

めくもりほっとぶれす

NUKUMORI HOT PRESS

発行 NPO法人傾聴グループ
めくもりほっとらいん
代表 山上 敏枝
〒264-0029 千葉市若葉区桜木北2-26-30
TEL 070-4369-7269
FAX 043-214-8397
http://www.nukumorihotline.org/
編集責任者 吉野 秀子

めくもりほっとらいん with コロナ

2020年は世界中が新型コロナウイルスというすさまじい嵐にのみ込まれ、振り回された年であった。嵐の勢いは今もまだ衰えることなく先の見えない毎日が続いている。

全メンバーの状況、気持ちからアンケートでできながら、6/1より週2日の再開とすることとした。

振り返り研修

8月から通常の週4日に戻り、現在に至っている。

めくもりほっとらいんの活動も、相談電話開設、研修、受け手説明会、傾聴入門講座等、その都度対応を迫られた。社会の情報を必死に収集し、メンバーひとり一人の思いをきき取りながらめくもりらしい対応を模索した1年を振り返る。

相談電話開設

受け手をするメンバーからシフトに入ることが不安だとの声が次第に大きくなり、政府の緊急事態宣言を受けて4月初めから2ヶ月、電話の開設を休止することとした。

新型コロナウイルス感染

拡大により不安な気持ちを抱えた掛け手のことを考えると、相談電話の必要性を強く感じる一方で、受け手メンバーの健康を守る事を考えての決断であった。オンライン理事会を重ね、

シフトに入ることを不安に思うメンバーが無理をせずに受け手に戻れるよう、6月、7月、8月と復帰のタイミングを3段階に設定し、各メンバーに選択してもらった。

私たちは相談電話の開設には研修が必須と考え、これまで月1回の研修を欠かさず行ってきた。しかし、3密を避けることが叫ばれる中で研修を続けるリスクを考慮し、電話休止に合わせて研修も休止とした。

6月の電話開設再開に向け6月から受け手復帰を希望するメンバーは5/20にオンラインの研修を、7月復帰希望者には6/10、8月復帰希望者には7/8に会場での研修を行った。

8月からは密になることを避けるためにメンバーを午前、午後の2グループに分けた研修を実施している。今後コロナの感染状況を見ながら柔軟に研修を続けていく予定だ。

受け手説明会

『自分が好きになる講座』

当初3月に千葉市等で開催を予定していた『自分が好きになる講座』は、申込が始まっていたがやむなく中止とした。

コロナが少し落ち着きを見せた9月に千葉市・習志野市・船橋市で感染防止に細心の注意を払って開催し、計30名の方が参加をしてくれた。

傾聴入門講座

『自分を知って聴く力』

10回で傾聴の基礎を学ぶ講座も4月からスタートを予定していたが、感染状況を考慮して延期とした。次に9月の開校を企画したが申込者が集まらず、9月の『自分を好きになる講座』実施後10月7日より開校の運びとなった。

8名の受講者を迎え渡邊名管理事長と研修スタッフが講師を務める講座は現在第5回目が終わったところである。

開催を延期にするか、中止にするかを検討してやっと実現できた講座だが、受講者が積極的に感想や質問を話す様子を目にし、開催できてよかったと安堵している。

1日研修

10/10(土) 千葉市民会館

2月に予定していた宿泊研修の代替えとして半年振りにメンバーが揃って研修を行った。グループ毎に電話対応の検討、昼食後はメンバーが傾聴落語を披露してくれ、元めくもりメンバーで臨床心理士の矢野さんのレクチャーを受けた。

矢野さんは2つの臨床家のことばを引用して、話し手の話を深く聴くことについて話をしてくれた。

◆「共感をどのようにして『私の言葉』にして伝えるかということに尽きます。それは相手の言葉を受け止めたと思わせるように言葉を返していくことだと思います」(平木典子)

◆「傾聴で最も重要なのは、話を聴く側が『わかったつもり』『受容したつもり』『共感できたつもり』にならずに、自分の理解をその都度、話をしていく側に伝え返して、心の内側に響かせてもらい、それでよいかどうかを絶えず確かめ、微修正しながら進んでいく姿勢であろう。」(諸富祥彦)



渡邊名管理事長作の傾聴落語『夫婦の会話』を披露するメンバー



レクチャーの様子