

第23号 2017年3月

発行／民間相談機関連絡協議会
連絡先（郵便・FAXのみ）
162-0823 新宿区神楽河岸1-1
東京ボランティア・市民活動センター
メールボックス 60番
民間相談機関連絡協議会
FAX 03(3235)0050

そっだん

目次

「見えにくい相談に対応していくために」 2ページ

平成28年度 活動報告 3ページ

第29回 都内相談機関研究協議会 4～9ページ

『言葉にならない辛さを背負って生きる子どもたち』

第20回 定期総会 記念講演 10～13ページ

『何が非行に追い立てたのか 何が立ち直る力になるのか』

第19回 相談員研修会 14～15ページ

『相談現場再現の試み～アサーティブな出会い方を目指して～』

ホームページ開設／会員募集のおしらせ 16ページ



「見えにくい相談に対応していくために」

民間相談機関連絡協議会会長
東京ボランティア・市民活動センター所長
山崎 美貴子

人は一人ひとりに暮らしがあります。命の営みがあります。生活の歴史、文化の文脈といった物語があります。時に大きな悩みや悲しみ、一人では解決困難な課題に直面します。

人が人と出会い、かわりながら、ともに支えあつて、つながりあつて、学びあう営みに参画する入り口作りが大切ではないでしょうか。そうした「人が人に出会う場」のひとつが「相談の入り口」と考えます。「その入り口」には、様々な入り口、つまり、相談機関があります。しかし、そうした相談の窓口が設置されていることを知っておられる方ばかりではありません。また、知っていてもそこまで足を運び、支援を求めることを決断できる人ばかりではありません。特に、支援が必要ではないかと心配してくれる人、「こんなところの、こんな人に相談してみるといいよ」と伝えてくださる人が身近に誰もいない人、つなぎ手がいない人が少なくないのです。

一人で苦しみ、分かち合うことなく、生きる意欲を失ってしまう例が多くあります。相談機関が身近に多く準備されているというを知らず、支援が必要でありながら、利用されていないという実態を見てみると、そこにいくつかの課題があり、利用に至らない人々の存在があるということを考えてみたいと思います。どのような人が利用に至るのかを考えてみると、第一は相談機関の存在を知っていること、第二は相談を試みたと自らの動機づけができていること、第三にそうした動機を具体的に実行

に移せる人です。そうでない人々の存在が多くあることをしっかりと認識し、どのような対応をとることが必要かを考えてみたいと思います。

〈相談機関に到達できない人への支援〉

先に挙げましたように、都内には他の地域に比べて私たちの暮らしを支える相談機関が多くあり、それぞれの人々の課題解決に向けて日夜努力をしてくておりますが、近年大きな社会問題となっているのは誰にも相談しない、できない社会的孤立状態になっている人々の存在です。相談する相手がいない、どこの相談に行けばよいかわからないといった一人ぼっちの人が大変多くなつてきていることが大きな社会問題となつてきています。なぜそうなるのかを考えると、次のような課題が浮かび上がります。

①一人で悶々と悩んでいるが、どこの相談に行けばよいかわからない。

例えば、夫の暴力に苦しめられ、ずっと我慢してきましたが、最近、子どもにまで暴力が及び、誰かに助けを求めたいが、どこの相談に行けばよいかわからない。つまり、問題を解決したいという動機づけはあるものの、支援に関する適切な情報が届いていない場合です。

②周りの人々は心配し、気にかけているが、当人は一向に課題として認識できていない。

例えば、ごみ屋敷状態になり大変不衛生。中で犬や猫を飼い、その被害に周りは困っているが、本人

は改善するために周りの支援を求めない。

③本人も課題を抱えていることを周囲に伝えられない、周囲の地域の人々も気づかないので支援もできていない。

例えば、高齢の母親が重度の精神障害の息子の世話をしてきたが、母親のうつ状態がすすみ、買い物や食事作りもできない状態にある。しかし、近隣の人もその状態に気づかないし、本人もサービスの利用は受けたくない。

①②③の中で、一番重大な課題は③です。①や②にも課題が大きいです。③は誰にもつながらない。「一生閉じこもり」という言葉がよく聞かれますが、孤立状態が続く人々の暮らしをみると、メール、スマホ等の顔は見えない方法でのつながりが必要な人もおります。本名は明かさず、夜中にハンドルネットを用いてネット上でつながる相談も立ち上がっています。

「相談」という武器を活用して、相談が必要な人々につながり、少しでも希望をもって生きていく力になつてほしいと心から願っています。どうしたらそうした課題を克服できるかを議論し、利用者の多様化、変化に気づき、様々な仕掛けを考える時代にあると思われてなりません。利用者の相談を待つだけでなく、相談機関がリーチアウトしたり、垣根を低くしたカフェ方式を導入したり、当事者組織を創設するなど、相談のありようの工夫が求められています。

民間相談機関連絡協議会

平成28年度活動の報告

★第20回定期総会

日時：平成28年6月13日（月）

場所：東京ボランティア・市民活動センター 会

議室

第1号議案：平成27年度事業報告および収支決算

を承認

第2号議案：監査報告

第3号議案：平成28年度事業計画（案）

および収支予算（案）を承認

第4号議案：会員入退会について

第5号議案：その他

記念講演：「何が非行に追い立てたのか 何が立ち直る力になるのか」『非行』と向き合う親の会の活動を通して

き合う親の会の活動を通して

講師：春野 すみれさん

「非行」と向き合う親たちの会（あめあがりの会） 事務局長

参加：32名

★第19回相談員研修会 I

日時：平成28年10月31日（月）

場所：東京ボランティア・市民活動センター 会

議室

「相談現場再現試み〜アサーティブな出会い方を目指して〜」

講師：松田 知恵さん

心理カウンセラー アサーティブトレーナー

参加：33名

★相談員研修会 II

日時：平成28年11月21日（月）

場所：東京ボランティア・市民活動センター 会

議室

「相談現場再現の試み〜アサーティブな出会い方を目指して〜」

講師：松田 知恵さん

心理カウンセラー アサーティブトレーナー

参加：19名

★ボランティアフォーラム 満点市場

日時：平成29年2月11日（土）

場所：セントラルプラザ区境ホール

★第30回都内相談員研究協議会

日時：平成29年3月13日（月）

場所：東京ボランティア・市民活動センター 会

議室

「依存症の背景にあるもの〜互いに生きつづけるために〜」

講師：上岡 陽江さん

ダルク女性ハウス代表

参加：38名

民間相談機関連絡協議会幹事一覧

監 事		幹 事											
柴田レイ子	森田邦雅	松下知子	小林良子	鈴木理恵	草柳和之	高橋直樹	鶴田桃エ	中尾好子	西岡由香里	堀内由美子	杉本脩子	山崎美貴子	齋藤友紀雄
個人会員	NPO法人東京ダルク	東京ボランティア・市民活動センター	会	個人会員	メンタルサービスセンター	協会(NABA)	協会(NABA)	家	京支部	研究会	支援センター	センター	タ
						日本アノレキシア・プリミア	日本アノレキシア・プリミア	公益財団法人東京カリタスの	社団法人日本てんかん協会東	NPO法人朝日カウンセリン	NPO法人全国自死遺族総合	東京ボランティア・市民活動	青少年健康セン

都内相談機関研究協議会

言葉にならない辛さを背負って生きる子どもたち ～見えにくいSOSに気づくために～

2016年2月20日

発題：山崎美貴子

(東京ボランティア・市民活動センター所長／民間相談機関連絡協議会会長)

