事務局レター

２０２１年１２月　175号

冬将軍の到来と共に本格的な寒い冬を迎えました
みなさん、体調に気を付けて　良いお年を！

厳しい寒さの中、冬のひだまりがことのほか暖かく感じる歳末、何かとお忙しいことと思います。コロナと共に過ごした 2021 年、みなさんにとってどんな一年でしたでしょうか。

テレビやネットで芸能人の自死ニュースが流れると必ずといっていいくらい、いのちの電話の電話番号が紹介されてます。誰にも悩みを言えない、孤独だったり生き辛さを抱えている人たちの声を聴き続けてきた相談員の皆さまに一年の感謝を込めて、ありがとうございました。

今月は相談員の声をメインに掲載します。（田中真研修委員長の熱いメッセージ特集☺）

27期生紹介は次号に！

２０２２年１月の継続研修について

グループ名	日　時	ファ	サブ	会　場
1　青の会	1 月 15日(土)14:00～16:00	濱部	村上	しあわせプラザ研修室
2　ビタミンC	1月19日(水)13:30～15:30	工藤	神	弘前西教会2F 会議室
3　さくらチーム	1月15日（土）14:00～16:00	一戸	外川・對馬	弘前西教会2F 会議室
4　りんごチーム	1月　8日（土）14:00～16:00	今野	齋藤	弘前西教会2F 会議室
5　わかばチーム	1月22日（土）14:00～16:00	吉田	千葉・工藤	弘前西教会2F 会議室

事務局に寄せられたコーラーからの意見を掲載いたします。
一期一会の相談の特性上、コーラーが感じた素直な意見は我々相談員にとっては貴重です。
これからかも可能な限り事務局レターに掲載したいと思います。　　研修委員長　田中　真

精神的に辛くてかけたが、相談員に「それは具体的にどういうことですか？」と何度か聞かれた。希死念慮が強くうまく話せないでいるとまた質問される。相談員さんの興味からの質問が多く、突っ込んでくる。（中略）途中で見捨てられた気分になった。私は馬鹿なんで、最後には自分から電話を切ってもいいですかと話して終わった。無神経に質問されて、言葉につまっているのに、ずけずけ聞かれて、話していて辛かった。

いのちの電話には苦しくて電話したのに・・。　電話をかけた後、ずっと辛くて苦しさが続いている。これからもいのちの電話にはかけます。　　（11月　　男性コーラーから）

継続研修のテープ提出が苦痛です。相談員になるための長い研修期間中に「肯定」を心地よく感じ、いざ相談員になって継続研修で皆さんの電話の取り方や受け答えなどはとても勉強になります。ですが、数年たった今、提出することが嫌で、研修で否定されることでガックリする自分がいます。もっと全体研修会や配布された本の内容のようなことを知りたいです。

勝手な声でした。

回　答

「せっかく相談員になるための長い研修期間中に肯定的に受け入れられる体験を心地よく感じ、同様の体験を得たいという思いでいのちの電話の相談員に臨んで来たのに、継続研修で自身の相談内容を真っ向から否定されてしまうとがっかりしてしまいますよね。もしかしたら自分の人間性自体も否定されたように感じてしまったのではないでしょうか。

改めて相談電話を録音する事や継続研修で録音テープを提出することの意味について考えてみましょう。

以前は継続研修でテープを提出する相談員は、テープの音声データーを全文逐語録にして、研修では逐語録を読みながら音声を聴く、という方法をとっていました。ではなぜそこまで手間のかかるやり方で研修を行っていたのでしょうか。

いのちの電話の相談員は3つの頭を持つ必要があります。
ひとつはコーラーの話しをよく聴き、心情を理解する頭、もうひとつは相談員自身が心情を理解したことをしっかりコーラーに表現できているかをチェックする頭、そして最後は相談員とコーラーが今どのような対話関係（感情移入しすぎてないか、突き放していないかなど）のうえに成り立っているかを考える頭です。

本来であればこの3つの頭をフル稼働させて自分の取り方の癖や自身の気持ちの揺れ動き、それに伴う表出不足などを自ら気づければ良いのですが、なかなかそうはいきません。
そのような部分を、録音し、第三者に提供し、第三者に客観的に見てもらう場を作ることで、補っているのです。テープ研修はそのような役割を持っています。

しかしそれは自分自身の弱点に気づく場でもあるわけで、時に否定されたと思い傷つくこともあるでしょう。しかしそれは成長していくためには必要不可欠なプロセスなのかもしれません。一時あおもりいのちの電話でもテープ録音を止めた時期がありました。すると途端に相談員の対応が雑になってしまったのを覚えています。常に録音している、常に第三者に聞かれる可能性がある、そのような緊張感がもしかしたら平時の相談対応を支えているのかもしれません。

我々研修委員も今回の声を受け、否定だけで終わらないような継続研修の在り方を改めて考えていかなければならないと気づかされました。貴重なご意見ありがとうございました。テープ研修の合間に継続研修ごとに勉強会を実施することはとても良い事だと思います。連盟から様々な研修用 DVD も届いておりますので、希望がありましたら担当スタッフまでお声かけ下さい。　よろしくお願いいたします。

※愚痴、疑問、質問、意見、提案など相談員の声でどしどし投稿してください
投稿した内容はすべて研修委員会で取り上げ、事務局レターで発表致します。

研修委員長　　田中　真