



旭川

いのちの電話

2022年12月発行 第142号

相談電話(0166)23-4343

ホームページ [旭川いのちの電話](#) [検索]



「ひかり」 (写真提供H・S)

「いのちの電話」の基本理念と

相談員の研修

旭川いのちの電話

専門職 斎藤 智

相談員の研修

専門職 斎藤 智

専門職 斎藤 智

「日本いのちの電話」の基本理念の六つの柱の中で、(1)相談員の研修義務——基礎研修だけでなく、相談員である限り継続的に参加する義務(2)守秘義務——相談員、利用者（かけ手）共に匿名を貫き、相談内容の秘密の保持(3)相談員、利用者共に政治的宗教的立場を尊重し、相談員は特定の価値観で説得してはならない。と、定めています。

この「いのちの電話」の理念は、「世界人権宣言」と「日本国憲法」の基本的人権の尊重を土台としています。

実際の電話相談では、かけ手の話の傾聴が求められます。傾聴とは、単に話を聞くだけではなく、かけ手の心情もそのまま受容し理解することです。かけ手の考え方や心情に同意したり「良し」と判断することではありません。

この「理念の理解」と「かけ手の受容」は簡単なことではありません。研修と実践の積み重ねによる私たち人間としての成長が求められます。相談員も、かけ手も多様であり、それぞれを受容し理解することは終りのない努力で支えられるものでしょう。その為に相談員の研修は幅広く、終りなく続けられています。電話相談ボランティアとしての努力を引き受け、何年も何十年も続けておられる相談員に対して、敬意と感謝を捧げます。

昨年度、今年度と、私が担当した相談員全体研修やグループの継続研修では、ロジャーズのクライエント中心療法の理論を下敷きにお話ししました。対面のカウンセリングと電話相談に共通する部分をお話ししたつもりです。しかし、「いのちの電話」に限らず、相談する人も相談員も匿名で行う電話相談は、顔を合わせ、互いに名乗り、相談のその後の展開を知ることもできる対面の相談とは違うところがあります。今回は、研修の補足の意味も含め、その点についてお話しします。

ボランティアによる電話相談の特徴について、今川民雄先生が『いのちの電話を支える—ボランティア実践の方法』(二〇〇二一日本評論社)で詳細に解説されています。電話を利用するにあつては、「即時性」「超地理性」、かけ手および相談員の「匿名性」、「同一性」などが挙げられています。このうち、相談員側の「匿名性」について、私なりに考えてみました。

手元にあつた新明解国語辞典で

は、「相談」は「自分だけではなく分からぬ（決めかねる）事について、他に意見を求める（と話し合う）こと」と載っていました。「いのちの電話」では、「聞くこと」が強調されますが、一般に「相談」は「意見を求める」とです。多くの場合、他者の意見を求める時に大事なのは、"誰に"訊くのかということです。どこの誰かわか

「匿名×匿名」

旭川いのちの電話専門職
旭川大学福祉学科 教授 内田 雅志

ことは理解できます。

「相手は電話の応答の中で話したこと以外のことは知らない。」

「言いたいことは根拠薄弱でも言える。」

「言いたくないことは言わなくていい。嘘をついてもわからない。」

「今川先生は前掲の著書で、「かけ手主導」も特徴の一つに挙げていますが、この電話の中では、か

「いのちの電話」がこれだけの歴史と実績を積み上げてきたのは、分からぬ（決めかねる）事について、他に意見を求める（と話し合う）ことと載っています。

「いのちの電話」が「聞くこと」と考へる人がたくさんいるからです。実は、私には、この感覚がわかつていません。仕事上でもプライベートでも、知らない人と電話で話すのはかなり苦手だからです。でも、"誰かわからない相手だから、話をしたい"人はいる

かけ手の方は、まさに主導権を握ることができます。

この電話の機会があつたから、普段はできない思いきり飾った自分を演じることも、現実とは正反対のことを言う人もいるでしょうけれど、誰にも言わなかつた本音を口にすることもできるかもしません。思いきり怒るのも、泣き言を言うのも、懺悔をするのも、互いに"どこの誰か知らない"からできることがあります。

「いのちの電話」にかけて来られる方の多くは、"こんなはずじゃなかつた"、"思い通りにならなかつた"人生を歩んで来られた方でしょう。でも、どんな時でも、"私が思うこと"、"私が考えること"は自由です。「匿名性」を保証された電話相談の中では、かけ手の「自由」と「主体性」も保証されるのだろうと考えます。「自由」と「主体性」は、生きていく手ごたえを持つために絶対に欠かせないものです。生きる手ごたえを感じ取ってもらうために、私たちは、じっくりと"耳を傾ける"のだと思います。