講師：栗林知絵子さん(NPO法人豊島子どもWAKUWAKUネットワーク理事長)
広岡 智子さん(社会福祉法人子どもの虐待防止センター理事)

山崎美貴子(東京ボランティア・市民活動センター所長／民間相談機関連絡協議会会長)

社会的養護の子どもたちが施設のなかにいる時間は、そう長くはありません。地域のなかで、誰にも気づかれず、傷口を抱えている子どもたちも多くいます。そう考えると、専門職や専門機関、行政だけに任せるのではなく、私たち大人がもっと責任をもって子どもたちの問題にかかわり、提言を出して、政策の変更を促していかなくてはなりません。そういう思いがあつて、今回、「言葉にならない辛さ、見えにくいSOSに私たち大人は気づいていますか？」というテーマにさせていただきました。

お父さんが仕事をして、お母さんが専業主婦という、いわゆる近代家族モデルは、日本では非常に短い期間しか続きませんでした。高度経済成長期の波のなかで性別役割分業が始まり、正規雇用と年功序列がそれを支えました。しかし、1990年代に経済の崩壊が始まり、規制緩和が進むと、非正規雇用の人たちが半数近くを占めるようになります。自営業の経済基盤も壊れ、住むところと職を一緒に失う人も多く現れました。

そして、戦後家族モデルからこぼれ落ちてしまった人が分裂していきます。私はこれを近代家族から現代家族と呼んでいます。まず、結婚しない、できない人が、東京ではもうすぐ3分の1になります。それから非婚のお母さんの割合がいま7.5%くらい。結婚して子どもをもたない人も出てきています。離婚や再婚のケースも非常に広がっています。一人親家庭の80%近くが非正規と貧困の相討ちに遭い、

トリプルワークと言われるような長時間労働も大きな問題になっています。

もう一つの現代家族の特徴は、自分のライフスタイルを優先する個人化と、ライフスタイルの多様化です。家族のかたちは一つではなくなり、さまざまな組み合わせが生まれています。血縁関係でない人とのつながり方も、非常に多様になっています。大きな問題は、地域とつながりにくい家族や、家庭にも学校にも居場所がない子どもたちの存在です。ネットワーク環境が新しいコミュニティを生んでいくことも重要です。たとえば性的な関係を、SNS上でつながった人ともつ。また、私は携帯家族と言っていますが、子どもとの会話も携帯のなかでする。ネット社会のなかで、愛情や一緒に何かをするということがどんどん違うかたちになり、生殖や子育て、経済的扶養といった核家族を構成する原理が失われていっています。私は、そこにいま一番大きな危機感を感じています。

私が所属している大学の看護学科と社会福祉学科の先生たちが、食事の調査をしています。去年の夏までは、全国各地で一食113円、一日約330円が平均でしたが、最近では平均89円になってしまいました。食事の味がまた問題で、パン一個や塩とご飯だけ、それでも二食食べられたらいいという状況があります。

ここ数年、企業と組んで、一人親の就労支援のプログラムを実施しています。プログラムとネットワークをしっかりとつって、確実に伴走していくと、50%ぐらいのお母さんたちが正規に移れたり、賃金が上がったります。しかし、その先に行くには、

制度やシステム、就労先をつくるだけではなく、個別の問題にしっかりと寄り添いながら、有効なプログラムにどうつなげていくかが重要です。さらに地域の応援団をたくさんつくらないといけません。貧困を背景にもつ親の孤立が非常に深いからです。

こういう状態のなかで、私たちはいま、社会的養護が必要な予備軍に対する支援の裾野を広げていかなければいけません。支援につながりにくい家族を丁寧掘り起こせるシステムと、つなぐ先が多様にある地域づくりが本来に必要です。発せられないSOSに気がつき、相談に至る出会いの場をどうつくっていくのが課題です。

閉じない家族、つまり核家族という境界を越えて、外部とのコミュニケーションを誘発するようなシステムが必要です。子育てや介護、扶養を家族の内部で解消する時代は終わり、それらが家族の外側へ出てきました。しかし、このケアの外部化は、受け皿と適切なつなぎがないと機能しません。ネットワークで支えられた新しいコミュニティの形成が不可欠です。孤立している家族やお一人様の世界が広がるなか、そのところをどうつくっていく方がいいのか。一方で、一つの家族が複数の要支援者や複数の解決困難な課題を抱えていることもあります。

個別支援と地域支援を一体的に進める、総合的包括的な相談体制がいま本当に求められています。専門職や準専門職、非専門職などいろいろな立場の違う人たちが、地域のなかでつながり合っているか、なければなりません。私たち東京ボランティア・市民活動センターの仕事もそのあたりにあると、いま考えている次第です。

栗林知絵子さん（NPO法人豊島子どもWAKUWAKUネットワーク理事長）

私は、福祉とかまったく知らない、ただの地域の子育てのおばちゃんです。そんな私が、困難を抱える子どもたちの問題にのめり込んでいったのは、いまから12年前にプレーパークという遊び場の運営に、自分の子どもの子育てのためにかかわったことがきっかけです。そこで、昨日からご飯を食べてないとか、車のなかで暮らしてたなんてことを呟く子どもたちに出会いました。

私が親になって気づいた一番大きいことは、人は皆、対等だということです。私も昔は、目上に対してなんて口を利くんのだ、というなかで育ちました。だから親になった時に、子どもに大人目線でものを言っていました。でも、小さい時に頭ごなしに抑圧されてすぐく悔しかったことを思い出して、どういうふうな目線で子どもたちにかかわっていくのかと考えるようになりました。

そうしたら、子どもたちが私にSOSを言ってきたくれるようになりました。教育という視点ではなく、子どもは遊んで自ら育つという視点で子どもたちとかかわったからこそでしょう。そんななか、ある一人が「ぼく、高校に行けないかもしれない」と呟いてくれたことがきっかけになり、このネットワークができました。

私は、子どもから貧困の問題に気づいたんです。目の前のご飯を食べていない子どもに対して、おにぎりをたくさん作って一緒に食べるといったことしかできませんでした。でも、格差社会やワー

キングプアといった言葉を知り、目の前の子どもと社会の構造や問題がつながっていると気づいた時に、この子たちのことを可視化し、発信することによってみんなが考えよう、と思うようになりました。

去年ようやく子どもの貧困対策推進法ができましたが、いま子どもたちの6人に1人が相対的貧困と言われます。相対的貧困とは、所得が全人口の中央値の半分以下で暮らしている世帯を指します。先日、日本財団から「子どもの貧困の社会的損失推計」レポートが出ました。いま15歳人口120万人のうち、生活保護世帯、児童養護施設、ひとり親家庭に暮らす子どもは18万人。彼らにいま何らかの支援をしないと、2.9兆円の損失と1.1兆円の財政負担になります。また、年齢と教育投資の成果の関係では、自己肯定感が低く、つながりがないまま大人になってしまった若者に対し、支援しても成果は100%ではありません。でも、就学前や小学校低学年の子どもたちに人がかかわることによって、負の連鎖を断ち切る大きな可能性が生まれます。

子どもたちは、地域で多様な大人たちと出会うことにより、いろいろな物差しで評価されます。たとえば、子ども食堂では、にんじんを切るのがうまいとか、プレーパークでは穴掘りがすごいとか、究極、「いい子だねえ」なんてことでも褒められます。本来、子どもは家のなかでそういう愛情をもらって育ちます。でも、家が機能しなくても、地域に関係づきをする場所があることで、子どもはSOSを発信する力を育むことができます。そして、大きくなって困難を抱えた時にでも、相談することができるようになる。そう思って、地域のなかでいろいろな切り口

