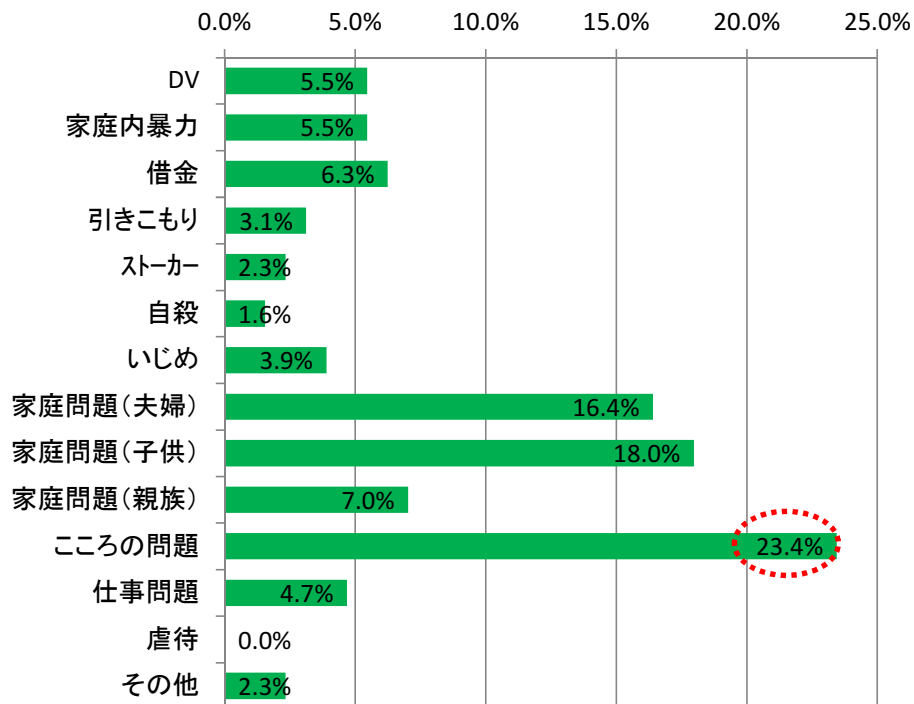


【10月の相談レポート】

10月は「こころの問題」



【図1】 2012年10月に寄せられた主な相談案件の割合

10月、日本駆け込み寺に寄せられた相談の中で一番多かったのは、「こころの問題」です。主に、うつ、統合失調症、発達障害、パーソナリティ障害などを抱える方々からの相談です。

日本駆け込み寺では、基本的には精神疾患に関わる相談にはお答えできません。駆け込み寺の相談員は精神医療の専門家ではないため、不完全なアドバイスによって、相談者の症状や心理状態を悪化・複雑化してしまう恐れがあるからです。

ただし、専門家による正しい治療を受けている相談者が、現実問題として人間関係や職場のトラブルに巻き込まれてしまったときなどに、その具体的な解決法やヒントをアドバイスすることはあります。

また、問題を抱えてしまったことが原因でうつになってしまった相談者の場合、その現実的な問題を解決することによって健康的な心を取り戻す可能性がある、という考え方もあるでしょう。そのような意味で、アドバイスやヒントを与えることもあります。

いずれにしても、「こころの問題」に関わる相談を取り扱うときには、相談員の適格な判断力と相談者の自覚が必要とされます。

10月は「こころの問題」が多かったのですが、日本駆け込み寺の相談業務は、いわゆる心理カウンセリングや精神療法とは別のものである、ということをご理解ください。

悩み事や困り事があったら公益社団法人日本駆け込み寺へ。ご相談は、以下の電話番号からどうぞ。

◆新宿歌舞伎町駆け込み寺：03-5291-5720

◆仙台国分町駆け込み寺：022-395-7740