

オリーブの会通信

2014年9月10日

発行：特定非営利活動法人KHJ香川県オリーブの会

〒760-0043 高松市今新町4番地20

連絡先 TEL/FAX 087-843-9877 (川井)

<http://khj-olive.com/>



第147回月例会ご案内

日 時	2014年9月28日(日) 13:30~16:30 (受付:13:00~)
場 所	香川県社会福祉総合センター 6階 (第1・2研修室) 高松市番町1-10-35 Tel 087-835-3334
内 容	☆一部 13:30~15:00 「大人の発達障害と就労支援体制について」 —事例から学ぶ— 講師：香川県発達障害者支援センター「アルプスかがわ」 言語聴覚士 新井 隆俊氏 ※発達障害等についての質問がありましたら、事前にご連絡ください。(TEL/FAX 087-843-9877) 15:00~15:15 休憩 ☆二部 15:15 ~16:15 グループ別話し合い 16:25 ~ 会員のみ連絡、報告
参 加 費	・会員1家族 1,000円 ・一般の方 1,500円 ・当事者は無料

豪雨の爪痕を各地に残した今年の夏もようやく終わろうとしています。今後の平安を祈りたいと思います。

8月例会は「ひきこもりサポーター養成研修」受講者のうちの一部の方々と、新規の参加者の方々を含め、総勢42名参加頂きました。(例会概要は以下に掲載)

9月は、発達障害者支援センター「アルプスカがわ」の新井隆俊氏の講演を予定しています。会員の方はもとより、関心のある方も是非ご参加ください。

【8月例会(8月24日)の概要】

☆一部

「今後の若者の支援の方向性」

—ポレポレ農園10年の活動をとおして— (資料A3用紙1枚あり)

講師：ポレポレ農園代表 松田勝氏

最近、年をとったせいか気力が萎えてきたからか仙人になりたいと思う事が時々ある。仙人になりたいと思う時、常に想い出すのは介椎という昔中国にいた仙人のことである。介椎は武術の達人で、重耳という国の王様が国外に追放されてから20年間に亘り王を守り通して王は無事に国へ帰り王に帰り咲いた。そして晋という国の文侯という立派な王様になった。その際、周辺の者たちはそれ相応の地位に就いた。しかし、介椎は何もなかった。それで自分の母親を背負って山に入り二度と出てこなかったという。

ひきこもりに対する世の中の風当たりが強くなったと感じる。私の農園はスタートして10年過ぎたが、周りの自治会の方が2~3人で24時間見張っていた。最後は自治会から「出て行ってくれ」とも言われた。現在三つ目で、今はお金を出せば割り切れるアパートに入っている。農園は私の教え子達から提供され、田んぼもどんどん増えてきた。地元の方は私には何にも言わない。当事者やボランティアの人に言う。まず「お前」、「お前ら」「出ていけ」と言う。そんなことを言われているボランティアの方は泣いている、当事者も俯いて仕事をしている。こんなことは今までなかった。今年凄く感じる。私はそれを知ってすごくショックを受けた。就職なんかもすごく厳しくなった。言葉は大切に使いたいと思う。ごく最近、栃木県で30才代の若者が小学生の女の子を殺した事件があり。新聞でひきこもりの人が殺したという報道あり。ひきこもりの人が事件を起こした。ひきこもりの人は危険だという考えに差別を感じる。その報道機関にひきこもりの言葉は使わないでと抗議した。正しくない言葉の使い方をされると一般の方は誤解する。就職の場合空欄があると難しくなった。そういう期間を持っている人は不利な判断材料にされる。

私の所は10年で142人の参加あり、約100人が進学したり就職したりしている。残り40名の内25名が現在農園にいる。あと残りの子は色々なケースがあるが、病気をして入院したり、40才以上の人の中には療養手帳を貰い障害年金を貰って生活している人もいる。

