

# いっぷく会便り

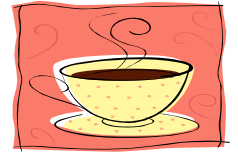
〈9月号〉 令和元年9月1日 発行

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 中村 彰男

「いっぷく会」のホームページ

<http://ippukukai.com>



## 8月例会のご報告

8月例会は、8月11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～

当事者を含めて18名の参加をいただきました。まず「いっぷく会便り8月号」「9月の個別相談会案内」を入れて、出席者への配布、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、打ち合わせについて話し合い、あとは昼食をとりながら楽しい歓談の時間を過ごしました。弁当持参ですが、どなたでも例会に少し早めに出かける感じで参加してみてください。都合のつく時間からでも構いませんので、是非とも楽しいゆっくりとした時間を共有しましょう。

◆例会 13時15分～16時40分 参加者41家族47名参加（非会員1名、初参加6名含む）

### ◇連続学習会

テーマ「ひきこもり、ニート、不登校の回復は親次第」

講師 SCSカウンセリング研究所 代表 梶田 宏子氏



皆さん、今日のテーマをどのように思いますか？

まず「本人を治療しないと駄目でしょう」初めての方はそう思いますよね。少しハードかもしれませんが、私達はこの問題に取り組んで約30年経ちます。はじめは「本人を治療対象」にしていたのですが、驚くべき現象が起きました。こういうことになる人は、感覚も頭も良いのです。感受性も豊かで表面は控えめ、このような人は感じます。大人の言葉を借りれば、小さい時から「付度」するのです。こう言ったら誰かがいじめられるなどと。資質は豊かなのです。そして豊かな子どもたちが行き詰まってしまった結果なのです。

この子は、わが家の重要なセンサー役をしている大切な子どもだと・・・認識されたらそれで良いでしょう。仏壇、神棚、本人で見ると、何よりも重要な警鐘を鳴らしてくれている重要な存在がこの子たちなのです。

「親次第」というのは、本人治療として長年やってきて失敗もし、心理学とか精神医療からでは図りきれない対応を求められているということです。

この子のやっている事には、どんなことでも「わけがあるんだ」と思ってみる。それには親自身が、能力の高い子どもより、またそれに対応できる能力を備えていかなければいけないということです。そして親の成長により子どもが回復してくるのです。

最近も悲惨な事件が起きていますが、親が学習して対応していれば起きなかったことだと思います。いじめられること、すごくみじめで、恐怖なのです。子どもの世界で、やさしい人、抵抗しない人は色々と追いつめられるんです。仕事でも、「あいつ弱いな」と思われたとき「これもやれ」「あれもやれ」させられたりします。人間はそういう動物でもあるのです。それを押し返す位の抵抗力を備えていないと大変です。

持ち前の能力が回復してくるためには親の対応が、特に「無条件の肯定」が必要になります。

SCSにおける多数の事例を紹介しながら、それに対する親の対応について話を頂きました。

回復までに何年もかかる事例は多いです。親が学習して見守り続ける。子どもの変化、成長に沿って親が常に成長する必要があります。

あるお母さんがすごかった。何を言われても、何をやられても「このお母さんバカじゃないの？」と言われるくらい徹底的に対応した。「俺もう大丈夫だから講座やめてもいいよ」と言われたが16年かかっていた。また、学習を続ける中で、親自身の生き方を変える必要がある事に気づいて変わっていったこともあります。それによって本人も変わってきているというケースもたくさんあります。

本人の変化として「長時間の睡眠をとる」があります。親に安心ができると出てきますね。その後「悪夢」が出てくる。かなりの悪夢らしく「ギャーと叫んだりする」ことがあります。こんな時に「どうしたの？」と聞きたくなるが「私を呼んだか？」位が良いです。また、自分の叫びで目が覚めたということもあります。

「やけ喰い」などで太ることもあります。全部回復へのはじまりです。

それと、SCSで指摘しているのは「幼児返り」です。すごく重要です。親が変わりだしたときに、親の取組の質が良い時に出てきます。「この子は小さい時から無理してきたんだな・・・」と無条件に受け入れて下さい。

ある高齢のお父さん。「お久しぶりです。今日は感謝と報告とお詫びに来ました」と来られました。父親講座に参加してた方。誠に厳しい状況の子でしたが、覚悟して取組もうと始めた。親があてになると思うと動き出し、回復に向かってきた。参加して良かったという感謝、子どもと自分の経過報告。そしてお詫びは？「親が対応していけば必ず回復します」と言われていたが「内心では疑ってきた」ことのお詫び。

このように「親が変われば」の事例をたくさん残してくれています。必ず変わってきます。いっぷく会も長年にわたり、この思いのもとに学習を続けておりますので、皆さん継続して取り組んで下さい。

親の変化を子どもが感じた時に回復への動きが始まります。一緒に歩んでいきましょう。



#### ◆講話 静岡県精神保健福祉センター所長 内田勝久氏より

静岡県ひきこもり支援センターでの面接相談を受けた方の変化を考察した結果を報告いただきました。

平成25年～27年度に静岡県ひきこもり支援センターの面接相談を複数回（2回以上）受けた「親のみ」、又は「親と本人」156のケースについて、どのような変化があったか「評定尺度」をもって比較検討した。最初は、親の「家庭内の焦り・不安が高い」傾向がみられたが、相談後は「親の余裕・安定」「家庭内の緊張軽減」「本人との関係改善」などの効果が生まれている。

これらから「継続面接は効果がある」「親だけの面接でも有効である」「どんな年代でも、親面接、本人への働きかけには意義がある」支援活動を通じてこのような結果がまとめられました。

