

# オリーブの会通信

2014年10月8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148回月例会ご案内

日 時	2014年10月19日(日) 15:15~16:30 (受付:15:00~)
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	15:15~16:30 「鈴木 美登里さんと語ろう」 ・名古屋オレンジの会代表 社会福祉士 鈴木 美登里さん  ※ 質問等がありましたら、事前にご連絡ください。 (TEL/FAX 087-843-9877 )  16:30 ~ 会員のみ連絡、報告
参 加 費	・無 料

さわやかな秋晴れが続いております。台風18号は大丈夫だったでしょうか。  
10月3日はポパイの会の遠足で直島へ行ってまいりました。出発時は何とも割り切れない天候で

したが、地中美術館へ辿り着くまでの道の両側に、数え切れない種類の可憐な花を付けた草花が迎えてくれました。きびの会のOさんもTさんと一緒に参加され、趣味が絵画ということもあり、その空気感に大変感激されていました。また、当会のTさんのご主人さまにも大変お世話になり有難うございました。

さて、10月は、名古屋オレンジの会代表の鈴木美登里さんと一緒に、会員の皆さんがお話できるよう計画いたしましたので是非ご参加ください。

## 【9月例会（9月28日）の概要】

### ☆一部

講演「大人の発達障害と就労支援体制について」—事例から学ぶ— (資料あり)

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

・香川県発達障害者支援センター「アルプスかがわ」は、約10年前に制定された「発達障害者支援法」制定により設立され約8年を経過した。

◎発達障害である方々は、以下に列挙するような様々な困り感を感じながら生活をしている

- ・刺激に翻弄される（周囲で起こる全てが気になる。集中が困難で、取り組みの持続が困難）
- ・記憶や認知（文字や計算が困難。相当頑張ってもできない。勉強するたびに自信喪失）
- ・想像力（人のコトバや行動の意図が想像できない。状況に応じてなすべきことに意識を向けにくい。集団のルール意味が理解しにくい）
- ・感覚（光・音などの刺激を強く感じる。感覚が鈍い場合は周囲が感じられない。いつも「つらさ」に苛まれている。）

◎支援において求められるのは、その人に寄り添った支援であり、以下の点が重要である。

○その人の状況等の整理

- ・物事の捉え方、考え方、知識、経験、家族を知る。
- ・様々な状況の中で折り合いのつく‘生き方‘の選択

○遵守すべき項目と自由項目とを整理

- ・その人の生活や支援の本質を見極める
- ・個人の自由を侵害しない配慮

○実現可能な方法・水準で支援

- ・順序立ててゆっくりひとつずつ実現
- ・話す、書くなど複数のチャネルを使う

○失敗させない

- ・そのための発達障害支援
- ・手を抜いているわけではない
- ・手伝えることは手伝える
- ・成功を積み上げる

—支援をし（受け）続ける—

- ・本人は頑張っている。適応できなくて苦しんでいる。ぎりぎりのところで生きている。

その状況を踏まえて

○触覚面のハンディに対して

- ・細かな作業を助ける。
- ・危険回避（防衛機能）を手助けし「安全に生きること」を支える。

○危険判断の側面

- ・危険でない刺激であっても危険な侵害的な刺激と判断し過剰な防衛行動（攻撃行動の場合も）をとるケースも発生する。

○聴覚機能面

- ・日常の生活音を‘不快’と感じ日常的にストレスにさらされている。

○前庭覚のハンディ

- ・筋緊張の調整、姿勢制御・バランス・視空間認知に問題があり、体が空間のどこにあるか、どちらに動いているか、地面との位置関係を正しく認知することが困難。
- ・この場合、視覚でカバーしようとし  
良い姿勢が保てない、長時間の取り組みが苦手、知的能力に比べ不器用、時間がかかり結  
として非常に疲れる

○感覚の問題は自他の比較が難しいが、それは‘安心できる環境’‘そのものであって生きづら  
さに直結するものである。

- 先生は、これらを述べられた後、この方々が就労する各種の形態や就労に至るまでの各種  
訓練の内容に関しても述べられ、発達障害に対しての理解をより深めるためにとっても有益  
な講演を行っていただきました。 —

## ☆二部

グループ別話し合いに移行する前に、会員のお一人に特にお願いし、ご自分の家庭の現況につ  
きお話しをいただくことができました。

3人のお子様のうち複数のお子様が課題を有しており、これまで長くご苦勞を重ねてこられた  
が、最近になってそれぞれのお子様が独自の方向に向かって着実な歩みを開始し始めたという喜  
びの内容であった。