の居場所をつくっています。

先日、プレーパークで「もうママやだ」と呟いてくれた子がいます。その子は繰り返しあざをつくってきます。そのたびに専門機関に通報しますが、「今度あったら保護しましょう」で終わってしまいます。専門職が訪ねても、お母さんは心を開かないそうです。でも、このお母さん、プレーパークでは自分がやってしまったことを話してくれました。なぜなら、私たちは子育ての仲間だからです。先日、言っていました。「自分がこの子にやってることって、私が会社でやられてることそのままじゃないか。最近、この子が自分の映し鏡のように思えてきた」「すごいじゃん。気づいたんだ」「じゃあ、ご飯つくるのが大変だったら、私たちおばちゃんたちでおかずを届けよう」そんなふうに会話しながら、私たちにできることをやっていく。そうすると皆のアンテナが高くなって、困っている子どものSOSをキャッチできるお母さんが増えていきます。

豊島区では4月から子ども若者支援員が二人、非常勤で配置されました。ところが、不登校の子どもや訪問に行つて、ようやく外に出る気になつても、教育センターにいるのは元校長先生で、なかなかそこに足が向かない。そこに、私たちの学習支援や子ども食堂ができました。はじめはわけがわからない団体が出来てきていると思われていましたが、ネットワークでつながり問題共有するうちに、いまでは支援員さんが子どもたちを連れてきてくれます。

それぞれの地域で自分たちもという動きが生まれ、区内に住民主体の学習支援は10か所ぐらいできました。子ども食堂はもうすぐ8か所になります。そこ

を行政がネットワークでつないでくれ、案内パンフレットを作成してくれました。そうやってコミュニティ全体で、この取り組みいいね、やろうよ、つながりますという関係が、ようやくでき始めました。

困難を抱える子どものお母さんの話を聞くと、よくここまでがんばって生き抜いてきたねっていうお母さんが実は多いです。もし、そのお母さんが子どもの時にSOSを誰かがキャッチしていたら、この連鎖は切れてたかもしれないと思うことがよくあります。だとしたら、いま目の前にいる子ども、それもなるべく乳幼児に地域がかかわることで連鎖を切れれば、その子たちが大きくなった時の社会は、もう少し生きやすい社会になるんじゃないかなと思います。

プレーパークには、平日の午前中は保育園の子どもたちが遊びに来ます。園庭がない小さな保育園や、あっても穴も掘れない区立の保育園の子どもたちが来てくれます。なぜなら、ここに来ると、子どもたちが本当に集中して、自ら主体的に遊ぶから。子どもたちにはいま遊べる公園すらないんです。公園は、ボール遊びも自転車も花火も禁止で、子どもが子どもらしく成長できる場がありません。何でもない子どもだって、遊びに関してもかなり困難を抱えています。子どもたちが、子どもらしく関係をつくりながら、思いっきり遊べる環境をつくることも、相談する力をつけることにつながるんじゃないか、そう思っています。

ライオンズクラブとコラボでイベントもしました。いままで慈善団体は、見えやすい困難を抱えた海外の子どもたちに支援をしていました。けれども、日

本の子どもの貧困の問題がようやく可視化されて、自分たちの地域にもそういう問題があるなら、ぜひ何かやりたいということ、私たちだけではできないことを一緒にやっています。

80歳くらい以上の認知症の方がサロン活動をしている区の施設で、出張子ども食堂も開催しています。おばあちゃんたちがアクリルたわしを編んで、バザーで販売した売り上げの4千円を、私たちに寄附してくれました。そのお礼に私たちがおかけして、子ども食堂をやりました。そこで昔遊びをおばあちゃんに教えてもらったり、高齢者と地域の子どもの交流が生まれています。会を重ねるごとにバザーの売上金額も上がり、最初は厳しかった施設長さんも、行政機関にチラシを届けてくれるようになってきます。

そんなわけで、専門職に子どもをつなげたり、人と人、場と場をつなぐというのが私たちがやっていることです。そういうお節介さんがたくさんいることで、今度は逆に専門職が子どもを地域につなげてくれるようになる。そうやってSOSをキャッチする網の目が細かくなってきています。

一方で、豊島区だけでやっていますが、子ども食堂の問題としては解決しないということで、子ども食堂サミットを去年と今年と二回やりました。一回ごとに確実に子ども食堂の数が増えていきます。子どもの貧困という問題が可視化され、私にできることないかしらと心を動かす人が増えて、子ども食堂という旗に集まってきています。

貧困とは、経済的問題だけでなく、つながりや文化やいろんなことが貧しくて困っていることだと思

います。でも、その困っている人たちって、困った子どもや、いつも何かしら問題を起こす人と映りません。なかでも、困った子どもは、自ら相談せず、自分の声を届けることすらできません。なぜなら、他者と比較しないので、自分の親にしつくと称して暴力を受けていても、それが普通だと思ひ込んでいるから。子どもは大人と違って、歩いて行動するくらいしか行動範囲はありません。そういう子どもたちの声をキャッチするには、地域のなかに居場所が必要で、そう思うと、子ども食堂も遊び場も、各地域に点在化することが必要です。

いまの子どもたちには、評価され、お礼を言わないと受け容れてもらえないような場所しかありません。そのなかで家が唯一、子どもが安心して、無条件でいられる場所です。でも、その家が機能していない子どもがいるとしたら、そういう家のような眼差しの大人が居場所をつくっていく必要がある。なかには、「あの子って、お礼も言わないんだけど、どうなの？」って言う地域のおばさんいます。でも、別の誰かが「でも、家のような場所って言うから、来てくれるだけでまるだよねえ」なんて言う。そうやって、地域の人たちがそれぞれ気づいていくんです。

困ったことすら発信できない最たる弱者の子どもたちのために、その声をキャッチしていく地域ってどうやってできるんだろう？とみなで集まって悩むことのできる街って、実は、障害をもっている人、高齢者、いろんな弱者にとって、それから弱者だけじゃなくすべての人にとって、住みやすい街になるんじゃないかと思ひます。だからこそ、地域ができ

ることってまだまだあると発信し続けて、専門職とつながって、地域をエンパワメントできたらいいなと思ひています。

広岡智子さん（社会福祉法人子ども虐待防止センター理事）

いま虐待という言葉は、病理性のあるものからないものまで、なんでもかんでもまとめて指して使われていて、その結果、取りこぼしていることがたくさんあります。本当のところはマスコミも報道しないし、研究者や専門家も学説を繰り返すけれど、何が危ういのかを実感として語りません。語れないところに虐待の本質があるともいえますが…。

私は児童相談所で、子どもと分離された虐待問題を抱えるお母さんたちのケア・グループでファシリテーターをしています。そこで、なぜこれで子どもを家族に帰せるのか、なぜここを分離できないのかと、子どもの安全と安心を考えた時に、本当に児童相談所の専門性を疑ってしまうことがあります。

私の考える専門家とは、妄想できる人、相手の立場に身を置いた時に見える景色を想像し、気持ち（心理）に共感し、それを物語る人のことです。でも、多くは思考停止させられています。見えないものを見よう、聞こえないことを聞こうとする意味の専門家が少なすぎる。だから私はケア・グループが終わったあと、あえていまから妄想話をしましょうと言って、担当の方とたくさん感じたこと、思うことをしゃべります。するとお互いの話の中から危うさが見えてきて、すぐ帰すケースだと思ひていたものが、実

