

# オリーブの会通信

2011年11月9日

発行：特定非営利活動法人KHJ香川県オリーブの会  
〒760-0078 高松市今里町一丁目499-2  
連絡先 TEL/FAX 087-843-9877(川井)  
[http://khj\\_olive.com/](http://khj_olive.com/)



## 第113回月例会ご案内

日 時	2011年11月27日(日) 13:00~受付 13:30~16:30
場 所	香川県社会福祉総合センター 6階 研修室 高松市番町1-10-35 Tel 087-835-3334
内 容	13:30~ 開会 13:30~13:40 : 報告・連絡(川井) 13:40~14:45 テーマ : <u>トラブルには意味がある</u> 講師: 臨床心理士・スクールカウンセラー KHJ徳島県つばめの会・副会長 浅田 みちる先生 休 憩 15:00~16:30 ・「親の学習会」 テーマの内容をもとに考える
参 加 費	・会員 1家族 1000円 ・非会員 1家族 1500円

山野も色づき始め、天高く馬肥ゆる頃となりました。会員の皆様にはお元気でお過ごしのことと存じます。

さて、当オリーブの会では、10月中旬に松田先生をお迎えして「親の学習会」を開催しました。そして、親は、子どもの状態に合った対応を継続することが大切であることを改めて認識させられました。これからも、「諦めない明日のために」の気持ちで、前進していこうと思っています。(学習会の概要及び参加者の感想は以下に掲載。)

どうぞ皆様方の更なるご協力をよろしくお願い申し上げます。

### 【「親の学習会」より】(概要) 13:30~16:30 参加者 10人

「親の学習会」は、10月11日(火)引きこもり地域支援センターのご配慮のもと、香川県高松合同庁舎(6階会議室)において、松田先生をお迎えして開催されました。

テーマ「無条件に肯定的に聴く ということ」について、ポイントを説明。

カウンセリングの手法を家庭のなかでどのように取り入れて子どもと接するか。ポイントはどこにあるのか再確認をしながら考えていきたい。

1. カウンセリングの流れの説明。 (1. 相談を受ける) 2. 無条件に共感しながら聴く 3. 全てを受け入れる(受容) (4. 質問・くりかえしを入れる)
2. 子どもが動けない理由について理解していなければならない。 身体的条件(病気・けが) 家庭的な条件(虐待など) 怠惰(なまけ癖) 働く気も学校へ行く気も全くない 発達障害(アスペルガーなど) 精神障害(社交不安障害・強迫性障害・適応障害など) 統合失調症なのか。
3. 子どもがどの位置にいるのか理解していなければならない。 : 動けなくなっから動けるようになるまでを図( \ \_\_\_ / )で示し、1~6段階に分けた位置関係を参加者一人一人が示し、現在の子どもの状態を話しながら松田先生の説明を受け確認していく。
4. 子どもの状態がみんな同じではない。使う時期、使わない時期がある。 : 「無条件に肯定的に聴く ということ」は、使えない状態の場合があることを図の位置関係で説明。特にアスペルガーの子どもに使うと逆効果であることなどを説明。

以上

### 【10月例会(10/23)の報告】(概略)

#### 1 「親の学習会」参加者の感想

子どもがどの段階にいるのかを把握し、話を十分に聴いてやるのが大切だと再認識させられた。

図解をしながらの説明があり、段階によって全面受容か否かを良く考える必要があることがわかった。

各ステージに応じた対応をしないと間違えることになるので、とにかく「信じて待つしかない」と思った。

アスペルガーと引きこもりはタイプが違うということに気づかされた。

子どもがどの位置にいるかで対応が違う、特に1～3の段階では無条件肯定的関係で対応するが、それ以上ではこの関係ではいけないこともわかった。



## 2 体験談

### テーマ 「神経症と引きこもりについて」

今回は、NPO グローバル・シップスこうべ代表 森下 徹氏（印）とNPO法人 ZUTTO 若者居場所工房 ぐーてんスタッフ 松尾 伸二氏（印）による対話形式で体験を踏まえたお話をいただきました。その内容は、次のようになっています。