その陰には、どんな困難状況の中にあっても課題に背を向けることなく活路を模索し続けた母  
親として忍耐強い姿勢と、ふさわしい相談機関・相談員との良き出会いがあったことを聴くこ  
とができ私たち会員にとって大変な励ましと希望を与えていただきました。

これからも、この様な成果に関して会員同士が分かち合い喜びを共有したいものです。

## グループ別話し合い

今回も出席者が多く 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 30分間行った後、各  
班の代表者によって討議の内容が発表され全員が分かち合うことができました。

- 内容の詳細は省略 —

## 川井理事長の報告、連絡

- アンケートについて：本部からのアンケート（ひきこもりピアサポーターによる支援の実態を明らかにする）をお願いします。  
これは、厚労省の平成 26 年度社会福祉推進事業の助成を得て実施しています。
- ポパイの会の遠足について：若者たちで場所、時間設定等を決めてもらい、連絡なども積極的にしてもらいました。
- 今新町の居場所について：松本副理事長より、整備、補修工事等の進捗状況を説明をしていただき、多数の会員のみなさんの協力のお蔭と感謝とお礼を述べられた。

## 【ポパイの会】

9/21（日） ポレポレ農園（さぬき市富田の畑）草抜きのお手伝い

（参加：保護者 8 人、当事者 6 人）

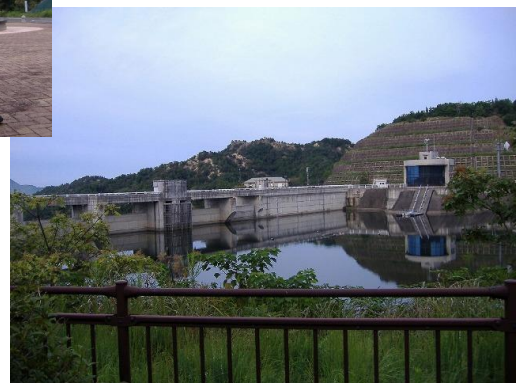
当地は阿讃山脈を背景とした、ほのぼのとした田園風景の中にあり、高松市街等と違って、その場所にいるだけで心が洗われるような、思わず「うーさーぎーおーいしーかーのー山」と口ずさんでしまいそうでした。

皆で一時間ほど草抜き作業を行い、その間、冗談を言いながら、また自分の近況を報告し合う等、自分達にとっても大変貴重な時間を過ごせたように思います。ただ、ポレポレ農園で働く当事者の方々は、お互いに離れた場所で、別々に作業をすることとなり、思っていた程の交流ができなかった事は少し残念でした。

作業後は、門入ダムの展望台に場所を移し、Kさんのお母様のフルーツ・ゼリーや他の方々の持ち寄りのお菓子をおしゃべりしながら美味しくいただきました。そして「現代の桃源郷」とも言えるような風光明美な場所で、Iさんのお父様が奏でる尺八の音色に耳を傾け、至福の時間を過ごすことが出来ましたことを感謝申し上げたいと思います。

また、最後になりましたが、チャランポランな僕に気を使って下さって、事あるごとに立てて下さったMさんご夫妻に対しては心よりお礼申し上げたいと思います。

半数の方々が初めて訪れた農園ということもあり、またいつもの居場所活動とは違って、新鮮で有意義なイベントになったのではないのでしょうか。（ポパイの会 Kさんの日誌より抜粋）



（撮影 Kさん）



### 【2014/ 10・11月 居場所活動予定】

内 容	月	日	曜日	時 間	担 当
2014年度第7回運営委員会	10	4	土	13:30～16:00	川井
個人カウンセリング(松田先生)	10	11	土	9:30～12:00	加藤 W
ポパイの会(直島遠足)	10	3	金	9:30～18:00	秦
ポパイの会(森下氏を招いてのプログラム)	10	18	土	16:00～19:00	秦
	11	23	日	13:30～16:00	加藤
	11	30	日	13:30～16:00	加藤
2014年度第8回運営委員会	11	1	土	13:30～16:00	川井
個人カウンセリング(松田先生)	11	8	土	9:30～12:30	加藤 W

### 【お知らせ】

#### 全国ひきこもり家族・支援者交流会 **第9回 愛知大会**

日 時	平成26年11月2日(日) 12:00～17:00 平成26年11月3日(月・休) 支部長会議
会 場	名古屋市中村区名駅4-4-38 (TEL:052-571-6131) ウイंकあいち中ホール
対 象	家族・当事者・支援者・行政関係者・関心のある方
内 容	講演会、シンポジウム、ひきこもり大学、兄弟姉妹の会
講 師	精神科医、臨床心理士、家族、行政関係者等
参 加 費	一般1000円 学生500円 当事者無料
問い合わせ	TEL:090-6585-5770 (事務局 鈴木)

