

ご家族の相談からご本人も相談につながり、家族関係がよくなったケース

ひきこもりのAさん（20代）のことで母親からひきこもり地域支援センターへ相談がありました。

「大学を中退してからずっと家にひきこもっているAの将来が心配です。『アルバイトでもしたら？』と言うと『探している』と言って自室にこもってしまう。本当は何もしていないと思う。」とのこと。

また、相談員はご両親にAさんがいつまでに、どうなっていたら安心できるかをお聞きしたところ、「父親が2年後に定年退職するので、実家に住むのなら生活費を入れてくれないと家計が回らない」とのことでした。

相談員は、まずご両親へ「家族会」への参加を提案しました。Aさんへは、ご両親からひきこもり地域支援センターのチラシを渡してもらい「LINE相談」を紹介しました。

ご両親は「家族会」へ定期的に足を運んで、そこで学んだことを実践するようになったところ、Aさんとの関わり方が変わってきました。

例えば、Aさんが簡単な家事を手伝ってくれたとき「ありがとう、助かったよ」と声を掛けるなど、気持ちに余裕を持って接することができるようになりました。

その様子を見てAさんも「顔を合わせると何か言われるかも…」という不安な気持ちが和らいでいきました。

その後、Aさんは「LINE相談」を利用しました。相談するうちにモヤモヤしていた悩みが整理されてきて、ひきこもり地域支援センターにも行ってみようと思うようになり、面談につながりました。

相談員は、Aさんがこれからどうしたいのかを聞き取り「仕事をしたいけど、人と会うのが怖い」ことが分かりました。

まずは、人との交流に慣れるため「居場所」の利用を提案しました。最初は相談員も一緒に「居場所」へ参加しながら徐々に雰囲気馴染んでくると他の利用者とも話せるようになりました。

Aさんは、仕事をしながら居場所に通う人や自分と同じ悩みを持つ人との交流を通して、だんだんと自信がついてきました。

Aさんは「仕事探しをしたい」と考えるようになり、相談員に伝えました。

相談員は市内の就労支援機関をいくつか紹介し、Aさんは利用してみたい就労支援機関を決めました。

Aさんが「初めての場所は不安だ」と言ったので、相談員が同行して就労支援機関の体験利用をしました。

体験先の支援員と打ち解けて話すことができ、安心したようで、継続利用を決めました。最初は月2～3回のペースから始め、今では週に3日通っています。体力もついてきてAさんは就職に向けてイメージが湧いてきているようです。

「今日は職場体験をしてきたよ」とご両親にも話すようになり、以前に比べて家族間の会話が増えました。