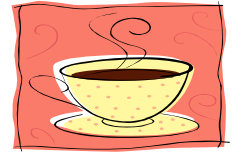


いっぷく会便り



〈4月号〉平成29年4月1日発行

NPO法人 KHJ全国ひきこもり家族会連合会 静岡県「いっぷく会」

会長 上杉 博美

「いっぷく会」のホームページ <http://ippukukai.com>

3月例会のご報告

3月の例会は、3月12日（日） 静岡市番町市民活動センターで開催しました。

◆準備会 10時～

17名の参加がありました。

まず「いっぷく会便り3月号」「総会後の懇親会案内」を入れて、参加者への配布、欠席者・関係機関への郵送作業を行いました。そして、いくつかの報告事項、打ち合わせ事項について話し合い、あとは昼食を摂りながら楽しい歓談の時間を過ごしました。

場所も例会場と同じですので、弁当持参ですが、少し早めに出かける感じで参加してみてください。

親の居場所でもあります。楽しい時間を共有しましょう。

◆例会 13時15分～16時50分 参加者30名（初参加5名含む）

◇連絡事項

①3月18日講演会案内 ②グループカウンセリング 満員になりました。

③個別相談会 25日1枠のみ空きあり ④4月総会後の懇親会参加呼びかけ

⑤赤い羽根共同募金からの助成金29年度も決定した。（30万円）参加費の軽減をはかりたい。

◇連続学習会 13時30分～16時50分

テーマ「社会への参加と今後の課題」

講師；SCS カウンセリング研究所

カウンセラー・臨床心理士 梶田 智彦先生



①はじめに

以前にもお話を頂きましたが、あるきっかけからひきこもりも経験し、そして30歳を過ぎてから大学に入り「臨床心理士」を目指すことになった経緯などをお話いただいた。母親が研究所の代表をしており、ひきこもりからの回復を目指して取り組んでいる「無条件の肯定的関心」など、そのSCSでのやり方を実践してくれたことが、ひきこもりからの回復に繋がったという話でした。

又、ひきこもり問題について学術的な研究も進められているが、現場での対応にはまだ課題が多いようです。

②「幸せ」とは・・・

まず、二人が組になって「幸せってどんなものか？」「どんな時に幸せを感じるか？」話し合った。健康である時・達成感を感じた時・思ったことが実現した時・不安のない時など色々な意見が出された。東大教授の安富歩氏の著書「生きる技法」を紹介し、「幸せは手に入れるものでなく“感じるもの”」ではないか。親は親の概念、価値観で、これで幸せであろうと当てはめても、彼らがそれを達成した時に「ヤッター！幸せだ」と感じなければ幸せではないのです。そして幸せだと感じてなければ不幸だということです。

一方で「自立とは人に依存すること」とも言っています。頼る人が少ないとそれは「従属関係」になってしまうが、だから、色々な人に助けを求められる人間の方が良いという論理性です。

「幸せとは感じる（ヤッター！と）ものだ」ということを念頭において今日のテーマに入っていきます。



連続学習会は「赤い羽根共同募金」の助成を受けて運営されています。

③社会への参加（社会の変化する中で・・・）

人工知能が仕事を奪ってゆくような現在の世の中で、どこかに就職すればこの子は幸せだろうという親の価値観がもう古いと言えますね。時代に遅れていると言えます。ひきこもりの子はパソコンが得意な子が多いです。それが職業になってゆく時代がくるだろうと考えられますし、ネットを活用したビジネスも多く出ています。

「9時～5時勤務してなんぼ給与を稼ぐ」というのが幸せであった親の時代とは変わっているということです。

別紙「朝日新聞記事」を見て、新しい働き方が起きている（東京から地方への仕事の再配分が起きているという事例）ということ。こういう生き方がスタンダードの一つになってくるというものでした。人間でないとできないという仕事もあるということですし、新しい生き方が出てくるということです。それは「幸せは感じるもの」だから本人がどう感じるかが一番大事なことということです。

④今後の課題

ひきこもりの青年たちに一番必要なものは「希望」です。「生きていていいんだ」という「希望」です。それを土台にしていく必要があるのです。

そして、子どもは親の枠組みを越えられないのです。だから新しい色々な生き方があるということを親が勉強しておかないと駄目なのです。これについても両親の足並みが揃っていると回復が早い傾向があります。

