



# ニュースレター

2016（平成28）年10月10日 グリーフワークかがわ広報部

## 平成28年度香川県自殺対策連絡協議会報告

グリーフワークかがわ副理事長 埴田敏恭

去る9月5日、香川県庁において平成28年度香川県自殺対策連絡協議会が開催されました。本協議会は、本県の自殺の現状報告と、香川県内の関係機関におけるそれぞれの取り組みについての情報交換を行い、相互の連携を強化し自殺予防対策の総合的な推進を図ることを目的に開催されるものです。会の中で、当会の活動について質問があり、詳しい説明をする機会を得たので報告します。

認定NPO法人グリーフワークかがわでは、自殺予防対策として即時直通型電話相談窓口として土曜ホットラインを開設していますが、毎週土曜日の決まった時間しか行うことはできません。それは、カウンセラーの不足が大きな要因です。NPO活動ではボランティア活動が大半をしめますので、強制的な役割分担は難しいのです。新たなメンバーを増やすため、グリーフカウンセラー養成講座を開催しNPO活動を円滑に行おうと考えています。しかし現時点では、世の中はグリーフに対する関心や理解が薄いことが大きな問題となります。

現代人が抱えるグリーフは多種多様です。しかし、そのことを殆んどの人は気付かないうちに乗り越え、日常を取り戻していますが、大きなグリーフや複雑なグリーフの前では乗り越えることができず、一人で思い悩んでいます。語ることを悪く思い、弱音を吐くことも許されず行く先が自殺であれば、グリーフワークについて地域での理解を拡げていくことは自殺予防の大きなきっかけになるのではないのでしょうか。同じ様な悩みを抱える人々が集まり、安心して語れるグループミーティングは、きっかけの一つとして有効手段になれると考えます。

改めてグリーフワークを考えるに、大きなグリーフとして死別があります。死別の場合では当事者の年齢や、対象者が伴侶、親子、兄弟姉妹、祖父母、友人、知人、恋人など、亡くなった人との関係性によってその内容は様々で起こりうる反応も違います。卒業や入学、就職や転退職、転校や転居などの環境変化も喪失体験でありグリーフワークという心の過程を辿ります。マリッジブルーは独身の喪失ですし、定年退職では役職の喪失となります。思春期では、アイデンティティの喪失、ターミナルケアでは尊厳の喪失が懸念されます。これらは、自殺の一因とも成り得るのではないのでしょうか。

グリーフワークをよく理解し、誰もが当事者になりえることを知り、周囲に目を向け、適切な対応ができる環境作りが必要と考えます。そのためには、各分野（行政、教育、医療、メディアなど）が考えられる事柄を持ち寄り、協働することが重要ではないのでしょうか。誰かがやるのではなく、自分たちのことと思ひ、国民総グリーフケア集団を作っていくことができれば、本当の意味での優しい町づくりになるのではないかと考えます。

## レジリエンスに呼応する話の聞き方

花岡正憲

カウンセリングは、言葉を介してクライアントのレジリエンス（回復力、病気や苦境などから立ち直る力）に呼応する過程である。

カウンセリングに行ったが、あまり話を聞いてもらえず、期待したものが得られなかった。充分時間をとってくれなかったわけではない。話に耳を傾けてくれなかったわけでもない。こうしたクライアントの話を耳にすることがある。

「聞く」は、相手の話に耳を傾ける（listen）だけでなく、問いかける（ask）という意味でも用いられる。話を聞くとは、「…を聞く」と「…に聞く」の双方向のコミュニケーションである。

カウンセリング場面では、この「聞く」が、もっぱら耳を傾けるという一方向のコミュニケーションに偏りがちである。カウンセラーの研修では、傾聴の基本として受容と共感が強調され、演習でもクライアントの話にひたすら耳を傾け、うなづき、相づちをうち、クライアントの語ったことを繰り返すことが教えられる。

カウンセリングを学ぶ者は、こうしたやり方に戸惑うこともある。ロールプレイでは、クライアント役を通して受けとめられる心地よさを体験できても、実際のカウンセリングとなると事情が違ってくる。息子の引きこもりが心配で相談に訪れた母親は、「ご心配ですね」と受けとめられても、心配が解消されるわけではない。「ええ心配ですが、それでどうすれば良いでしょうか？」という母親のつぶやきは残る。

とは言え、クライアントは、カウンセラーに「こうすれば良くなる」と言った具体的な答えを求めているわけではない。解決のカギは自分が握っていることを承知でカウンセラーのもとを訪れている。「聞いてもらいたい」というクライアントの思いは、ただ話に耳を傾けて欲しいということではない。新たな気づきを期待してカウンセラーの問いかけを待っている。

