



# マインドファースト通信

マインドファーストは、メンタルヘルスユーザー、家族、臨床心理士、精神保健福祉士、看護師、保健師、医師などからなるNPO法人で、メンタルヘルスの推進と心のケアシステムの充実に向けて活動を行っています。

マインドファースト事務局:

〒761-0121 香川県高松市牟礼町牟礼 3720-238  
TEL: 090-2828-7021  
087-845-1715(夜間)

<http://www.mindfirst.jp>

## 2010年度ファミリーカウンセラー養成講座・基礎コースを終えて

マインドファースト理事長 島津昌代

新緑の5月9日(日)に15名の受講生を得てスタートした「2010年度ファミリーカウンセラー養成講座・基礎コース」が、猛暑の7月25日(日)に全員揃って修了いたしました。今回受講された方々は、実際になんらかの家族支援を行っている方ばかりでしたので、言ってみれば、貴重な休日の2時間をこの講座での学習に当てられていたわけです。月に2回の開催とはいえ、3か月の間、ほとんど欠席することなく受講され、無事に全員に修了証をお渡しすることができたのは、主催者として大変うれしく喜ばしいことと思っています。

本講座は、近年多発している自殺やうつ病、ひきこもり、児童虐待、夫婦間暴力など、さまざまなメンタルヘルス問題によって家族をとりまく状況が深刻化していることや、家族の抱えるストレスや関わり方が症状や不適応に多大な影響を与えているらしいこと、それゆえ、精神的な健康の増進や不健康の予防・解消のために、家族機能の回復という視点に立った支援が大切であろうという考えの下に企画しました。つまり、家族の中の誰かに問題(困ったこと)が生じた時、その周囲にいる家族も困るのですが、その困り方は様々です。「本人さえしっかりしてくれば…」と思って叱咤激励すれども事態は変わらないとか、「黙って見守っていればそのうち変わるだろう…」と思っていたのに一向に変わらない、いったい家族はどうすれば良いの?といったことがよく起こるのです。そうした事態の中で、ともすれば、家族の中のストレスが高まって些細なことで喧嘩が起こったり、元氣や明るさが失われて、問題をかかえていた当の本人のみならず、家族がそれぞれに自分や相手を責めるといった悪循環に陥ってしまうことが多々あります。このような状況に陥った人および家族への支援のあり方を考え、その方法について学ぶために、本講座はロールプレイ中心のワークショップ形式で進められました。

誰かの行動や発言が、良くも悪くも周囲になんらかの影響を与えることを私達は知っています。家族の中でのそうした影響を考えながら、ロールプレイでそれらを体験していくことは、家族全体をひとつのまとまり(システム)ととらえることへの理解を深め、家族は相互に関連して問題解決に向かうことができる存在であるということを実感するものでした。誰かの反応が変われば、その変化は全体に影響を及ぼす…それは、何も家族の中だけに限ったことではありません。本講座を受講された方々が今回学ばれたことは、各自の今後の活動を通して、社会の中での支援の輪を広げ、層を厚くすることにつながっていくと思います。家族がひとつのシステムであるように、社会も

また私達が作り上げているひとつのシステムなのでから。

当会では本講座の修了にあわせて、ファミリーカウンセラーの資格認定審査に向けて動き出しています。「利用者本位の心の健康の推進と心のケアシステムの充実」に向けて、同志が増えることを願ってやみません。

### 第49回理事会報告

日時:2010年8月9日(月)午後7時00分~9時00分  
場所:高松市男女共同参画センター 第1会議室  
議事の経過の概要

事務連絡および報告に関する事項:省略

第1号議案 相談室の借り上げに関する事項:8月15日から2011年3月31日まで毎火曜日と土曜日、高松市田町の物件を相談室として借り上げる。賃借料等について最終的に詰めの作業を行うことで了承された。

第2号議案 ファミリーカウンセラー認定作業に関する事項:公募、認定申請等のスケジュールと担当者のチェックを行った。公募は7月25日~8月25日、8月27日に事務局に到着した申請書類を担当理事が受け取り集約作業を行う。認定委員会は9月6日、面接は9月12日と9月19日に実施。可否会議は9月19日、9月20日に可否通知と登録証の発送を行なう。10月末に第1回ファミリーカウンセラー会議開催予定。以上の通り確認了承された。

第3号議案 香川県地域自殺対策緊急強化基金事業に関する事項

①プロシール印刷後の取り扱いについて:受け取り、保管は担当理事が行なう。プロシールの発送先については、慎重に協議の上、発送作業を行うことが了承された。

②対面型相談支援事業のHP掲載による周知について:HP管理者にプロシールのHP用アレンジを依頼し、正式アップの時期については後日決定することで了承された。

第4号議案 マインドファーストの商標に関する事項:マインドファーストの商標登録について協議を行った。担当理事から提示された資料を参考にして費用対効果を検討した結果、現時点では商標の登録を見合わせることで了承された。

第5号議案 その他

①フォクス 21 用携帯電話について:電話機の老朽化に伴い機種変更を行なうことで了承された。

②平成 22 年度香川県自殺対策連絡協議会について:9月2日 13:30から県庁にて開催される標記会議に、マインドファーストから理事が出席することで了承された。

編集後記:ホームページのある検索サイトに「自殺」というキーワードを入力してみました。検索画面のトップページに、自殺関連のキーワードとして自殺手段や自殺志願、著名人の自殺などに関するものが目立ちます。ちなみに、英語のサイトで suicide(自殺)を入力して検索してみました。prevention(予防)に関連したサイトが上位に並んでいます。自殺を考えている人が優先的にアクセスする情報が、自殺方法や自殺美化に関するものが望ましいのか、それとも自殺は防ぎうるということに関するものが望ましいのか、みなさんは、どちらの社会を選びますか。(H)