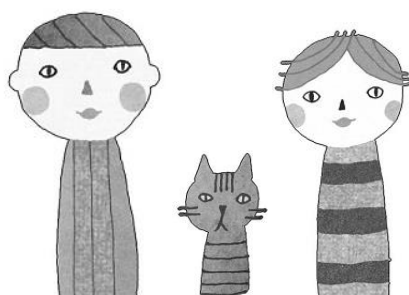


山梨県 桃の会

会報 第 128 号

親子だから・・・

諦めきれない 苦しい
本当のことを言えない
わかってもらいたい
何故か許せない
素直になれない
当たり前じゃない



本当は感謝したい
安心して話したい
だからそっと見守ってほしい
一人の人間としての存在と価値を
認めてほしい
信じてほしい

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

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



何によって気持ちが動くようになるのか

*** 対話があり人間の存在がある

対話主義のロシアの文学者、思想家ミハイル・バフチン(1895～1975)は対話を相手とただ話すことではなく対話があることで人間の存在があると考え「対話は生きること」と捉えた。

人間は一人では自分が何者かを知ることが出来ない、自分が何者かを知るために他者が必要になる。自分の意識は一つ単体として存在しているのではなく、常に別の意識の間との関係性で存在し、その別の意識の間で対話を生み出そうとしているというのである。その対話に終わりではなく終わる時は人類の滅亡を意味すると・・・。

すなわち「対話が必要である」と考えるのではなく、「人間は元々対話的關係性の中にある」と考えた。

(桑野 隆 ロシア文化)

*** 孤立や孤独は不自然な状態

一世紀あまり前にバフチンが考えた対話という思想が再び 1970 年代頃から注目され初め、現代社会の生きづらさの中で必要とされてきていることを考えるとバフチンが考えた対話は特別の事ではなく人と人の相互関係の中でごくごく自然に存在するもので孤立、孤独社会の中で人間が本来のあり方に戻ろうとしているのではないかと私には思える「対話があることで人間が存在する」と考えるといじめ、ひきこもり、虐待、パワーハラスメントが増加し続けている現実社会は確実に対話のない社会が存在していて、バフチンのいうとても不自然な社会、居心地の悪い社会ということになる。

「あなたはこういう人だ」と決めつけてしまうことはコミュニケーションがそこで途絶えてしまいその人を「そこに人は存在せず人間をまるでモノのように扱うこと」とバフチンは表現している。

最近ある報道番組で少年院で保護されている少年たちの特徴に感情を伝えられない、自分の感情に気付けない、他者の痛みが分からない少年がとて増えていることを伝えていた。少年院の中では、どんな時に、どのような感情が湧いて、それをどのような言葉で伝えるかを学ぶ時間を設けているそうである。彼らは初めてしっかり話を聴いて貰う経験をして自分の感情を少しずつ言葉で伝えられるようになるそうである。この現象は少年院の少年たちだけに現れている問題なのかと考える。社会全体が感情の乏しい孤独で孤立的な社会だから彼らのような存在を生み出し、周りの大人も益々感情表現ができにくくなっていないだろうか。会での対話実践を通じても感じることだが、子供の問題点やそれに伴う苦しさや大変さは沢山話せても「どのように感じるのか」という問いに「分からない」と言われる方が多いように思うことから伺えるのである。

その人に問題があるというのではなくそのような環境が背景にありその影響を受けながら人間は育ち生きていくのではないかと考えているからである。私自身も思わず言葉に反応してしまう自分がいたり、自分の感情を伝えることが下手になっているかもしれない。対話する事で内なる自分に気付き、引き出せるようになりたいと思う。バフチンが言うように、人間が関係性の中で対話を生み出そうとしている存在ならば誰もが心に対話に向かう道のようなものを持っていると考えたい。一人の人間として尊厳を守られることは安心感と信頼の核が存在する。刃物で切り捨てるような表現や無関心ではなく、対話的な温かなメッセージはいつまでもの心に残り続け、終わりなくずっとその人を温かく包み込み励まし続けるとものだと思っている。

(shinohara)



4月の活動報告

■第14回オープンダイアログ

講師 青山実氏（公認心理師/社会福祉士/介護支援専門員/介護福祉士） 協力 まりさん

浦安市の家族会「ここからの会」深堀さん(仮名)とオンラインで交流し桃の会から2名リフレフティングに参加して青山さんと4人で対話しました。今回、他県の家族会との交流は初めての経験でオンラインだからこそ出来る取り組みで、様々な価値観に触れる貴重な機会となりました。

リフレフティングワークにおいて会話になってしまう傾向があったことは配慮の大切さを感じました。どのように感じたかではなく自分のことを話してしまう、アドバイスをしてしまうなど個々の感情の動きもあり難しいことですが、毎回の反省点を踏まえながらオープンダイアログの場にしていければと思います