は帰すと危ないことが見えてきたり、または反対に母親の回復と成長に気づかされることもおきるので、す。

何かあると育児ストレスで虐待に至ったと言われることが多いですが、育児ストレスがストレートに虐待を生み出しているわけではありません。児童相談所が介入するような虐待ケースは育児ストレスが原因ではないです。いろいろ困難を抱える親から子どもを昼の間離して、保育園に預けて、親の暴力が減ったら、これはたしかに育児ストレスが要因だったといえます。児童虐待は、子どもを保育園に預けてむしろひどくなる、または親の暴力に変化がみられなかったりします。子どもが保育園で愛されたり、喜んで行ったりすると、そのことが親のストレス（怒り）になるわけです。

子どもの虐待防止センターの電話相談は、1991年にスタートしました。いまも一日に6件から10件鳴っています。特徴的なのは、我が子への暴力について安心して相談できたということです。駆け出しの相談員が聞いたら、かつての私もそうでしたが、これは虐待だと思ひかもわかりませんが、経験を積めた今の私が聞く限りは、母親に悩む力がある限りは大丈夫です。なぜかと言うと、子どもと真剣に向き合って子育てをしていたら、叩きたくなったり、ひどいこと言っちゃったりするのがおかしくないことだと分かったからです。子どもも悪いですよ（笑）。生き生きと子どもらしく成長している子どもが、親の望む「いい子」であるはずがないという意味です。「子どもも悪いですよ」と私が言うのと、ほどよい母親たちはほっとして涙ぐんだりしま

す。それほど、母親たちは自分を責めていたわけ
です。ところが、深刻な虐待をしている母親には、「子
どもが悪い」と言わないと通じない時があります。
子どもが悪くて自分は悪くないと思っているのかも
しれません。主に電話相談してくるのは前者です。

専門家が余計、育児不安をつくっています。一例
を挙げれば、二人目が生まれると上の子を叱っちゃ
いけない、かわいがってと言われる。そんなばかな
(笑)。上の子が下の子の口を塞いだり、つねったり、
叩いたりするのが現実の子育てです。目の前でされ
たら、それは、怒りたくなります。でも、育児本や
専門家からは「下の子へのジェラシーなのだから、
下の子より上の子を優先してください」と言われる。
お母さんたちは、たしかに上の子がかわいそうと思
うから、自分の感情を押さえようとする。するとま
じめな人ほど苦しくなる。「上の子を怒ってもいい
よ」言っただけで、お母さんたちは救われた
という表情をします。上の子優先はお母さんたちは
分かっています。専門家が苦しみをつくっています。
もう一つ子どもの虐待ホットラインで大事だった
のは、お母さんたちが自分の「被虐待」を語った
ことです。性的虐待も出てきましたが、話した人は
決して若い人ではなく、60代や70代の女性でした。
それくらい語れない。そして、語っても語っても恨
みが消えないと言っていました。

たとえば傷つけられた時に、語ることで感情が出
てきます。涙がいつばい出てきて、泣きながら語る。
そのことで、恨みが怒りに戻り、怒りが悲しみに変
わる。悲しみは人間にとって全然、邪魔なものじゃ
ありません。ともに生きていくことができます。で

も、性虐待、性被害は、どんなに語っても、恨みが
消えない。残忍な子ども虐待の裏に、どのくらいの
性的な被害が眠ってるんだろうと私は考えてしま
います。

命の危険があるような虐待は、育児ストレス型の
虐待と一緒にしていたら救えません。それはなぜか
を、子どもの虐待防止センターに相談の電話をかけ
てきた親たちが教えてくれました。赤ちゃんが、自
分のもうすっかり忘れてたトラウマティックな体験
を引っ張り出すと言っています。赤ちゃんが叩いたり、
髪の毛を引っ張った時、自分は殺されるのではない
かと思った、と。ちよつとあり得ないですよ。そ
う言われたらふつうは「昔のことでしょ。忘れなさ
い」と返すんでしょうが、本人は忘れていたのに過
去が本人をおぼえていたのです。それがトラウマの
正体のようです。

私たちは、よく「赤ちゃんおぼけ」という言葉を
使って説明します。そこに赤ちゃんしかいないのに、
赤ちゃんの向こうにおぼけを見せよう。フラッ
シュバックが起きるわけです。そうするとお化けを
退治するつもりで、赤ちゃんをベランダから放り投
げてしまうようなことも起きるかもしれないわけ
です。だから、「私は子どもに殺されるような気がする
そんなはずはないと頭ではわかってるけど、怖いん
です」と言われたら、「ああ、そうなんだね。それ
は怖いね。でもいまあなたは大人だから、自分の身
を守ることができるよ」と一旦は受けとめて、「そ
ういう時は別の部屋に赤ちゃんを置いて、ちよつと
離れましょう」と提案する。このように被虐待に
気づいていて、語れて相談できる人は、うちのなか

で離れば済みます。だから、相談しない人、憶え
ていない人の危うい子育てに接した時の支援が難し
くなるのは想像していただけたらと思います。

やっぱり子ども時代は大切です。お母さんが髪
の毛も衣類も自分のことなど構う暇なく疲弊して、
「なんて私は駄目なお母さんなんだろう。他の人は
みんなキラキラしてみえる」と嘆くくらいでちよ
どいいのかもしれない。母親はつらいけど、ほど
ほどに罪悪感もあって、それぐらいの状況のなかで、
子どもたちはわがままを言ったり、母親を困らせな
がら大人になって、子どもを虐待しない親になるん
でしょう。

母親が自信を取り戻せるようくり返しますが、子
どもは、ものすごく悪いですよ。貪欲で傲慢で自己
中心的ですごくわがままな奴なんです。でも、保健
所に行っても、病院に行っても、相談すれば、お母
さんだから愛しなさいとか、お母さんの愛情が足り
ない、子どもってこんなもんだよと言われるかもし
れない。そしたら、この怒りは自分が母親として駄
目なかって思ってしまった。そうじゃないんです。
子どもに対する「こんな大変な子要らない」とか、
怒りとか恨みとかあらゆる感情は、思うことは自由
と知っておくことです。そう思えるってことは、そ
れだけ子どもとかかわってることだから。否定的な
感情も全部含めて、どんな感情も大事にする。でも、
感情をそのまま行動化していいと言っているわけで
はありません。叩きたいという気持ちはコントロー
ルする必要があります。そのコントロールする時に、
ただ我慢しよう、黙って耐えようと頭でやることは
やめようというのが、いまやってる私たちの仕事の

ような気がします。感じていいし、話す心が軽くなるし、しかもあなただけのことでありませんと、私たちは電話相談やグループを通して多くの悩める母たちに伝えていけるのです。

子どもの虐待防止センターの電話相談を出発点にして、MCG（マザー・アンド・チャイルド・グループ）という、母子関係を考える時に自分の親子関係をもう一回、振り返ろうという場ができました。それは簡単なことではありません。だから、話したければ話せばいい。誰からもコントロールされず、批判されず、話すことを強要されずに、主体性をもってそこに座っていると、たしかにお母さんたちは変化していきます。「私たちだけがおかしいのではない」「みんな同じように悩みながらやっている」「まあ、こんなもんかな」と、仲間の話を聴き、自ら語ることで「おりあい」をつけていくのです。いま東京都内では大半の保健センターが、母親のための心のケア・グループをやっています。そこでは、他の人には話しづらいと思う母親たちの悩みが語られています。その語りは本当に多様です。生きて在ることの悩みとも言えます。子どもを育てることは自分の生き方を再度考えることでもあったのです。現代の母親たちは言葉をもっています。たとえ子育て中といえども、それを閉じ込めているわけにはいかないのです。私にはそう思えました。

