

山梨県 桃の会

会報 第 111 号

「～すべき」と さようなら・・・

ひきこもる人にとっても、ひきこもらない人にとっても

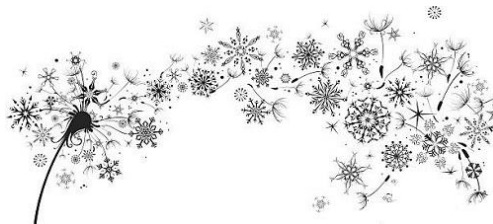
「～すべき」は思考を狭め、委縮させる

多様な価値観をシャットアウトし

周りからの声が自分には届かなくなる

自分の世界の中で自分を支配し

そして自分を追い詰めていく



「～すべき」ではない生き方はある

「～すべき」ではない生き方には広がりがあり

そして自分を解放し自由を得て

自分を生かす本当の生き方に気付くはずだ

勇気をもって「～すべき」を手放し

「多様な世界」に踏み出してみよう

出会う、つながる、わかちあう

K H J 全国ひきこもり家族会連合会 山梨支部

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

ヒア Voice

*** チャイルドアビュース(虐待) *** (不適切な関わり : マルアソート)

>>>>>>>>>>>>

あなたは子供が親の希望通りのことをしてくれることに喜びを感じますか？

自分が子供の希望に答えられることに喜びを感じますか？

[illegible]

11月にはテーマトークでもチャイルドアブ्यूズ(虐待)を取り上げP4に報告を掲載しております。

虐待という言葉は本当に真意を突いている表現ですがここでは「不適切な関わり（マルアソート）」と表現させていただきます。まず最初にお断りしておきたいのはひきこもる子供を持つ親が全て「不適切な関わり」をしているということではありません。しかし日常生活のあらゆる状況の中で「不適切な関わり」は線引きができにくくいつでも起こりうる危険性をはらんでいる懸念を持っております。「不適切な関わり」は現代社会で増え続けていて、その後遺症で苦しむ人たちを間の当たりになすことが多くなり無関心ではいられない気持ちがあり取り上げました。

人間が人間として生きるために必要な根幹を揺り動かすことに繋がる「不適切な関わり」それは社会全体の根幹を揺るがすことになると思うからです。

ひきこもる背景にも「不適切な関わり」は大きく関わっていることは推測できますが表面化しなければ、子供も親も認識しないまま時間だけが経過して、子供は何歳になっても意味不明な生きづらさにさいなまれ心を病んでいく状態になると思います。

「不適切な関わり」には大きく分けて 4 つあります。

身体的、心理的、ネグレクト(放任 放棄) 性的なもので共通していることは根底に相手を支配したいという強い思いがあることです。しかし「子供のために思っている」という思いが根底にあると自分が支配している事には全く気付かず結局、自分を守り、自分が安心するため支配は続きます。それは子供への「愛」としては届かず「否定」として伝わり、4つの全ての「不適切な関わり」は人間の心を殺してしまうのです。心が死ぬということは、喜び、悲しみ、苦しみという人間的感情、感動を感じられないということです。それは人とお互いの共有、共感が持てないということで、信頼関係にも及ばないことです。身体的成長、頭の中の能力は成長しますが、人としての心、内面の育ちに影響を与えます。

自分の喜びについてその感情をある当事者は・・・

* * 母親はボクの好きなことに興味がなかった。

父親はどんなことも認めてくれた。父親のお陰で自分自身の"喜び"を得ることは叶ったように思ったがどれもこれもそれは不確かでしばしば不安要素になる。他者も自分も信じられない。だからどんな喜びも上っ面で表面的なのだ・・・と。＊＊

人間としての人格(パーソナリティー)が育ちにくいという悲劇は、自分自身という土台が不確かなので自分に価値観を置くことが出来ません。自分に価値観を置けないということは、自分を信じる事が出来ない、そして他者を信じる事が出来ないということです。 人を信じる事が出来なければ人間が人間としてこの社会でどのように何を拠り所として生きていくことができるでしょうか。

家族が人間を育てられない、家族が家族を滅ぼすという社会は、自ずと社会も滅んでいく事になります。ですから今この社会で生きている人にとって、この問題は人ごとで無関係な人は誰もいないのです。私は冒頭の二つの言葉を日常生活の中で心の中に深く取り入れそしゃくし、循環させながら子供との関係を築いていきたいと思ひます。

（ shingohara ）

「小さな喜びを見つけよう」 ～ ミニグループトーク ～



今回皆さんから実に多くの「小さな喜び」が発信されました。

今、本当に苦しみの中にいる方もいらっしゃると思うのですが、「喜びなど何も感じられない」という方は一人もいらっしゃらず、それぞれ付箋に書いて頂きました。毎日頭から離れない気になることのスイッチを切って何気ない見過ごしていた「小さな喜び」あれもこれも喜びだった・・・と気付く機会だったように思います。