今日の学習会にもありました「ひきこもりからの回復は親次第」支援センターでの調査でもその有効性が確認されています。どうぞ継続して学習して取り組んで下さい。

今日は、そのことをお伝えしたくて参加させていただき、お話をさせていただきました。

## 「いっぷくサロン」 気軽にお出かけください

いっぷく会は、ひきこもりの当事者を抱えた家族会（主として親）です。

ひきこもりに関する学習、情報交換、交流などを行っています。

下記の時間にはサロンを開いていますので、会員はもとより一般の方も気軽にお寄りください。

当日の当番者が応対させていただきます。

各種情報もありますし、多少のご相談にも応じられますので是非ともご利用ください。

オープン：毎週火・木曜日 午後1時～4時（但し、祝日、年末年始は除く）

場所：静岡市葵区一番町50番地 静岡市番町市民活動センター2F  
KHJ 静岡県いっぷく会 事務所内



## 投稿をいただきました（会員Hさんから）

「柱のきずはおととしの5月5日のせいくらべ〜」これは童謡「せいくらべ」の一節。

そんな何となく「幸せなきず」もある一方で、トイレのドアが壊れていたり、壁に穴があいていて、これを隠すようにカラーの板を張り付けたり、中にはむき出しのまま穴の開いているところもある、ガラスも割られたっけ・・・思い出すね。

ああ我が家にも色々なことがあった。昼夜逆転、大声を上げる、壁に怒りをぶつける、近所の音がうるさいという、部屋はまるでゴミ屋敷、などなど色々ありました。

それは15年位前のことでした。一人暮らして仕事をしていた息子が、ある日「家に帰りたい」という。どうするのかな？ と思っていたら、その日から部屋にこもった生活になった。

そんな息子も今は40代に入った。

戦前生まれの親としては「怠けている」としか思えず、世間体のこともあり、とても恥ずかしいこととしか思えませんでした。そんな生活が数年続いてから「いっぷく会」という家族会がある事を知った。恐る恐る出かけてみた。

あれ、「わが家と同じようなことが他所の家でもあるんだ」とはじめて知った。

学習をはじめてから、自分達が今迄やっていたことが全く違っていったことや、どのような対応をするか教えていただいた。更に同じ環境にいる人達に（親同士）話を聞けることがとても新鮮で助けられた思いがあります。今は問題もなく、光が見えてきた。

8月の例会は「回復は親次第」とSCS 榊田先生にお話を頂きましたが、そのテーマを知った県精神健康福祉センター内田所長が「そうだ！」と、ひきこもり支援センターの面接相談利用者の考察をお話に来てくれたと伺いました。

また、SCS カウンセリング研究所榊田智彦氏著書「親から始まるひきこもり回復」の冒頭

「ひきこもるわが子をしっかりひきこもらせ、助言や強い働きかけを一切やめ、“親がちゃんと聴くこと”に取り組めば、ひきこもりの問題は必ず解決・回復の方向に向かっていきます」とありました。親自身の生き方などにもとても役立つと思います。続けて学習していく決意をしました。



## 「個別相談会」のお知らせ

日時：令和元年 9月20日(金) 9:30 ~ 21:00 小会議室  
21日(土) 9:30 ~ 21:00 大会議室  
22日(日) 9:30 ~ 12:00 小会議室

場所：静岡市番町市民活動センター 2階

(カウンセラー) 「人間関係と心の相談舎」代表 菊池 恒 先生

相談時間 1家族=50分 80分 110分の各コース(会員限定・有料)  
お申込み・お問い合わせは TEL・FAX 054-245-0766(中津川)まで

## 10月例会のお知らせ

日時：令和元年 10月13日(日) 13:15 ~ 16:30 (受付 13:00~)

会場：静岡県男女共同参画センター「あざれあ」5F

<連続学習会テーマ>

『義務で働く? 幸福感で働く?』

講師：SCSカウンセリング研究所 カウンセラー 長島 俊行氏

※事前の参加申し込みは必要ありません、当日会場へお越し下さい。  
<参加費>1家族 ワンコイン! 500円、初参加の方、当事者の方 無料

尚、当日10時より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。例会時とは一味違った雰囲気、気楽なお話もできます。また、居場所として活用するののひとつの方法です。是非、皆様のご参加をお待ちしています。

## 《会長コラム》

早くも9月。毎年8月は、15日を前後して先の戦争にまつわる特集が報道されるのが常ですが、今年は特にその傾向が強かったのではないのでしょうか。元号も変わり、実際に戦場に駆り立てられた方々、空襲に逃げ惑った方々は、今後5年10年で確実に消え去って行く現実に迫られたためでしょうか。それとも一つ、また再びあの時代に戻りつつあるのではないかとの漠然たる不安のなせるわざなのであろうか。幸いなことに私たちの世代は、敗戦後70年戦争と無縁な時代を過ごすことができました。これは世界の歴史上稀有なことであり、何よりも310万人とも言われる先の戦争で殺されていった同胞の魂の見守りのお陰であります。いつもいつも思います、どれほど悔しかったでありましょう、傲慢で愚かな指導層に操られた結果の戦争であり、その多くが餓死・病死であります。そう言えば今も世界の主要国、変な指導者のオンパレードです。この国も然り、子供たちが孫たちが塗炭の苦しみを味わうことのないよう、私たちの世代に課せられた責務はまだまだ重いと考えます。

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

E-mail : [ippuku-kai@outlook.jp](mailto:ippuku-kai@outlook.jp)