岡山の母子は86才と41才で二人住まい、母親は病気がちになり、家売ってアパートに住む準備を考えている。生活保護を受けるには家を持ってはいけいから。これを何時息子に打ち明けるか相談があった。寂しい話です。この母子は20年間顔を合せなかった。私と会って3年目に出てきて会話をし、食事をするようになった。しかし食事の作り方が悪いとさんざん文句を言っていた。今5年目で母親は息子は変わったという。自転車を外へ出て行く。頼まないのに階段や廊下の掃除をし、

週5日料理をしてくれるようになったという。年齢が高くなっても息子は変って行く。諦めてはダメ。諦めては最後・負けです。家族が根気よく出来るかどうかです。

ひきこもりの実態から見た脳の状態について：ひきこもりは新しく自分を作るために休んでいる。ひきこもりの初期の状態は脳に血液が流れている。完全にひきこもりになった状態はほとんど血液が流れていない。鬱の状態は脳に血液が流れていない状態。

カウンセリングは時間をかけて考え方や生き方を変えていって脳に血液を流す。アメリカやヨーロッパでは電気で脳に血液を流すことをしている。若い人は脳の中に血液が流れるのが早い。年をとると遅くなる。だけど必ず来る。

10年間の参加する子どもたちの変化：農園の10年前の子どもたちは心の問題で自信を失くしたり、強い不安を持ったりして集団に入れない子どもたちであった。1年もしない内に短期間で全部卒業して働きに出た。一緒に働けると期待したが1年したら誰も居なくなった。これが最初の4~5年続いた。5年前位から入ってくるタイプが違って来た。特にここ3年発達障害が多くなった。1/3がそうである。発達障害の付き合い方は神経を細かく使わなければならない。注意・指示はダメ。いつも認める、喜ぶ、褒めてあげることが大事。重ねて発達障害の子はつらい経験を持っている。そのため二次被害を受けている。鬱状態・過食、拒食などの摂食障害・自傷行為・潔癖症・フラッシュバックを起こす。何名かいるが二次被害の治療は難しい。

新しい取り組みの必要性：二つあり、一つは根本的な解決策、二つ目は対処療法的な解決策である。根本的な解決策は社会全体の問題なので直すのは大変である。経験上、不登校になりそうだとこの子はすぐ分かる。直ぐ手を打てば早く解決する。1~3カ月で終われる。どうしていいか分からなくて放置すると長期間かかる。不登校・ひきこもりも同じ。早期対応すると早い。8年前高知へ初めて行った時の事。ある父母に会った。成人式をしたばかりの20才の息子が、1週間前から自室の座布団の上でしか生活できず、ジーパンを履いたまま排尿・食事・睡眠も其処ですと。その後、月2回のカウンセリングを続け、1年後には就職した。今年高知の会でその両親に会った。写真を見せ「孫が生まれた」これほど幸せになっているんですと報告があった。脳にまだ血液が流れていて復活しやすい状態であるので、すぐ対応すれば早く良くなる。長い場合は根気よく続ける。子供の場合は復帰するチャンスは度々あるが、40才過ぎで動き出したならそれ程簡単に来ないので最後のチャンスと考える。対処療法的な解決策ではカウンセリングだけでする時代ではなくなった。カウンセリング・精神科医・脳医学と連携していく時代となった。日本にはカウンセリングという大学の授業はないし、外国の様に国のカウンセラー養成機関もない。カウンセラーは難しい。カウンセリングはどんな場面でも使って良いものではないし、使っていけない場面もある。カウンセラーは人を好きでなくてはならないし、公平でなくてはならない。

家から出発してからの支援：若い人達が悩み苦しんでいるのをどのように支えていったらいいのかという事。4つの状態がある。家から直接社会復帰・学校復帰するもの。家から出発して農園（訓練コース）→社会復帰・学校復帰するもの。ただこういう場所がないのが問題である。三つ目が家から出発して仲間との活動（オリーブの会の居場所活動へ出て行くことなどワンクッション入れる）から訓練コースを経て復帰する。最後に年齢によるが家から出発して仲間との活動（訓練コース）を経て色々なコースで自立して仕事をするもの。私もこれには賛成です。農園はこれから将来性のある分野と思う。介護もしかり。先日NHKテレビでフランスでの認知症の介護をする方法について映していた。カウンセリングと全く同じ接し方であった。いずれにしても若い人も家族の人も諦めずに続ける

