



# 名古屋いのちの電話

発行 事務局 「名古屋いのちの電話」設立準備委員会  
 名古屋市昭和区川名山町56  
 聖霊病院 マリヤ館  
 TEL <052> 833-0586  
 振替 名古屋1-53758  
 発行責任者 塚田 道生

No. 1

1984. 10

「友達の友達はみな友達だ。世界にひろげよう友達の輪！」  
 これは昼の人気テレビ番組の冒頭で出演者・見学者が一齐に叫ぶ言葉です。番組の内容はともかくこのセレモニ―(?)にはほほえましさを感じます。  
 電話相談員養成講座は当初の予定を変更し一次生(六月より来年三月まで)と二次生(九月より来年六月まで)に分けて実施しています。一次生は七月までに人間関係基礎訓練が終了しました。現在は一次生、二次生合同で講義を受けています。一月からは一次生が電話相談実習、二次生が人間関係基礎訓練および電話相談実習を行います。

「電話相談員になるために、なぜ人間関係の訓練が必要なのか?そんなことより豊富な知識と経験の方が役に立つのではありませんか?」と聞かれることがあります。このような質問が出てくるのは当然のことでしょう。  
 いわゆる人生相談(電話・新聞雑誌・ラジオ・テレビ・面談など)方法はいろいろありますが、多くは知識も経験も豊かな人生の達人が悩める人々に適切な解答を与えます。これによって多くの人々が生きる勇気を与えられたことは事実であり、その働きには敬意を表したいと思います。  
 いのちの電話はこれらの人生相談とは少々趣を異にしています。悩める人々に解答を与えることよりも一緒に悩む姿勢を大切にしているのです。人生の達人と未熟者というタテのつながりよりも、人間と人間というヨコのつながりを見知らぬ人の友となる

## 見知らぬ人の友となる

事務局次長

小川 義雄

重んじようとするものです。悩める人々に代って解決してあげるのではなく、悩める人々が自分の力で解決できるよう援助しようとするものです。いのちの電話は見知らぬ人の友になろうとするものです。ですから、経験や知識ばかりでなく、よりよい人間関係を作るために開かれた心が必要なのです。  
 見知らぬ人の友となることは容易ではありません。もし、百人の人々から相談があり結果的に一人の人とだけ心の友となれたとすれば、いのちの電話は1%の効果しかなかったのでしょうか。多くの労力とお金とは無駄になってしまったのでしょうか。——決してそうではありません。その一人にとつては、いのちの電話はかけがえないものとなったのです。その一人にとつて、いのちの電話は自分の存在を支える全て(100%)となったのです。  
 このように見知らぬ人々との間に友達の輪が少しずつ、しかも着実にひろがって行くことを願いながら準備が進められているのです。名古屋いのちの電話を支えて下さい。相談員だけではこの仕事はできません。事務・広報・募金などの活動に力を貸して下さい。賛助会員として継続的にご協力下さい。個人・団体として随時の御寄付も大歓迎です。  
 いろいろな方面での、あなたのご協力、ご支援により、見知らぬ一人の人が心の友を得て、生きる勇気と力とを与えられることでしょう。見知らぬ一人があなただけを必要としているのです。

## 人間関係基礎訓練に参加して

日比野かづを

今思い返してみると、講習会の一回一回が私にとつては、とても辛く苦しい体験でした。今まで「自分で自分を見つめ、自分を知る」という機会をもった事が無かったので、周囲の人達の評価がそのまま自分の姿だと思っていました。又他人に対しても自分と意見の合わない人は適当な所で一線をひき、深く付き合うことを拒んでいた様な気がします。

しかしこの講習会に参加し体験学習を重ねるうちに、私の心の中に他人も自分も気付いていない面が無限に隠されているということが発見し驚きました。人間誰しも（いや私だけでも知れないが）良い所は表面に出し、悪い所は心の片隅に隠しもっているのではありませんか。初めの頃は自分の知らない面が外に出ることによって、失敗し恥をかくのではないかと心配で、自分を守ることに懸命でした。そのため口下手の私が一層口下手になり、心も足も重く息がつまりそうな毎日でした。途中何度も自信をなくし、主人や子供に相談した

