

ご家族が相談機関を利用し、ご本人にも変化がみられた例

ひきこもり7年のD君。ひきこもり始めた頃は、自分の部屋に閉じこもり、家族との会話も全くなく、時々、イライラしては部屋の壁をドンドン叩いていました。ひきこもり始めてから1年後、イライラは落ち着き、家族とも短い会話ができるようになりました。お母さんに頼まれれば、家事も手伝うようになりました。しかし、家の外には全く出ようとしません。自分の部屋のカーテンも閉め切ったままです。

「いつか動き出すのではないか」と思いながら見守ってきたお母さん。しかし、つまらない様子でため息ばかり、なかなか動き出さないD君をみているうちに、焦りと不安が強くなり、D君に「アルバイトでもなんでもいいから働いてほしい。」と言うようになりました。お母さんに、「アルバイトでも・・・」と言われたD君は、とてもイライラした様子で、部屋に閉じこもる時間が長くなり、家族との会話も少なくなってしまいました。

困り果てたお母さんが、保健所に相談に訪れました。保健所は、定期的な面接相談と家族教室への参加をすすめました。面接と家族教室に参加したお母さんは、とても表情が明るくなり、「気持ちに焦りが少なくなり、D君との会話もずいぶん気楽にできるようになりました。」と話すようになりました。また、家族教室からの帰りにショッピングを楽しむゆとりができたそうです。

お母さんが保健所に相談に訪れてから、7か月後、D君は、部屋の模様替えをしました。窓際にあったベッドを壁際に移し、カーテンも明けるようになりました。表情も明るくなり、家族との会話も増えました。お母さんは、「焦らず見守っていきたい。」と思えるようになったそうです。

暴力を振るってしまうE君へのご家族の対応

「このままじゃいけない。なんとかしなくちゃ。」と思いながらも動き出せないE君。イライラしてお母さんに「お前の育て方が悪かったから・・・」と言ったり、時にはお母さんを蹴飛ばしたり、叩いたりすることがありました。

困り果てたお母さんが保健所に相談に訪れました。保健所からのアドバイスで、E君から蹴飛ばされた時に「あなたがとても苦しくてイライラしているのはわかるけど、でも、暴力には耐えられない。今度、暴力を振るったら警察に連絡します。」と毅然に対応しました。

今も、イライラすることはあるようですが、お母さんへの暴力はなくなったそうです。



このパンフレットに目を通してくださってありがとうございました

このパンフレットの作成のプロセスで、私たちもたくさんのご本人やご家族、
相談機関の方々とつながりを持つことができました。

みなさまを支えていくための支援体制としては、
まだまだ不十分な状況ではありますが、わたしたちもより一層つながりを広げ、
体制を整備していきたいと考えております。

みなさまは決して一人ではありません。

心配なことや辛いことを一人で抱え込まないことが大切です。

まず、誰かとつながることが解決への近道です。

「頼りにできそう」「ほっとする感じ」という人と出会うために、
あきらめずに他の人や専門家に相談してみませんか。

ぜひ、ご連絡ください。