ことがもの凄く大事な事。それと医学と心の問題をいつも一緒に考えながら子供に必要な情報・刺激を与え、子供自身が動けるようにしてあげること。今、世の中が厳しく変わっているので自分たちの会や立場でどうしていくかという問題を真剣に考えなければ守って行けないということを10年の経験で学んだ。今日の話参考にして本人は自分で、家族は支えながら根気よく頑張っていけたらと思う。

☆二部

グループカウンセリング・グループワーク

6~9人のグループ5班に分かれグループミーティングを15分間行い、感想・質問・意見等を付箋紙に記入した。その後、代表者が一人ずつ発表し、それに松田先生がコメントしたり答えて頂いた。以下概略

○ 当事者も親も高齢になった場合、親亡きあとどうするか？

A 親が亡くなった後、誰に頼むか。後見人が必要になる。松田先生は今、岡山と香川で一人ずつ後見人になっている。民生委員とか色んな所から探さなければいけない。遠くの親戚の人より近くの人が良い。

○ 保健師さんが訪問した時、対応を誤ってかえってひきこもってしまった

A 保健師さんでも家族でも失敗する事はある。失敗したら即その場で謝る。「間違ったことを言ったね。ゴメン」と

○ 医者に対人恐怖症と言われた。もう治らないと言われた。

A 医者・カウンセラーに疑問を持った場合、替わっても良い。しかし掛け持ちはいけない。

○ ポレポレ農園の一日の平均人数は？また見学は出来ますか？

A 1日10~12人出て来る(25人登録している中で)。少ない時は2~3人の時もある。
見学は大いに歓迎、連絡してくれば良い。休みは火曜日、雨の日です。

川井理事長の報告、連絡

最近、ポパイの会で驚いたことが2回ありました。一喜一憂してはいけないけれど大変喜んでます。

○ 香川県ひきこもりサポーター養成研修・派遣事業説明会：8月8日(金)川井理事長出席(家族会の活動紹介)、県より派遣事業実施主体の市、町の担当者には、幅広い「ひきこもりサポーターの活用」について考えて頂きたいと資料で説明。また、「ひきこもり対策事業の推進に向けて(案)」として県全体の支援体制の整備をし、これまで以上に推進の方向である旨を説明された。

○ 静岡県議会公明党静岡県議団の行政視察：8月18日(月)議員会館において調査事項の「ひきこもり対策について」県からは久保課長が大筋を、詳細については木原課長補佐が説明され、川井理事長が家族会の現状と活動状況について説明。

午後は知事への要望書提出にあたり都築県議会議員と面談、要望書の内容については泉理事より説明させて頂きました。

○ 県への要望書提出について：川井理事長・松本副理事長・泉理事の3人で8月20日県障害福

社課へ事前の内容説明に行きました。木原課長補佐・植田さんが対応されました。

- 公益財団法人原田積善会の助成金について：居場所に使用出来る助成金です。堀井運営委員のご尽力に感謝いたします。
- 浄通寺草抜き作業（ポパイの会）について：9月4日（木）10：00 現地集合、作業は1時間の予定です。蚊が多いかもしれないので長袖を着用して来てください。注 浄通寺さんの方でも万全の蚊対策をしてくださっていました。いろいろとご配慮頂き有難うございました。
- 農園のお手伝い（ポパイの会）について：9月21日（日）14：00 居場所集合、乗り合わせて15：00 出発、作業はキャベツやブロッコリーの植え付けが中心で16：00～17：00の予定です。（時間、作業内容については変更の場合あり）現在 参加者は親5名、当事者5名の約10名です。
- 第9回愛知大会（全国大会）について：全国大会の参加申込みは現在12名です。注 懇親会は都合により一度申し込まれるとキャンセルできませんのでご了承下さい。
なお、会員の方にはチラシを同封いたしておりますが、既に12名の方は参加申込み済ですので、裏面の票には記載しないようお願いします。

