



# 埼玉いのちの電話

ひとりで悩まずに…

発行人：川端 純夫 編集：広報委員会  
発行所：社会福祉法人 埼玉いのちの電話  
〒337-8692 大宮郵便局私書箱第 29 号  
電話：048-645-4322  
FAX：048-645-4355  
<http://www.saitama-id.or.jp/>

相談電話

**048-645-4343** (24 時間 365 日)

**048-640-6400** こどもライン

(金・土 15:00~21:30 18 歳まで)

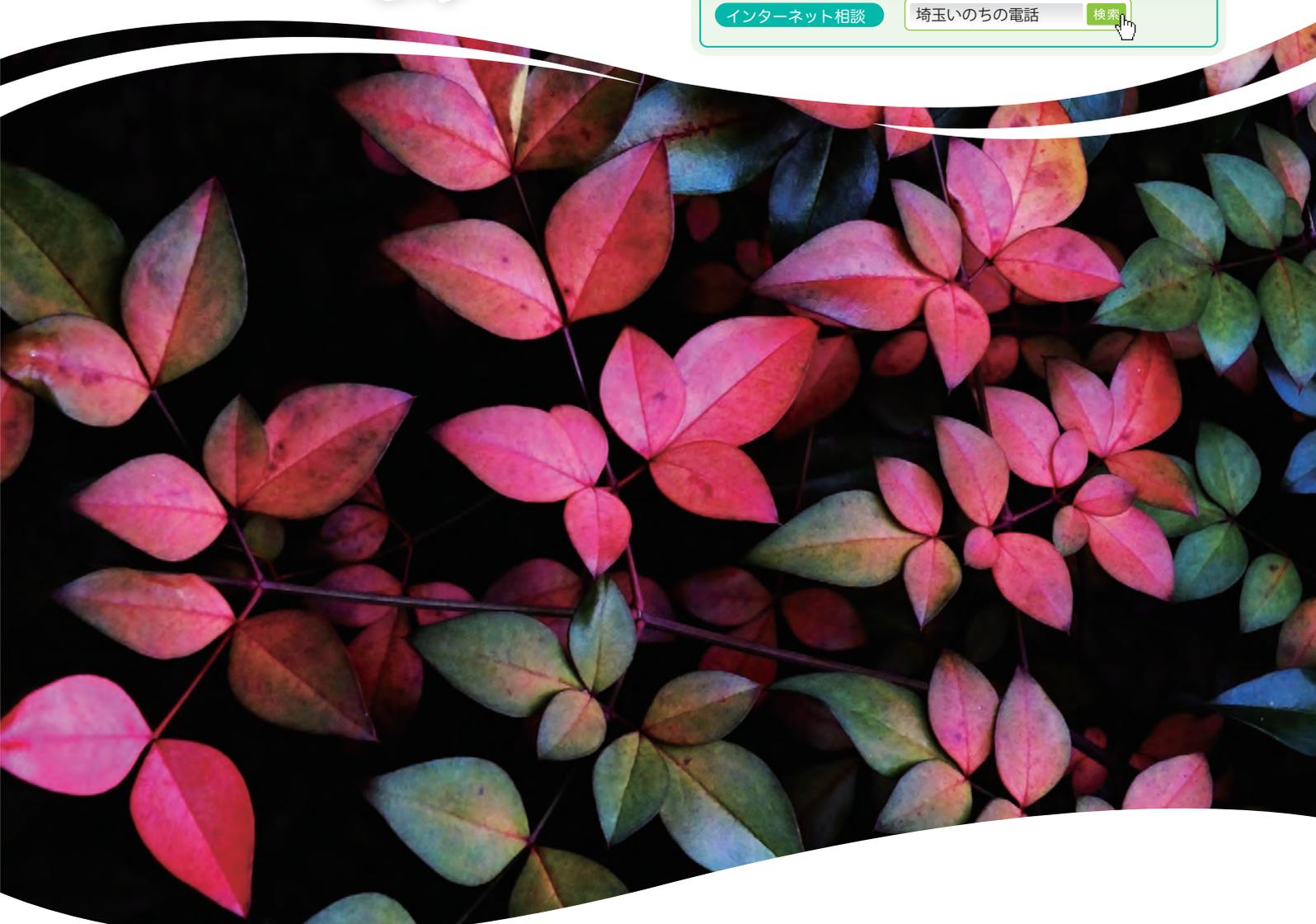
**0120-783-556** (毎月10日午前8時から24時間)

フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」

インターネット相談

埼玉いのちの電話

検索



この広報誌は、赤い羽共同募金の  
助成を受けて発行しています。



28 期生

## 電話ボランティア募集

応募資格 20 歳以上の男女 (2017.4.1 現在)  
お問い合わせ 埼玉いのちの電話 事務局  
TEL 048-645-4322 (月~土 10:00 ~ 17:00)

## 28 期生 電話ボランティア募集説明会

○12月17日(土)

演奏会終了後15:45頃から ウェスタ川越2F リハーサル室

○1月9日(月・祝)

公開講演会終了後15:45頃から 大宮ソニック 小ホール

募集説明会のみ参加も可能です その際に予約は必要ありません

# 子どもたちの現状について

こどもライン特別研修会

～問題行動からみえてくる子どもの姿～

臨床心理士 湯谷 優

元埼玉県警察少年サポートセンター所長

## 臨床心理士として

私は埼玉県警察少年サポートセンターで長く仕事をしておりました。臨床心理士として、非行、不登校、ひきこもり、家庭内暴力などの相談を受けていました。保護者の方へのカウンセリングと同時に、非行の場合ですと警察署に補導されたりということを端緒に子どもたちと出会い、カウンセリングを行ったりしていました。

退職して、現在はさいたま市教育委員会で、スクールカウンセラーの人たちを支援するスーパーバイザーの仕事をしています。また、別の市で保護者や子どもたちとの面談、あるいは高校生の悩み相談に乗ったりもしています。不登校が中心になっています。

非行と不登校は外面的には大きく異なりますが、それは心のなかにある問題の表出の仕方の違いなのだろうと思います。一方は攻撃的な形で、一方は不登校、ひきこもる、という形で自己の問題を表出しているわけで、根底にある問題は共通しているのではないかと感じています。

## 対人世界の狭小化

今の子どもたちは昔に比べて、何か問題が起こったときにうまく乗り切るスキルが不足しているとよく言われます。それで短絡的な行動に走りがちになる。その背景として、これもよく言われることですが、養育環境の変化があります。少子化、核家族化、地域コミュニティの弱体化、そして子育て環境の安全性の低下です。

私もそうでしたが、昔の子どもは真っ暗になるまで好き勝手に外で遊んでいました。今は危険がありますし、場合によってはネグレクトを疑われて児童相談所に通報されたりします。そういう時代になってきている。

豊かな実体験の減少や遊びの貧困化ということが子どもたちに影響しています。対人世界が狭くなり、家族のなかで、特に母と子の関係は非常に煮詰まった関係になりやすくなっています。



## 自己肯定感について

国立青少年教育振興機構による調査(2015年10月)に、『自己肯定感の国際比較』というものがあります。「自分はダメな人間だと思ふことがある」という質問に対して、「とてもそう思う」と「まあそう思う」の回答が日本では合わせて72.5%になります。調査は高校生が対象です。言語の違いがあるので単純な比較はできませんが、米国45.1%、韓国35.2%と比べても、確かに高いと思われる。

自分のことを心底受け入れてもらったという経験が、生まれたばかりの頃はあっても、物心のついた頃からだんだんと子どもたちになくなってきているような気がします。あなたはそこにいていい、それでよし、という無条件の存在肯定を十分に受けていない子どもたちが増えてきている。「子どもは元気であるだけでいい」と、親が思えなくなっているのかもしれない。

子育ての私事化ということがあります。子育ては家とか国家とかのためではなく、個人の問題であると今の社会はなっています。言い換えると、子育てがうまく行かなければ、それはあなたの責任ですよ、自己責任ですよ、ということになります。子育てに対するプレッシャーがとても強くなっている。子どもの調子が少し悪くなると、親がうつになることが今非常に多くなっています。子どもは自分が学校に行かなくなったせいだと思ひ、さらに自己肯定感をなくしてしまいます。

