

～30号—2015年7月1日発行～

*10代、20代、30代以上の不登校・ひきこもりの方の社会参加を考えるNPO法人です。

ポラリス通信

～不登校・ひきこもりの対応ニュース～

NPO法人不登校情報センター

訪問サポート部門トカネット・代表藤原宏美

下記の予約先

[E-mail/tokanet1998-lucky-chance@docomo.ne.jp](mailto:tokanet1998-lucky-chance@docomo.ne.jp) (藤原) / 090-4953-6033(藤原)

■今月の不登校・ひきこもり / 無料個別相談日のお知らせ (前日までの予約制)

◆7月 5日(日) 13時～

◆7月 18日(土) 13時～

(☆上記以外の日にちを希望されます場合は、予約制、通常ご相談料金3000円です。)

■メンタルフレンド (訪問サポート・同行援助) 説明日 (保護者さま対象)

◆7月 19日(日)・26日(日)、13時～15時

あちこちで紫陽花が咲いています。梅雨まだまだ中ですね。

先月は、別の団体の親の会の集まりに、スタッフとして参加させていただきました。

保健室登校で頑張っている子ども、最近完全にひきこもるようになってしまった子ども、発達障害をお持ちで、こだわりが強くて社会に出てもうまくいかない子ども、親と全く口を利かない子ども…等々、みな、それぞれが違う状態でした。

どこの親の会も、自分の家と同じような状況の人の話を聞けたらと思って、来られる方が多いですが、なかなか出会えません。

私どものNPOにもお子様の年齢で分けて、10代・20代と30代以上の親の会が2つありますが、同様です。

ただ、それぞれの話を聞きながら、いつの間にか、みんなで親身になって考えあったり、意見を出し合ったりして、お互いが共感していきます。

みんな、それぞれに大変な思いをたくさんされていて、他の人の気持ちがわかります。

親の会の本当の役割は、親ご様が日ごろ溜め込んでいるストレスや、たくさんの思いを溜め込まないように吐き出せる場で、

それを参加者が共感あう事で、また新たに、親自身が自分を肯定していく力をもらう場なのかもしれません。

不登校・ひきこもり状態を改善していくために最も大事なことは、とにかく「親が孤立しないこと。」だと思います

メンタルフレンドについてよくある質問

【質問1】

メンタルフレンドは何をする人ですか。

【お答え】

本来の友達の役割で、受容のもとで同世代の社会体験と一緒にする人です。年齢相応の社会性を身につけるために、本人の状態に寄りそいながら、一緒に話したり、考えたり、遊んだり、外出したりします。そのためには年齢が比較的近い人がなります。

【質問2】

メンタルフレンドの目的はなんですか。

【お答え】

メンタルフレンドは通常の友達の役割です。同世代とのかかわりを通して年齢にあった社会体験をします。それにより、人との関わり方や、物事への対応の仕方、社会で生きていくのに必要な社会性などを身につけていきます。

自分を受け入れてくれる人とかかわることで、他人に対する安心感が生まれます。そして、自分も他人を受け入れることにより、自己肯定、他者肯定を経験していきます。

これが成長して社会で生きていくための原動力につながります。

【質問3】

メンタルフレンドはどのような状態の人を対象にして活動しますか。

【お答え】

不登校または、自宅にひきこもっていて外の世界と接触のない人、または多少の外出ができて、ほとんど他者とのかかわりがない人などを対象にしています。

【質問4】

メンタルフレンドを受け取る対象の年齢は何歳くらいですか。年齢制限はありますか。

【お答え】

現在は小学生から30代くらいの方を対象に活動を行っていますが、基本的に年齢制限はありません。学齢期の年齢対象にはメンタルフレンドとよんでいます。それ以上の年齢の人対象にはソーシャルパートナーという名前でも呼ぶこともあります。

【質問5】

どのような人がメンタルフレンドになりますか。

【お答え】

メンタルフレンドの目的は同世代体験です。同じ年では比較対象になってしまうため、少し年上がちょうどいいです。10代の人のところへは大学生がメンタルフレンドになるのが一般的です。20歳以上の人のところへは、いろんな形で働いている社会人や、年齢の高い学生、ひきこもり経験者などがメンタルフレンドとして訪問し、友達のようにかかわりながら外の世界へとつなげていきます。

(次号に続く)

変えられるものと変えられないものを判断すること

松田 武己(不登校情報センター)

不登校情報センターを設立したのは1995年でちょうど20年になります。

かつては登校拒否が主流の呼び方、今日では不登校が主流になるこの取り組みに参加したのは教育書の編集をしていた30年近く前のことです。

多くの人や家族と会ってきました。その理解や対応方法は紆余曲折がありました。しかし、最近の相談例についても当初に感じていたものどこか共通しています。本人の本来持っている先天的な気質と生後の成長の過程が組み合わさっていることです。