リフレクティングに参加して

4月6日の桃の会では色々なハプニングがあったにもかかわらず無事、深堀さんとの対話がネットをつないで実施された。深堀さんを含めた参加者のお人柄ゆえかお話されることを聞いて自分の気持ちの一端を素直に話すことができたのではないかと思います。深堀さんは一つ一つ言葉を選んで私たちの話を聞いて感じたことを真摯に言葉にしようとしてくださった。時にうまく言葉が出てこない時があってもじっと間をとってゆったりとしたペースで対話を進めてくださった青山さんにも感謝している。

(堺谷正子)

+++.....+++

初めてのオンラインでの対話でどのような展開になるのか不安な気持ちもありましたが、話し手の深堀さんの本当に素直で正直な内面の声をお聴きすることが出来ました。私の心には何か温かなものが今も残っています。きっと皆さんの心にもその後も残り続けているものがあるのではないのでしょうか。

親子関係性の中で敢えてその泥沼に足を踏み入れた時、子供も親も泥まみれになりながら共に豊かに変化していく・・・見えなかったもの、見たくなかったものは苦しみを伴った気づきですが、苦しみの中にこそ本当の気づきがあるということを改めて感じています。

(shinohara)

＊ ＊ 年会費納入のお願い ＊ ＊

いつも皆様には御理解とご協力を頂き有難うございます。

桃の会は自助の会で皆様からの会費で運営されております。

今年度も家族、当事者、誰でもが少しでも生きやすい社会となるための活動を続けてまいりたいと思います。どうぞご理解とご協力を宜しくお願い申し上げます。

年会費 3000 円 同封の振り込み用紙、又は会場受付にてお支払い下さい。

当事者 Voice



■当事者スペースの報告 4月6日(日) 10:00~15:40 (途中休憩あり)

ぴゅあ総合3F 音楽室 参加者: 当事者・経験者など7名 桃の会関係者1名

▶スペースにおける内容

10時からの家族会「オープンダイアログ対話からの学び」に当事者・経験者は2名参加でした。前半の千葉と山梨をつないだ3元オンライン対話を聞いた後に、その内容の感想をグループに分かれ対話しました。今回私も時間が出来たので10ヶ月ぶりぐらいに、オープンダイアログ・対話に最初から最後まで参加できました。良かったです。改めて、聴くことと、話すことをしっかり分けて対話実践をするということを、意識してワークに参加してみました。聴くことに集中力を高め、同時にその話で自分がどのように感じているのかも注視するわけで、かなりのパワーを使うことを実感しました。それだからこそ、そのワークで聞いた話をよく思い出せます。ただ、グループ2つをまとめて出た話しの内容をシェアするときの1人1人の感想はあまり思い出せないです。もちろん、神経使うと疲れがすぐ出てくる特性によるものか、比較的時間をとって話しをしてくれた1グループの時の話しの内容によるものかは、分かりませんが。午後からは、フリーに過ごす時間が始めにあって、その後、参加者で自由に近況や自分のこと、また家族のことや、仕事から感じていること・思っていること、最近の社会問題化していることなど、話しをしていました。

▶世話人たちの感想(今回1名)

今回、5年ぶりに参加してくれた古くからの参加メンバーさんと近況などを語り合うこともできました。もうかなり前になりますが、県内の他の居場所運営を共にしていた頃の懐かしい話しもできました。桃の会当事者スペースや昔運営されていた居場所で知り合った当事者・経験者が、居場所で会うことはなくなっても、何かしら繋がるものがあり、連絡も取ることがあると聞き、なんと言うのでしょうか一度結ばれた縁がずっと続いていたのだなと感じました。その縁の1つが、2年ぐらい前から少しずつ多方面で変化して、結果久しぶりに参加して活動してみようかとの思いに繋がられたのではないかと、考えたところです。

報告 米長



◆ 5月の当事者スペース

5月4日(日) 13:00~ **ぴゅあ総合 3F 音楽室** **参加費無料**

家族会でオープンダイアログを学びますが、対話は当事者と一緒にいるものです
対話は当事者を含め立場の違う人と一緒にいきます。

参加できる方は是非10時からの集まりにも参加して頂き対話する事を一緒に学びましょう

「オープンダイアログ（リフレクティング）の体験から得たもの」

学生時代、父の事業が失敗し、私たち家族は祖母の家へと逃げ込むように移り住んだ。夜逃げだった。かつての広い家から、私のスペースはわずか畳一畳分。このような中、不思議とこの状況を悲惨だとは感じていなかった。それは、胸の奥底で小さな期待が芽生えていたから。でもそれが何なのか、当時はまだ明確にはわからなかった。今振り返ると、それは疎遠だった父と狭い家で接点が増え父親の違う顔が見れること、そこに喜びを感じていたからだと思う。確かに以前に比べ違う顔を見せることもあったが、父はこんな状況で私に心配をかけまいと、虚勢を張り続ける姿も多かった。