虐待問題を抱える母のケア・グループが、三角形の下から危惧、軽度、中度、重度、命の危険のある虐待と並んでいるとすれば、児童相談所のグループはその頂点です。重度や命の危険のある虐待をしたお母さんたちが参加してきます。母親たちは、児童

相談所のワーカーには「虐待してないから、子ども帰して」と言いますが、グループでは「帰してほしい」という言葉はほとんど聞きません。「帰してほしい」と言うのは、自分が虐待をしたと認められないから認めると、自分がされた過去の虐待を知ること、語ることにつながって、それが怖いからではないのかと私は思っています。でも、実際にグループに来て座ってみれば、いろんなことを感じ考えることになるのです。

こういうグループをしていて、不思議な体験をすることがよくあります。母と子の関係が変わらないと、このケアの意味を見失いそうになります。私にも怒りが出てきて、もう駄目だと思う。すると、不思議なことに、そこからお母さんたちが変わっていくのです。

もう何年もかけてグループに来て、いまだに施設から子どもを引き取れないお母さんがいました。彼女に一回、「あなたにとって、このグループの意味は何か」と少しイライラしながら聞いたら、「子どもを守ってくれるところだ」と言われたんです。子どもの暮らす施設はとてもしない施設で、子どもはともよく育つてます。たしかに彼女の子には世代間連鎖しないでしょう。我が子を虐待するような母親にはならないと思います。それは、お母さんが自分の問題を自分の問題として引き受けたから。グループに参加を続けるということはそういう意味です。おりあいのつけられない過去の体験をそのまま抱えながら生きていくのに、子どもの未来を自分の病理に巻き込んでこわしてしまわないように、彼女は我が子を施設にお願いして、自分はグループで自分の

テーマに向き合い続けた。そう考えたら、施設から引き取らないことが虐待なのではないわけです。

子どもたちに伝えたいのは、お母さんはあなたを愛してるんだということです。愛しているにもかかわらず、お母さんの何かが病気でそれがうまくできないんだ、と。もちろん、かといってお母さんを許してとは言えません。子どもが未来に安全な親になるには、子どもにとっても親への怒りは大切な感情です。簡単に許さなくてもいいんだと思います。

我が子への虐待を辞められずに悩んでいた母親がいました。ところが、少しだけ子どもをかわいいと言いはじめました。なぜと聞いたら、「気が済んだ」と言いました。グループには通い続けていた母親でした。すると、子どもへの怒りを聞くことをそんなに恐れなくていいんじゃないかと思えます。私たちが支援の限界を厳しく意識しつつ、私たちの今できることとして、母親がネガティブな感情を安心して話せる「人」と「場」を用意することは、子どもを親の虐待から守るための小さいようで大きな一歩になると思います。

何が非行に追い立てたのか 何が立ち直る力になるのか

～「非行」と向き合う親の会の活動を通して～

2016年6月13日

講師：春野すみれさん（「非行」と向き合う親たちの会（あめあがりの会）事務局長）

「非行」と向き合う親たちの会、通称「あめあがりの会」の会員はいま約650人です。全国にも31の会があります。この会は自助グループです。その後、もう一つ非行克服支援センターという、子どもも含め個別の支援をするNPOをつくりました。電話相談や面接相談もやっていて、年間300件から350件の相談を受けています。

非行の中味はさまざまです。大人の犯罪が子どもでは非行ですが、それだけではなく虐待があります。犯罪をする虞（おそれ）があるということです。ただ犯罪を犯していなくても、子どもは裁判所に呼ばれたり、場合によっては施設に行ったりします。少年法は甘いという意見もたくさんありますが、子どもたちにとってはなかなか厳しい法律でもあると思います。また、学校などの規則から外れると、非行だと言われたりします。

少し我が家のことをお話しします。私自身は学校を卒業してからずっと好きな仕事をしてきました。子どもたちは保育所育ちで、元気にやってきましたと思います。私自身も、保育所や学童保育所の父会や、PTAの役員など、やれることは一生懸命やって、忙しいけれど子育ては結構、楽しいと思っていました。

上の子は生まれた時からとても活発でした。自己主張もすっかりして、そのへんが裏目に出たのか、中学校になると目立つ子になっていったようです。生徒会の副会長もやり、部活もやり、勉強も中ぐらいで元気にやっていました。でも、ふと気がついた時には、どうも問題児になっていて、話の内容も変わり、楽しかった話ではなく、むかついた話をいっ

ぱいするようになりました。それで、この子の学校生活はどうなっているのかと思い始めた頃に、お友達のお母さんから、「お宅の子がタバコ吸ってるの知ってる？」と言われました。私にとっては天と地がひっくり返ったくらいで、そこから子どもへの不信感が募り、管理するようになりました。関係も瞬く間に変わり、子どももだんだん開き直って、次々に問題行動を起こすようになっていきました。

そうやっていくと、私自身が学校に足を向けられなくなり、PTAの役員の集まりに行くのがつらくなり、先生に相談したいと思っても避けられている感じがして、私自身が排除され、孤立していると強く思うようになりました。

この時、初めて子育てがつらいと思いました。でも、本で読んだり、講演で聞いた話とは、何の役にも立ちませんでした。朝ご飯をちゃんと家族でつくって食べさせていけば、子どもは非行にならないと言われても、絶対つくって、食べさせて、それでもつらいのは何？と思いました。ご飯を食べさせていないからとわかれば、私のせいじゃないと思える。でも、やれること、やったほうがいいと思うことは、一通りやっているつもりなんです。だから、私という人間に問題があるんだと思わざるを得ませんでした。私じゃなければ夫だと思いましたが、そうするとほんとにつらくて、生きていいんだらうか、結婚したのが、子どもをつくったのが、私が生まれたのがまずかった、という思いになっていきました。

そうして子どもを追いかけ、喧嘩し、我慢し、す

がり、泣き、おだてと、人が考えるようなことはみなやってみました。でも、子どもはどんどん行動範囲を広げて悪くなつていくわけです。そこに、もう一つ新たな試練が起きます。下の子の不登校です。上の子に100%以上のエネルギーを注いで、上の子のことばかり考えているのはよくないだろうとは思っていました。でも、下の子はとても大人しいいい子だったので、「あなたは大丈夫ね。もうちょっとしたらお姉ちゃん元に戻るから待っててね」という思いでいました。

ところが中学校に入って、下の子が不登校になっているのがわかりました。「学校で何があつたの？」と聞くと、「学校行きたくない」とぼろぼろ涙を流すんですね。「もうちょっと早くお母さんに言ってくれたらよかつたのにねえ」と言ったら、「お母さんに言う隙間なんかないじゃない。お母さん、お姉ちゃんのものじゃない」と言うんです。ショックでした。でも、「行きたくなるまで休んでいいよ」と早いうちに言えたので、わりと明るい不登校で済みました。

そんなふうにして二人の子が非行になり、不登校になり、いろいろなところに相談に行きました。でも駄目でした。何が欲しかったかと言うと、同じ思いの人がこういう時、どうしてるんだらうということとです。それで、元中学校の先生や、元家庭裁判所の調査官の方にも協力していただいて、非行の親の会を呼びかけることにしました。最初は、会をつくつたら、どんな誹謗や中傷や攻撃をされるんだらうと、本当に怖かつたです。でも、つくってみたら、全国各地からいろんな方が来しました。うちよりもっと

