



市民活動の新たな挑戦

いろいろな悩みや不安、難題を抱える人たちを支え、問題解決に積極的に取り組む市民活動は各地ですそ野を広げている。ファイザー製薬ではヘルスケアの分野の市民活動を支援し、その社会的認知を高めることを目的に、2000年から助成プログラムをスタートさせた。過去の実績にとらわれず、活動のユニークさと将来性に評価の重点を置いているのが特徴。2001年度の助成対象となった各プロジェクト(左頁参照)を中心に、9回連続(今回は2回目)でレポートする。



「ひきこもりの人たちが抱えている問題を共感をもってシェアすることが大事」と語る小林さん(右)と松本さん。同じ体験者の立場から、お互いに語り合える場を通して「自分は一人ではない」という安心感を育てていくことを活動の基本にしている。電話シェアリングでも体験者でわからない問題を理解し合うことで、心が開かれていく



「ひきこもり」者の抱えるさまざまな問題に共感をもってシェアする

日本アダルトチルドレン協会 ひきこもりサポートプロジェクト(東京都)

松本和子さんと小林伸樹さんは日本アダルトチルドレン協会のスタッフとして、子供時代に親がアルコール依存症であったり、親同士の憎しみ合いや暴力、あるいは親から一方的な価値観や期待を押しつけられて、自己否定感や自己認知の歪みから普通に生きることができなくなってしまう人たち(アダルトチルドレン=AC)の社会復帰を手助けする活動を行っている。その活動のなかで、最近、社会問題化している若者たちの「ひきこもり」とACの置かれた状況に共通した部分が多いことに気づき、そのためのサポートの必要性を痛感。この「ひきこもりサポートプロジェクト」を立ち上げた。



電話のほかにも計画されているインターネットシェアリング。掲示板をとおして自由に語り合えるものにしてほしいと考えている

ひきこもりは幼少期の愛情不足や虐待、いじめの体験、親の期待に応えようとして心えきれずに押しつぶされたことなどがトラウマとなって、人との接触到恐怖感を覚えるようになるのが原因と言われている。松本さん自身、「10代の終わりから20代にかけて、親の期待に応えられない自分をダメな人間、必要のない人間と思いつんでひきこもりになりました」という。小林さんも、不登校とひきこもりから立ち直った体験者である。「今の社会はひきこもりに対して冷淡視する傾向が強いが、外に出ることが根本的な解決なのではなく、本人が自己否定感などの認

知の歪みを修正してあげることが大切です。本人にとってそれは今を生きるために必要な行為なんです」と小林さん。「だから電話で話を聞くとときも、彼らの今の状態を肯定し、彼らが抱えている問題を共感をもってシェアすることが大事なんです」

電話シェアリングは聞き手がかつてのひきこもり体験者だと知ると、相手の言葉ががらりと変わるといふ。「共感してくれる相手がいることで彼らの心が開かれるし、シェアしている私たち自身も開かれていくんです」

プロジェクトとしては、こうした電話シェアリング、自由参加による出会いと語り合いの場であるオープンスピーカーズミーティングなどの活動のほか、ホームページによるインターネットミーティング、ひきこもり家族を対象とした連続講座を予定しており、将来的には本人や家族への訪問ヘルプにつなげていきたいという。

本当のことは手紙でしか書けない……。書くことで心を解き放ち

自己を回復するレターカウンセリング

ティーンズポスト 思春期の自立と精神保健を育むピアサポート(東京都)

東京国立郵便局私書箱11号、思春期相談室ティーンズポストの宛先である。ポストに届く手紙は月平均1000通以上、年1000通以上に及び、手紙