

研修会開催報告

「保健師職能集会・講演会」12月17日開催

公益社団法人神奈川県看護協会
保健師職能委員会

2021年 12月 17日

「ひきこもりの支援」について、2回シリーズでの研修の2回目を開催しました。
今回は、「こもりびと」を支える支援者の役割についてご講義いただきました。

1. ひきこもりを考えるうえでのポイント

- ・「ひきこもり」のゴールは「ひらきこもり」。

どのような「ひきこもり」状態であっても、安心・安全と穏やかなかわりを持つことを支援することが重要である。本人が不安で不安定なひきこもり状態は、快適にひきこもることができるようにする。本人が社会活動に参加することを強制しない。

- ・家族関係問題が本人のひきこもり問題を強化・深化させる。支援問題の不十分さがひきこもり問題・家族関係問題を長期化させる原因のひとつになっている。

- ・不安や焦りの所有者である親や支援者が、本人のひきこもり状態を改善させることで親や支援者自身の不安や焦りを解消しようとすることは、本人の改善にはならない。本人への侵害・管理・暴力にならない解消方法を模索する。

- ・誰もが安心して暮らせる社会とは、多様性を認め寛容性を持つ市民による共同性志向が不可欠。自己責任ではなく、社会の努力による社会的包摂に向けた支援を目指す。

- ・自立を再考する。他者とのつながりを育み、共に生きていく、依存先を増やすことが自立につながる。

2. 「指導」してはいけないことの大切さ～「かわり」を育む～

- ・援助者である自分の「解決したい」「援助したい」という欲望を満たすことを優先し、「あなたのため」ではなく「援助者のわたしのため」になっていないか。本人を無力化させてしまう。

- ・許可なく導くこと、過剰に心配すること、良かれと思って働きかけることの暴力性を認識する。

- ・本人を変えようとしなない。本人との関係、本人を取り巻く環境を変えてみる。

- ・「かわること」、相談・支援・ケースワークという関係性は、信頼を基盤にしなが、本人が困難や課題を乗り越えていく変化の過程に参加することである。援助関係ではなく、現人間関係が前提。「かわること」は「つながる」ことを経て「生きること」そのものである。

- ・強い絆と穏やかな絆

ひきこもりの人は強迫的な人が多い。強い絆の呪縛。強い絆がこじれたり壊れたりしたとき、強い絆の再形成ではなく、穏やかな絆を新たに作る。依存先を増やすことは暮らしや人生の豊かさに直結する。

穏やかな絆のイメージとは、利害関係が少ない、管理・支配しない、いつも一緒にいない、一緒にいても気にしないで済む、指導・指示しない、接続・非接続を自分で選べる状態である。

したがって、信頼できる、安心できる、支えになっている、声が聞きたくなる、会いたくなる、意見を聞きたくなる、いつも応援してくれていると感ずることができる。

3.「支援」の視点と方法～育んだ「かわり」を活かす～

・本人が直面している状態と困難

本人は、自信を失っている、将来に対して大きな不安感を抱えている、どうすればよいかわからないでいる、ひそかに脱出口を探している状態となっている。本人の「欲望」が現在の状態を変えるひとつの契機となる（欲望の誕生・促進）。マズローの欲求5段階説により、安全・安心の欲求と衣食住の欲求を保障することを優先する。

・「支援される人」「支援する人」という関係は、権力関係となる。本人は親から散々されてきている。このような支援者はすぐに見限られる。「みんな当事者」という考え方。「当事者＝困難の所有者」で、フラットな関係であるべきである。

・親（家族）が直面している状態と困難

親（家族）は、自信を失っている（自己価値低下）、親類・地域・友人から孤立している（社会的孤立）、評価を気にしている（他者評価による傷つき、おそれ）、将来に対して大きな不安感を抱えている、どうすればよいかわからないでいる、疲れ果てている・困り果てている（疲労感・徒労感・困惑感）状態である。

親（家族）には、「ごくろうさま」の一言を伝える。困難さに付き合う。解決しようとしめない。解決しようとする親は援助職を利用しようとし、必ず失敗する。ひきこもりの相談は、低・中所得層から相談が多い。サービスを買って補うことができない世帯であり、扶養家族がいなくなるため親の人生設計に大きく影響する。親も強迫的で寛容的な態度が弱い（きっちりまじめ）人が多いため、人に相談できない人が多い。

・親（家族）に必要となる5つの「力」

- ① 助けて！と言える力
- ② 見極める力
- ③ 正しく取り組む力
- ④ 待ち続ける力
- ⑤ 意味を変える力

子どもの問題は子ども自身の問題であり、親が勝手に請け負わない。家族全体の生活を萎縮させない、側面的に支援する。夫婦システムがあって親子システムが起動する。母子で孤立させない。親が関連本をたくさん読み、一人学習すると考えが固定化してしまい、ひきこもりを助長する。子の発言でひきこもりは親のせいと思い込み、家庭内暴力に発展する。