年末・年始募金

「旭川いのちの電話」へのご理解、ご支援に日頃より感謝しております。

「旭川いのちの電話」の活動は、皆さまの善意の募金や公的補助により運営され、それらに支えられて電話相談活動ができています。

今年も年末・年始募金の時期を迎えました。引き続き、温かいご支援をいただけますよう心よりお願い申し上げます。

オンライン研修に参加して

九月十一日(日)「もしも死にたいと言われたら」と題した精神科医・松本俊彦先生によるオンライン研修は「いのちの電話」相談員として心に深く刻まれる内容でした。
『なぜ亡くなつたのか、独り死は不明。様々な検証による立体的な実態解明・心理学的剖検の必要性・生前状況の聴き取りイメージと法医学者との違いを参考に解説。自殺未遂者の二十一%が男性で、直前迄酩酊状態。アルコール↓心理的視野狭窄↓死にたい。女性の自殺リスク：コロナ禍での増加は、家族の在宅、アルコールと関連。「死にたい」と言われ「死んだらダメ。生きていたら良いことある」との人生哲學必要無し。説教や論破・否定は、速度メーターが壊れた車で高速道路を走るような行為。死にたい気持ちを共有する↓話そうという気持ちになる↓少しでも和らぐなら、生きたい！』
HACKの原則：Talkす、Ask訊く、Listen聽く、Keep safe安全を守る。安心して死にたいと言える信頼関係：そなうなら、死にたくなるよね、自殺は一つの解決策かもしれないけれど、でも、別の方針を考えてみよう。『死にたい』と言葉に出てくれるのは、ありがたいこと。やわらかい語り口と具体例で分かりやすく、参加して良かったです。

(相談員 S・H)

相談員に認定されて

あとがき

海は気休めをいわないけれど、生き方が浅くなると、無性に海に会いたくなってしまう。今回は、少し遠くの海へ出かけた。広い海と空の優しすぎない生き方。廣い海と空の優しすぎない生き方。かりに、滯ることのない生き方。ただの自分でいられることは、しあわせ。そう、しみじみ感じたひとときでした。



ご協力 お願いいたします

きんと張りつめた空氣に、コートの襟を立て歩く姿が見られるようになりました。
「旭川いのちの電話」のボランティア活動には電話相談のほかに、資金面で支える資金ボランティア・後援会があります。後援会は、年会費を納めていただく維持会員と任意で寄付される贊助会員からなっています。コロナ感染症の影響で、今年度も特に財政的に非常に厳しい状況におかれています。後援会員として「旭川いのちの電話」へあなたの力をお貸しください。お願い致します。

（電話）0166-21-4327
（FAX）0166-21-4328
（E-mail）info@旭川いのちの電話.jp

後援会員へのお誘い

Aid日誌 (2022年4月1日～2022年9月30日)

- 4月16日 いのちの電話北海道ブロック会議：理事長・運営委員長・事務局長参加
17日 ホームページ更新に関わる広報担当部会+事務局員合同会議(12名参加)
25日 43期相談員養成講座終講式
5月1日 外部広報紙第141号発送
21日 全体研修(内田専門職) ホームページに関する相談員アンケート実施
26日 北海道新聞旭川版に旭川いのちの電話の取材記事掲載
27日 社会貢献支援財団担当者3名調査来局：理事長・運営委員長・事務局長
31日 第92回定期理事会
6月10日 チャリティーコンサート(旭川市公会堂) 159名入場、実行委員長 杉田相談員
44期相談員養成公開講座(武井講師・山崎講師・吉田講師)
日本いのちの電話連盟理事長会議：東京(理事長参加)
第92回定期評議員会
7月2日 日本いのちの電話連盟事務局長会議：東京(事務局長参加)
3日 44期相談員養成公開講座(長谷川専門職)
企画研修：相澤理事長(ときわ市民ホール)
12日 44期養成講座開講式(19名)
26日 東神楽町社会福祉協議会主催住民対応講座(小銭専門職)
企画研修：長谷川専門職(ときわ市民ホール)
9月1日 公益財団法人社会貢献支援財団第58回社会貢献賞受賞決定・式典案内届く
11日 日本自殺予防学会・日本いのちの電話連盟共催のオンライン研修(19名受講)
14日 専門職・支援相談員合同会議