

金沢こころの電話

ほっとライン

No.101

金沢こころの電話
ご相談は… ☎ 222-7556

シルバーこころの電話
☎ 260-7272

全体研修会

——言語を聞いて、非言語を聴く



講演する 駒米 勝利氏

こと。

金沢こころの電話主催第2回全体研修会が7月24日(日)、石川県社会福祉会館で開かれ、臨床心理学者の駒米勝利氏が「電話相談における相談者の心理・心の引き出し方」と題して講演した。

同氏は、恩師とのエピソードや若い頃の失敗談など様々な体験談に触れ、自分が読んだ本をいろいろ紹介・引用しながら、電話相談をする上で心がけておくべきことを語った。

電話相談は、対面のカウンセリングと違い限界がある、との

◆「きちんとした対応」への限界

電話相談は枠(ルール)がなく、かけ手の制限ができない。相談員はベースとして「世間一般の社会常識」と「障害について、精神病理、性格、心理行動、発達のしくみ・法則などの知識」を身につけておくことが必要。公益社団法人には社会的責任があり、知らなかったでは済まされない。研修会に参加し、多くの「書物」を読む。自分のスーパーバイザーとして「師(先輩)」と仰げる人を作ってとことん付き合い、学ぶと良い。

◆「声だけが頼り」という限界

相談者の言語を聞いて、非言語(声の強弱、高低、大きさ、温度、様子など)を聴くことが必要。出来事だけを伝える人か、思いを語れる人かを瞬時に判断する。相談者の背景、環境、歴史に思いを巡らすことが、その人の心理を探る手掛かりになる。

この他に、——話は引っ張り出さずとも、本人の「動因」によって出てくる。わかったフリは相手への要求や押しつけが出る可能性がある。利他の心を持ち、自他の区別をすること。自分の無意識に意識する。電話相談は行動の意味を探るのが目

的。相談員自身の過去の経験の意味を探す事とも関係がある。——などが語られた。話は2時間休憩なしで続いたが、随所にジョークを交えた緩急ある話術に参加者は引き込まれている様子だった。

(山崎 佳津代)

平成28年度 公開講座

参加者の声



5月21日～6月25日、公開講座が5回開講された。毎回多くの人が参加し、豊かな学びの時間を過ごした。各回の参加人数と受講後のアンケートに書かれた感想を抜粋して以下に記す。



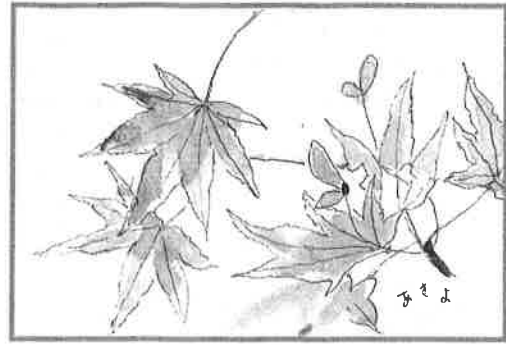
【第1回】
「金沢こころの電話で活動する人のために」
参加人数・68名

- ・心の持ち方、見方を変える技術を習得したい。
- ・リフレーミングで良いところを見ていくよう、日頃から心がけたい。
- ・心の持ち方を変えるヒントのお話がたくさん聞けて良

かった。
・とてもわかりやすいお話で、これからの人生の歩み方に参考になった。

- ・短所も長所に転換して考えることが出来れば人生は変わると思った。
- ・「視点を変える」「枠をつくらない」など楽しい例えでわかりやすかった。
- ・「心が健康でいられるように」について多く学ぶことができた。

(次ページへ続く)



100本のモミジに 思いを寄せて

本会の創立35周年記念事業として、平成22年に開始した絆の森事業は、河北郡津幡町の石川県森林公園の県有地0.2畝を使用しており、3年かけて植栽した100本のモミジは1本も枯れずに生長している。

平成22年8月、広大な園内の候補地から地理的条件の良い現在地を選定したが、山林特有のクズがはびこる雑木林。いしかわ里山保全リーダー会の協力で、雑木林を切り拓く地ごしら

え作業が行われ、10月の50cmの若木のモミジを植栽する作業の段階から、多くの会員が参加している。

この件で土地選びから関わってきた福岡恒忠さん、1回目の植栽から参加している松平牧子さん、室井定志さんにモミジに寄せる思いを聞いた。

「絆の森の一角に子どもができた」と、記念植栽に出かけた折、家内と一緒につぶやいたものでした。毎年草刈りに行くたびに生長している姿に目を細める感覚です。昨春秋に訪れてみると若枝に紅い葉っぱをつけているではありませんか。思わずカメラに収めて帰りました」(福岡さん)

「つるがはびこって、植えたモミジからまっていたので、草むしりよりも、このつるを丁寧に取りつてあげました。たくましく育つてほしいと、わが子のように愛しい気持ちになります。孫達を連れて行き、」



「あちゃんも植えたよ」って話をしてあげたい。モミジ狩りに一緒に行ける日を楽しみにしています」(松平さん)

「作業が終わって、秋の夕日に照る山紅葉...の唱歌を口ずさんでいました」(室井さん)

本会が関わってきたこのエリアを、「モミジ山」として県民の皆さんに開放出来る日を待ち望んでいる。

非常用持出袋に関心を!



