金沢こころの電話

ほっとライン

No.120

ご相談は…　金沢こころの電話 222-7556　シルバーこころの電話 260-7272

日本電話相談学会に参加して

今回、11月19日(土)・20日(日)両日に渡ってＺＯＯＭ開催された日本電話相談学会に参加させていただいた。学会では金沢こころの電話でもよく言われている「傾聴する、聴かせて頂く」という、電話相談の基本姿勢を再確認する機会となった。

２日間の大きなテーマは「性に関しての電話相談について」とあり、基調講演・シンポジュウム・分科会の構成となっており、私はそのどちらにも（分科会は児童虐待）参加。基調講演講師は、はりまメンタルクリニック院長の針間克己氏。

「性に関する考え方や行動は個人差があり、特に電話相談ではその理解や判断には限界がある。一方、精神障害に関しての知識が十分でない電話相談従事者も少なくない。性に関する精神医学的知識を学ぶ機会にして欲しいと講座を引き受けた」とのことだった。

ＬＧＢＴの捉え方や考え方の時代による変化などを話された。性に違和感を持つ人たちが精神疾患と扱われ、治療された時代もあったそうだ。

金沢こころの電話でも性に関しての電話をとることがある。傾聴する・聴かせていただくが、そこにも限界がある。アウトラインを決め、気持ちは聴くが、内容によっては同調したり共感したりせずはっきりと否定する。性に関しての相談の情報は共有し、負担を軽減させることも必要だと思う。「内容によっては」の性的嗜好の部分で明らかに犯罪的、相手に貶めた扱いをするなどの内容であれば毅然と否定するとの講師の話を納得して聞いた。

次にシンポジュウムでは３人の報告を聞いた。

1　のぞまない妊娠に関する電話相談

星　由美子　氏（にんしんＳＯＳふくおか：福岡県看護協会）

相談者の年齢で最も多いのが学生。「まだ学生だ、就職が決まったばかりだ、友達にも家族にも言えない」などの相談が最も多いとのこと。のぞまない妊娠をした女性が出産するしかない時期になり、出産して殺してしまう事のないように、男性も避妊の意識を高めることが求められるが、まだ日本は遅れている。経口避妊薬を手に入れやすいシステムにとも思った。相談窓口の課題として「相談を受ける側が60歳を超え、新たな情報に疎い所があり、相談者の内容についていけない所がある。新たな情報や若者の常識を学び、内容に驚いたりしないで対応したい」とのことだった。私たちも社会資源の確認をしておくことが求められると感じた。

2　男性のための相談窓口

福島　充人　氏（一般社団法人男性相談フォーラム）

男性ならではの悩みは最近では生き方の相談がその多くを占めている。「男は泣いてはいけない」と育ち、また「イクメンにならなくては」とストレスを抱える男性もいる。ここでの大きな学びは「男性の産後うつ」だった。また、分類できない「その他」の中に性の違和感を持つ方からの相談が増えている。匿名だからこそ語れることが多々あるのではと感じた。

3　ＬＧＢＴＱに関する相談

安間　優希　氏・安間　梓　氏（特定非営利法人ＰＲＯＵＤＬＩＦＥ）

性の違和感を感じながら、他の人には話せず、自分の中に押さえてきたことで「自分が嫌い、自分には価値がない、死にたい」と思うようになり、２次障害となっている方からの相談が多いとのこと。報告者の安間さんもＬＧＢＴ当事者。現在は、情報社会を反映して、徐々に小中学生から自分の性の違和感を相談する児童が増えてきたとのこと。課題としては、同性パートナーの場合、ＤＶ被害者の避難先、相談先、支援の窓口がないこ

（↖次ページへ続く）

(前ページより)

とだと。私たちも知識をもち、つなぐ役割を果たしたいと思った。

分科会Dは「電話相談における児童虐待対応」で、講師はダイヤルサービス株式会社の川端康尋氏。虐待の基本から、法律や制度・要因を話され、電話相談でできることを明らかにされた。児童虐待対応件数は、毎年上昇し続けている。当事者や近隣の方々が電話で相談することを選択し、その1本の電話が虐待を発見することに繋がり、家族支援に結びつくことがある。状況把握とアセスメントをしながらの対応が求められる。児童虐待の要因を整理し、対応を学ぶ分科会となった。