徐々に徐々に能力主義と自己責任論の社会になってきた気がします。何事をするにしてもそれなりのレベルに

行かなくてはいけないし、ある程度のレベルに行けなかったらそれは自分の責任である、ということでしょう。人は人、自分は自分、という見方がなかなかできない。それは不登校の子に特に見られます。客観的に見て程々のことはやれていると思うのですけれど、人と比べるとダメだと思ってしまいます。

## 自己愛と他者愛のバランス

精神科の医師が、今の子どもは「自己愛型」が多いとよく指摘します。「自己愛型」というのはエネルギーを自分のことに向け過ぎているということです。自分が愛されているかいつも気になる。だから傷つきやすい。

自己愛が強いこと自体はさほど問題ではありません。自分が自分のことを大切に思っているのだから基本的に大きな問題ではないのですが、問題は自己愛と他者愛が同じように並行して育てているか、ということです。自分のこと大好き、と同時に人のことも大切だ、とバランスよく他者愛も育てていかないといけないのです。自己愛に偏っていることが問題なのだろうと思います。共同体意識というものが薄いのでいられるのかもしれませんが。

自己愛が傷つき、自己肯定感の低下するような事態になったときに、子どもたちに強い被害感情や見捨てられ感が生じます。それを攻撃的に表出してくるのが非行です。一方、不登校やひきこもりの子どもたちは、自分が傷つくかもしれない、と思えるような場面を事前に避けて学校に行かなくなります。

## 居場所の喪失

発達や成長を支えてくれる場所を失っている子どもたちが多くいます。居場所の喪失が、子どもたちの問題行動に共通する極めて特徴的なことだと思います。

居場所というのは、安心安全の場であり、ありのままの自分が出せる場所です。さらにそこには自分なりの役割があって、しかも癒され、なおかつ何らかの創造的なものを見出していける、このすべてがそろっているのが、理想的な居場所なのだろうと思います。家庭が本来はそういう場所でなければならないのですが。

孤立している不登校の子どもたちに比べれば、非行グループの子どもたちは多少なりとも居場所感覚を持っているのかもしれませんが。グループに属していると他のグ

ループにやられたりしませんから、安心安全の場です。彼らはカッコをつけますからありのままの自分は出せないでしょうが、グループ内で何らかの役割はあります。暴走するとき先頭を行くとか、反対にケツ持ち(最後尾)をやるとか。癒しの場になっているのかどうかは疑問ですが、自動車やバイクを改造したりしますから創造や変化の場であると言えなくもありません。

大人は居場所を求めていると動くことができます。たとえば定年退職したら何かのサークルに参加したり、行きつけの店を作ってそこを居場所にしたり、逃げ道を見つけられますが、子どもはそれができません。

不登校の子どもたちに共通するのは居場所の全面的喪失ということです。どこにも安心できる場所がない子どもが多い。不登校になることで家庭の居場所もなくなることがあります。それまで物分りのよかった親が、この子に裏切られた、みたいな目つきになることもあります。子どもは学校と家庭にしか居場所を持っていません。本当に行くところがなくなってしまいます。



## 子どもたちの衝動性

今の子どもたちは「キレやすい」と言われるようになっていぶん経ちます。非行傾向のある子どもたちは、ストレスとかマイナス感情を引き起こす事態になったときに、ほとんど反射的に、防御的にキレてしまうわけですが、キレる、ということは衝動性が高いということです。

不登校やひきこもりの子たちについて考えるときに、この衝動性が見過ごされがちです。彼らは困難が予想される事態を少しでも感じたときに、即座に否定したり拒否したりします。彼らの口癖に、「ムリ(無理)、ムリ」

というのがあります。「これやってみない？」と言うと即「ムリ」と答えが返ってきたりします。もうちょっと考えると思わず言いたくなったりするのですが、ほとんど反射的に「ムリ」が出てきます。これも衝動性だと私は思います。その場からとにかく逃げるといって衝動性が現れます。