す。

もう一つ自分を知る事によって感じた事は、親切だと思っていた事の中に「おしつけ」や「おせっかい」的なものがあったのではと反省しています。この体験学習で身に付けた事は、私の残りの人生の為に、又周囲の人達の為に、有意義なものにしたいと思えます。親切に御指導して下さい。諸先生方、グループの皆さん、ありがとう御座居りました。

## 人間関係基礎訓練合宿に参加して

木島正司

「本当に参加してよかった」これが今の私の素直な気持ちです。

六月五日からの講座で勉強をさせていただき、その仕上げとして七月二八日・二九日の二日間、恵那の「雀のお宿」での一泊研修会に参加しました。一日目は夜おそくまで熱心に語り合ったこと、二日目の実習「目かくし探索」はスリリングで楽しいものでした。しかしこれは次に参加される人達のために、あまり種明しをしないことにして、私は直接の訓練以外での体験をまとませていただきます。という聖書の言葉を引用され、「い

のちの電話」は単なる同情ではなくて、しっかりとした宗教者としての信念にもとづくものでなければならぬという意味のことをお話しして下さいました。

仏教においては「自他不二」自分と他者は二つでなく一つであるといえます。今日風にいえば愛ということになりましょうか。人間は本来お互いに生かし合いながら生きていく者で、その意味で愛を存在の根底としているといえます。そが人生は「利他行」（他者のお役に立つ）を實踐する場としてあります。

このような意味で「自分を愛するようにならぬ隣人を愛せよ」というのは、仏教の「利他行」と同じであろうと気がつきました。それまでキリスト教信者の方々に對していささか距離を感じておりましたが、この朝の礼拝は身近な隣人として接しられる機会となりました。今後は同じ志を持つ真の友人として一緒にこの活動をすすめていくことができそうで、その意味でも私にとつては大変有意義な合宿であったといえます。

# 人間関係基礎訓練のねらい

訓練委員会 中 堀 仁 四 郎

名古屋いのちの電話第一期電話相談員養成講座の第一次人間関係基礎訓練が終った。受講者60名、(男9名、女51名)。午前と夜の2組に分れ、名古屋中央教会で五月五日(火)から、約2時間のセッションを毎週一回、計八回。それに七月28日・29日にかけて、恵那、すずめのお宿に於ける全員での一泊研修である。

## 「自己理解を深める」

- ・ 自分の価値観(考え方や感じ方や行動の特徴)に気づく。
- ・ 自分のありのままを表現する。
- ・ 相手のありのままを聴く。
- ・ 対人関係(自分との、他者との)のなかにある自分のあり方に気づく。
- ・ 今、ここでの関係の中に起きていることに気づく。

以上が基礎訓練の「ねらい」である。この訓練は、電話相談員養成の目的で行われたものではあるが、決

して相談員となるための技能訓練ではない。社会の中で、人とのかわりの中で、共に生きようとするときに、誰れにでも求められることがらの訓練であり、だからこそ電話相談員を目指す者に課せられているものでもある。

各セッションは、別表にあるような「ねらい」のもとで、5〜10名のグループを編成し・体験学習の方法を用いて進められた。さすがに受講者の意欲は旺盛で、欠席遅刻はほとんどみられなかった。

この訓練の主なねらいは「自己理解を深める」ことである。教師、牧師、カウンセラー、といった立場にある人、いわゆる「援助者」にまず求められることは、「自分を知っている」ということであろう。固定的に、「自分の性格は……だ」と云ったように知ることではない。今、ここで、相手とかかわっている自分への気づき、どのようにかかわっているかへの気づきとして自分を知っていることである。こ

の訓練ではこの意味で、自己理解を深めることがねらいであった。自からに気づくことは、胸がど

きどきするような、エキサイティングな作業である。しかしまた、とまどいや恐れ、混乱をとまなうこともある。自からの存在への愛を知っていないければ、せつかく気づいたものも抑圧したり、否定したりして、ありのままの自分を受けとめることが出来なくなってしまう。この訓練では自己発見のよろこびとともに、にがさをも味あわれた人もあったようだ。

人間関係基礎訓練は、ほんの「始り」である。これを終えられた方には相談員となるまでに、カウンセリング理論をはじめ電話相談員として知っておくべきことを講義を通して学ぶ第二課程、電話相談の実習を主にした第三課程、それに認定といった様々なことが待っている。この中で各自は更にきびしく自からと向いあい、学びと成長の機会に出会われることと思う。「なにかをしてあげよう」という善意だけでは電話相談はできないと云われている。これからは相談に必要なスキル・技能を身につけるとともに、それ以上に深