外への欲求が出てきた時、親がどれだけカードをもっているか（就労支援、高校・大学にも色々なものができてきています。）足を運んで集めておくことが求められます。

更に不安になった時に、寄り添ってあげる（おせっかいはしなくてよいが）助けを求めてきた時にちゃんと応えてられるかどうかで、社会参加への定着というものが変わってくると思います。

⑤どこまでいっても大切なもの「マズローの欲求階層説」

いつも話しておりますが、これの理解をしておくことは重要です。

人間の欲求は5階層のピラミッドのように構成されていて、低階層の欲求が満たされると、より高次の欲求を欲するというものです。そして、下の欲求がすべて満たされないと上の欲求に進めないということです。

⑤自己実現の欲求（私は私であっていい、夢をかなえたいということ）

④承認の欲求（認められたい、役に立ちたい、尊敬されたいということ）

③社会的欲求（集団に所属したり、仲間が欲しくなる、人と接すること）

②安全安心の欲求（精神的に安心、家が安心安全でいられること）

①生理的欲求（食べる、寝る、排泄するなど生存すること）

①の欲求は、現在の日本ではまず満たされると思いますが、②の安全安心の欲求です。

不登校の生徒のカウンセリングもしていますが、父母が協力して「安全安心の環境」をつくってゆくと戻るタイミングがあり、外に出て行きたいという芽が出てきます。

「安全安心の欲求」を満たすことが最初の一步です。

「無条件の肯定」；自分も友達を亡くした時、絶望的になったが、色々な要求に対して、母が無条件で肯定してくれたことが、気持ちが落ち着いて立ち直るきっかけになった。

無条件の肯定というのは、「あなたの話を聞きますよ」「あなたはそこに存在して良いですよ」というサイン。このサインのために無条件の肯定をやってもらっているとんでも過言ではないのです。

「安全安心」のベースになるものです。是非とも実行してみてください。

概略こんな学習会をして頂きました。ありがとうございました。

◇グループでの話し合い

「あなたは子どもを幸せにしていると思いますか」をテーマに、4つのグループに分かれて話し合った。



5月例会のお知らせ

日時：平成29年 5月14日（日） 13:15 ～ 16:30

会場：静岡市番町市民活動センター 2F・大会議室

<連続学習会テーマ>

『親の生き方・子どもの生き方』

(講師) 人間関係と心の相談舎 代表 菊池 恒 先生

(参加費) 今年度も、赤い羽根共同募金からの助成金交付が決定致しましたので、一家族、ワンコイン! 500円とさせていただきます。
初めて参加される方は、体験日として無料で参加できます。
当事者の方は、いつでも自由に無料で参加できます。

尚、当日10:00より例会準備会を同場所で行っています。会報の発送作業や家族同士の歓談などを行っています。家族、当事者の方などどなたでも参加できます。むしろ、来ていただく方が多いほうが準備の都合上助かります。例会時とはひと味ちがった雰囲気、気楽なお話も出来ますよ。また、居場所として活用するのもひとつの方法です。是非、皆様のご参加をお待ちしています。

体験記をご覧ください

元ひきこもりの当事者であった富山雅広さん。数年間「いっぷく会」の例会の運営にもご協力を頂きました。現在は、ひきこもりの子ども達の回復への支援をしたいと「ひきこもりスクール」を主宰しています。
その富山さんが、自らの体験を皆さんに知って欲しいとの思いで体験記を寄せてくれました。今月の便りの別冊として印刷し添付しました。どうぞご覧ください。

赤い羽根共同募金の助成金が決まりました

平成 29 年度の連続学習会に対する助成金が交付されることになりました。年間 30 万円です。
毎月の学習会には、講師料、会場費などの費用がかかるために「参加費」として負担をお願いしておりますが（基本的にはお一人 1500 円、ご夫婦で 2000 円）、この助成金の活用により、平成 29 年度の参加費は「一家族 500 円」に軽減させていただきます。
3 月の学習会の中でも出てきていますが、ひきこもりからの回復には、両親の足並みが揃っていると回復が早い傾向にあると言われております。
是非とも、両親揃って学習していきましょう。

訃報

長年にわたり役員をしていただいた 鈴木良隆さん（現在副会長）が 3 月 29 日急逝いたしました。（満 65 歳です）誠に残念でなりません。
長年のご功労に感謝申し上げますとともに、謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

初めてご参加の方、初回は体験として無料です。
その後よろしければいつでも入会手続きができます。
年会費は 6000 円で、出席した時には参加費のご負担をお願いします。
その他、いっぷく会へのお問い合わせは事務局までお願いします。

事務局 電話・FAX 054-245-0766 担当 中津川