【ポパイの会】

「ひきこもり当事者交流会 in 香川」8月3日は、台風12号による大雨のため、四国は香川のみ10名の参加となり、神戸1名、岡山1名とサポーター研修生の計3名の参加があり計13名でした。テーマ1「今 現在どういう活動をしているか」について語ってもらった。（一部掲載）

- ・平日は仕事をしている。休日は関わっている団体に参加。
- ・インターネットをしている。 ・サポーター活動に力を入れたい。 ・やりたいことがない。
- ・フリースクールの手伝い。 ・福祉施設で働いている。 ・たまにピアノを弾いている。
- ・家の仕事を手伝っている。就活もしている。 ・何をやっても面白くない。
- ・親の会で活動し、アウトリーチもしている。 ・現在休職中、心療内科にも通院している。

テーマ2「ひきこもり状態から抜け出すキッカケは？」（一部掲載）

- ・家が居場所になり安心でき、社会復帰への意欲がわいた。 ・心療内科に通いながら、回復。
 - ・自分の思い通りの人生にならなくてもいいと開きなおった。
 - ・自分の障害を認めると、他人の話にも耳を傾けられるようになった。
 - ・人間不信の中、入院した病院の看護師に「あなたのこと本当に思っているよ」と言われ、こんな人もいるのかと元気が出た。
 - ・東北の大震災を見て、ムダに生きるのが勿体ないと思った。
 - ・ゲーム生活に罪悪感があったので、働いたり学校へ行かないとゲームをする権利がないと思った。
- など。（Hさんの日誌より）

8月17日ボウリング大会の様子



撮影 ポパイの会 Kさん



撮影 Mさん



【2014/9・10月 居場所活動予定】

内 容	月	日	曜日	時 間	担 当
2014年度第6回運営委員会	9	6	土	13:30～16:00	川井
個人カウンセリング(松田先生)	9	13	土	9:30～12:30	川井
ポパイの会(浄通寺草抜き作業)	9	4	日	10:00～11:00	加藤
ポパイの会(農園手伝い)	9	21	日	16:00～17:00	丸岡・加藤
2014年度第7回運営委員会	10	4	日	13:30～16:00	川井
個人カウンセリング(松田先生)	10	11	土	9:30～12:30	加藤W
ポパイの会 遠足(徳島)	10	3	金	未定	秦

※大変遅れましたが平成26年7月26日に行われた第3回ひきこもりサポーター養成研修の概略を報告します。(なお、ページ数の関係で7月27日の概略は10月通信に掲載させていただきます。)

【講義・ロールプレイ】

I.「事例から、当事者の気持ちを理解する」 (資料A4用紙4枚あり)

講師：高橋晋氏 (SCS研究所カウンセラー)

最初に挨拶と自己紹介あり

僕の関わっている親の学習会、東東京「楽の会」の学習会は立ちあがって12年になる。楽の会及びSCSカウンセリング研究所の代表でもある池田代表がKHJ全国親の会の代表になり、全国に親の学習会を広げている。香川でこれだけの人が集まるのは熱心な人が居るという事だと思うし、親の会の熱心な活動が継続しているのだと思う。

初めに簡単に自己紹介する。小さい時からあまりエネルギーがなくて、それでもその時その時、点数が取れていれば先に進めた。大学の卒業研究から躓いた。大学院に進んだが中退。海外協力をやりかけて途中でやめて、有機農業の研究・不登校に関わり、不登校のフリースクールのスタッフを3年間した。千葉のフレンドスペースを立ち上げた人が書いた本「ひきこもりからの旅立ち」を読んだ。ひきこもりって自分のことだなと思った。カウンセラー養成講座で学び、ひきこもりに関わりたいと思った。今、東東京「楽の会」の親の学習会に関わり、SCSカウンセリング研究所のスタッフとして働いている。また、主として首都圏で親の学習会や親の相談、当事者の相談に乗っている。