「神経症とは」心の問題で迷っていることであり、引きこもりは「強迫神経症」「対人恐怖症」の人が多い。

「引きこもりの症状」

自室に引きこもり（13歳から23歳まで）のうち、2～3年目に神経症の症状（強迫症、摂食障害等）が出た。症状が悪化して10年目に入院し、半年で退院した。その後、転居した地では、人目を気にせず自由にあちこち散歩出来るようになった。ただ、毎日一万歩歩かないと気がすまない強迫症、1.5リットルのジュースを飲まないにご飯を食べられない摂食障害があった。24歳から30歳まで通院治療によって引きこもりから抜け出すことが出来た。38歳の現在、薬と付き合いながらアルバイトやボランティアなどを行っている。

「他人の評価を気にするとは」人前で緊張する、手が震える、手洗いの確認など自分の中ではわかっているが、気がすまない。

「引きこもりの話」では、強迫神経症に困っている。普段から手袋などを持ち歩くので本人も苦しかった。親の言うこともわかるが、どうしても気がすまないような状況になる。

「引きこもって何も出来ないとき」は、友達関係も疎遠となり、人ともうまくいけなくなった。その時は、色々と聴かれると苦しいので見守って欲しかった。また、「うれしかったこと」は、友達から「大変だったね」「良く告白してくれたね」と言われたときです。

そして、父から「俺のこと嫌いなのか」と聞かれ、父は自分のことを考えてくれて

いないと思い、父と距離を置くようになった。

「どうして欲しかったか」

退院後は、お薬を飲んだり、手を洗ったりなどは見守ってもらうしかない。

「潔癖症は何歳ぐらいまでか」

34歳位まで続いたが、今はない。聴いてもらってわかってもらうと良い。

「神経症の中には、うつや強迫神経症もあるが、苦しみの中で聴いてもらってうれしさを感じるのよ」

親と一緒に付き合ってくれたとき（月1回外食など）

「引きこもりと薬については」

薬は根本治療ではないと思う。

「神経症について思うことは」

潔癖症のために一緒にいてくれた人を傷つけた。会社の電話も取れず仕事も出来ず外に出られなくなった。

「無駄に時を過ごしたとはいえないか」

ちょっと長すぎたように思う。

「最近思うことは」

大きな不安がある。考え出すと不安で不安でたまらない。汚れは洗うと解決するが、自分が作り出す不安が周りの人を巻き込むのが怖い。

アルバイトをしている時に神経症が出る。やる気がない部分はうつかもしれない。ただ、やる気がないから就労支援をしても仕方がないというのはどうか。

引きこもっている間は神経症があった。症状があるから引きこもっていた。今は、「生き延びたのでこれを生かさなければもったいない」という気持ちである。この気持ちをブログ「生きづらさカフェ」に開示している。

「居場所について」

引きこもりを体験した人ならではの活動をしていきたい。在室で出来る仕事をする。お金より人とのつながりを良くするネットワークが大切だと思う。京都オレンジの会の山田さんに言われるまま、あちこちの居場所へ行き体験談を聴いてもらい、後で「良かった」と言ってくれるようになった。

最近オリーブの会に呼ばれ体験発表をさせてもらっている。

「これからは」

今、38歳の自分は、正規社員になろうとは思っていない。アウトサイダーでもいい、

自分の気持ちを見てくれる人が必ずいるのでそういう人と付き合いたい。ブログに色々書くことは過去を整理し、自分自身のリハビリにもなっている。ブログを見ている人の評価が気になる。出来ればリピーターになってくれればと願っている。そしてネットを通じてつながりを作りたい。時々、ブログを見て褒めてくれる人もいる。