クライアントの語りに耳を傾けていると、ここはどうなっているのかと胸にすんと落ちにくい感じが残っていく。先の母親であれば、例えば「心配と言うが、具体的にどのようなことを心配しているのだろうか？」と言ったカウンセラーのつぶやきである。これをクライアントに返してみる。そしてクライアントの語りを待つ。話を聞くとは、こういうことであろう。

カウンセリングも、結果責任を問われる仕事である。聞いてもらえなかったという印象を持たれるのは、クライアントにとって新たな気づきが起きるような双方向の「聞く」という対話がなかったということであろう。

クライアントのレジリエンスに呼応する過程は、カウンセラーがクライアントの行動や生活上の変化を追体験する過程でもある。こうしたことが、カウンセリングという仕事への意味を見出し、カウンセラーの動機づけを高める上で大切なことではないかと考えている。

## ◆第22回グリーンワークかがわ公開セミナー報告◆

講師は、カトリック教会の神父。経歴において“スタウロス”と言う「苦しみの意味を求める研究」に専ら携わってきたことが紹介された。

ある神父が体験したインドネシアでの想定外の出来事を例として、知らず知らずのうちに何らかの土台の上で生きている私たち…、その土台の枠が取り外されたとき、人にはどんな変化があるのか？私たちの物事を捉えようとする土台とはどんなものか？を探してみる。そして、その答えを求めるために聖書の中の”ヨブ記”から見える喪失の苦しみ



とその向こうについて解説された。ヨブ記は、「正しいにもかかわらず、次々と悪いことが起き、何も悪いことをしていないのに苦しまねばならない。」という「義人の苦難」をテーマとしている。古より人間社会の中に存在していた神の裁きと苦難に関する問題点に焦点が当てられているようだ。普通、人間は「よい⇒喜ぶ」「悪い⇒苦しむ」と思いがちだが、不自由は不幸ではないし、苦しむことが悪でもない。自分の描く幸せの形を失って別の幸せを考える力がなくなってしまったとき、知らないうちに不幸を呼び込んでいってしまっているのかも知れないと…。 10月の第24回へつづく

## ◆第24回グリーンワークかがわ公開セミナーのご案内◆

日時：平成28年10月23日（日）13時30分～15時30分

会場：丸亀町商店街カルチャールーム（高松市丸亀町 壱番街東館4F）

■テーマ：「グリーンケア ～苦しみをめぐる事柄から～」

キリスト教では、聖書に出てくる苦しみに対して、出来事を解釈する中で、人生の意味を求めていく生き方が問われている。前回（第22回）では、“ヨブ記から見える喪失の苦しみとその向こう”について考えたが、“今回はイエスが出会った喪失者とそこからの解放”について、グリーンケアに照らしながら、苦しみの意味と捉え方を考えていきたい。

■講師：松浦 信行氏 カトリック高松教区 桜町教会担当司祭

2016年度セミナーの今後の開催予定は、下表のとおりです。

回数	開催日	開催時間	講師
第25回 平成28年度第4回	11月6日（日）	13時30分～15時30分	埴田 敏恭
第26回 平成28年度第5回	12月4日（日）	13時30分～15時30分	中越 恵美

※どなたでも参加できます。事前予約不要 参加費500円

※この事業は2016年度赤い羽根共同募金の助成金を受けています。

## ◆グリーンワークかがわ 臨時総会が開催されました◆

特定非営利活動法人グリーンワークかがわ定款第23条第2項に基づき、臨時総会を開催しましたので、下記の通り報告いたします。

日 時：2016年9月8日（木）19時00分～19時45分  
場 所：高松市男女共同参画センター 第2会議室（高松市錦町1-20-11）  
出 席：出席者8名 委任状出席24名

1. 開会の辞
2. 議長選出

楠本典子事務局長から、正会員総数43名中、出席者8名、委任状提出者24名の報告があり、正会員総数の2分の1以上の出席者があるため定款第26条による定足数を満たすことが確認され、臨時総会は有効に成立する旨が宣言された。議長は伊田敏恭が選出され、議長は書記を上野美幸、議事録署名人を花岡正憲と植田夕香に指名した。

3. 議 事

第1号議案 監事の選出に関する事

杉山洋子理事長から提案理由と監事変更に至る経緯の説明があり、任期を前任者の残存期間として、本総会に先立ち理事会の議決において選出された生駒学税理士と福岡啓治司法書士・行政書士の2名が、質疑の後、満場一致で承認された。

