４月のおたより

ひきこもりとは、どんな状態なのか――。

多くの経験者の話しからは、“自分を否定し尽くしていた”“自分自身にすら興味が持てなくなっていた”、という感覚が伝わってきます。

「変わりたい。でも、変われない」、そう悩む当事者本人にとってより良いサポートとは何か。訪問支援に携わる谷口仁史さん（NPO スチューデント・サポート・フェイス代表）は「まずは相手を否定しないこと」と。ゲームが好きなら、一緒にゲームをする。相手のニーズに寄り添う「価値観のチャンネル合わせ」が必要だと。当事者の女子会を開催してきた林恭子さんは、ひきこもりは「生きるための手段」。いきなり「就労」や「自立」をゴールにはしない、まずは「生きていていい」と思えることからと。「『顔を洗う』とか『お風呂入る』とか『ご飯食べる』っていうのは『生きるためにしなきゃいけないこと』。でももう『生きよう』と思えない訳だから『必要がない』っていう感覚も多分あった」（林さん）

今、ひきこもりは、いつでも、誰にでも起こりうる状態だと社会が気づき始めているのではないでしょうか。100 万人超の当事者がいるという現実は、言いかえれば「社会の課題に敏感な、可能性を秘めた人たちが 100 万人もいる」ということ、ともいわれます。

「多様性を尊重する」というのは決して簡単なことではないけれど、まずは目の前の一人を尊重できること。そこから出発点と肝に銘じる日々です。　（K）

・日時：４月 27 日（土）13：30～菜の花ホール（館山市北条 1735）

・ **「不登校」「ひきこもり」という生き方の選択**
サポステから提案したいこと

講師　ちば南部地域若者サポートステーション相談員　大竹保仁氏（臨床心理士）

大学卒業後、民間企業で営業職に従事。その後大学院で臨床心理学を学び臨床心理士にのちに公認心理師資格も取得。ハローワーク等の勤務を経て、現在は小・中学校スクールカウンセラーを務めるほか、ちば南部地域若者サポートステーションに所属。KHJ 千葉県なの花会で個別家族相談も担当している。

・質疑応答

・グループカウンセリング…終了後臨床心理士大竹氏によるご相談の場を設けます。無料（5 人まで）

・個別面談…並行してサポステ職員による個人相談も受けられますので、受付の際にお申し出ください。

※ご参加の際はご予約不要、入退室も自由ですのでお気軽にお越しください。

特定非営利活動法人あわの風　千葉県館山市北条 1170-3　電話：090-2335-1338