#### AS きづ(ず)き会のご案内

日 時	毎月第2水曜日 午後1時半から3時
会 場	ひまわりセンター(丸亀市)
対 象	パートナーがASだと感じている方(医療機関等での診断は問いません) この会は、アスペルガー(AS)のパートナーを持つことで、共通の悩みを抱えた人のためのセルフヘルプグループ(自助グループ)です。
内 容	語り合い、ASについての情報交換
参 加 費	無料
問い合わせ	TEL:090-4334-6058 (松村)

## 平成26年度 青少年育成支援ネットワーク研修講座

日時	A: 10月12日(日) 10:00～14:30 B: 10月26日(日) 10:00～14:30	会場	A: 東かがわ市交流プラザ 市民会議室 1F B: サンメッセ香川 特別会議室
内容	A: ひきこもり、ニートの現状と対策のいま ーとり残される若者たち ー B: 同上		
講師	ひきこもり親の会、若者サポートステーション、県精神保健福祉センター、 コーディネーター: 香川大学教授 (連絡先: 県男女共同参画課 tel 832-3196 窪田)		

※平成26年7月27日に行われた第4回ひきこもりサポーター養成研修の概略を報告します。

### 【講義・ロールプレイ】

「ひきこもり本人と家族への面接 事例とロールプレイ」 (資料あり)

講師: NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会 (家族会連合会)

代表理事 臨床心理士 池田佳世

(ひきこもりサポーターとしてとらえておかなければならないことについて。)

### 1 【ひきこもり家族(親)への初回面接】

《相談に回る母親の心理状態について》

- ・ 誰にもわかってもらえない**孤独感**
- ・ どうしていいかわからない**混乱状態**
- ・ 自分を責める**自信喪失状態**
- ・ 具体的な解決策を示されない**空回りの無力感**

家族支援の最初の一步として適切な面接と家族会などでの分かち合い、支え合いによって親の心が安定することで子供と向き合う準備ができる

《親への初回面接プロセス(60分面接の場合)》

(1) 話を聞く(傾聴)・・・・・・・・・・15分

ポイント

- 親の焦り→不安をそのまま受け止める
- 親の今までの苦勞をねぎらい信頼関係を作る。
- 親が落ち着きを取り戻すように配慮する

[支援する側の視点として]

親が話す本人像と實際が、異なっていることがほとんど。子供のいいところをみつけておき後で親に伝えることも大切。(親は子供のいいところを忘れてしまい、否定的、悲觀的になっている場合が多い)

(2) 疑問(主訴)に応える・・・・・・・・・・15分

ポイント

- 傾聴で吐きだされた、「親の不安」に応える

～ひきこもり本人の現在の状態（無言や暴力暴言についての疑問など～

●本人の心理状態（苦しい）を説明（代弁）しながらひきこもりに対する理解を深めてもらう。どうしてひきこもったか聞くと“死ねなかったから”という答えが帰ってくる。それほど本人は苦しい。

【親の否定的関心→肯定的関心】

引きこもっている状態を否定的に捉えている場合が多いためひきこもり本人の出たくても出られない苦しみを説明し肯定的な理解を深めてもらう。

本人の変化を1ヶ月ぐらいのスパンでみられたら親も変わっている。

無言に対しては独り言をいう、暴力、暴言に対しては、元気になったねと客観視を入れ距離を取る。本人の面接は過去の苦しみが、甦るのでいつからひきこもったかは聞いてはいけない。趣味などを聞く。