い自己理解を得られることを願っている。

最後に名古屋での初めてのこの訓練をつくり上げるために、協力した12名のトレーニングスタッフ、それに事務局としてお世話頂いた方々のあることを覚えたい。



〈人間関係基礎訓練合宿の参加者〉

名古屋いのちの電話 人間関係基礎訓練の全日程表

1984 前期

日 程	ね ら い	実 習 や 講 義
開 講 5/29	・いのちの電話について ・基礎訓練の前・後期別と昼・夜別の決定 ・訓練の案内	
6/5	・学習のねらいを明確化する。 ・体験学習の学び方を理解する。 ・学習グループづくりをする。 ・お互いに知り合う。	・ねらいの提示と明確化 ・S C T ・実習「私の四つの窓」 ・実習「名画づくり」
6/12	・コミュニケーションのあり方に気づく。 ・グループの中での自分のあり方に気づく。 ・グループづくり	・実習「パスは待ってられない」
6/19	・自分の話し方、きき方の特徴に気づく。 ・人と対話する時に起こってくることに気づく。 フィードバックをいかしてみる。	・実習「たすね・こたえ・観察する」
6/26	・グループの中での自分のコミュニケーションのあり方に気づく。 ・自分のグループへの参加のしかたに気づく。 ・グループの中での影響関係に気づく。	・実習「コンセンサスを求めて」
7/3	・自分がどのように聴いているかに気づく。 ・積極的な聴き方を探り、試してみる。	・実習「聴く」
7/10	・グループ・プロセスに気づく。 ・グループへの自分の参加のしかたに気づく。	・講義「グループで何をみるか」 ・実習「グループ討議と観察」
7/17	・グループ・プロセスに気づく。 ・グループへの自分の参加のしかたに気づく。 ・援助関係のあり方を知る。	・講義「援助関係」 ・実習「グループ討議と観察」
9/24	・この時点での自分を表現してみる。 ・“Self Box”を作り始める。 ・お互いに印象を分かち合うことを通して、他者の自己理解を深める助けとなる。	・実習「印象交換」 ・実習「Self Box」
合 宿 7/28 7/29	・これまでやってきたことを確認し、さらに自己理解を深める。	・実習「Hope Island」 ・実習「無言の集団作業」 ・実習「目かくし探検」 ・全体会「一人になってふりかえる」

募 金 の お 願 い

「名古屋いのちの電話」は、他の社会福祉事業や電話相談事業とは違って、公的補助を受けないボランティア運動とし準備しています。

電話センター借室料、機械類の保守管理、電話相談員の訓練、精神科医療面接、広報等の事業費として、開局時（一九八五年六月の予定）には、一千万円の運営資金が必要です。

限られたわずかな団体や個人、あるいは募金だけによって運営されるのは好ましくないと考えています。「いのちの電話」は広範囲な人びとの支援による運動でなければならぬと信じます。

賛助会員（年間一口）

A 一万円 B 五千元 C 三千元

後援会員

通常献金、夏期・クリスマス・歳末献金（額は定めません）

郵便振替 名古屋一五三七五八

名古屋いのちの電話

（ご送金は同封の振替用紙をご利用ください。払込料は無料）

◆事務局だより◆

六月から始められた電話相談員第一期一次生の訓練は、七月二十八・二十九日の合宿をもって、第一課程訓練を終了しました。かんかん照りのさ中、吹き出す汗を拭いながら訓練する者さる者、実に真剣そのものでした。九月四日からは一次と二次の両受講者合わせて一一〇名、中央教会ホールで第二課程の研修に取組んでおります。

◆事務局は相変らずガランとしていますが、専任主事が決まり中古品のコピーも片隅に置かれました。

◆毎月第二月曜日午後六時半から定例準備委員会、随時訓練、財務、企画委員会を開き、開局に向けて着々準備を進めております。

◆募金は目標の頂までいまだ道遠し、多数市民の方々の理解とご支援を得たいと希い活動しているのですが！企画部では資金の一助にと、来春五月コンサートも企画しております。

◆声が聞こえる、事務局に冷凍庫付冷蔵庫があればいいなあ！