衝動性に関しては、非行傾向のある子どもたちに対する対応と同じ対応が、不登校やひきこもりの子どもたちにも必要かと思っています。どういうことかと言いますと、行動を起こす前に少し「間を置く」練習をさせるということです。

たとえば、こんなアドバイスをしたりします。「君が自分の気持ちを正直に出せるのはとてもいいことだと思う。ただ、すぐムリと言われると、相手の人があまりいい気持ちになれないこともあるし、ムリと言う前に深呼吸を一回して、それからムリと言ってごらん」

呼吸を一つ置くことで反射的な行為を少しでも変えていこうという試みです。居たたまれなくなるとすぐ行動に移していたので、ひと呼吸置くという経験をしてこなかったのです。人間の感情というのは、少し間を置くことで、すうーっと落ち着くことがあります。

## 子どもの「うつ」の増加

私が埼玉県警でもっとも非行相談で忙しかった昭和58年頃は、保護者の方が毎日何人も相談に来られて休む間もなかったと記憶しています。その頃の非行はというと、校舎内をバイクで走ったり、蛍光灯や窓ガラスを一つ残らず割ったり、トイレのドアを全部ぶち破ったり、私が見に行った中学校では、中学生が廊下に雀卓を置いてマージャンをしていました。よくない行動ですけどパワーはありました。パワーを方向づけてあげればいい方向に向かったりもしました。

非行はどんどん変わってきて、おかしい言い方ですが、今は「弱い非行少年」が増えてきています。悪いことをしますし、凶悪性も高いのですが、自分が攻撃されると弱い。先生が強くとり出ると不登校になったりします。かつては、教師が体罰をしたら処分を受けることを知った上で、「お一殴れ、殴れ」と生徒が挑発して体をぶつけてくることもあったのですが、今はそういうことがなく、その意味では生徒指導が楽になった、というベテランの先生方もいます。

その反面、自傷行為やいじめが増えていています。問題行動が内向きになっています。ある中学校では、同学年で10人以上の生徒がリストカットをしていました。その子たちはうつに近い状態で、元気がありません。そして家庭にも元気がありません。先ほども言いましたが、心を病んでいる親御さんがとても多い。パワーのないご家庭の影響を受けて子どもたちにもパワーがない。

『子どものうつに関する調査(傳田健三「子どものうつ病」2007 母子保健情報 第55号)』というデータがあります。北海道大学の先生で、子どものうつに関する調査を色々な本に紹介しています。

それによりますと、小学生の7.8%、中学生の22.8%が高いうつ状態を示しています。さらに小学生の1.6%、中学生の4.6%がうつ病と推定される、という結果が出ています。うつ状態がさらに進んでうつ病と言っている状態になっているのです。うつは大人が罹る病気だったのですが、それが子どもたちのところにまで下りてきている。ひとことで言ってしまうと、生命エネルギーの低下ということなのでしょうが、これは危機的なことです。今の子どもたちのいちばんの問題はここにあると私は思っています。

(研修会の録音を基に広報委員会で編集しました)



地域発展のエネルギー

武州ガス



川越市田町32-12

TEL (049) 241-9000

## 26期生認定式と10年・20年継続者感謝状授与式

1年半の初級研修を修了して、電話ボランティア26期生19名が埼玉いのちの電話の相談員として認定されました。暑さの残る十月の日曜日、高鼻コミュニティセンターにて認定式が行われました。併せて、10年20年継続者に感謝状が授与されました。



埼玉いのちの電話では、約300人のボランティアが24時間電話をつないでいます。仕事や家庭の都合で辞めざるを得なくなるボランティアもいて、毎年新しいメンバーが加わっても、相談員の実働数がなかなか増えていかないもどかしさがあります。



それでも10年20年と電話ボランティアを継続している人たちがいます。家族と仲間たちに支えられてここまで続けられたことを感謝します、と感謝状授与式で挨拶がありました。私たち相談員は私生活でのつきあいはあまりありませんが、活動のなかでは強い結びつきがあります。いのちの電話の相談員として、支え合う仲間たちです。