大変な人たちがたくさん来て、それでもみんな、ちゃんと自分を見つめて、子どものことも愛していた。世の中にはこんなつらい思いをしながらがんばっている人がたくさんいるんだとわかつて、会をつくつてよかつたと1年ぐらいいしてやつと思えるようになりました。

うちの子は結局、高校中退して、トラックの運転手になり、19歳で結婚して子どもを産みました。そのあと、離婚し、再婚して4人の子を20代で産み、いまはトラックの整備工場を夫婦でやっています。下の子は中学校は結局、行かず、サポート校で高校卒業資格を取って、専門学校に2年間通い、自立しました。去年、結婚して、自分たちで生活しています。いろいろ心配もしましたし、いまでも心配がないわけではありませんが、こういう人生もあるんだと思えるようになりました。いまはこの子たちの親でよかつたと思っています。子どもたちもどうもそう思っているらしくて、こんな元気な子どもたちに振り回されたのもやつと終わつていく頃かなと思っています。

あめあがりの会では、いま月に5回、例会をやっています。長い人は泣きながら20〜30分、話したりしますが、概要は本人の承認のもとに『あめあがり通信』に載せています。たとえばあるお母さんは、学校の先生から「身体を張つても夜遊びに出ていくのを止めなくてはいけない」と言われて、その通りに止めたら、息子が興奮し、窓ガラスを割つて自分の手を傷つけ、手の腱が切れるほどの怪我をしたことを話してくれました。その時、「子どもを最後まで見るのはこの親なんだ。周囲の無責任な言葉に

はもう振り回されないようにしよう」と心に決めたそうです。

このお母さんは、中学校の校長室の机をひっくり返したという伝説の人物でもあります。先生たちに囲まれて「お宅の子はね、もう親には見られないでしょ。児童相談所の一時保護所に行つて、そして自立援助ホームに入れたらどうですか」と散々言われ、思い切つて机をひっくり返して、「うちの子に構わないでください」と言つて出てきたと、泣きながら話してくれました。みんな泣きました。なんかちょっと身に覚えがあるんですね。私もそうでしたが、みんな謝つてくるんです。何を謝つてるのかよくわからないのに、すみませんって言う自分を悲しいと思いつつながら、謝つて、小さくなって校門を出ていくわけです。だから、みんなで拍手して、泣いて、がんばつたねって言いました。

でも、このお母さんはその学校の他の保護者からは、「ああいう親だからよ」って言われているに違いないと思います。笑われたり、同情されたりするのは、とてもつらくて大変なことです。一人で子どもを支えるのは本当に難しいことで、仲間や力になつてくれる人がいない限り、命を絶つてしまおうとか、そういう思いになることがたくさんあります。非行の子どもとその家族のつらさは、なかなか理解されていらないと思います。

この『何が非行に追い立て、何が立ち直る力となるか』という本は、子どもの非行を体験した親へのアンケートと、非行をした子どもへのインタビューをまとめたものです。

親へのアンケートでは、「子どもの時どうでした

か」という質問に対し、「子育てが大変で、手のかかる子どもだった」が26.5%。一番多いのは「普通の子でもだった」という回答です。

子どもが荒れ始めた時の対応は、80%近くの人が「厳しく注意した」と回答しました。「しばらく様子を見た」とか、「すぐに諦めた」もほとんどいません。

荒れている時に感じたことは、「早く非行を止めなかった」「子どもの言動を理解できなかった」「親としてどう行動していいのかわからなかった」「子どものことがつねに心配だった」と、大半の人が答えました。みんな心配していて、でもどうしたらいいかわからないのです。

さらに、その時の親の状態を尋ねると、「気分が沈んで憂鬱になる」が「いつもある」と「時々ある」を合わせて97.7%。「泣いたり泣きたくなる」が87.9%。「夜よく眠れない」が86.6%。そして、「死にたいと思うことがある」は、「いつもある」が27.4%、「時々ある」が32.6%、なんと合わせて60%です。

つまり、親たちはほんとに力をなくしている状態です。でも、子どもは鬱々した親が嫌で、もつと荒れるわけで、そんな時、親は死にたくなってしまふのです。この構造を何とかするには、やっぱり子どもだけでなく、家族も支援してほしいと思います。

学校の対応は、「学校に入れることを拒んだ」に「とても当てはまる」が30%以上。「当てはまる」を入れると50%を超えています。また、「子どもが教師の言動に傷つけられた」と答えた方は約70%ありました。

これについて興味深い設問があります。今回、非

行の子を持つ親に、「一般的に、子どもたちが犯罪を犯したり、非行に走る主な原因はどこにありますか？」と聞いたところ「親に問題がある」が71.6%。以下、「学校教育に問題がある」60.5%、次いで、「本人の自覚が足りない」「テレビ、マスコミの影響がある」「社会や一般の大人が悪いから」です。

では、「あなたの子どもの場合は、どのような理由で非行に走ったと思いますか？」と聞くと、「親に問題があるから」そして「学校の教育に問題があるから」「本人の自覚が足りないから」と続きます。

実はこの設問は、内閣府が平成21年度に一般の家庭を対象に調査した時と同じものです。一般の保護者は、「親に問題があるから」が72.7%と同じような数字ですが、次には「マスコミ」「本人の自覚」という順番で、「学校の教育に問題があるから」は11.1%と一番低い回答でした。ここからわかったのは、非行の子どもをもった親は、学校に対して、もっとこうしてくれていたらという思いや伝えたいこと、悲しい経験がたくさんあるんだということです。

このアンケートは親たちの会を通して配ったもので、相談機関については、「非行の親の会に相談した」がもっとも多くありました。不満が残った人や機関についても聞きました。そこでわかったのは機関ではなく人だということです。児相、病院、カウンセラー、警察すべてについて、「よかった」と言う人と「ひどかった」と言う人がいます。だから機関や資格ではなくて、どう親身になってくれたかなんですね。

親の会の例会に参加した人に対して、初めて参加

した時にどう思ったかを聞いたら、「希望の光が見えてきた」「心が軽くなれた」「一人でないことに安心した」「私と同じ普通のお母さんだと思つて安心した」などの回答がありました。例会に出てアドバイスや解答が得られるわけではないですが、同じ苦勞をしながら明るく生きている人がいるとわかるだけでも、すごく安心することだと思えます。

来る人のなかには、昨日、首を吊る縄を買ったとか、気がついたら夜中に金属バットを持つて、子どもの枕元にいたとか、そういう人はたくさんいます。包丁を取り出して、「私を刺さない」と子どもに迫ったという話にみんなで泣いて、やっぱりそういうことは子どもにさせてはいけなないと気づいたり、大きな事件に発展させないで済んだことはたくさんあると思えます。

この本の後半は子どものインタビューです。非行の世界に足を踏み入れたきっかけと、立ち直ったきっかけを、主にまとめてあります。足を踏み入れたきっかけについて、学校でのいじめや教師の対応を語ってくれた子がたくさんいました。たとえば、小学校1年生の時に友達の文房具がなくなり、疑われて、何もしなくても疑われるなら、取つて疑われる方がまだいいと思つて、荒れていったと言う子。中学の部活でのいじめを思い切つて先生に言つたら、「お前がいじめられることによって、チームが團結するから、お前は耐えてくれると思つた」と言われて、大人の考えが全然わからなくなったと言う子もいます。

家族についてもみんな、いろいろと苦しんでいます。両親が喧嘩して嫌だったとか、家事の役割分

担を厳しく決められていたとか、習い事を次々とさせられたとか、家が居場所でないと感じていた子が何人もいました。

立ち直ったきっかけは、見捨てずにいてくれる家族を実感したというのがとても多かったです。ある子は、少年院まで行ったのに親がまだ見捨てずに手紙をくれて、本当に大切にしくちやいけないうのは家族だと気づいたと言っていました。

