかしなければなりません。人々の心を穏やかにして、平常心を取り戻す上で、私たちが実践し研究しているスヌーズレンやスヌーズレン的な取り組みは、大変有効であると考えられます。

3密は当然避けなければなりませんので、小さな空間でもスヌーズレンの環境を設定して、人や器材の衛生面に十分留意して、部屋の換気をよくして、個別的な活動を、人と人との距離を少しおいて、利用者の活動を見守りながら関わることは可能だと思われまふ。この場合、介助者または指導者も入ったスヌーズレン本来の3項関係というよりは、本人と環境との2項関係が主になる活動という意味で、スヌーズレン的な活動と呼びました。このようなスヌーズレン的な活動であったとしても、工夫することにより、楽しさやリラックスを感じることで、ストレスの解消や精神のバランスを回復することは可能であると考えまふ。いろいろな工夫が求められています。

今後とも、皆様方の温かいご理解とご支援を賜りますよう、何卒よろしくお願ひ申し上げます。

2020年5月18日

ISNA 日本スヌーズレン総合研究所所長 姉崎 弘

常葉大学教育学部教授

国際スヌーズレン専門支援士

元 ISNA-MSE International Board