医療法人 社団 **群羊会**  
<http://minamifukuin.org>  
さくらんぼの診療 大切にしたいひとりのひとりを

耳鼻咽喉科 内科・小児科

**福音診療所** **南福音診療所**  
TEL048(592)2862 TEL048(591)7191

「こだわり」  
素材にこだわり。  
製法にこだわり。  
鮮度にこだわり。  
さらなるおいしさと健康を求めました。真心こめて作ったお菓子をお届けします。

三州製菓株式会社 お問い合わせ: 0120-634-634

— あゆみ —



2016年

- 9月2日 連盟「関東・甲信越ブロック会議」(大宮センター)
- 9日 連盟・JR・県合同自殺予防キャンペーン(大宮駅)
- 15～17日 第34回いのちの電話相談員全国研修会(なら大会)
- 17～19日 27期生初級合宿研修
- 26日 相談員のためのリフレッシュ研修
- 10月1日 相談員のための理論講座「老人の貧困」
- 2日 26期生認定式/10年・20年継続者感謝状授与式/祝う会
- 8日 長谷川きよしチャリティコンサート  
ゲスト 大竹しのぶ(大宮ソニック 大ホール)
- 24日 後援会理事会
- 11月20日 埼玉いのちの電話開局25周年の集い(大宮ソニック)
- 26日 電話ボランティア募集説明会(大宮ソニック)
- 12月4日 電話ボランティア募集説明会(所沢ミュージ)
- 10日 電話ボランティア募集説明会(クラッセ川越)
- 17日 二胡と笛子の奏でるクリスマス(ウエスタ川越)  
演奏会終了後電話ボランティア募集説明会



あなたのご支援を  
必要としています

いのちの電話の活動は、多くの善意あるボランティアの無償の奉仕によって支えられています。この活動をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

振込先

郵便振替 00140-9-137380  
加入者名:社会福祉法人埼玉いのちの電話  
ゆうちょ銀行自動引き落としの方法もあります。詳しくは事務局にお問い合わせ下さい。

埼玉りそな銀行大宮支店(普通)4315510  
口座名:社会福祉法人埼玉いのちの電話

ご寄付いただいた方へは、事業報告や広報誌の他、様々な催し物のご案内などをお送りしております。埼玉いのちの電話は寄付金控除の指定を受けている社会福祉法人です。ご寄付は税法上の優遇措置があります。

第22回 チャリティ映画会

- 2017年3月3日(金) 14:30/18:30(2回上映)
- 会場 大宮ソニックシティ 小ホール
- 上映映画 「黄金のアデーレ 名画の帰還」  
深い喪失から立ち上がった女性が  
国を相手に奇蹟を起こす  
希望あふれる感動の実話
- 協力券 1,000円
- \*会場ロビーにてバザー開催(14:00~18:30)



公開講演会

ドリアン助川  
「それでも、生きる意味はある」



- 2017年1月9日(月・祝)
- 開場 13:30 開演 13:45
- 会場 大宮ソニック 小ホール
- 入場料 無料 要予約

\*講演会終了後15:45頃より電話ボランティア募集説明会を行います

■ お申込み 埼玉いのちの電話事務局  
☎ 048-645-4322 (月~土10:00~17:00)



オリンピックのTV観戦では、知らない国の知らない人の悔しがる姿に涙し、メダル獲得には自分のことのように喜びました。まったく知らない人なのに。電話をかけてこられる方々も知らない人です。一度きりの出会いです。それでも電話が終わってから、その方に思いを馳せることがあります。祈るような気持ちで声援を送ります。(H.M)



GOOD DESIGN AWARD 2016

浦和美園 E-フォレスト・つなぐ庭の街区  
ポラスは分譲住宅で2年連続受賞

2015年受賞 大宮ヴィジョンシティみほしの社  
ポラス株式会社 埼玉県越谷市南越谷 1-21-2 Tel.048-989-9119  
(宅建業国土交通大臣 (11)第2401号(株)中央住宅)

ポラスの分譲 検索

