

名家連ニュース

令和4年6月7日(火)
発行：特定非営利活動法人
名古屋市精神障害者家族会連合会
会長 堀田 明
TEL/FAX(052)846-5576 NO.874号

◆◆ 令和4年度5月家族SST講座 報告 ◆◆

5月28日(土)名古屋市総合社会福祉会館 7階中会議室で開催されました。吉田先生他16名の参加で、ご夫婦の参加が2組、初めての方が5名でした。

先ず「無事に開催出来、本当によかった！」と吉田先生が挨拶されました。SSTは②(下図参照)に焦点(人付き合いのコツを身につける)。先輩の智恵を借りて少しでも見つけられたらと、3原則(1 批判しない。2 話したくない時はいつでもパス出来る。3 他では話さない。)を確認して始めました。

<講座の意義>

- ①新しい情報、正しい知識を得る。
- ②ご本人との対応の仕方を知ることができる。
- ③仲間と出会うことができる。

「夏と言えば〇〇」との自己紹介で場が和やかに。次に「最近の私又は我が家」というテーマで参加者一人ずつ話します。吉田先生の「昨日受刑者のSSTを行なってきた」話から始まり、「テレビが壊れ家族皆で1台のテレビを見る事になり、昔のような和やかな雰囲気に戻った」「夫が倒れ娘の体調が心配」「学生時代の友から電話あり嬉しかった」「今はとても幸せで好きな自分だ」「趣味(息抜き)がたくさんあり、腹式呼吸法も続けている」と全員に伝授する場面も。「出張先から父が戻り息子との間にクッションができ一息ついた」「どうして出来ないの?ばかり言ってきて、I love youを言ってなかった事に気づけた」「色々勉強してきたが一番名家連が勉強になった。ただ聞く事に努力してきた。言わなくていい事をずっと言ってきたと反省。」等々率直な話を出しあいました。

*その中で…「どうしたらTさんのような仏様のようにになれるか?」の問いに

「ただ聞く事に徹する。初期10年位は言い続けてきた。やってきた事は逆だった!4年前に気づき、わかったら実行する努力をした。やってみたら変わった。」

*続いて…「そうじゃない!こうでしょ?とつい言うってしまう。どうやってI love youを伝えたらいいのか?」…「朝目が覚めたら感謝しなさい」の言葉にハツとした。又、お父さん達の貴重な経験談も話されました。

*先生より…非言語的メッセージ[先ず子の言う事を肯定する。トーンを落とす。間を開ける]と言語的メッセージ[I love you メッセージ(日本語的にはありがとう)を送る]の両方を上手に使う。振り回されない事が大事=自分の時間を持つ。活用できそうな事を試して次回どうだったか話して下さいと締め括られました。

*次回は6月25日(土)です。HP(<http://meikaren.sakura.ne.jp/sst/>)でご確認下さい。(担当 熊谷)



●●●●●●●●●● ピアサポート活動紹介 ⑤ ●●●●●●●●●●

自助サークル「フォルティ」

40代、50代のひきこもり当事者とその家族を支援している、「フォルティ」の代表である奥村さんから、6/11に「フォルティ」が主催するイベントを紹介して欲しいという依頼がありましたので、そのチラシを次ページに掲載します。(事務局 広瀬)

主催 自助サークル「フォルティ」

エスポワール 名古屋 vol.12

参加費
¥1000
(当事者)
¥500

40代、50代のひきこもり本人とご家族が集える市民の会

第1部 たなかきょう 氏 ~ ひきこもり体験と唄 そして家族 ~

第2部 ~ 緩やかにつながること ~ 泉 翔 氏・足達 龍彦 氏

先着150人 (椅子70脚など)

飲食物持ち込み可 (アルコール類も可)
ゴミの持ち帰りにご協力をお願いします

たなかきょう

1975年生まれ 京都市出身。30歳まで断続的にひきこもりを経験。「もうどうでもいい」という気持ちになっていたがどうせなら、やりたかった音楽を始めようとギターを手に2005年よりライブハウス・イベントで音楽活動を続けている。

一方、就労継続支援B型せいかファーム・ぶらすファームで統括部長などに従事しながら、ひきこもり居場所「もう一回ラボ」責任者などでも活動中。

泉 翔

中学、大学で不登校、ひきこもりを経験。NPO法人ウィークタイ代表理事。(孤独や不安に立ち向かい、生きづらい社会で生きてゆく力を共に見つけ出す活動を行っている当事者団体) NPO法人Node理事、社会的ひきこもり・若者支援近畿交流会副代表理事も務める。

足達 龍彦

場づくりカレッジ「えすけーぷ。」代表。(いつもの自分を忘れて、のんびりしたり、遊んだり出来る“みんなの逃げ場所”をつくることをコンセプトに活動。ダイアログの場づくり。HSPの当事者研究会。ABD読書会など…) NPO法人ウィークタイ理事。

日時 2022年 6月 11日(土)
14:00~16:00

会場 アルベホール名古屋
名古屋市東区東桜1丁目3-8
ヴェッセル丸杉ビル B1F

地下鉄久屋大通駅から徒歩3分
地下鉄栄駅から徒歩10分
地下鉄高岳駅から徒歩7分

お問い合わせ先 TEL 090-5605-1253 (奥村)