第2号議案 役員報酬に関する事

杉山洋子理事長より、認定特定非営利活法人グリーンワークかがわ役員報酬規程に基づき、理事報酬を年額20,000円とする提案があり、質疑の後、満場一致で承認された。

この後、杉山理事長から、退任2名の監事の在任中の貢献についての報告が行われ謝辞が述べられた。

## ◆報告◆ ◆2016年9月13日 第98回 理事会開催◆

### 《審議事項》

#### 第1号議案 「公開セミナー」に関する事項

9月25日開催の今年度第1回公開セミナーのチラシは発送済み。今年度は、公開セミナーを年間10回開催予定で、現時点で第5回まで講師が決定している。セミナー講師を外部に依頼するさいに、公開セミナーの趣旨や当法人の活動について理解をしてもらう必要があり、講師との緻密な事前の打ち合わせを行っているところであるが、広報普及効果と人材育成という観点からも、会員が講師をつとめることが望ましいという基本方針が了承された。

#### 第2号議案 新規事業「グリーンワークデイ（仮称）」に関する事項

現在のところ、世界的にグリーンワークのキャンペーンを行うグリーンワークデイないしグリーンワーク週間が定められていない中で、グリーンワークかがわとしてグリーンワークデイ又は子どものグリーンワークデイを定めてキャンペーン活動を開始するには、名称及び日にちの設定に加え、その根拠ないし来歴なども説明ができるものにしておく必要があるのではないかということでも了承された。

#### 第3号議案 11月以降の活動場所に関する事項

高松市男女共同参画センターの閉館・移転に伴い、11月以降は、理事会は相談室を、認定グリーンカウンセラー会議とグループミーティングは丸亀町商店街カルチャールームを使用すること、また、同カルチャールームの使用が難しいときは、相談室ないし他の借り上げ会場を使用することでも了承された。

#### 第4号議案 SNSを活用して情報発信に関する事

広報媒体としてSNSを活用して情報の拡散を図っていく中で、メルマガ受信者から当法人への送信メールの対応と振り分け作業をホームページ管理者に委託する方向で交渉してみることが了承された。

## 第5号議案 技術援助依頼に関すること

木田福祉会から、特養白山山荘と特養みき山荘の職員研修への講師派遣依頼があった。期日は、11月18日(金)19時から20時。多田副理事長を講師として派遣することです承された。

## ◆2016年9月18日 第48回 認定カウンセラー会議◆

### 【連絡事項】

- ・11月以降の活動場所について

高松市男女参画センターの閉館に伴い、11月以降は認定カウンセラー会議は丸亀町商店街カルチャールームで行うこととなった。

開催日時については、第3日曜日の10時～12時まで。(会場の設営と片付けの時間込み)

会場は10時から入館可能になることから、10時に集合し、会場設営次第、開始することとなった。丸亀町カルチャールームの使用法や地図については、以前のメーリングで配信しているものをご活用ください。[gwk-soudan:02384]

### 【審議事項】

1. 公開セミナー担当講師について

今年度の公開セミナーは、年間10回を開催予定としており、現時点で第5回までの開催が決定している。後半の5回の講師について、第98回理事会で、会員が主軸となって講師をつとめることが望ましいとのことで基本方針が出されたことが報告された。

今後、公開セミナーの担当者から会員の方へ個別に講師依頼の連絡を取り、協力をお願いしていくこととなった。

### 【勉強会】

文献：子どもの喪失と悲しみを癒すガイド—生きること・失うこと—

リンダ・ゴールドマン 著 天貝由美子 訳

今回は、第1章子どもたちの喪失と悲しみの前半を読み進め、質疑を行った。とくに「『現代の子どもはどうしてしまったのか』という自問には大人の拒絶の気持ちが現れている」ということについての議論は、これから本書を読み進めていくうえで、子どもを助けるために何が必要かを考えるための基礎になったと思われる。人が人生において直面する喪失と悲しみの問題を、私たち自身が誠意をもって見つめ、それに寄り添おうとすること、それが子どもにとっては役割モデルとなる。子ども時代に起こりうる喪失の「関係の喪失」の例として、飼っているペットとの別れが示されている。別れをおとながどう扱うかを子どもたちが見ていることから、死別についての議論に広がり、人(あるいは対象)が不在になることだけではなく、自分を含めて周囲の関係性の変化から、死を理解していくのだという過程を学んだ。次回は、第1章の後半を読み進める。 (報告 杉山洋子)