インタビューした子ども42人のうち24人が、少年院を出た子でした。2回以上入った子も複数いました。また、虐待を受けてきた子、情緒障害児短期治療施設に入っていた子もいました。そういう子の心の傷は、とても深く、ここまで命がけで生きてきたんだなど感じました。

なかには4回、少年院を経験した子がいました。この子は、学校でもつらい経験がたくさんしているのですが、一人の先生についてすごくいい思い出もっていました。次のようなことを語ってくれました。

中学校時代、他の先生が「帰らせろ」「もう来させるな」と言うなか、担任の先生が「お前が自分の足で、誰かに無理やりやらされてるんじゃないかって、学校に来てるんだったら、受け容れるのが俺たちの仕事だ」と言っていて、職員会議でも喧嘩になるくらいかばってくれた、と。でも、この子はそのあと4回、少年院に行くわけです。じゃあ、この先生の努力は無駄だったのかと言うとそうではなくて、何年かのちに立ち直るうえで、この先生の存在が彼の心のかで生きてるんです。そして、何度も何度も後押しをしてもらっている。

だから、子どもは可塑性があるので、すぐ目の前でよくなっていくと言う方もいますが、そんなに単純じゃない。すぐに結果は見えない、何年も先かもしれない、自分が死んでからかもしれないけれど、いまかかわっていることは必ずあとから生きてくると思います。

この男の子は少年院に4回入ったことについてもこう言っています。「他の奴だと一回で100%なんだけど、僕の場合は一回で25%ずつしか気づけなくて、4回かかっただけなんです。その過程がないと、いきなり4回目の少年院に入ったところで、僕は更生しなかったと思う。未熟だったから、段階が必要だったと思うから、僕にとってはそれぞれが必要だった。一個でもなかったら、いまの僕はなかった気がする」。彼の成長を実感して感動しました。

最近子どもであっても、大人と同じ罰を受けるべきだと厳罰を望む声があります。でも、私はそういう流れにはとても違和感をもっています。子どもたちは、いい出会いやいい環境、いい教育があれば、必ず立ち直ります。インタビューでも、罰を重くしたら非行をしなくなるって答えた子は誰もいませんでした。そうではなくて、自分でも生きていたら誰かの役に立てる、生きていく意味があるという自己肯定感があれば、生きていけるし、前向きになっていけると思います。子どもへの罰を重くすることが抑止力だということであれば、誰にとっても生きにくい時代になっていくんじゃないかなと感じています。繰り返ししますが、この調査研究のなかでも、立ち直りのきっかけや力になったのは、自分に正面からかかわってくれた大人や、見放さなかった親や家族

でした。

私がこの活動を始めて学んだ一番大きなことの一つは、もうお終いというラインはないことです。15歳で子どもを産んで元気に育てている子もいますし、薬物をやって立ち直った子もいます。回復施設で回復しようと努力してる子もいますし、それを支えている家族もいます。生きていく以上、お終いはないのです。でも、子どもはお終いだと言われると、その通りに受け取って、「俺の人生、もうお終いなんだよ。どうだっていいんだよ」と思ってしまう。突然反抗するようになった子どもの相談に精神科に行った母親が、先生に「その子の将来はもうないですから、その子のことは諦めて、他の人でみんな元気に暮らしてください」と言われたそうです。その人は、どうやってその子と心合しようかとずーっと考えながら帰ったと、泣きながら言いました。これは、励ましてるように聞こえるかもしれませんが、「その子はお終いですね」と言われてしまったのです。お終いだと言われたら、生きていく意味がないということになります。

ある少年が、大人には、「子どもに理解させようとする大人」と、「子どもを理解しようとする大人」の二通りがあると言いました。子どもの問題に対して自分のこととしてとらえ、理解しようとする大人になれるよう、私も努力していきたいと思えます。

相談現場再現の試み

～アサーティブな出会い方を目指して～

2016年10月31日、11月21日

講師：松田 知恵さん（心理カウンセラー）

松田知恵さん（心理カウンセラー）をお招きし、「相談現場再現の試み～アサーティブな出会い方を目指して～」というテーマで2016年10月31日と11月21日に相談員研修会を開催いたしました。

今日は、相談現場の中で何が起きているのかをアサーティブとロールプレイを使って開いて見てみたいと思います。相談で大切なことは、1. 安心安全の場と時間の提供 2. 情報提供 3. 受容と傾聴 4. エンパワー今までのとらえ方・やり方・価値観などの承認・力づける 5. その人の枠組みの変化、揺らぐ体験 思わぬ発見と広がり

アサーティブトレーニングとは、自分も相手も大切にするコミュニケーションのことです。1. 自分のパターンに気づいてみよう 2. ロールプレイを使ってみる 3. 自分は相手を演じてみる 4. 誰かに自分をやってみよう 5. 今回は相談場面に限定してやってみようというところでやってみましょう。

そして、「I（私）」メッセージと「YOU（あなた）」メッセージが重要です。私を主語にして言い換えていく。同じ話を繰り返し聞いていくとき。

「私」は解決できませんが、お話しうかがいます。↑相手は傷つかない

「あなた」の話はおかしいです。↑相手は傷つく

過去の体験で危険なコミュニケーションがあったとき、それ以降NOと言えなくなってしまうとしたら、お話ししているうちに「あれはあの時だけのこと。これから違う。」と転換していければいいけれど、重しとなって未来永劫そういうコミュニケーションしかないと思ってしまう。他者に自分の経験を打ち明けるのは大変なことです。語ったことにより、傷ついた経験があれば、なおさらです。ですから、安全に受容的に傾聴し、エンパワーメントすることが必要です。コメントやアドバイスはいりません。話すことでマイナスにならないことがまず大事です。持っていた重しを話すことで少し軽くなればよ

いのです。

繰り返し語っているとすれば、聞き続けることのプラスとマイナスを考えると、相談員はたった一人で抱えてきた重しを繰り返し語ることで軽くなり、現実に向き合えるようになればよいのです。しかし、語るストーリーが固着してしまい繰り返し語り、肥大してしまう場合もあります。言いつのつてやめられない場合です。

ロールプレイ1

同じことを繰り返し語るAさんと電話相談員

◎ストーリーが拡大しないようそのままの形で抱えられるようにサポートする。

Aさんの背景…弟との確執。母親は弟を溺愛していた。母親を近年亡くした。母親は弟を生んで間もなく離婚。母親は自分に父親の悪口を聞かせるとともに、あなたは父親に似ていると言われてきた。相談員は安全に受容共感してきた。

Aさん…母親は弟を可愛がっていました。私は父親の悪口を聞かされ、あなたは父親によく似ていると言われていました。私は母に気に入られるようにいい子でずっといました。

松田さん…語っている感じはどうですか？

相談員…Aさんは辛くて消え入りそうに、不安そうに話されます。

松田さん…何度も繰り返し語り、それをどう思っていますか？

相談員…Aさんは弟との確執はどうしてもいやなのだけれど繰り返し語りたいようです。

松田さん…手放せないくらい繰り返し語りたいのですね。母は憎い夫の面影を見る娘にはつらく当たってきたのですね。

相談員…Aさんは母親がなくなる間際に言った「お前と一緒にくらしたい」ということはうれしかったようです。

松田さん…何度も語っているけれど、過去のとらわれは変わらず現在に至っている。

相談員…少しずつ現在のことも付け加わっています。

松田さん…安全にかかわることによって、過去のことでも身動きできなくなっている。ドラマチックな出来事として、数年前には母を看取った。過去にとらわれながらも、少しずつストーリーが変形し、安全にサポートされている。相談員…Aさんの弟は普通に家族もあり暮らししている。私は一人暮らし。