先天的な気質を変えることはできないのですが、そこを何とか変えようとする人もいろいろと見たように思います。不登校の本人がそうしているのではないかと思える人もいました。

微妙なのは「性格」です。性格は後天的な要素が関係しますが、先天的な気質に深く関係しています。理屈の上では性格を変えることは可能ですが、ここに関心を集中して取り組むのは賛成できません。家族や友達などの生活する環境のなかで徐々に変えるというよりは、形成されていくものだからです。

実践的には、対応の重点は周辺環境づくりになります。その中で本人の意図的な取り組みができるように思います。周辺環境づくりはいくつかの面があります。その中で大きなものは人間関係です。まずは家族関係、そして友人関係になります。相談例が多いのは家族の関係、友達関係(いじめなどに関係する)です。

人によっては、または状態や経過によっては、めざす進路や学校、職業選択もウェイトが大きなこと、社会の雰囲気の影響を受けて自然環境ゆたかななかで生活するのがよいと思える人もいます。

かかわった人のなかには、医師やカウンセラーや支援者に相談をしていた人も少なくありません。そこで成長を感じる人も多くいましたが、こじれていると思う人もいました。

こじれる原因の基本は、変えてはならないものを変えようとする、本人の状態に即した変えられるものに目が向けられなかったことによるものが中心になると感じています。このこじれは本人の動き、家族の動き、支援者の動きのどの部分にもあることです。

私の場合もいろいろと失敗しました。振り返って思うにシンプルに「変えられるものと変えられないもの」とをよく聞くなかで判断することなのです。あらためて感じるこのころです。

いろいろな仕事にチャレンジしてきたのです

著者 ライオン丸

私は、幼いころから、人と交わるよりも、一人で何かをするというのが好きでした。中学時代や高校時代も、運動部に入って人にもまれ、社会性を育てていけばよかったのですが、中学では郷土研究部、高校では歴史部と部員が2～3人しかいない部に所属しており、社会性や協調性、コミュニケーション能力をやしなうことはできませんでした。

大学に入り、日本文学研究会や考古学研究会などにも入りましたが、やはり他の人との人間関係がうまくつくれず、卒業まで続けられませんでした。経営学科だったので、会計学のゼミにも入りましたが、勉強がきつくて途中で逃げ出しました。柔道同好会というサークルにも所属しましたが、練習は週1～2回という趣味的なもので、柔道を軽く楽しみという感じで、人間関係は濃くないところでした。

私の父は大学時代、苦学したせいか、子どもたちには、苦勞をさせずに、勉強に専念させたいという考えを持っており、私たちにアルバイトをさせませんでした。

大学院の修士課程に進学して、民俗学を専攻し研究しました。大学院というところは、本当に自分の研究に専念すればいいみたいな環境で、人間関係の希薄なところでした。学生時代は純粹培養的に、家の中だけで育ち、社会性のないまま終えました。

しかし、大学院修了後、もともと体の弱かった次姉が病気で亡くなり、その一か月後に父もそのショックで亡くなるということがあり、私もその影響で心を病んでしまい、精神科の病院に入院したり、通院したりということが続けました。

特別養護老人ホームでの寮母職を二か月でやめさせられたのを皮切りに、塾講師、ファミリーレストランのウェ이터、甘味喫茶の調理補助、仏教雑誌の編集、ブランド情報誌の編集アシスタント、ラーメン屋、青果市場、指圧のお店、エキストラ専門の芸能プロダクションのスカウト、工場の軽作業、老人向けの宅配のお弁当の盛り付けなどいろいろな仕事をしました。

短期間で解雇されることが多く、どれも長続きしませんでした。母の勧めで介護福祉の専門学校に進学しましたが、私のクラスの30数人中、私一人だけが介護福祉士の資格を取得できないという結果に終わり、つらい思いをしました。学校の先生からは「お前はどこへ行ってもつとまらない」とか言われ、親戚の人からは「まともじゃねえんだ」といわれました。すごい傷つきました。

その後、精神科デイケアに通いながら、美容院のチラシを街頭で配布する仕事とか、葬儀会社の生前予約のチラシを自転車でポスティングするという仕事もしました。デイケアでは、忘年会とかバレーボール大会とか八ヶ岳キャンプのプログラムもありました。

キャンプや忘年会では実行委員をつとめました。デイケアと併設されている就労支援センターにも登録し、本格的な就労へ向けた準備もしました。就労支援センターでは、陸上競技場の観客席の椅子拭きとか、霊園の草むしり及び清掃などの就