家族相談はこまめに、回数を重ねることが大切である。家族会は体験の共有の場である。

・相談で大切にしたいこと

相談は「相互談義」のこと。一緒にディスカッションすること。指導や情報提供ではない。

<感想>

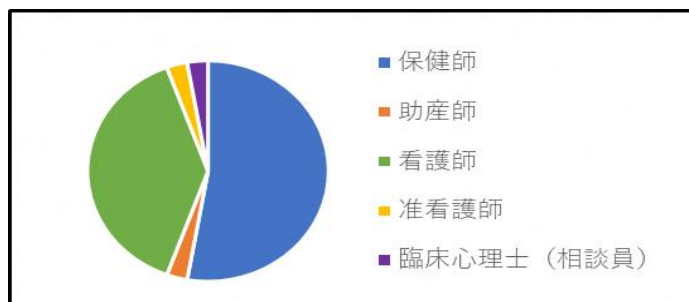
援助職としての立場抜きで相手と付き合うこと、コントロール・フリー（非管理・非暴力・非抑圧）の「対話」を育むこと、社会常識や多数派の考えではなく社会が変わること、そして本人や親が助けてと言えること。援助職としての自分の在り方を問われた時間でした。

研修名	令和3年度 保健師職能委員会研修会 タイトル：ひきこもりの理解～「こもりびと」を支える支援者の役割～ 講 師： 白梅学園大学 子ども学部子ども学科 長谷川 俊雄氏
研修年度	2021年度
研修日	令和3年12月17日（金）
開催方法	オンライン講習（zoom）
研修時間	午後2時から4時30分（受付 午後1時30分から）
参加人員	申し込み人数 62名 参加者 54名 内訳：会員 46名 非会員 8名 職種（保健師23名、助産師1名、看護師29名、准看護師1名）
会場	神奈川県総合医療会館より Zoom 配信

