

山梨県 桃の会

HP : <http://momonokai.org/> E-mail : meri-sannokuni@softbank.ne.jp

会報第47号

子供を「育てる」ことの原点に戻って考えてみる。

親から子供へ人間として何を伝えていけばよいのだろう……？

「奈々子」

〈 唐突だが/奈々子/お父さんはお前に/

多くを期待しないだろう/ひとが/他からの

期待に答えようとして/どんなに/自分を駄目に

してしまうか/お父さんははつきり知ってしまったから/

お父さんが/お前にあげたいものは/健康と

自分を愛する心だ 〉 (吉野 弘)



出会う、つながる、わかちあう

KHJ 全国ひきこもり家族会連合会 山梨支部

8 月月例会

【テーマ】

〈自分らしい生き方って？「KHJ 自分プロジェクト」〉

〈講演者〉 上田理香氏

プロフィール (KHJ 全国ひきこもり家族会連合会本部事務局長・KHJ 認定ピアサポーター・家族相談士)
大学で心理学を専攻。20 代のころ断続的に親と子の二重の社会的ひきこもり状態を経験。
2012 年より KHJ 本部に従事。全国の家族会の取り組みを支援するとともに、家族の孤立を防ぐために、ひきこもりに対する社会的理解を促進している。
ピアサポーター養成研修、家族への学習会、講演会、兄弟姉妹の会、支援者研修を企画実施。
今年から新事業として、自分らしい生き方プロジェクトをスタートしている。

〈日 時〉 8 月 19 日(日)13:30~16:30

〈場 所〉 山梨県福祉プラザ 4F

〈参加費〉 一家族 1,000 円 (当事者は無料)

〈内 容〉 「あなたが就労や自立に捉われず、生きる上で最も大切に思っていることは何ですか」
KHJ の家族会調査 (2017) で最も多かった本人の回答は「自分らしさ、人間らしさ」でした。家族からも「自分らしさ」を大切にすることは、人としての幸せに必要な価値観であるとの回答が目立ちました。「人に合わせるのは苦手だけど、自分のできること、関心のあるものから、自分のペースでコツコツできるものがあればやりたい」「自分を大切にしながら、人と比べない、自分に無理をしない生き方をしたい」。
今年からは始まった KHJ 自分プロジェクトは、自分らしい一歩を応援するプロジェクトです。世間の常識にとらわれない「自分らしい生き方」をご一緒に考える時間になれば幸いです。

《当事者スペース》

〈日 時〉 8 月 19 日(日)13:30~16:30

〈場 所〉 甲府市北東公民館 2F 和室
甲府市武田 3 丁目 1-6 北東部市民センター内
(今回は場所が変わります)

【8 月のミニグループトーク】

〈日 時〉 8 月 26 日(日) 10:00~12:00

山梨県福祉プラザ 4F

例会とは違った集い、気晴らしのつもりでお出かけ下さい。

♪参加費は 500 円です。(当事者は無料)



私の性格

私は幼い頃から人と向き合うことができませんでした。自分の思っていることや気持ちを素直に出すことが、こわくてできずに、周りの人の都合に合わせた自分を作りだし、それを出していたように思います。対等な関係というのが、体でわからないままです。

それで、表面上は、人間関係がうまくいっているように見えるのですが、無理やり作った自分を出しているため、どうしても心がボロボロになり、しんどくなって、表情も疲れた憔悴したようになり、人間関係が、苦しくなってしまう、人と会うことに疲れ果て、ひきこもってしまいます。

そのうちに、自分の感情が自分でわからなくなってしまいました。

私は、今、37 歳になるのですが、人とあまり向き合うことなく生きてきたので、人との距離の取り方や、その場その場におけるふるまいが、わからなくて、自信もないので、人や社会がめちゃくちゃこわいです。人と会うと、精神が押し潰される感覚になります。それが体に出てきて、肩こりになったり、表情がひきつってしまいます。そして、その場にいたまされなくなって、フツといなくなってしまう。

