



マインドファースト通信

マインドファースト事務局:

〒761-0121 香川県高松市牟礼町牟礼 3720-238
TEL: 090-2828-7021
087-845-1715(夜間)

<http://www.mindfirst.jp>

マインドファーストは、メンタルヘルスユーザー、家族、市民一般からなるNPO法人で、臨床心理士・精神保健福祉士・看護師・保健師・医師及びその他の支援者の協力のもとに、メンタルヘルスの推進と心のケアシステムの充実に向けて活動を行なっています。

技術援助

特定非営利活動法人グリーンワークかがわ主催

2012年度ヘルプラインカウンセラー養成講座

マインドファースト理事 榎 美幸

NPO法人グリーンワークかがわ主催の『2012年度ヘルプラインカウンセラー養成講座』が、11月22日(木)に受講生6名を迎えて開講されました。この講座は心の危機にさいして、適切なサポートを行えるヘルプラインカウンセラーを養成する講座です。8回シリーズで開催される講座の中で、私は第3回目の講師を担当しました。

私が担当した講座のテーマは「クライシスカウンセリング」です。内容は「憂うつで自ら命を絶とうとしている人に対する効果的なサポート、特に対人援助の基本となる対話に求められるスキルや信頼関係の構築について学ぶ。」というものでした。

この内容はマインドファーストでファミリーカウンセラーとして活動している「クライシスサポートカウンセリング」で経験しているものをどのようにお伝えするかということであると考えると、小グループ、また全体でのデモンストレーションによるロールプレイを中心に体験をしていただきました。その時にマインドファースト監修の自殺予防ファクトシート「自殺を考えている人とその家族や友人のために」を参考資料とし、自殺予防に効果的な関わり方のヒントを提供しました。

ロールプレイで学んでいただくということは、直接言葉で伝えるという方法と比べると、非常に難しいということを実感しました。しかしロールプレイを通して学んだ事は確実なものになるのだと思います。受講生の皆さんのロールプレイに関する感想の中にあった「直接死について触れて欲しかった」「今できていることや頑張っている事を聞いて欲しかった」「鬱になったきっかけについて直接聞いて欲しかった」「もっと深く聞いて欲しかった」などは、私にとっても改めて頂く感想でした。

講座1回目「自殺に関する誤解と真実」、2回目「自殺予防」、そして3回目へと意識したのは連続性を持たせるということでした。それは効果的なサポートや信頼関係の構築のためには、心の危機にある人に対して私たちカウンセラーがどのような姿勢で向き合うかということがとても重要だからです。その姿勢が継続的な支援に繋がるかどうかには大きく影響する事でしょう。特に自殺に関する誤解はきちんと学んでおくべき点です。

これでもか！というほどのロールプレイを繰り返しましたが、私自身が意図していたものとは違った方向に進むなどして、あたふたする場面もありました。それでも受講生の皆様が相談の場面で直接より深く質問をすることの大切さについては、気付いていただく事ができたようです。

いつも講師という役割をとって感じることは、講師が一番学ぶ人なのだと思います。たくさんの方を学ばせていただい

感謝しています。

第89回理事会報告

日時:2012年12月10日(月)19時00分~21時00分

場所:高松市男女共同参画センター 第4会議室

事務連絡並びに報告に関する事項:省略

議事の経過の概要及び議決の結果

第1号議案 ピアサポートラインの相談員認定に関する事項:今年度は早急な人材確保の観点から、特例として、ピアワークスの参加者であり、かつピアサポートラインの事務を経験した者を対象にトレーニングを行い、電話相談担当者とする。また、ピアサポーター資格認定規則は引き続き検討していくことで了承された。

第2号議案 ファミリーカウンセラー認定書の再発行に関する事項:紛失等を理由としてファミリーカウンセラー認定書の再発行届が提出された場合、再発行については理事会での検討事項とすることで了承された。

第3号議案 原稿料の支払いに関する事項:現行の活動費規程には規定がないため、会員がマインドファースト通信等マインドファーストの事業に係る原稿を作成した場合には、無報酬とすることで了承された。

第4号議案 フォークス21 相談室のアメニティに関する事項:ファミリーカウンセラー会議の議題として、ファミリーカウンセラーの意見を聞くことが承認された。

第5号議案 認定NPO法人の申請に関する事項:今年度中の申請を目途として、事務局が県の担当者と相談の上、申請にむけて、取り組むことが承認された。

第6号議案 今年度香川県地域自殺対策緊急強化基金事業に関する事項:事務局より、11月までの支出とGSCの件数について別紙にて報告がおこなわれ了承された。

第7号議案 2013年度自殺対策関連事業に関する事項:引き続き、県担当課からの情報収集を行うことが承認された。

第8号議案 2012年度総会の準備に関する事項:2013年5月中に総会の日程を決めることを目途に総会資料、事業計画等の準備を行うこと、来年度の事業計画については、ファミリーカウンセラー会議においても協議するとともに、ファミリーカウンセラーの役割分担を明確にしておくこと、特に2013年度ファミリーカウンセラー養成講座の企画についてはファミリーカウンセラー会議を中心とした企画会議を開催することで了承された。また、2013年度は、役員改選の年度であることから、執行部の刷新を今後の理事会における検討課題とすることが確認された。

第9号議案 高松市男女共同参画市民フェスティバルの収益の使い方に関する事項:暫定的にピアワークスで管理し、次回のピアワークスでの協議事項とすることで了承された。

第10号議案 ホームページの事業紹介に関する事項:ホームページの事業紹介サイトをより解りやすくするために、総会資料の事業報告に沿った様式にするとともに、それぞれの事業に関する解説を各担当者が加筆することで了承された。

編集後記:12月14日は、ふたご座流星群をウオッチしました。寒い夜空に目を凝らし、あと10分、あと5分だけ・・・と、宇宙のロマンを追いかけるには、忍耐が欠かせません。奇跡の星のある小さな島は、いま政治の季節を迎えています。こちらは、政治家のロマンに付き合わされるために、島の住人が、忍耐を強いられるという点で、少し事情が異なるようです。(H)