### 「自己PR」

月1回ポパイの会でパソコン教室を開いている。今年は、年賀状作成をやりたいと思っている。年賀状印刷は十枚から受け付けたい。値段は市価の半額程度を考えている。

### 3 グループ別話し合い

森下氏と松尾氏のグループに分かれて、強迫神経症などについて話し合いました。その状況は、次のようになっています。

{ 凡例： 印は体験者の話 }



#### (1) 「見守るとは」

子どもは一人で病院に出かけるがその結果を話してくれない。親として心配なのだが、どのようにすればいいのか。

窓口に行くとは本人にわかるので先生に電話をかけるのも良いのではないか。

親が動けば子どもは直感で変化に気づくこととなる。

親は積極的に会に出席(母親だけより、父親が参加、できれば両親と一緒に参加)する方が回復に繋がる。

子どもの日常行動(言語の変化、洗濯物の取り扱いなど)や状態を良く見ながらそっと支える(寄り添う)ことが見守ることではないか。

父親は、定年後、子どものために引っ越しし、自分と行動を共にしてくれ、お互いの心が通うようになった。

#### (2) 「強迫神経症とは」

強迫神経症(長時間の歯磨き、多量の手袋使用など)の中には、うつ症状が同居しているように思う。親としてそのままにしておくのがいいのか何かアドバイスをしたほうがいいのか迷っている。

本人が意識してやっていることであれば、そのまま様子を見守る(待ちの姿勢)でいいのではないか。

医療機関での健康指導など受けさせるように導くのもいいのではないか。

親がうつにならないように気をつけておくことが大切だと思う。

#### (3) 「お薬」

お薬は副作用があるのでないか。

子どもは、体がだるい、朝から何もしたくないと言っている。

お薬は継続したほうが良いと思う。一人で診療所などの先生に診てもらうことで先生からの信用を得ることとなり、自分自身にも自信が持てるようになる。

(4)「回復のきっかけ」

デイケアのグループワークに出かけることで、新しい出会いもあり、社会慣れすることができ、回復のきっかけになった。

(5)「親子の会話の大切さについて」

寄り添いよく聴く 理解する 親も楽になる

しばらく親子間の話ができている期間を過ごしていたが、つい最近親子の会話ができるようになって、子どもの気持ちを聴くことができ、親として心配していたことがらの幾つかが解消した。

子どもが自室にこもると、親は「もしかして・・・」と自死の恐れにさいなまれることがあるが、親子間の会話が再会すると随分楽になる。

「死にたい」と言う子どもに、きつい言葉で諫めるよりも、寄り添い話をじっくり聴いてあげることが大切であることを体験した。

(6)「恐怖心について」

自分より他人の気持ちを優先

当事者の恐怖心の原因は自分の体験で言うと、他人に「こんなことを言って他人にどう思われるだろうか」、「こんな自分が知られたら」という怖さがあった。

また、緊張感が大きくなると今も手が震えたりする。潔癖症については、アルコールティッシュなどをいつも携帯している。誤解される場合もあるかも知れない。

体験のない不安

久しぶりに外出した子どもが鍵を持っていなかったため、帰宅時に家に入れずに本人にとっては相当困った出来事が最近起こった。(一般には、さしたることでもないことでも当事者にとっては予期しないことへの対応は、大きな負担になることの事例として参考となった)

(7)「ひきこもりは大切な再生への道」

自分自身の回復

子どもとの会話で、「自分は今人格形成のため引きこもっている」との話を聴き、焦る気持ちが減少した。

(8)「引きこもりの働ける作業所について」

県内に引きこもりの働ける作業所を開設したいという思いが益々強くなっているが、約20年前に開設した先進地を見学して思わされたことは、全ての条件整備が整ってからではなく、先ずスタートをとるという思いである。

作業所を開設しても、当事者が行くのは難しいと思う。  
作業だけではなく、居場所的な場所もあればいいのではないかと思う。

以 上

### 【年会費について】

10月例会のご案内の折、本部年会費の払込票も併せて送付させていただきましたところ、早速お払込み下さり有難うございました。

なお、当会の年会費についても未納の方は、お払込み下さいますようお願いいたします。

### 【パソコン教室 11/6(日)】(参加者 男性3人 女性2人 支援員2人 親2人)

最初に、年賀状作成ソフトをインストールし、ソフトを使って年賀状をデザインしました。絵柄を選ぶだけの簡単な物からスタートし、あいさつ文を変更したりもしました。PCの能力と私たちの能力を考えて、メンバーにこれ以上負担をかけたくないとの思いから、一部中止とさせていただきますこと、お詫び申し上げます。

