

# 外部講師による 会員のヘルピング・スキルアップ研修事業

NPO 法人 有終支援いのちの山彦電話

〒111-0043 東京都台東区駒形 2-3-5 駒形武蔵野マンション 204-A (平成 24 年 2 月 28 日左記へ登録)

〒113-0022 東京都文京区千駄木 3-36-11-603 (申請時の住所)

## 助成事業の概要

**目的** 最近相談電話に寄せられる悩みは、心を病んでいる・一人ぼっちで寂しさに耐えられない・子供を虐待しそうで怖くなって、警察に保護してもらったけど、会いたい!! と訴え続ける母親の生の叫び・懇願等を電話を通して聴いているわたし達相談員の応需が、最近近眼的になっていることを憂慮し、発足以来初めての試みである「各分野の専門家」による研修を企画しました。全相談員が一堂に会して、学びを共有することで、今後、より深く、コーラー（掛けてくる人）のこころの声を聴く、そして暖かい心の持ち主である相談員の原点を再認識することが目的です。

**時期** 平成 23 年 7 月 24 日～平成 24 年 1 月 24 日「4 人の講師による 6 講座」。

## 事業の成果

【内容・目的・達成度・得られた成果・参加者の感想】

### 第 1 回「精神疾患について」

都立精神保健福祉センター地域援助医長  
田中 祐 先生

**目的:** ここ数年精神疾患に苦しむ方からの電話が急増しているため、共有しておくべきことを学ぶこと。

**達成:** 精神疾患の中でも応需が多い内因性の統合失調症、俗にうつ病といっても非定型のうつもあれば、双極性うつもあることを学び、知識を得ることができた。

### 第 2 回「統合失調症の症状と今後の課題」

東京都医学総合研究所 糸川 昌成 先生

// 新井 誠 先生

**目的:** 統合失調症の方へ援助の在り方を学ぶこと。

**達成:** 研究者としての具体的で分かりやすい事例は、相談員にとって日々の在り方を見直す良い機会を与えられた。応需について ◆長所を認め支援する。◆温和な感情表現でゆっくりと話すこと。◆自分の健康が大切（服薬中でも健やかな日々であること）◆応需の最後には体調をたずねる→コーラーが生活に立ち返ることができるように。◆人は、生存するようこの世に生まれ出ることが役割である。ここに在ること自体、奇跡なのである。障害の有無は関係ない。◆先生方の治療薬の開発が進み、統合失調症の方の未来への希望に繋がらそう。等々への反響大。

### 第 3 回「カウンセラーのためのアサーション」

文教大学教授 土沼 雅子先生

**目的:** 自他尊重のコミュニケーション（自分の考え、意見、気持を素直に表現する）にはまず、自分を知ること→自分がアサーティブになることで相手も変わることを学ぶ

**達成:** 物事を柔軟に捉えることにより、相互の関係や行動も変化し、良好となる。

### 第 4 回「電話カウンセリング」(1)

I&I カウンセリング 竹田 雅子 先生

**目的:** 1. 体の感じを基盤に信頼関係を構築すること 2. 生きている有機体の意識化。

**達成:** 自身の感覚の意識化、自己の明確化につ

いて感じる事ができた。

#### 第5回「電話カウンセリング」(2)

I&I カウンセリング 竹田 雅子 先生

**目的：**感受性の訓練、出会いの経験の言語化について学ぶこと。

**達成：**他社と居ながら、自分でいることの体験の中で、自分を表現することができた。

#### 第6回「電話カウンセリング」(3)

I&I カウンセリング 竹田 雅子 先生

**目的：**電話は相互間の心理的接触が大切であることを学ぶ。

**達成：**実際の自分と他者との接触を体験、距離感を感じる事ができた。

## 今後の展開

**成果【各論】：**「事業の成果」で講座ごとの成果のほんの一部を記しましたが、受講者からの「振り返り」の内容から抜粋します。

◆ 第1・2回の【精神科の専門医のかなり難しい講座】では「症例を交えたお話は、易しく理解できました。具体的アドバイスの1例『幻聴・妄想は8割肯定、2割否定』は、とにかく巻き込まれそうになることへの歯止めになる言葉でした。

◆ 第3回【アサーションの講座】では、「カウンセリングマインドに縛られて不自由な対応をしていたが、相手に不快感を与えず、自分の意見を正しく伝えることは、人間関係すべての場面でも役立つことを勉強できた。この研修に感謝！」

◆ 第4・5・6回「電話カウンセリング」では、「今回の研修は、考える部分の奥深いワークでした。新人もベテランも一堂に会しての体験を共有したことでの信頼関係は、今後の当「山

彦電話」の運営にも大きな効用があると信じている」。

◆ 支え、支えられる体験は、「山彦電話」にとって大切と思った。また、体・頭を柔らかくすることで、コーラーの悩みを受容れて寄り添ええるようになれると思った。

**成果【総論】：**今回は、申請時に企画していましたが講座内容と大幅に変更しましたが、ほとんど全員が本音で「よくぞこの研修を実施してくれました！ 助成金のお陰で思いっきり自分たちのレベルに見合った講座を受講できました。ありがとうございました」と感謝しています。

各自が多くの気づきを確認できたことは、コーラーに温かい心で寄り添える相談員として電話応需に生かされ、相談員間の信頼関係、絆も太くなると期待しています。

## 課題

◆ 会員の高齢化と経済的負担による相談員の自然減少を見越しての増員のための新人研修(約1年間)に関わる人員と経費捻出等が直近の課題です。

◆ 会員の減少→個人負担増→会員減少の負のスパイラルを回避する第一歩としての運営の安定化を図ること。

◆ 現在30名の会員を40名に増員したい。交通費・時間提供の個人負担を軽減することで、相談時間・相談日の延長を検討したい。

## 企画

◆ 「誰もが自分らしく生きていける社会」を目指して公開講演会の開催で社会貢献する