お茶を飲んで一息いれてる時、・周りの人と趣味などの共感ができた時、・草花に触れ手入れしたり飾ったりすること、・出掛けた時見る秋の木々の紅葉を見て、・温かい本に出会った、家族全員で食卓を囲めた時、・健康であること、・友だち温泉にのんびりと入れたこと、・暖かい布団暖かい部屋があること、・仕事を終えて帰りたいと思う家があること・息子が家の手伝いをしてくれた時・息子が出掛けた時おみやげを買って来てくれた時・息子から話しかけられたりこちらからの投げ掛けに応えてくれた時・好きなことやりたいことがあること、一人ではないと感じる時、ひきこもりの息子と目と目が合ってニコツとした時・・・・等々

まず自分の小さな事に喜びを感じる事からスタートしてその小さな喜びの積み重ねが大きな喜びに繋がるのではないかと思います。喜びの言葉は声に出すだけでも少し気持ちがほぐれ、温かい気持ちになるのは不思議です。その喜びは自分だけの喜びに留まらず、人と共感共有出来ると、人の為になることが喜びになり、そして人の喜びが自分の喜びになり、喜びが大きく大きく膨らんで広がると心を揺るがす感動へと繋がるにだと思います。

ある発達心理学者の研究によると人間は喜びの感情が育ってから「悲しい」という感情が育つと報告しています。子供を育てた経験を振り返ると、とても実感し納得出来ることです。

私たちは生まれながらに平等に喜びの感性の種は持っていてその種は喜びを得て育っていく、育てなければ育たないということです。自分の中に育てられた喜びの感情があるから喜びを感じることに感謝しつつ何気ない小さな喜びを喜びと感じながら毎日を過ごせたらと思います。

(H・shinohara)





当事者スペースの報告 11月12日(日) 13時～15時 ぴゅあ総合2F小研修室

参加者：当事者・経験者（5名）桃の会関係者（1名）

* スペースにおける内容

今回はぴゅあ総合2階の研修室で、当事者スペースを開催しました。チェックインでは「最近良かったことはありましたか？」とのテーマで、簡単に皆さん話してくれました。一例として私は、プロ野球の日本シリーズが7試合白熱して、とても良かったと。グループトークとしてジョギングと散歩・ウォーキング、自転車と健康について話したり、最近の古い音楽のブームについて、初めて買ったCDについて思い出して話したり、再ブームのレコードについても、思いなどが語られました。また、障害者雇用、B型就労・A型就労支援施設、ハローワークでのカウンセリングなど、収集してきた資料や専門職員の話しを紹介・回覧したり、また実際の最近の経験などが紹介され、現在のひきこもり・障害などの方の就労、活動、居場所について、話しが出されました。最近始まった、県内のメタバース居場所についての体験、情報も紹介されました

** 世話人たちの感想

世話人の米長です。一昔前の当事者スペースには県内の支援機関の職員の方などが資料や情報を持ってきて訪ねてくれて、5分10分紹介してくれた時もありましたが、今回は収集に出掛けまして、たまたま雨で来訪者がほとんどおらず、「どうぞどうぞ」と案内され、1時間30分程様々なことを確認することも、教えてもらうこともできました。最近でも、東京などから「ひきこもり株式会社」の紹介、また県内の他の居場所・活動の紹介に経験者・当事者スタッフ・職員の方が紹介がてら参加して下さることもあります。



テーマトークの報告 11月9日(土) 福祉プラザロビー

今回のテーマは虐待を取り上げました。

今を生きる私たちが目を逸らしてはならない、逃げてはならないテーマであることを再確認する機会でした。

心に負った傷、生きづらさは、言葉の表現を越えるものでその負の経験をずっと背おって生きることはいつも

「死」と隣り合わせであること、それは当事者の共通した悲しい事実でした。虐待は家庭という閉鎖された場所で日常的に積み上げられそれが習慣化すると虐待と認識出来ないまま大人になり苦しみの中で虐待を知り認めなくてはならないこととなります。それは本当に残酷で悔やまれることです。

虐待は自分と無関係ではないという視点に立ち、声をあげやすい社会、それを掬い上げる社会、社会全体で虐待に対する関心を高める必要を感じます。当事者が自分だけで心に封じ込めていた想いを少しでも話せる場所がこれからも必要であると思いました。 (参加者の親)

*** いつもお世話になっております。スタッフのたきざわです。

約2年にわたりテーマトークをやらせていただきましたが、誠に勝手ではございますが、今後当事者会としての方向性の見直しのため、暫くの間お休みさせていただく事になりました。突然のことで大変申し訳ございません。今まで支えてくださった参加者と運営スタッフの皆様、本当にありがとうございました。

