

～8号—2013年9月1日発行～

*10代、20代、30代以上の不登校・ひきこもりの方の社会参加を考える支援団体です。

ポラリス通信

～不登校・ひきこもりの対応ニュース～

訪問サポート・トカネット代表 藤原宏美

皆様、こんにちは。

9月だというのに、まだまだ猛暑のような毎日が続いています。

いかがお過ごしでしょうか？

8月の終わりごろから、10代のお子様のご相談が一気に増えて、暦の上ではもう夏が終わるのだなあ実感しています

夏休みの間はリラックスしていた子供も、そろそろ新学期が始まる時期になり、二学期からは学校に行ってほしいという親の期待を目いっぱい感じながら、少し不安定になっているかもしれませんね。

夏休み明けのころとか、春の新学期のころというには、世の中が新しく動き出そうとする時です。そのため、不登校の10代の子供だけではなく、ひきこもって社会参加をしていない全ての人たちにとっては、取り残されてしまうような不安な気持ちになってしまう時期かもしれません。

とりあえず動き出す努力をしてみる人。頭の中で色々考えて、結局どうしても動けなくて焦る人。あきらめてしまっている人。色々だと思いますが、学校や仕事だけでなくあらゆる社会参加へつながっていくためには、まず勇気をだして孤立から抜け出していくことからです。

その勇気を出すためにはどうしたらいいのか、人に対する不安、社会に対する不安を解消するにはどうしたらいいのか、そのために家族に何ができるのかを、ぜひ一緒に考えていきましょう！！

〔不登校情報センターでは、毎月三つの会を開いています。〕

◆「訪問サポートを考える親会」では、なぜ動けないのか、社会参加をするためには何が必要なのか、そして具体的に人とつなげていくための方法を専門家と考えていきます。

◆「大人のひきこもりを考える教室」では、比較的年齢の高い子供のご家族と、ひきこもり経験者、そして専門家とで、それぞれのお子様の日常の生活の中での変化を確認し合っ、今できる形の社会参加を模索していきます。

◆「不登校・未就労の対応『ミニセミナー&質疑応答の会』」では、今後の対応や、家庭での日常の関わり方、家族が出来ることなどの質問に専門家がアドバイスをしていきます。

自己肯定感が生まれれば動き出す:居場所の役割

以前に『ひきコミ』という文通誌を発行した当時、2チャンネルで「(投稿をしているのは)みんなつぶされたやつらじゃないか」と書かれました。

“つぶされた”という表現の仕方は、単純素朴で乱暴な言い方ですが、確かに重要な点をさしています。いじめを受け、仲間はずれにされた人です。家族内で特異な扱いを受けた人も混じります。

繊細な感性をもち周囲の感情の起伏を受けとめやすい人、逆に無頓着で自己流の人などがこの“つぶされた”人たちであり、不登校や引きこもりの経験者も多く含まれます。これらの子ども時代の経験が、心身の成長を停滞させ、自己否定感を心身に強くしみこませています。

子ども時代に強いいじめや虐待を受けた人の困難は、人格の成長が阻止されたためか、ある程度成長した人格が破壊されたために生じているのではないか。言い換えると対人関係が毒素として働いたためです。「みんなつぶされたやつらじゃないか」という単純素朴な表現は人格の成長が“つぶされた”点を表しています。

そのときからずいぶん時間を経ています。その長い期間には同世代の人は成長し、成長の差は子ども時代以上に広がっています。いじめの罪深さはここにも出ます。困難を持つ人はその人なりの社会参加を考えなくてはなりません。

不登校情報センターで私が実際直面するのは、不登校や引きこもりの経験者の自己否定感との波風の立たない闘いです。彼ら彼女らは自分の考え方や動き方などを支持してくれるものがないと動けません。受身になりやすく、失敗が怖く失敗しない最善策は何もしないことにしているかのようです。

彼ら彼女らはそのことを日常的に口にすることはありません。それを口にしていいる経験はしていないからです。しかし追い込まれた状態になると、その気分は比較的すぐに表面化します。

「行けるところまで行く」と一見前向きに見える言い方をしますが、「ダメならそこまで…」と言うのとはほとんど同じ意味です。年齢も精神状態も人生の絶壁の淵で背水の陣におかれているのです。それを十分に知りながら、その場そのときを平穩に過ごす術(すべ)を身に着けているだけなのです。