金沢こころの電話の事務局に非常用持出袋が2個設置してある。

今年の草刈り作業はリーダー会のご協力のもと10月10日(祝月)に実施された。終了後、自然観察員の案内でウォーキングをした。(古田 紀美代)



相談電話は午後11時まで開設しているが、平成26年8月から会員部会の安全チームは、当番時間、特に夜間の非常時に備え、救急箱の設置とともに非常用持出袋を設置した。

持出袋は強くて軽い素材でリュック型。この中には、タオル・軍手・大型ナイロン袋・給水袋(6ℓ)・包帯・絆創膏などの救急医療品・携帯ラジオ・懐中電灯が入っている。

安全チームの担当者は月一回点検しているが、携帯ラジオと懐中電灯は電池切れが無いよう

に点検日を記入しているのと。



これらの物品の提供は、担当者野坂仁さんと八木訓子さんの寄付によるもの。各会員が電話当番時に非常用持出袋の所在を確認し、今後の継続した物品の追加や補充に協力することが望まれている。

また、金沢こころの電話が入居している石川県社会福祉会館では、毎年10月に全入居団体に呼びかけて火災非難訓練を実施しており、本会からも安全チームを含む会員数名が非常用持出袋を背負い、積極的に参加している。

全国各地で大きな災害が起きている。災害から身を守る備えと行動について、あらためて考えることが必要である。

今年の火災非難訓練は10月24日(月)に予定されている。

(古田 紀美代)

カウンセリング エッセイ

学校現場において性教育は重要な教科のひとつですが、我が国は性教育のレベルが先進諸外国に比べて低いと言わざるを得ません。

1990年代から2005年頃にかけて、世界的なエイズの蔓延を契機に児童・生徒への性教育の重要性が叫ばれ、この10数年間はわが国の性教育が教育現場で最も熱心に行われた時代であったと思います。

その後、わが国の児童・生徒の学力や学習能力が国際的に低評価されるに至り、これまでのゆとり教育が見直されることになりました。「ゆとりのある教育」が喧伝され、性教育がようやく日の目を見るようになってきたと感じられた時代ではありましたが、実は学校現場では「ゆとり」の代償として全体の授業時間が減り、必要最低限の性

教育の時間の確保がままならず、結局、理想とする性教育からは程遠いものでした。

学力低下への危機感から、文科省がゆとり教育からの脱却、学力重視の教育へと舵を切った今、教育現場で何が起きているのでしょうか。

ご承知のように、石川、富山、福井の児童・生徒の全国学力テスト(小6、中3)は全国上位5位以内の好成績を続けていますが、これを維持し更に上を目指して、現場の教師たちは身を削る努力を強いられています。学力テスト対策に忙殺され、性教育どころではないようです。これでは現場の

教師たちが可哀そうです。加えて教育を巡って保護者、とりわけモンスターペアレントとの軋轢などが引き金となつてうつ病

を発症し、休業や退職する教師が急増しています。痛ましい状況と言わざるを得ません。

このような教育現場の暗い話題の中にあって、唯一喜ばしいことがあります。LGBT(性的少数者)への社会一般の理解や支援が進み、彼らが住みよい地域

社会を享受できる環境が急速に整いつつあることです。言うまでもなく、LGBTへの理解は性教育の重要な一分野

先細る性教育

～ゆとり教育から 学力テスト重視への狭間で



紺谷 昭哉
紺谷内科婦人科クリニック

であり、児童・生徒の13人に1人は何らかの形でLGBTの悩みを抱えていると推定されています。リオ・オリンピックは日本人選手が大活躍し閉幕しました。2014年、LGBTを巡って五輪憲章に「性的指向による差別禁止」が盛り込まれ、リオ・五輪組織委員会もLGBTの権利尊重を謳っている、との新聞報道もありました。

一見、難しそうに思えた性的少数者に香添い、思いやる気持がここまで進んできた背景に、当事者たちの自助努力と共にマスコミの力を強く感じています。いい意味でのマスコミの影響力を肌で感じています。また、「金沢こころの電話」が果たしてきた役割も非常に大きかったし、今後も相談員の方々の献身的な取り組みが性的少数者の心を支え、癒していただけるとの確信しています。

編集後記

リオパラリンピックのアスリートの活躍を見ながら書いています。

可能性を信じて力の限り限界を超えた選手の挑戦。

一人ひとり素晴らしい力を持ち、かけがえのない存在である。

一人ひとりが輝けるように電話相談もある。そんなことを感じさせる今号の編集だった。

(小林 昭代)



発行 公益社団法人
金沢こころの電話
事務局 〒920-0964
金沢市本多町3-1-10
電話 (076)222-7531
FAX (076)222-5352
e-mail kkd@beach.ocn.ne.jp
編集 広報部会
印刷 ㈱橋本清文堂