◆令和3年度 第2回 保健師職能委員会研修会（回収数36） R3.12.17

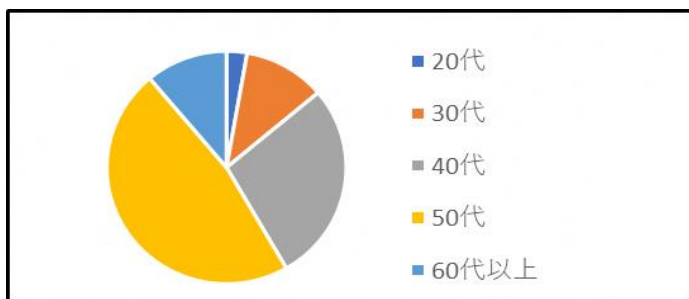
(1) 参加職種

保健師	19
助産師	1
看護師	14
准看護師	1
臨床心理士（相談員）	1



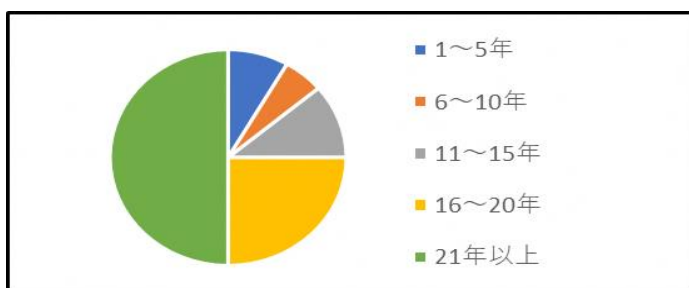
(2) 年代

20代	1
30代	4
40代	10
50代	17
60代以上	4



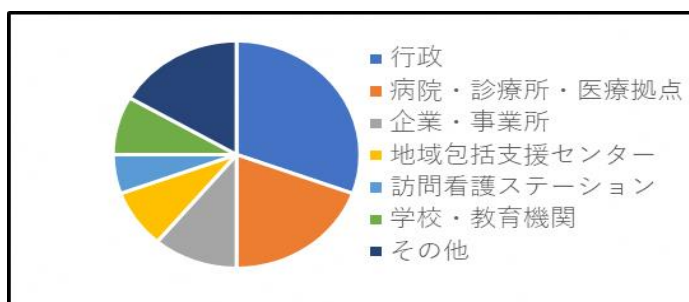
(3) 経験年数

1～5年	3
6～10年	2
11～15年	4
16～20年	9
21年以上	18



(4) 所属

行政	11
病院・診療所・医療拠点	7
企業・事業所	4
地域包括支援センター	3
訪問看護ステーション	2
学校・教育機関	3
その他	6



*その他：NPO、自立支援施設
フリーランス、社会福祉協議会等

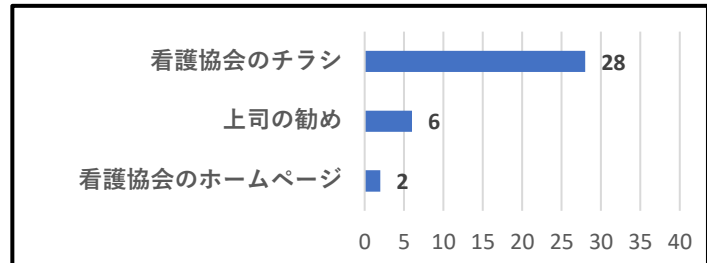
1 保健師職能委員会の企画する講演会や研修会の参加状況

初めて	16
毎年	13
2～3年ごと	7



2 研修をどのようにして知りましたか

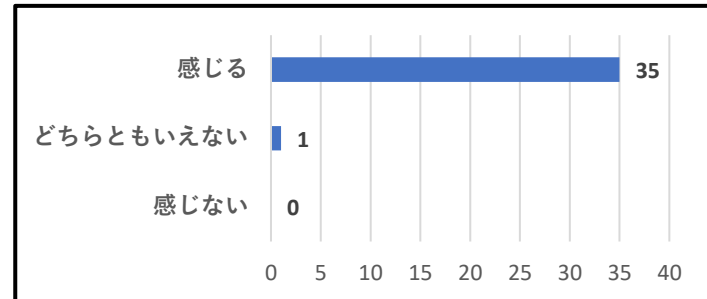
看護協会のチラシ	28
上司の勧め	6
看護協会のホームページ	2



3 研修の内容について

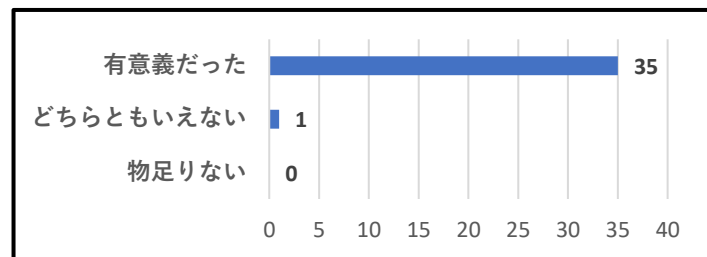
(1) 必要性を感じるものでしたか

感じる	35
どちらともいえない	1
感じない	0



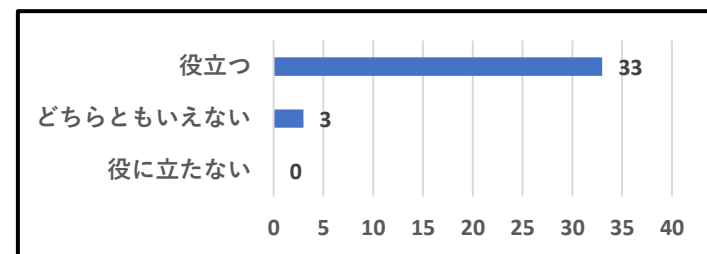
(2) 有意義でしたか

有意義だった	35
どちらともいえない	1
物足りない	0



(3) 今後の職務に役立つものでしたか

役立つ	33
どちらともいえない	3
役に立たない	0



4 研修会の感想・お気づきの点

- ・ 支援の仕事をしておりますが、支援者間での意識の違いを感じる事が多いです。医療職は指導的な意識が強いと思いますが、福祉職や心理職でも指導的な意識が強いと感じることもあります。支援者が、相互談義を意識し本人の力を信じ寄り添える土台が広がることを願い、自分の関わりも振り返りたいと感じました。ありがとうございました。
- ・ 「ひきこもりの支援」という研修でしたが、それ以前に、原人間関係というメッセージ性のある内容で大変引き込まれました。経験年数を重ねていくと、医学モデル的解決方法で、「べき」論が多くなってきていることに気づかないまま、経験値＝ゆるぎない自信に変わっていきませんが、原点回帰で、看護職として一年生に戻って、これまでのケースとの関わり合いを振り返る良い機会となりました。ありがとうございました。
- ・ 仕事だけでなく私的にもたいへん学ぶことが多く有意義な研修会でした。「解決しよう援助しよう」とついてしまいがちで、先生の言葉にはっとさせられることが多かったです。
- ・ あたりまえに実施していた「指導」「自立支援」について、新たな視点を知る機会になった。ご本人が自身の力で意思決定できることが何より大切であることを再確認できた。