

楽々通信

第133回 NPO 法人楽の会リーラ 月例会

【日時】2025年9月28日(日)13時30分～16時45分

【場所】豊島区役所センタースクエア 【主催】NPO 法人楽の会リーラ 【共催】豊島区

1. 事務局から連絡 : アンケート調査実施(山本氏との共同研究)

2. 【シンポジウム】 : カウンセラーシンポジウム

【テーマ】「一歩踏み出すための居場所とは？」

登壇者: 楽の会リーラカウンセラー6名(1名欠席)

主として 1. カウンセラーとしての心情、2. ひきこもりからの回復についての取り組み、3. 回復過程での居場所の活用についての取り組み、について話していただいた。

【要旨】

- ① 平野カウンセラー: ケースの全体像を見ることを大切にしている。支援では伴走しつつ小さな変化も重視。地域の資源とのつながりも大切にしながら、オンライン相談も実施している。宗教2世のひきこもり状況の相談も受けている。人との出会いで人は成長するので、依存し得る場をたくさん持てることも大事。
- ② 上田カウンセラー: 上田カウンセラー: 本人も家族も自分の話を否定されず受け止めてもらうこと、自分を大事にできることが回復プロセス。自分が居ていい場所が自宅にあり、少しずつ他者とも居られる場所、交流できる場を持てる。オンライン居場所も選択肢に。家族間の否定の連鎖が少なくなるようカウンセラーとして関わりたい。
- ③ 高橋カウンセラー: 親、本人に寄り添って支える。親が納得して本人に寄り添い、回復へ向かう。本人が若くエネルギーがある場合は、回復向かうことある。本人が固まってくると、カウンセラーとして寄り添って支える。本人の自分の人生を大事にする。居場所では、自分が支えてもらっていることが大事。
- ④ 三橋カウンセラー: 居場所は家庭で安心できる安全基地である。6例のカウンセリングを通じての成果過程を紹介した。本人20代、30代、40代で、親として肯定的対応することで、不登校から学校へ復帰したり、働き始めたり、親子の会話につながるなどの効果があった。
- ⑤ 阿部カウンセラー: 信頼してもらうことを大事にしている。カウンセラーとしては、ハードルを低くして、話しやすい関係を構築することを大切にしている。居場所は、ひとりでなく、みんなと一緒にいて、信頼できる場所。居場所に参加することで、座標軸(立ち位置)を感じる事が出来る。カウンセリングから就労自立につながった3例を紹介した。
- ⑥ 廣井カウンセラー: 親子関係はカウンセラーとして、一緒に考える。居場所は家庭をまずはいやす場とする。家庭以外の居場所としては、親が探す等してどういふところかの確認の上で本人に紹介する。ただし本人の意向、気持ちを第一に考え、強要はしないように気を付ける。

3. グループに分かれての話し合い: 各カウンセラーがファシリテーターとなり、相談や、交流をした(5グループ)

所感: カウンセラーそれぞれ個性的であるがしっかりと信念を持ち、実績もあることから、ひきこもり家族として、本人として、相談できそうなカウンセラーを選択するとき、参考になると思われた。

文責: 運営委員