高校を卒業するまでは、何とか通えたものの、大学に入ると、履修の仕方など、わからないことが出てきたときに、それを聞けなくて、自分の中だけで抱え込んでしまい、苦しくなって、結局、中退してしまいました。人に甘えたり、頼ったりというのが、すごく抵抗があったのです。

もっと言うと、人の中で安心ができないのです。

山田さんが書かれた『笑いと悲しみと共に生きたい』の中に、「何で俺を産んだのだ 俺の人生返せ」「産んだ親の責任だ。責任とって俺を殺してくれ」とありますが、その言葉にすごく共感しました。時々、強烈に「何で私は、あの親の元に産まれてきたのだろう」と自分を産んだ親に怒りがこみ上げてくることがあります。過去を思い返して、あの時、家族が、自分に、こう接してくれていたなら、よかったのにとか、死ぬほど思うことがあります。思い返しても仕方ないです。一方で私も 40 代間近になり、親も 70 代近くなり、親に申し訳ないという気持ちも感じています。今のひきこもっている自分自身を責めてしまいます。いっそ、この世から消えたいとも、思います。

今の私には、死ぬか殺すかの選択肢しか見えてない気がします。

そんな中、『笑いと悲しみと共に生きたい』を読んでいて、色々な方々の苦悩に触れるにつれ、苦しいのは、自分一人ではないのだとわかり、少し楽になりました。

必要なのは、同じことで悩んでいる仲間なのだと思います。

仲間の中で生きるエネルギーは、つくられるのだと、この本を読んで感じました。

新たな苦悩の誕生を願って。

(admin)





コラム

もう限界に来ている 親も子供もとうた。 山田 幸明

「深夜、息子が室のカベをたたきつづけている」と相談を受けました。21年間ひきこもって今年で40才になる。ここ数か月、室での生活の様子が変化したのだ。父親が「大丈夫かな？」と声をかけると室の中から「うるさい」と大きな声かして、声がかけるのも不幸になったようです。御両親もたくさんカウンセリングを受けたりあちこちといろいろな相談や機関や親の会をたよぬたとうた。20年が経て、もう限界に来ている。

親もまた子供もとうた。3回目の相談を受けたとき「とにかく健康問題は心がこわいからね、本人も苦しいかも」と感じ、またこんなことが起きたら深夜でも救急車を呼びました」とも提案してみました。10日後深夜3時に届いたX-線をみて翌朝8時に奈良市の警察署にいきました。子供さんが保護されていきました。入院先の病院も決まりホッとした御両親の顔がありました。

ま黒坂階の中を、一つの出口と出会ったのです。

入院後2週間目に私は本人と病棟の中庭でお父さんと3人で会うことができました。私はどいかに一人生活のすすめをして、石垣島・京都での仲間の生活を勧めました。私がリリギカ彼は小さな声で「京都でお原厚いしです」と言ったのです。自分自身で大きな扉をあける勇気ができたのかなと思っています。

桃の会スーパーバイサー

変化は考えて待つだけでは訪れない。
変化は行動から生まれる。一人ひとりの行動が
いつも必要とされている。桃の会はみんなで作り
上げていく会です！！

お問い合わせ
TEL/FAX/☎
0554-66-4073
090-6190-8677
上野原市コモアしおつ
1-4-3
桃の会事務局

桃の会今後の予定 2018年(H30)

*月例会 9月16日(日)13:30~16:30

*ミニグループトーク 9月22日(土)10:00~12:00

山梨県福祉プラザ



農園でギャザリングしよう

◆市民農園・1区画 55㎡(約17坪)1年間 6,000円

場所: 甲府市七沢町

友達、家族などで一緒に畑で過ごしませんか？

◆お問い合わせ=055-243-0261(相良農園)

すみれ会

◇月例会 8月18日(土)13:30~15:30

場所: すみれ会事務局

◇お問い合わせ=090-5416-8748(清水)