労体験、登録して、就労している人の食事会やゲームなどを兼ねた交流会もありました。

支援センターの職員の推薦で、障害者の職業訓練の学校のOA実務コースに進学し、パソコンなどの事務職の職業訓練を受講しました。訓練ののちに、支援センターの職員、学校の進路担当の先生、民間のしごとサポーターという支援機関の方の協力で、就職活動をして、郵便局の郵便窓口の仕事に内定が出て働きましたが、年賀状やお歳暮などの年末シーズンには多忙すぎて、私が周りの人の足手まといになり、二年後にはいられなくなりました。

その後、就職活動をして、某NPO法人の知的障害者の日中一次支援施設(デイサービス)で、支援スタッフをしました。この経験より福祉に興味を持ちました。NPO法人ワーカーズコレクティブ・グループともデイサービスはなもも、社会福祉法人和楽会、井田デイサービスセンター、社会教育推進全国協議会東京23区支部、東京朝鮮映画を観る会などのボランティア活動に参加しました。

グループホーム百合ヶ丘(認知症施設 レク担当)、サーフサイドセヴン茅ヶ崎ファーム(児童養護施設)、ばらの庄(有料老人ホーム)のボランティア募集にも応募しました。これらの活動から社会の動きに関心を持ち、細川元首相が会長をつとめる公益社団法人整体協会にも短期間所属し、川崎市の柿生の道場に通い、創設者の野口晴哉氏の「風邪の効能」、「整体入門」などの著作を読み、活元運動や東洋医学も学びました。

日中一次支援の仕事だけでは、自立できるほどの収入がえられないため、働きながら、介護職員初任者研修の資格を受講し、他の受講生よりも、実技の覚えが悪いため、苦労しましたが、期限ぎりぎりでなんとか取得し、施設や在宅の実習も経験しました。

そして有料老人ホームの非常勤のケアスタッフに仕事が決まりました。排泄介助や移乗など、仕事がなかなか覚えられずに先輩からおこられてばかりでした。サービス残業ばかりで、大変だったけど、文句も言わず、ただひたすら頑張りました。

そうしたらケア主任の方から、「将来は正社員になって、ケアスタッフ主任になってほしい」と言われました。かつては特養を二か月でクビになったり、介護福祉の学校で資格もとれなかったのだから、あれからだいぶ成長したと思います。

そこで正社員になると、夜勤をいっぱいやったり、勤務時間も一般企業よりすごく長く大変なため、主治医に相談すると、病気のためによくないといわれ、他を探すことにしました。そのあとエクセルシオ稲田堤校で塾講師のアルバイトもしました。今は某特別養護老人ホームのデイサービスセンターでボランティアをしながら、就職活動をしています。

また大学院で民俗学を専攻していたことから、民俗学および政治学の研究を今も継続しています。これまでは、伝統行事を研究テーマにしていたのですが、今後は、少林寺拳法、なぎなた、二代目広沢虎造の「清水次郎長伝」などの浪曲など、日本文化一般を広く研究テーマにしていきたいと思っています。

◆今後のお知らせ

(1) メンタルフレンド (訪問サポート) 説明日

★大学生や社会人による、不登校やひきこもりの人への訪問サポート(メンタルフレンド・同行援助)を1998年から行っています。

メンタルフレンドとかかわることで、どのように学校や、就労を含めた社会参加につながっていくのかを中心に説明を行います。

*日時: 7月 19日(日)・26日(日)、13時~。

*参加費: お一人500円。

*お一人でも行います。

(2) 不登校・ひきこもりの親の会 (&ミニセミナー)

●何が子供におきているのか。●親が出来る事。●安心出来る人間関係を作っていくこと。●モチベーション・自己肯定感を上げていくこと。●学校復帰・バイト・友達づくりなどの社会参加につなげていくこと...など複数の専門家と一緒に考えていきます。

*日時: 7月 25日(土)、13時~。

*参加費: お一人500円

*対象: 10代および20代の子供の親・体験者・学びたい人

(3) 「大人のひきこもりを考える教室」

*日時: 7月 12日(日)、13時~15時。

*参加費: 一人500円

*対象: 30代以上のひきこもりのご家族・経験者・学びたい人。

◎上記は、全て予約制です(連絡先は下記まで)。

◎場所: NPO 法人不登校情報センター(JR総武線「平井」駅南口・徒歩5分)

◎地図は、下記のホームページ(URL)をご参照ください。



●NPO 法人不登校情報センター

●訪問サポート・トカネット

【発行元】 ポラリス通信編集部

〒132-0035 東京都江戸川区平井 3-23-5-101

連絡先・予約先

TEL/03-5875-3730/090-4953-6033(藤原)

E-mail/tokenet1998-lucky-chance@docomo.ne.jp

URL/http://www.futoko.info/tokenet/