「何もする気はありません」と自己否定感ほぼ共通の状態です。漠然とした不安感と依存、人への不信感とおびえがあります。これらは周囲の人へ向けられた感覚ですが、自分自身の無力さ(自己否定)と結びついています。このような感情状態では意識的な行動は長続きしません。

そういう人は意識して何かができる状態ではありません。生きていくこと自体が不安定であり、何かにつけてパニック、恐怖になりやすいのではないのでしょうか。それは自己存在感の空白、自己否定の深刻な状態です。意識してすることの前に感覚・感情としての自己否定感を薄める体験がいます。彼ら彼女らの繊細さと優しさ、ものを深く考えるよさをどう生かし、伸ばすのか。居場所の役割はそこにあります。

こういう人たちが不登校情報センターという居場所にきます。「不登校情報センターに通ってれば何かできるようになるのですか」と疑心暗鬼の質問をしながら、自問もしています。期待はずれになっても落胆しないためです。

怖れているのは自分を操作されること、得るものがなかったときの時間の損失です。私は操作をしないように心がけています。自然状態に任せることですが、放置しているだけと見られやすいです。時間損失は成功を期すだけで対策はありません。せめて費用負担は少なくすることができる方法です。

私が、このような引きこもり経験者に居場所に来るように呼びかけるのは、心の成長を促進する栄養分は対人関係づくりにあると思うからです。心の成長を阻害したいじめや暴力という毒素も対人関係でした。対人関係が栄養素として働いたことが記憶の表面に出てこないのも特徴です。実際はそういう栄養素として働いた対人関係もあるのですが意識としては弱いのです。その回復です。

「居場所において何かの作業をし続けながら、他の人を見ていると自分を理解するようになります。そんな自分でもいいと思えるようになったら、何かに手を出して始めたくになります」。これがめざすことですが、この状態に達するまでには長い時間がかかります。初めのうちは居場所にいるだけでエネルギー消費の激しい大仕事です。ほとんどの人がいるだけで疲れを経験します。

個人差もあります。家に引きこもっている人が居場所に来始めると急に動き始めることもあります。長く通っていてもゆっくりと進むように見える人もいます。私にはこの個人差を事前に見分ける目はまだありません。

マイナスの自己否定感からプラスの自己肯定感に進むことは、人格の形成または完成に向かうことです。子ども時代に停滞状態に置かれた成長エネルギーを再作動させることです。自分を認めそれを肯定的に受け入れ成長すること、それが心を育てることになります。

それは学校の成績がいいか悪いか、運動能力が優れているかどうか、身体に障害があるかどうか、すべて問題ではありません。自分の状態がどうであれ、自分として受け入れられるかどうかの心理的・精神的な成長の問題です。居直りやあきらめの形でそうなる人もいます。それでもいいのです。

◆今後のお知らせ

(1) 「訪問サポートを考える親会」

●うちの子は誰にも会わないと、あきらめないで下さい。
メンタルフレンドとかかわって、不登校やひきこもりの子供たちが、学校やバイトなどを含めた多様な形で社会と繋がっていきます。
まずは、一緒に考えましょう！！

*日時： 9月28日(土) 13時～15時30分。

*参加費：500円。 *対象：不登校・未就労の子供の親

(2) 第12回不登校・未就労の対応「ミニセミナー&質疑応答の会」

●何が子供におきているのか。●親が出来る事。●安心出来る人間関係を作っていくこと。●モチベーション・自己肯定感を上げていくこと。●学校復帰・バイト・友達づくりなどの社会参加につなげていくこと・・・など専門家と一緒に考えていきます。

*日時：9月16日(月・祝)、13時～16時。 *参加費：500円

*対象：10代および20代前半の子供の親・体験者・学びたい人

(3) 「大人のひきこもりを考える教室」

*日時：9月14日(土)、13時～15時。

*参加費：500円

*対象：親・体験者・学びたい人

◎上記は、全て予約制です(連絡先は下記まで)。

◎場所：NPO 法人不登校情報センター(総武線「平井」南口・徒歩5分)

◎地図はHP参照。



●NPO 法人不登校情報センター

●訪問サポートトカネット

【発行元】 ポラリス通信編集部

〒132-0035 東京都江戸川区平井 3-23-5-101

連絡先

TEL/03-5875-3730/090-4953-6033(藤原)

E-mail/tokanet1998-lucky-chance@docomo.ne.jp

URL/http://www.futoko.info/tokanet/index.htm