

平成29年11月11日(土)第3回 「ほっと・ほらんていあ」の報告

今回のテーマは、“はじめまして！精神対話士です”～精神対話士ってなんだろう～と題して、ゲストに精神対話士の“寺山静夏さん”をお迎えしてお話していただきました。

パンフレットには、**精神対話士の定義**は、社会および家族関係の変化に伴って起こる人間関係の希薄化現象に注目し、**物質的な豊かさだけでは埋めることのできない人間の心の寂しさ、孤独感を、専門的な知識と技能に基づく真心の対話で和らげ**、生きる希望と勇気を与え、これからの人生に生き甲斐を持ち、よりよい生活を送れるよう精神的な支援を行う「心の訪問ケア(アウトリーチ)の専門職」です。と書かれていて、聴くことに徹しているようです。

現在、青森県には、**現在22人(うち中南地域は3人)の精神対話士**がいるそうです。**寺山さんは**、五所川原の大学の相談室で**スクールカウンセラー**をしていて、社会人の娘さんと小学3年生の息子さんの二人のお母さんだそうです。病院のリハビリの仕事をしていた時に、精神対話士の資格を取ろうと思ったと話しています。

スクールカウンセラーとして体験した**事例をあげて、優しい声でゆっくりと丁寧にお話し**してくださいました。寺山さんが、お話している間は、**会場に穏やかな空気が流れて**いて、参加者のみなさんが魅了されて**癒された**と話しています。

寺山さんのお話の中で、特に**心に残った言葉**は、

「**どんな時もあなたのそばにいて100%あなたの味方です。**」と、フローレンス・ナイチンゲールの「**たった一人でも良いから、何でも自分の思っている事を率直に話せる相手がいてくれたら、どんなにありがたい事だろう。**」でした。

質疑応答の後で、参加したみなさん一人一人からお話を伺って終わりました。

参加者からは、『青森にもっとたくさんの精神対話士がいたらいいです。』、『参加者のみなさんの意見を聞くことが出来て良かった。』、『精神対話士って何だろうと単純な気持ちで参加した。今日の講座と受講者のまとめが素晴らしい。**精神の問題は大きな課題だ**と思うので、**これからも関心を持って生活して行きたい**と思う。』などの感想をいただきました。

「**ほっと・ほらんていあ**」は、みなさんのボランティア活動に少しでも役立てていただけるように、**2か月に1回程**開催しています。**次回は、1月**で、内容は、まだ未定です。詳細が決まりましたら、広報、HP、新聞、ラジオ等でお知らせいたします。ボランティアに興味のある方に限らずに、みなさんのご参加をお待ちしています。