

LGBT電話相談員さんに聞きました

町田市男女平等推進センターでは、性的マイノリティ当事者とその家族の声が届き2020年5月からLGBT電話相談（性自認及び性的指向に関する相談）を始めました。そこでLGBT電話相談がどのように行われているのか、実行委員が相談員さんにお話をお聞きしました。

<相談員さんプロフィール>

資格：臨床心理士、公認心理師、精神保健福祉士、
日本カウンセリング学会認定スーパーバイザー
現職：NPO法人代表理事、地方自治体女性悩み事相談員、子育て支援等研修講師

Q. 1回の相談時間は決まっていますか？

A. とくに決めていません。30～50分ほどでしょうか。初回の相談や、複雑な問題を抱えた方の相談は50分ぐらいかかりますね。

Q. 非通知でも電話相談を受け付けていますか？

A. 非通知でも大丈夫です。

Q. 名前を名乗らなくてもよいですか？

A. 原則、匿名です。個人情報に関わることは質問しません。必要な場合だけ、「何十歳代ですか？」などと伺いますが、詳細は尋ねません。

Q. 相談を受けるにあたり、どんなことに留意していますか？

A. 「聴く」ということでは、LGBT相談もDV相談も、基本は変わらないと考えています。評価的・常識的な判断は一切入れず、私個人の価値観を無くすことに留意しています。相談者の言葉に添って、ゆっくり、しっかり聴き、理解しようと努力する。相手の立場になることで共感的に理解できるのではないかと思います。

Q. 相談者はどんなことに悩んでいると考えられますか？

A. LGBTと、ひとくくりにされがちですが、一人ひとり違うし、抱える悩みも複雑です。ただ、他の心理相談にも共通することですが、自分のアイデンティティをどう作っていくかという問題は大きいと思います。自分って何なんだ、自分の立ち位置はどうなんだということです。

Q. 家族からの相談はありますか？

A. 家族からの相談には、「親も子もお互いに悩んでいるんですね」と受け止めます。話しているうちに、子どもは親とは違う存在で、親がどうこうできる問題ではないと気付いて納得する方もいます。一方、「世間体が悪い」と思っている方には、「世間体って具体的にどういうものでしょう？」「世間と命と、どちらが大切？」と問いかけます。

Q. どのような経緯で相談員になられたのですか？

A. 私自身は30代で「うつ」になったことをきっかけにカウンセリングを学び始め、さらに60歳から大学院で学びました。2007年から町田市の女性悩みごと相談の相談員を務めてきました。市からLGBT相談を始めるとのお話があり、私のスーパーバイザーの一人が性的マイノリティの先駆者ということもあって、相談員となりました。

Q. どんな相談窓口を目指していますか？

A. どんなことでも困ったことがあったら気軽に電話できるような窓口にしたいですね。電話相談で問題を解決するのは難しいかもしれないけれど、問題を抱えながらもやっていける、気持ち的に大丈夫になるように、と思っています。

Q. LGBTについてお考えを聞かせていただけますか？

A. 男とか女とか関係なく、「人間」という枠で見れば問題はないのに、と思います。日本では歴史的に男女を厳しく分けてきました。そういう文化をどう変えるか、オセロのように一気に黒が白にはならないかもしれないけれど、変わりつつあるし、変わらざるを得ないでしょう。パートナーが男でも女でもいい、「カミングアウトしなければ」と思う必要もないくらい自然に受け入れられている社会になることを願っています。

限られた時間でしたが、相談員さんの相談に対する真摯な姿勢と、温かいお人柄を感じることができました。悩んでいる方はぜひ遠慮なく、相談の電話をかけてほしいと思いました。（実行委員会）



LGBT相談

☎042-721-1162

性自認（こころの性別）、性的指向（好きになる相手）、人間関係、職場や学校のこと…どんなことでもお気軽にご相談ください。専門相談員が相談を受け、秘密は守ります。



**相談時間 毎月第2水曜日
15:00～20:00
(祝日はお休み)**

女性悩みごと相談

☎042-721-4842

女性のための身近な電話相談です。DV、セクハラ、家族やお子さんの問題など、一人で悩まず、ご相談ください。

**相談時間 月・火・木・金・土 9:30～16:00
水 13:00～20:00
(第3水曜日・祝日・年末年始はお休み)**



「法律相談」女性弁護士が担当します。
※予約は「女性悩みごと相談」にて受け付けます。
相談日・時間 毎月第2・第4木曜日
14:00～16:00 (祝日・年末年始はお休み)