虐待のように命に係わるかもしれない相談に対応するには、新たな情報や制度を学び、時には提案することも必要ではと思った。相談内容は組織で共有して対応することも相談員のこころのつながりと感じた。

(T・T)

引きこもりに関する基礎知識と支援の実際を聴講して

電話相談学会35回大会の聴講を得る機会をいただいた。金沢こころの電話相談員を務めさせてもらいながら、以前から関心があった引きこもりということに関する実態とその苦悩の実相について、東京家政大学斎藤和喜教授の講演を聴講した。

当事者たちが引きこもらざるをえなかった姿を垣間み、社会生活の再開という課題に向けて、ループ化し延々と考えてしまう彼らが、一縷の希望をもって「こころの電話」に頼ってきた時の切実な思いに対し望ましい対応を考え、理解を深めることができた。

彼らがその意志で繋いでくれた電話という一本の線を大切にし、当事者への理解を深める中で、特に「口を挟まない、質問しない、助言しない」ことを傾聴の技術ポイントとする「黙って聞く・賛成して聞く」との杉山教授の提唱を、今後の活動に活かしたいと感じた。

(記　Y・M)

全体研修

8050問題を抱える人の孤立感

◆日　時　令和4年11月27日(日)　13時30分～15時30分
◆場　所　石川県社会福祉会館F会議室
◆講　師　奥田　宏　相談役
(精神科医・金沢工業大学教授)

具体的に質問に答えてくださる奥田相談役

「8050問題」とは、80代の親が収入のない50代の子どもの生活を支え、行き詰っていく社会問題。長期化し、行政の支援が届かないまま親が亡くなり、その後、残された子どもが様々な問題を抱え孤立化していく。

マスコミが取り上げたことにより認知され始め、金沢市でも講演会が開催された。

あたりまえではあるが、10年たてば「9060問題」になっていく。そうなるとますます親亡き後の対策が必要となる。

親が無収入の引きこもり状態の子どもの存在を隠そうとするところにも問題がある。ひきこもりの親の会に関わる中で、何年間も子どもの声を聴いたことがないという例もある。家族間のコミュニケーションも問われるのではと講師は言う。働いていても親子の関係が希薄な例は多々ある。

金銭面の問題を専門家であるファイナンシャルプランナーに依頼する例も増えている。就労や自立は大切ではあるが、そこに至るまでには支援者や家族の理解と協力が必要である。

Q&A

Q　転職を機にひきこもってしまった。どうすれ

全体研修

精神疾患のある方の希死念慮にどう対応するか

◆日時　令和4年10月23日(日)　13時30分～15時30分
◆場所　石川県社会福祉会館F会議室
◆講師　北本　福美　相談役（臨床心理オフィスpsyshe　臨床心理士・公認心理士）

講師の北本氏の講義はとても耳心地が良く、心のゆとりを感じさせるものでした。

「精神疾患のある方への対応～もし、希死念慮を訴えられたら～」という題に沿って、心の病気のイメージや病気の知識、接し方の工夫、対応のポイントを教えて頂きました。

相談員として、専門の方と同じような対応は難しいと感じましたが、「ちょっとだけ気をつけること」として、例えば、うつ病の方には、励ましてはいけないこと。それは、「頑張ってね」ということで、相手にまだ、頑張りが足りていませんよという裏のメッセージを与えているかもしれない。他にも、「あなたは何をしたいの」ということは決断ができにくくなっている状況ではとても苦しい言葉に感じることである。

統合失調症の方には、妄想を肯定せず、困っていることを聴くことと教えていただきました。私自身、何気ない普段の応答や問いかけが、相談者にとってはとても責められる言葉だと感じられること、病気の症状を確信・助長させてしまったのではないかと考えさせられました。

ちょっとだけ気をつけることと話す北本相談役

ただ、相談者の中には家族にも言えない、病院へも行けない状況で暮らしている人もいます。電話の中での関わりを通して社会とのつながりを保たせるのが私たちの役割の一つだと感じました。