松田さん…うまく言語化できていないかもしれないが、弟と自分とのギャップを感じている。現在の確執に着目し、今後を考えていることは、聞いてきたことで着実に未来に進んでいる。

相談員…ずっと同じ話を繰り返し語っていると思っただけですが、母の死ぬ間際の言葉をうれしく感じていることも含め、進んでいくことが分かりました。

Aさん…「あなたは結婚もできないわね」と言われたことで私は結婚できないと思ひ込んできた。

松田さん…お母さんが結婚できないと言ったから結婚できなかった。現実を母のせいと結びつけている。相談員は「そうなんですね」と受け止めてきたことで今まで過去〜現在〜未来を行ったり来たりできている。

相談員…Aさんは「電話をしているときはいいのだけれど、電話を切った後言い知れぬ孤独感があるのです」と言っていました。

松田さん…電話を切った後、さみしさやむなしさがあった、もうちょっと何かほしいと感じている様子ですか？具体的な相談には乗ってくれない。

相談員…そう思います。

松田さん…具体的な相談にのれるわけでないし、Aさんにはさみしい現実があると言ってみましょう。

Aさん…お話しを聞いていただいているけれど、電話を切った後さみしいのです。

相談員…何もできないけれど、お話し聞くことができますので、電話してみてください。

Aさん…70%の満足感しかない。実際に一緒に過ごせる人を見つければ100%になるのだから、一人ぼっちの寂しさは解決できないです。

松田さん…堂々巡りでいいのだろうかと思っていたが、今まで話しあったところで、今までずっと付き合ってきたし、70%満足であることを考えると、相談員としてはいいように思いませんか？両者が納得して70%であるなら、実は85%OKになると思います。

Aさん…今まで尽くしてばかりで何だっただろうと思います。相談員…本当にそうですよ。

Aさん…電話を切った後さみしくってね。分かります？相談員…さみしさが分かって、私もそのあと気になつていたりします。

Aさん…そうなの？気にしてくださいのね。相談員…またお電話くださいね。お待ちしています。

松田さん…今後同じことの繰り返しになったとしても、ライフイベントの中のこれだけは聞いてほしいということがある、それは聞いていいのだと思えました。特に電話で信頼関係を続けていけることはすごいことです。

100%のサポートはできないけれど、70%ではいきますとあります。それでいいのだと相談員が思えることが大事です。相談員の自尊心が低いと苦しくなります。

言っても、言っても、もっと言いつつたくなる。分かってもらえない飢餓感が伝わってくるようでしたら、さえる練習をします。その違いは大きいです。課題がどんな大きくなるようならば、その場合は現実に近づけていくようにトレーニングしています。最低限同じ大きさのまま続けていき、収束させていく方向を目指します。

ロールプレイ2

50歳の男性 脳梗塞で倒れて休職中。仕事に戻りたいが、まだ不安。傷病手当で現在は暮らしている。リハビリ中。復職プログラムで相談員と面接をしている。つかみどころがなくやる気が見えない感じ。気持ちを通じ合えないし、話が進んでいかない。聞かれたことにしか答えない。

相談員…お疲れ様でした。今日はリハビリどうでしたか？Bさん…変わらないです。

相談員…そうですか。生活で困っていることはないですか？

Bさん…別にいいです。

相談員…お食事はどうされていますか？

Bさん…食べています。

相談員…ご自分で作っておられるのですか？

Bさん…買っています。

相談員…スーパーストックとかコンビニとか？

Bさん…駅も近いです。そうですね。

松田さん…Bさんはどんな気持ちですか？

Bさん…嫌な気持ちはなくて、聞かれるのはうれしい感じがします。踏み込まれたくないのと聞いてほしいのと両方の気持ちがある。カッコ悪いことは言いたくない。さらしたくない。

松田さん…みつともなさや情けなさは言いたくないなさそうですね。会社に戻れるのかどうか、会社任せで、積極的に戻る気はない。型どおり面接を受けているだけならば、相談員はむなしいですね。共同作業にはなっていないです。

相談員…今のままで生活されていて大丈夫ですか？Bさん…大丈夫ではないですけど…（自分で考えなきゃならないのだな…）

松田さん…沈黙の効用を使いましょう。相手に何とかしてもらうことに慣れていく。だから、Bさんに押し付けてもらうことなく、相談員が引き受けるのでもなく、二人の間に置いてみる。三角技法です。視線を二人の間に置く。

相談員はまっすぐにBさんを見ているけれど、Bさんは視線をちらりとみられるけれど、すぐに外し、相談員には向けない。相談員も忍耐力をもって視線をはずし、沈黙する。

相談員…大丈夫ではないのです。大変ですよ。

松田さん…大変さを共有し、一緒に作戦を練ろうかという瀬戸際です。温かいけれど質問せずに呟いてみる。

相談員…しんどいですよね。

Bさん…しんどいがないです。（無力感。どうしていいかわからない）

相談員…どこから手をつけたらいいのでしょうか。（視線は外したまま。二人の間に置いておく）

記録…西岡由香里

■ ホームページリニューアルと会員団体リンクのお願い

民相連のホームページがリニューアルしました。研修会のお知らせや活動予定などを随時掲載しています。また、この機関誌「そうだん」のバックナンバーも掲載していますのでぜひご覧ください。

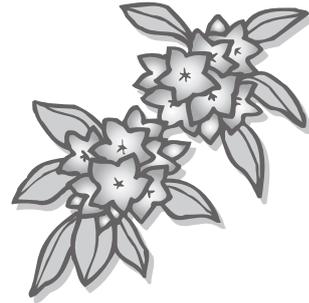
さらに、会員相互の交流や情報交換の意味で、会員団体の紹介ページも新設いたしました。会員団体の皆様にはぜひリンクをお願いいたします。ご協力いただける団体様は、以下についてお知らせください。

- ・ 団体名
- ・ リンク先のURL
- ・ URLのない場合は、連絡先（所在地・電話など）

下記宛てに送信くださるようお願い致します。

E-mail : info@minsouren.org

または sugimoto@izoku-center.or.jp



◆ 民間相談機関連絡協議会とは ◆

地域において相談活動を行う民間の機関・団体は多数存在し、その行う領域は多岐に渡っています。

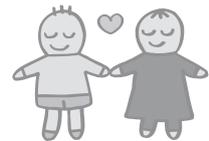
しかし、近年の社会経済情勢の変動にともない寄せられる相談内容も多様化・高度化しつつあり、各々の相談機関だけでは解決しきれないケースも増えてきていると思われ、他の機関・団体との連携した取り組みが必要となっています。

そこで、都内に所在し、相談活動を行っている民間相談機関・団体を中心に相互の連携を深め、ネットワーク化を図ることを目的として平成9年に民間相談機関連絡協議会を設立しました。

◆◆◆ 会 員 募 集 ◆◆◆

民間相談機関連絡協議会では随時団体及び個人会員の入会を受け付けております。問合せは下記宛てをお願いいたします。

E-mail : info@minsouren.org



— そうだん — に関するご意見・ご感想などを是非下記宛てにお寄せください。

■ 民間相談機関連絡協議会 ■

東京ボランティア・市民活動センター メールボックス 60番

〒162-0823

東京都新宿区神楽河岸1-1

F A X : 03-3235-0050