### 【お遍路さんのお土産作りの状況】

#### たんぼぼの風企画さんのお土産作りのお手伝い

会員の皆さん及び若者に協力いただきました 絵手紙、杖の飾り付け、台紙のカットの謝礼として、たんぼぼの風企画さんより謝礼金をいただきました。有難うございました。



#### 新製品の開発の説明と体験

関心のある方は11月14(月)午前10時 志度小の末分校へお越しください。

#### オリーブの会若者の絵手紙展示される

- ・期間：11月(1ヶ月間)
- ・場所：さぬき市鴨庄 天野峠を津田に向かって右側 ログハウス調の 喫茶「ムー」(隣に麵屋があります。)関心のある方は一度立ち寄り寄られてみては如何でしょう。

営業時間：6：00～16：00 定休日は火曜日 \*携帯：080-4039-6669

### 【おしらせ】

#### ひきこもりの小規模作業所に助成金！(高知県やいる鳥の会 HPより転載)

このたび高知県障害保健福祉課より「助成金による小規模作業所の開設」についての打診がありました。現在ポレポレ農園(いの町)近くの民家を借用する案で検討をしています。実現すれば長年の念願が叶うこととなります。詳しいことは決まり次第お知らせ致します。

#### 里ご夫妻から会員の方へのご案内

『0歳の小柴犬「むさし」君とのコミュニケーションと田舎の自然散策及びコーヒータイムのご案内』：里ご夫妻から会員の方にお誘いがありました。申込は各自でお願いします。

詳細問い合わせ先 \* : 087 - 885 - 2187 \*携帯 : 090 - 9557 - 6126

【シンポジウム 「生きづらさを抱える子ども・若者によりそう」 開催】

12月10日(土) 内閣府主催 埼玉県・千葉県・東京都他共催予定

第1部10:00~ NPO法人KHJ埼玉けやきの会家族会 ・ NPO法人KHJ千葉県なの花会  
など21団体(ひきこもりや貧困の子ども・若者を支援する団体)による活動紹介。

第2部13:00~ パネルディスカッション 子どもの貧困問題について

第3部15:30~ 鼎談 ひきこもりについて - ひきこもりの多様性と支援を考える -  
鼎談(テダソ) : 3名による座談会のこと。古代中国の煮炊き器具「鼎(かなえ)」が3本足であることから、こう呼ばれるようになった。

会場 : 学術総合センター 一ツ橋記念講堂(東京都千代田区一ツ橋 2-1-1)

参加は無料。事前申込が必要

<http://www8.cao.go.jp/youth/suisin/symposium/ikidurasa/index.html>

【11月 居場所活動予定】

内 容	日	曜日	時 間	担 当
第7回運営委員会	3	祝	13:30~	川井
個人カウンセリング(松田先生)	12	土	9:00~	川井
ポパイの会 パソコン教室 (年賀状作成)	6	日	13:30~	森下
若者のご支援ありがとうございました。				

【親の学習会】

日 時	2011年12月17日(土) 13:00~受付 13:30~16:30
場 所	香川県社会福祉総合センター 6階 第1研修室
内 容	「自分のことは話さない」 フリーライター 石川 清氏 NPO法人KHJ埼玉けやきの会 学習会講師 訪問支援 医療機関、支援団体等に見放された若者の支援
参加費	参加人数で決定
担当G	Bグループ

次回【114回 月例会予定】

日 時	2011年12月18日(日) 13:00~受付 13:30~16:30
場 所	香川県社会福祉総合センター 6階 研修室
内 容	「長期ひきこもり支援の間違いや落とし穴」 失敗から学ぶ成功の秘訣 フリーライター 石川 清氏



担当 G	Bグループ
------	-------