あきよ

ばいいか。

A 親が孤立しないことが大切。支援団体とつながるのも方法のひとつ。

Q 引きこもりの背景には発達障害が考えられるのか？病院に連れて行った方がいいのか？

A 発達障碍が隠れていることもあるが、全員がそうではない。病院にはその傾向があれば行けばいいが、本人の承諾なしに連れていくことは難しい。しかし、受診によって社会とつながるきっかけになることもある。

Q 個人的には親が甘すぎることが問題ではないかと感じるのだが。

A 確かにあまりにも過保護や過干渉だと自立を妨げてしまうこともある。

Q 長くひきこもりを続けていて、生活していけるのか。

A 金沢市にはマイライフプランという相談体制ができている。生活困窮者への支援もある。行政への相談も体制が整っている。

Q 他の外部とはつながりがない人とつながっている。将来への不安を訴えている。親は就労してほしいという希望があるが、そこで働くことに繋げようとすると、その人と関係が途切れてしまうのではないかと不安に思う。

A KHJ全国ひきこもり家族会連合会のような家族会に親が参加して就労だけを目標にしない情報を得るのも方法のひとつ。

◆◆◆◆◆◆◆◆

講師はまとめとして、次のように言われた。

・とにかく人とつながってほしい。
・自己表現できる場をもつこと。
・親を孤立させない。
〝自分の話をしっかり聞いてくれた〟という思いが適切な支援につながる。

カウンセリングエッセイ――

演劇に魅せられて

市民劇場事務局長
（金沢こころの電話 賛助会員）
江口 新一

日本に初めて演劇鑑賞運動の全国組織が1963年に誕生しました。優れた演劇を鑑賞する機会を自分たちの手で実現したいと金沢市民劇場（演劇鑑賞会）を立ち上げました。舞台の鑑賞・普及のために、自主的な会員制の演劇鑑賞サークルの集いとして。非営利の文化団体です。

この数年間のコロナ禍の影響をもろに受けながらも、演劇文化を守ろうと例会（観劇会）に最大限の注意を払って活動を続けています。

続ける理由は2つ。

演劇を観る行為は、人間しか持たない想像力に依拠しています。

想像力の豊かさは日々の暮らしやコミュニケーションにとても大事です。コロナ禍で、人と人とが分断され孤立化が進む。争いの陰には相手を思う想像力の欠如もあると思います。想像力の豊かさを育むことが今まさに求められているのではないか。その一つの役割を演劇が持っていると思います。

演劇は一晩で消えていくものではありません。しかし、人が人間らしく生きていくうえで芝居と出会うこと、喜劇や悲劇で、ある時はアクチュアルな芝居との出会いで喜びが生まれます。

ある方が言ってました。「人生は1回だけど、演劇を通して、いろんな人生に出会える。自分だけの世界だけでなく、あれこれ思っていた心が解放されます」と。そんな演劇との出会いの場を無くしてはいけないと思って活動を続けています。

もう一つは、演劇表現者たちへのリスペクトです。

文化、芸術は「人間らしさを形成する」「人間生活にとって必要不可欠のもの」です。その表現を支えてきた表現者の方への支援の充実を願うところです。

ドイツの文化相がいち早く「文化は生命維持装置」と発言したのと、それを担う人々を守るという姿勢に共感しました。私たちができることは、微力ですが演劇文化の場を作り続けることで支援していきたいという思いがあります。

これからも感染状況が予断を許さないところで、文化・芸術の危機は続いています。舞台芸術の命は密だと思っています。作り手も、観客も正しく恐れ、最大限の対策をして密になる。共有空間・ライブ感が醸し出すときに、共感・共鳴を生むのです。

文化・芸術が暮らしの営みを豊かにすることを信じて、こんな時代だからこそ、多くの方に触れていただきたいと切に思っているところです。

編集後記

電話相談学会でLGBTQを学んだという報告を読む。昨年、性的少数者に関してマスコミもよくとりあげていた。

電話相談の内容は変わらないものと、時代の変化に応じて変わるものがあると感じた。

（記 K・A）

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
http://kkd-ishikawa.jp/soudan
e-mail　kkd@beach.ocn.ne.jp
編集　広報部会
印刷　㈱橋本清文堂

おことわり
研修会などの報告は、広報部会が依頼した会員が書いたものです。内容については個人の解釈もあることをご承知ください。