*** 当事者の居場所の目的について ***

桃の会では当事者の居場所を2回設けております。

居場所の目的は自分の抱えてる問題、生きづらさや社会的情報、日頃抱えている疑問等自由に話し日々の緊張をほぐし少しでも楽に生きれないかという想いで設けられた居場所です。

当事者の方にとっては自己開示できる大切な場所となっております。

そして人との繋がりを体験し感じて貰える場所になればと思います。それは決して男女、又は同性のお付き合いを求めて来るという意味ではなくそういう場所ではありません。

今回このようなメッセージをお伝えする事になった経緯には会の中でセクハラ行為に及ぶ件があり、それを受けられた方がとても精神的ダメージを受けられて不眠、フラッシュバック等の症状に苦しんでいる訴えを受けてのことです。会としてとても残念で被害を受けられた方には御迷惑をお掛けし大変申し訳なく思います。会へ参加される目的意識が自分の性的欲望を満たすものに関しては会への参加を御断りさせていただきます。純粋な気持ちで参加される方が殆んどですのでその方達をお守りする意味でも今回このようなメッセージをお伝え致しました。どうぞ皆様の御理解とご協力を宜しくお願い致します。

セクハラ発言とは

性的な内容の発言を言います。基本的に受けて不快に感じればセクハラに当たります。

受けての感じ方が不明でも常識的にみて大多数が不快とを感じるような発言であればセクハラに当たります。セクハラ発言した人が「嫌がらせのつもりで言ったのではない」「軽い冗談のつもり」「好きだから」結果的に相手が不快に思い自身の尊厳を傷つけられたとを感じるような言動があればセクハラに当たります。下ネタ発言も同様です。

*** テーマトークお休みの件 ***

当事者の居場所として当事者スペース、テーマトーク二つの居場所を開いていますが

テーマトークを暫くお休みして充電期間を頂きたいと思います。

当事者スペースは今まで通り行いますのでご利用下さい。

いつも参加頂く皆様には大変御迷惑をお掛け致しますがどうぞご理解とご協力を宜しくお願い致します。

(篠原)

*** 12月の活動日程 ***

▶ 当事者スペース 12月17日(日) 13時~15時 ぴゅあ総合音楽室 参加費無料

フリートーク・・・日々の出来事や感じたこと、様々な想いを自由に話します。

桃の会 12 月の活動



12 月は 講演会、当事者スペースを行います

今年も残り 1 ヶ月あまりとなり本格的な冬を迎えようとしております。寒暖の差があり不安定な気温となっておりますが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。

12 月は 4 回目の 10 周年記念講演を行います。今回は兄弟姉妹に焦点を当てた講演になります。

桃の会では小規模ながら毎回兄弟姉妹グループを設けてきょうだいの立場でひきこもるきょうだいとどのように向き合い家族として何ができるかなど話し合っております。親の高齢化に伴いきょうだいのいらっしゃる家庭ではどうしても避けられない問題に直面することとなるのではないのでしょうか。

寒さが深まる頃となりますがどうぞ寒さ対策をされて是非お出かけ下さい。

■ 第 4 回 10 周年記念講演 ■

12 月 17 日 (日) 10 時～ ぴゅあ総合 3F 音楽室 1 家族 500 円 当事者無料

「ひきこもりの兄弟姉妹～兄弟姉妹ならではの立ち位置と関わり方を考える」

講師 KHJ 兄弟姉妹の会 深谷守貞氏 ソーシャルワーカー

講師の深谷さんは 10 年前桃の会を設立する際に KHJ からのお一人としてお力を頂き大変お世話になりました。現在、KHJ 兄弟姉妹の会に深く関わり活動されていらっしゃいます。今回は親とは視点の違ったきょうだいとしての関わりをどのように進めて行けばよいのか、それぞれに家庭や生活がある中で親へのサポートも含めてどこまで関われるのかなどのお話や、東京で活動され多くの事例に出会われる中で兄弟姉妹だから感じる苦しみ、葛藤などお伺い出来ればと思います。

◆ 1 月の予定 ■ ミニグループトーク 1 月 21 日 (日) 10 時～ ぴゅあ総合



■ 当事者スペース 1 月 21 日 (日) 13 時～ ぴゅあ総合

＊ ＊ お詫び 12 月 9 日に予定しておりましたケーキ作りは都合により中止となります。誠に申し訳ありません。今後また機会を設けたいと思います。



募集しています！！ 皆さんの声を募集しております！日々の想いやちょっとした出来事など大歓迎です。どうぞお気軽に桃の会事務局のメールアドレスまたは Fax でお送りください。お待ちしております。

お問い合わせ 桃の会事務局 篠原 e-mail / meri-sannokuni@softbank.ne.jp 090-6190-8677
TEL&FAX 0266-78-3742
岩下 e-mail / gunthanksjp@gmail.com 090-4618-6985
Fax 055-285-3199