

家族説明用パンフ「ひきこもり 正しい理解のために」使い方

ロールプレイ シナリオ（具体的関わり Ver）

※本資料は、令和2年度思春期精神保健研修事業「ひきこもり対策研修」資料を基に作成しています。

※「ひきこもり 正しい理解のために」を使ってひきこもり状態について説明する練習用に作ったシナリオです。

（実際の相談では、より受容的に受け答えをし、更に発言内容を掘り下げるのが良い場面であっても、あえて簡潔な受け答えに止めている場面もあります。また、展開が尚早な場面もありますことをご了承ください）

※家族の来所相談2回目くらいを想定してシナリオを作っています。

※相談員役：家族の困り事などに沿ってパンフレットの内容を説明します。シナリオ中の□部分
がパンフレット（ピンク）小冊子の内容説明箇所になります。パンフレットに記載の説明文に従って、
自分の言葉で説明してみるのも良いでしょう。

家 族 役：相談員の説明を聞き、シナリオに従って適宜受け答えをします。相談員役の人が説明しやすいように、協力的に応じましょう。

4 ページ「家族にできること（あさおそ）」スライド説明

来談者（家族）	相談員
家族はどう関わったらいいですか？	そうですね。ひきこもり状態からの回復には、コミュニケーションの回復というのが必須とされています。福井さん宅は、普段の会話がある程度はできるということなので、すでにやっておられる内容かもしれませんが、具体的な関わり方のポイントについて説明させてもらってもよろしいでしょうか。ここに「あさおそ」って書いてありますよね。“あ”は「あいさつ」、「さ」は「誘いかけ」、「お」は「お願い&お礼」、「そ」は「相談」。こういったものが、すでにやられているかもしれませんが、ご家族がまず声掛けしやすく、ご本人さんも応じやすいものと言われています。ちょっと、1つずつご説明させていただきますね。 （「あいさつ」を説明する） まず、あいさつ。 「おはよう」「おやすみ」「買い物に行ってくるよ」「だいたい5時頃に帰るわ」などと声をかけましょう。<u>返事がなくても気にしすぎず、しつこく追わず、さらっと一言声をかけるのがポイントです。</u>

常に心掛けて、というわけではないですが、朝、顔を合わせれば「おはよう」って言っています。 たまに、買い物に誘ったりすることがあります。誘ってもものってこないことが多いですけど。 そうなんですね。 お願いは、あまりしてないですね。頼んでも、応じてくれないように思うので。それに、私が家にいるようになったので大体私がやっちゃっているんです。	そして最も大切なのは、続けることです。 部屋の外からの声掛けでも構いません。 福井さん宅では、あいさつはされていますか？ それはとても良いですね。やはり毎日の声掛けが大事です。是非、続けられると良いと思いますよ。 次に、「誘いかけ」のご説明をいたします。 （「誘いかけ」を説明する） 「図書館に行くけど一緒に行かない？」「お茶を飲むけど一緒にどう？」などと気軽に声をかけましょう。家族の用事につきあってもらう感覚で声をかけるのがポイントです。 誘いかけは、どうですか？ それで良いんです。声をかけることが大事です。 次に「お願い&お礼」のご説明をいたします。 （「お願い&お礼」を説明する） 「洗濯物を畳んでおいてくれると助かるな」などとお願いをしてみましょう。お願いをする事柄は、やることが具体的で、マイペースででき、短時間で終わるのがオススメです。本人が応じてくれた時には、必ず「ありがとう」などとお礼を伝えましょう。 お願いはされたことがありますか？ そうなんですね。先ほどもお伝えしましたが、応じてくれなくても大丈夫です。声をかけること自体に意味があります。それに、案外、頼んでみるとやってくれることもあるかもしれないですよ。本人が気軽にできそうな事柄がオススメです。 最後に、「相談」のご説明をいたします。
--	---

たいしたことではないのですが、「晩御飯何が食べたい？」などと聞いてみることはあります。 よく分かりました。ちょっとやってみます。	(「相談」を説明する) 「今日の夕食は何にしよう?」「パソコンを買おうと思うけど、どんなのが良いかな?」などと(本人の得意な事柄や、)日常の事柄を相談してみよう。些細なことであればあるほど、気軽な気持ちで話すきっかけになります。 相談はされますか? いやあ〜、それは素晴らしい。とても良いことですね。 そのような普段の何気ない会話が、実はとても大切なのです。 やはり大切なのは、声掛けを続けることです。返答がないこともあるかもしれませんが、あまり気にしすぎないことです。 声掛けを続けることで必ず変化が起こってきますので、是非、今されている「あいさつ」の声掛けを続けていきましょう。時々できそうなきには、「誘いかけ」や「お願い」「相談」にも挑戦してみてください。
--	--