昨年より全国サポーター研修が始まった。昨年宇奈月でひきこもりピアサポーター研修が行われ、今年全国各地で開こうと言う動きがあり、今回香川で開かれた。

資料1枚目、2枚目は高橋氏が関わった事例、3枚目は事例を基にしたポイント、4枚目は富山での研

修で伝えたポイントをまとめたものである。

一番目の事例について紹介した後、暴力への対応について話あり。暴力は3種類に分けて理解する。

① 自分の部屋やトイレの壁、自分の物に向かう— ストレス発散

② 目立つ壁、親の困る物、親が怪我をしない範囲で親に向かう暴力— 親に対するメッセージ

③ 暴力がエスカレートした場合、親が怪我をする危ない暴力

一番目の事例は②の場合でここで4~6名のグループに分かれて

イ) 親子のずれ

ロ) 何故家族に対し怒りが出てきたか?

ハ) 要求が出てきたらどうするか?

についてグループで話し合いをした(15分間)。

その後、グループの発表とそれについての高橋氏のコメントと解説あり。

イ) 親子のずれ違いについて：同姓の姉妹は知らない間にライバル意識が芽生えていたのかもしれない。性格の差でひきこもりの人は自分から表現しない、表現できない性格であったので、それが重なって不満を貯め込んだ。自分は家族のために犠牲になっていると。親の方は楽と思いに気づかなかった。姉妹平等に対しては思っていた。何も言わないのは何もないのかと親は思いそこにずれが生じた。

ロ) 何故家族に怒りが出てきたのか：ひきこもりの人は自分を表現しない。ひきこもりの人は自分の人生を生きてきたという実感が無い。不満・悔しさがある。ひきこもりの当初は自分を責める。→自分が悪くない→最初のターゲットが親・姉妹になる。

ハ) 怒りを出してきた時の対応：怒りの背景を理解することが大事。親に分かって欲しい、「自分はこれだけ傷ついているんだ」という事を。

実際に暴力があった②の場合は、怒りを出している最中は見守る、距離を置く。ちょっと落ち着いて来た所で親が声を掛ける。とりあえず壊してしまったものは片付ける。

怒りを出しすぎたなど思い自分で片付けることもある。このような繰り返して次第に「言葉」で怒りを出してくるようになる。あいづちを打つ程度にして子供の言う事を聞く。怒りを吐き出させる。説得しようとしてはダメ。過去の事を子供が言って来た時、子供の言う事実と親が思っている事実は違う事が多い。それは当たり前と思うようにする。子供が言っている事が子供にとって真実だという風に聴いていく。子供の気が済むように親が受け止め理解する。

③の親が怪我をするような暴力に対して：親は一旦家を出る。すると子供は親が自分を見捨てるのではないかと不安になるので親の方から電話・メールをする。子供は親が戻ってくることが分かれば安心する。

種々の要求に対しては：要求を充分聞いてあげる。気持ちを分かってあげる。親が行動するのが大事。

子供は親が自分の言う事をどれだけ真剣に考え行動したかを見ている。

ここでロールプレイを行う。(娘役一人、父親役一人、母親役一人で後は観察者という役で5分)

高橋氏が娘の役になって怒りを述べる。母親役の人は怒りと向き合う。

日本人の文化というか親の愛情表現が乏しい、愛情はしっかりあるけれども愛情が子供に届いていない所がある。

サポートする人も軽く考えてしまうと親が努力していないということになるので、親も精一杯やっている親の感情を分かってあげるのが大事。

二番目の事例を説明し、その後「必要以上に謝る、自己否定（電話とかメールで）する」に親はどう対応したら良いかグループで話合う（5分間）

謝るだけでなく「それ以外に表現する言葉がない」という事を理解することが大切。

しつこく謝る場合相手を責める気持ちがある時も謝る。無意識の内に相手を責めている。

「自己否定」に対して親の対応：「自分は暴力で親を追い出すような悪い人間だ」に対して「そうだね」は相手を否定、「そうじゃない」も相手を否定する事になる。話をじっくり聴く中で「あなたがそういう風に思うのは分かるよ」「世間的にはそう見えるかもしれないが、あなたが優しすぎるからとか苦しんでいる」とか「それも一理あるよ」と子供を肯定する。

