

やいろ鳥の会月例通信

2023 年 3 月 Vol.198

HP : <http://khj-yairo.org/> E-mail : ja5cin@arion.ocn.ne.jp Tel 090—3184—8109

ピアサポートセンター Tel 088—881—6301 居場所といろ Tel 088—881—2350

●やいろ鳥の会の法人化について

令和 4 年になってから役員体制を刷新して法人化に向けて準備をしてきましたが 1 月の役員会で路線の違いが表面化して 3 名の役員が退会しましたので、法人化に必要な理事の人数が足りなくなり現在法人化の作業は中断しています。今まで準備したことは今後もそのまま活用できるので無駄にはなりません、ひきこもり支援に対する考えを役員で再確認することになりますが、やいろ鳥の会の活動には影響はなく今まで続きます。

法人化しなくてもやいろ鳥の会に入る補助金の確保はできますしピアサポートセンターの事業は継続されますので心配はいりません。

●高知ひきこもりピアサポートセンターの最近の活動について

開設以来 2 年 11 か月になり、県下での知名度も上がっていると思います。訪問支援や出張研修の依頼、地域家族会への関わりなども遠方から依頼が入るようになり、ピアサポーターの忙しさが増えています。あなたもピアサポーターの認定を受けてピアとして活動に参加してみませんか。当事者ピア、親ピアとしての支援スタイルがあります。

県下各地でひきこもり支援の研修会をしています、支援者の方々でもひきこもりの経験者との意見交換は初めてだという人が多く大変喜んでもらっています。各市町村でもひきこもり支援が広がり家族会や居場所の開設などが進めば県下 6000 人と推定されるひきこもりの人にとって利用可能な支援体制の充実になって行くと思います。

●長いひきこもりの中で学んだこと

ひきこもっている人にとって何が嬉しい事でしょうか。食事やゲームも楽しいですが今の自分の生きづらさを誰かに分かって欲しい、苦しさを聞いて欲しいというものがあります。子どもがひきこもると親は焦って何とかしようとしませんが、その何とかする中には子どもの生きづらさを理解する、話を聞くという事は含まれているのでしょうか。

よく言われるのはひきこもっている人を変えようとしてはいけない、あるがままを受け止める。そこから信頼関係を作っていく。そのためには当事者の話を聴くという所からスタートします。そのためにも傾聴の腕を磨いておくのが良いでしょう。令和 5 年度も傾聴演習の親講座を計画しています。



2 月 7 日土佐市社協での研修会

私もそうでしたが、子どもがひきこもることで将来のことを考えて不安に襲われます。この不安感は実に御しがたい存在です。とめどもなく湧き上がり親を焦らします。その焦りに突き動かされて親はいろいろと子どもを変えようとしますが、たいていは芳しくない方向に向かいます。心が傷つき生き残るためにひきこもっている人は最後の生き方として



ひきこもっているのです、それを変えようとするとは、最後の生き残りへの努力を否定されることにもつながります。大変耐えがたく苦しいものです。そのことを理解せずに親が安心したいためにすることは、たいてい親子関係を陰悪にします。

私は何度も失敗しながら学んできましたが、そんなことができたのは家族会があったからだと思っています。多くの人に指導を受けながら励まされながら、子どもとどう向き合い生きていくのかという事を学んできました。子どもがひきこもってからの長い間に随分と変わることができたように思います。それは親としての執着を脱ぎ捨てていくことだったように思います。

今は子ども共々家族が安らかに暮らしています。ひきこもっていても障害があっても、笑顔で暮らせることは大切なことだと思います。そう思えるようになるまでには随分と紆余曲折がありましたが、今は幸せです。

今は子ども共々家族が安らかに暮らしています。ひきこもっていても障害があっても、笑顔で暮らせることは大切なことだと思います。そう思えるようになるまでには随分と紆余曲折がありましたが、今は幸せです。

活動カレンダー

- 3月2日(木) といろのパソコン教室 13:30～
- 3月5日(日) オーテピア図書館でひきこもり相談会 10:00～16:00
- 3月8日(水) こうち支援ネット 食料配付 14:00～といろにて
- 3月16日(木) といろのパソコン教室 13:30～

●3月19日(日) 13:30---16:30 親講座・ひきこもり大学

会場 高知市東部健康福祉センター3階集会室 (高知市葛島 4-3-3)

ひきこもりの経験者の講演と意見交換など。当日は駐車場が混むことが予想されますので早めにおいでくださるか公共交通機関をご利用ください。

- 4月16日(日) 松田先生の親講座 13:30～16:30 東部健康福祉センター2F
午前中は個別面談(有料:概ね 30 分で 3000 円)です。希望者は直接松田先生に申し込んでください。携帯 090-8695-0904

こうち食支援ネットさんから頂いた
食料です。



大雪の時のピアセン。スタッフは歩いて
ピアセンにたどり着き業務をしました。



梶田カウンセラーの講演録から 「愛と心理療法」 M.スコット・ペック(創元社)

「愛と心理療法」から抜粋

子どもたちの健全な求めに応じるには、親自身が変わらねばならない。そま変化に伴う苦痛を自ら引き受けようとするとき、初めて子どもの求める親になることができる。子どもたちは絶えず成長し、求めるものも変わっていくから、親も子も共に変化し成長せざるを得ない。

例えば、青年期に達するまではうまくやれていても以後、親としてダメになる人がてる。彼らは、今や大きくなって別人になった子どもに対して、自分の態度を変えることができないのである。

愛に関するあらゆる例について言える事だが、子どもをうまく養育することに伴う苦痛を、ある種の自己犠牲とか殉職とみなすのは誤りであろう。

逆に養育の過程から、親は子ども以上に多くのものを得る。変化し成長し、子どもから学ぶ苦しみを引き受けようとせぬ親は・・・知ってか知らずか・・・老衰への道を選んでおり、子どもたちや世の中から取り残されていく。

子どもから学ぶことは、有意義な老年を保障する最良の機会である。悲しい事に、殆どの人がこの機会を利用していない。 (一部表現を変えてあります。)

地域ひきこもり支援センターでの相談などについて

ひきこもりに関する相談はどなたでも月曜から金曜まで県立精神保健福祉センター

☎088-821-4966 又は 地域ひきこもり支援センター☎088-821-4508 で受け付けてもらえます。気軽に相談や個人面談を申し込んでください。車は新庁舎の駐車場に止めることができますので入り口の守衛所で精神保健福祉センターに行きたいと伝えてください。面談の場合は前もって電話で予約をとってから訪問してください。

やいろ鳥の会年会費の払い込み 年会費は一家族3000円です。

振込先は 四国銀行 山田支店（普）0602101

全国ひきこもり KHJ 親の会高知県支部やいろ鳥 代表 竹中あおい

入会ご案内 やいろ鳥の会の年会費は3000円です。会長に入会しますと伝えて会費を振り込むか親講座・家族サロンなどで支払って住所と携帯番号、あればメールアドレスを登録すれば会員になる。退会は会長にその旨伝えれば退会になります。

4月から家族サロンの場所が変わります。

毎週火曜日の午後2時から4時のサロンは4月から居場所というで開催します。お間違いないようにしてください。補助金の要綱が変わるのと駐車場の利便性向上のためです。

追伸： 月例通信の発送が遅れましてすみませんでした。

（了）