それから時が流れ、今度は私が父となり、息子との関係に向き合う日々がやってきた。ある日、長く引きこもり、心を閉ざしていた息子が私の部屋を訪ねてきた。そしてこれまでの人生の辛かった経験を語り始めようとしたのだ。しかし、その瞬間、私は息子の言葉を遮り、自分の考えを一方向的に話してしまった。あの時、なぜ息子の言葉を最後まで聞けなかったのか。それは、私自身が恐れていたからだ。息子の辛い話を聴くことで、私が涙を流し取り乱すことで、息子は父親を悲しませたことに罪悪感を持つのではないかという不安があった。そして、そんな私の弱さを見せることで、親としての役割が崩れ、親子関係が壊れてしまうのではないかという漠然とした恐怖が、私の行動を支配していた。

以上のような話を、オープンダイアログ（リフレクティング）の場で青山さんに聞いてもらう機会を得た。青山さんは自身の経験を振り返りながら、こう語った。「私の父は厳しい人でした。でも、その父にも弱さがあることをうっすらと感じていたんです。」その言葉を聞いた瞬間、私の中に安堵と嬉しさが込み上げてきた。

なぜ、こんな気持ちになったんだろう？

それは、こんな考えが思い浮かんだから

『おそらくウチの子も私の弱さを見抜いていたのかもしれない。』

このことは、息子が私を親という役割ではなく、一人の人間として見てくれているということ。そう考えることができた時、親という肩書きを外し、初めて本当の意味で親子として成り立った感覚を得たのです。この感覚は、ちょうど、私が父と過ごしたあの狭い家の中で感じたもの、そのものだったのです。

引きこもりという現象は、とかく「問題」や「解消」という視点から語られがち。しかし、そこに潜む『親子の物語』として捉え直した時、新たな側面が見えてくる。もしかしたらその視点こそが、引きこもりという状況を温かく包み込み、解決への糸口となるのではないかと、今は思っているのです。

深堀純一（仮名）





桃の会 5 月の活動

■ 5 月はオープンダイアログ・対話と当事者スペースを行います

4 月上旬には春雷が至る所で発生して春の到来を告げました。

この会報がお手元に届く頃には草花や山々がもっと明るく鮮やかになっていることでしょう。

今年度も皆様の御理解とご協力を得ながら活動を進めていきたいと思ひます。どうぞ宜しくお願い申し上げます。

5 月の活動は 4 月同様に浦安市「ここからの会」深堀純一さん（仮名）とオンラインで対話します。

引き続き深堀さんのお話を伺いたいという要望やオープンダイアログの視聴をしたいという要望もあり、再度行うことになりました。皆様のご参加をお待ちしております。

▶オープンダイアログ対話からの学び 5 月 4 日(日) 10:00～ ぴゅあ総合 3F 音楽室

・・・「ここからの会」高畑綱二さんとオンラインで対話・・・ 参加費用 一家族 500 円

視聴できますのでご希望の方は篠原までお知らせ下さい

講師 青山実氏(公認心理師/社会福祉士/介護支援専門員/介護福祉士) 協力 マリさん

「問題という切符」

問題の解決を求めて同じ道をさまよい続け、気がついたら 10 年が経っていた。事態は一向に変わらない。

依存症やひきこもりで悩む方からよく聞く話しです。私の知る限り、優れた治療者や支援者は、変化や解決という言葉を使いません。ただ、お付き合いを続けて対話を重ねることしかできない、と言ひます。その考えに至るまで、治そう変えようと努力し続け、ことごとく失敗に終わった、というプロセスがあることは想像に難くないと思ひます。タイトルは敬愛する精神科医の斎藤学先生がおっしゃっている言葉です。半世紀以上、家族問題に向き合い続けるベテランの臨床家は、問題は「出会いのきっかけ」に過ぎないと話して居ます。恥と罪悪感を恐れ、身近な他者（家族）を避けていた自分との出会い。ひきこもり、という自分の理解を超えた状態を「発達障害だから」と決めつけて居る自分との出会い。つまりは、最も身近な他者である、自分という他者と出会い、対話が始まることでようやく「発達障害者」ではない、固有の名前をもつ個人としてのお子さんと「出会う」ことができるのではないかと思ひます。対話以前に、出会えてすらいなご家族と、ただ対話を重ねることしかできない、改めてこの現実（人を変えることなどできない）の厳しさを噛み締めています。

青山実（公認心理師/社会福祉士/介護支援専門員/介護福祉士）

◆6 月の予定



- オープンダイアログ 6 月 1 日(日) 10 時～ ぴゅあ総合
- 当事者スペース 6 月 1 日(日) 13 時～ ぴゅあ総合

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