「自分の人生を台無しにされた」と親がどんなに愛情を注いでも埋めきれない部分がある。表面では親を許せても奥の部分では許せない所がある。

資料3枚目の本人の気持ちを理解する

(3) 回復の波と苦しきの繰り返し

子供が回復してくると一見大丈夫そうに見えるけれどストレスは相当あるし、自分は何のために働いているのだろう、自分は何のために生きているのだろうかという思いが課題として残る。苦しい時は誰かに吐き出す事が必要である。

(4) 発達障害の要因と対応

発達障害がある場合—その場の空気が読めない。自分の思い込んでいることを人に押し付ける—人間関係のトラブルを繰り返す

発達障害がない場合—普通のひきこもりの人は空気を読みすぎる。→人間関係が悪くなる。

II. 「CRAFTによる家族支援」 （資料あり）

講師：徳島大学大学院 SAS 研究部准教授 境泉洋氏

CRAFT とは？**CRAFT** に意味があるのではなくて **Community Reinforcement and Family Training**（コミュニティ強化と家族訓練）の頭文字をとったものである。

CRAFT プログラムは、アメリカのメイヤーズ先生により開発された主に受診を拒否する物質乱用者の家族などの重要な関係者を対象とした介入プログラムである。

CRAFT のひきこもりへの適用

- ・本邦でも、厚生労働省が作成したひきこもりの評価・支援に関するガイドラインに **CRAFT** プログラムが紹介される(斎藤 2010)。
- ・ひきこもり状態にある人の家族に対する **CRAFT** の効果として、受療、社会参加が促進される（野中ら 2013、山本 2012）、家族関係機能が改善することなどが報告されている（平川ら 2011）。

実施上の前提

- ・家族を支援することを最優先にする。
- ・家族と子供の安全に最大限の注意を払う。
- ・子供を受け入れる準備が出来てから、相談機関の利用を促す。（来て貰って、来て良かったと思えるような対応）

CRAFT の目的

- ・家族自身の機能回復（家族に元気になって貰う）
- ・ひきこもり本人と家族の関係回復（親が自信を持って対応出来るようになる）
- ・ひきこもり本人と社会をつなげる（本人と最後まで会わない場合もあり得る）

親の会の効果：親の気持ちを楽しめる。家族をサポートする。

今後の取り組みについて話し合えるまでの過程（境・野中 2013）：家族支援の流れ

- STEP 1** 深刻な家庭内暴力はないか？→ いいえ 暴力的行動の予防
- STEP 2** 家族が気持ちにゆとりをもっているか？→ いいえ 家族自身の生活を豊かにする。もしくは、家族自身のための支援を受ける。（子供の話をしないのも一つ）
- STEP 3** お子さんとの関係は良好か？→ いいえ 問題行動の理解、ポジティブなコミュニケーションの獲得 ※今日はここをやります。
- STEP 4** お子さんは元気を回復しているか？→ いいえ 上手にほめて望ましい行動を増やす。先回りをやめ、しっかりと向き合って望ましくない行動を減らす。
- STEP 5** お子さんと今後の取り組みについて話し合っているか？→ いいえ 相談機関の利用を上手に勧める。
- STEP 6** ポジティブなコミュニケーションを用いて話し合いを続ける。

症例提示

症例について問題行動の機能分析：5～6人の小グループに分かれて話し合うワークショップを15分間行った（外的きっかけ、内的きっかけ、問題行動、短期的結果、長期的結果について表に答えを書いていく）。