(3) 地域資源、家族会活動などの説明・・・ 15分

●最寄りの家族会（親の会）を紹介

同じ境遇の方が集まって本音を吐き出しながら、「自分だけではなかったんだ」と言う安堵感は親が落ち着きを取り戻す資源となる。

震災の時厚労省が、派遣した専門家よりも家族を失った人同士のほうが、話が弾んで重い口が開けるとい実例がある。

●その他の地域資源を紹介

サポステは仕事を前提にすると行けなくなるので、事前にサポーターまたは親が行って下見して大丈夫だったら本人と一緒にいく。

一緒について行って一緒にいてあげる。本人が不安にならないように。

(4) 今後の方針（具体的な改善策）・・・・・・ 15分

●家族が変われば本人も変わる。焦らず一步一步の姿勢

親自身の実感で気づいたことは、実践に結びつきやすくなる。

●親へのエンパワーメント（回復への力づけ）

本人がひきこもりから立ち上がるには大きなエネルギーが必要。そのエネルギーの源は「あきらめずに見守っているよ」という親の気持ち。

ずっと見守っているだけではいけない。

《相談や居場所にくる本人の心理状態》

居場所には傷つくだけではないだろうかという不安や葛藤がある

●できれば行きたくないが、いやいや来る。（警戒心、不信感）

●どうにかしなくては、崖から飛び降りる気持ちで来る。（緊張、硬直）

●こんな自分をどう思われるか恥をかきたくない。（自尊感情の傷つきに対する恐れ、不安）

●誰かに自分のことをわかってほしい。（期待）

沖縄や外国に行きたいと突拍子のないことを言っても否定しなで、できればついていてあげてほしい。そこから元気になることがある。カナダには受け入れ先がある。突然やり

だすのが、ひきこもりの特徴

- どうせどうにもならないだろう（あきらめ）
- 自分は何をしてもだめもう遅い。死にたい。（絶望感）

## 2 【ひきこもり本人への面接について】

- (1) 導入～当事者と同じ目線で関わる。  
支援者からの自己紹介、手品をしてくるなど、自分をどう表現するか。
- (2) 積極的に話をしてくれる当事者、  
傾聴が基本。聞くだけ。  
趣味などを聞く
- (3) 何も言わない（無言の当事者）  
本人がどんな気持ちか想像しながら呟く。首を縦横に振ってくれるだけで面接は成り立つ。  
無理に話さなくても大丈夫という安心を保証する。返事を急がず、ゆっくり待つ姿勢が大事。

## 3 【ひきこもりの回復過程】

	親	本人	
1	親の無条件の肯定的関心 (否定的の関心からの脱却)	安心してひきこもる 傷つきの疲れを休める	3ヶ月から 3年 (各段階は 行ったり来 たりする)
2	家族に気持ちのゆとりができる 親子で歓談できる	買い物に出たり外へ動きだ すが、友人はいない	
3	親は子供の居場所になるような所を探 しておくが、何も言わない(先回りに ならない、サポートを心がける)	居場所(集団に出る)	
4	子は外での疲労感を吐き出す 親は聴く姿勢と対応を身につける	本人を理解してくれる友達 や、仲間ができる	
5	バイトに出ても喜ばず、子供が疲れた ときに羽を休める安全基盤となる	バイトに出かける	
6	親の経験を子に伝える 親の成長が子の成長を支える	異性への関心	

## 4 【実習(ロールプレイ)】

- (1) 傾聴ロールプレイ  
聞き手、言う人、観察者の3人組になる
  - 傾聴とは「聴く姿勢」
  - 適当にアドバイスや意見を入れながら聴くと、話したくなる。
  - 目を見ないで、無言で聴く  
無視されたような感じ
  - 目を見て、あいづちや、うなずきを入れて黙って聞く



話安いいと感じた。

短いセンテンスで実習しました。

(2) 本人の面接

●無言の子（うんとうん） yes と no がわかれば本人の言いたいことはわかる。

参加者で子供役、相談員役観察者役を決めて3人グループに別れてロールプレイを行った。

以下感想とアドバイス

矢継ぎ早の質問に困った

ねぎらいの言葉がなかった

話の展開がなかった

聞き手の方の開示をすれば良い

話しかける言葉を考えるのに気を取られていた

なぜひきこもっていたかに触れられたくないし、趣味の話などが展開があつてよい。

無言でも相手を見て洋服などを話題にすればよい。

以上

**傾聴についてのカール・ロジャースの言葉が紹介された。**

「私はあなたという一人の人間に対してまじめな関心を持っています。あなたはあなたという一人の人間として、他の誰とも違うあなたの気持ちを持っているのですし、その気持ちはわたくしにとってもとても重要なものだと思えるのです。

どんな偉い人が、どんな哲学者や思想家があなたのこの気持ちや感情を否定しようとしたところで、今のあなたの気持ちがその存在を失うわけではない。その気持を持ってあなたという人間は歴然として存在するのだからです、

たとえ私があなただの考えに同意しないとしても、あなたが持っているこの考えがあなたにとって意味深いものだということはよくわかるのです。

あなたはあなたなりに他の誰にもない大事な物を持っているし、それはあなたの存在によって意味ある物となるだと思えるのです。だから私はあなたの存在する仕方のすべてを理解したいと思う。

私はあなたを変えようとしたり、あなたを評価したりするつもりはない。あなたは傾聴するに値する人だし、あなたとの時間を持つことで、わたし自身もある喜び、あなたという人間と交流し合う喜びを持てるのです。あなたももしわたしと過ごす時間を意味あるものだと思ってくださるなら、とてもうれしいことなのです。」

以上