※我々の行動には理由がある。言葉にしない言葉を読み取る力を付ける。こういう気持ちなんだと考える習慣を付ける。それによりその行動をするには理由があると理解することが出来るようになる。

機能分析の理解のポイント

- ・外的きっかけ：暴言のきっかけを母親が作っている
- ・内的きっかけ：暴言を吐くには本人なりの理由がある
- ・短期的結果：暴言を吐くと母親が黙ることで本人は短期的にポジティブな体験をする
- ・長期的結果：暴言を繰り返していると、長期的には本人にとっても不利益となる家族関係の悪化が生じる。（短期的な結果の方が本人にとって重要である）

機能分析を実施する際のポイント

- ・順番よりも自然な語りを優先する
- ・完成させることよりも、機能分析をやって気付いたことを大切にする。

機能分析とコミュニケーションをつなげる

- ・外的きっかけから、部分的に責任を受け入れられる余地がないか検討する→ お母さんがきっかけを作った、部分的に責任を受け入れるとは「お母さんの言い方も悪かった、ゴメンネ」ということになる。
- ・内的きっかけでわかったことを言葉にすることで受容、共感につながる。
- ・短期的結果におけるメリットの除去、デメリット生起のための実現可能な具体的方法を考える。
- ・長期的結果における本人が同意できるデメリットについて言及することで、自省を促すことができる。

・これらのうちクライアントが実施可能なものを一つでもよいので見出す。

※上の二つで子供とのコミュニケーションはかなり変わってくる。大切。

ポジティブなコミュニケーションスキル

- ・短く（区切って短く、相手の反応を待つ）
- ・肯定的に
- ・言及している行動を特定する
- ・自分の感情を明確にする
- ・思いやりのある発言をする
- ・部分的に自分の責任を受け入れる
- ・自省を促す
- ・援助を申し出る

※下線の部分とくに重要。今日、親が帰って出来ることを一つでも見つける。その際その人が出来るか、それを実際にやった時、家族にメリットがあるかどうかを考える。

実践練習

- ①実習する場面を決めましょう
- ②一回やってみましょう→ 二人組でロールプレイをした。
- ③やってくれた人の感想を聞きましょう
- ④やってくれた人のよかったところを言ってあげましょう

ガイドライン（短く、肯定的に、特定の行動に注意を向ける、自分の感情に名前をつける、部分的に責任を受け入れる、自省を促す、援助を申し出る）、姿勢、視線、表情、声の大きさ、話す早さ、声のトーン、伝わる雰囲気、印象に残った言葉

- ⑤こうするとよりいいかもというところを言ってあげましょう

実践練習のポイント

- ・演じる必要はない。言葉のやり取りから始める。
- ・お子さんが言いそうなセリフをこれまでのやりとりからピックアップしておく。
- ・結論を得るまで話し続けるのではなく、簡潔で、気持のよい終わり方を心がける。
- ・改善点の指摘は、クライアントができそうな一つのポイントにする。
- ・改善点が実践できるか、同じ場面で再度ロールプレイを行う。

受療を勧めるタイミング

- ・重大な問題を起こして子供自身が後悔している時（母親を怪我させた時など）
- ・自分の問題について、全く予想していなかった意見を聞いて、動揺しているように見える時
- ・家族がカウンセリングでやっていることを子供に尋ねられた時
- ・家族の行動が変化した理由を子供から尋ねられた時

※上二つは本人が動揺している時、下の二つは家族の変化に本人が気付いた時

相談に関心を示すようなタイミングをしっかりと捕まえる。以上の様な時以外には誘っても乗ってこない。

相談を促すときのポイント

- ・本人が同意した場合、つなげられる場所を確保しておく。理想的には2カ所以上の選択肢を用意しておく。
- ・タイミングを見逃さない本人が同意した後は即座に動く（例：受診する、予約をいれる等）

※鉄は熱い内に打て！

- ・一度で結論を見出す必要はない。（繰り返し本人が嫌がらない程度に話していく）

以上