

令和5年度 ひきこもりについて語り合う会 参加者ふせん記入、  
グループワークで出た意見等（5.9.2開催）

【1班】

- ・ 草深さんの話に引き込まれた。心に響く。
- ・ 草深さんの話は、柳のようにしなやかな語り。苦しい経験も胸の内に染み入りました。作品を作ることで向き合えるというお話も、良かったです。もっと聞きたいです。
- ・ 自分の事を話す事は、自分の整理として…。  
体験した当時は、気付かない。話すことで整理される…。気付く。
- ・ 子供のひきこもり。親・大人の押し付けで、苦しんでしまう。でも、大人は子供を思う。
- ・ 本人が一番苦しい。その時、一緒に苦しむと、本人はもっと苦しい。
- ・ 何とかしてあげたい。どうしても、そこから離れられない自分に気がつきました。  
本人にとっては、ダメな出来ない自分と思わせていること。
- ・ 自分の外の世界とのズレ 家族の求める姿 他者と比べることに意味はないと、自分自身に言い聞かせました。
- ・ 当事者・経験者・支援員(民生委員) 関わり方で、環境が良い方向に動き出せば、理想に近づく。
- ・ 民生委員の方々が「知らなかった、知りたい」と来られて、理解しようとされていることに、心が震えました。
- ・ ひきこもりは、チョット骨折したようなもの。今は、少し休みましょう。
- ・ 無理に学校へ行かせた事が、一番の反省点。学校を休ませた事が、一番良かった。
- ・ 出席させていただいて、自分の勉強(知識)として、大変良かったです。「なんとかしてくれる人」「なんとかしてあげる人」→この一言は、自分か活動する上で大事な事だと知ることができました。
- ・ やすらげる場が、まず家族でありたい。次に共有できる人が集まれる場であり、いずれは多様な人が集まれる場でも、居心地がよい社会であれば良いと思っている。
- ・ 行政職で相談を受けたとしても「～をしてあげなければならない。」という立場にならず、寄り添いの立場で受け止められる人になりたい。
- ・ いじめがあるということは、何かを基準にしているが、基準とは何なのか？考え方は違って当たり前で、むしろその違いを認められる社会にしたい！
- ・ 辛い時、具体的に「こんなことが辛い」と吐き出せる場が作れたらよいと思っている。  
寄り添える人でありたい。

- ・ 親が子に「～べき」は、ないようにしたい。
- ・ 当事者の立場・思いを分かることから始めるために、自分の価値観を押し付けないようにしたい。

## 【2班】

- ・ 草深さんの経験者・回復経過として歩みのお話は、当事者の言葉にできないことを代弁・表現して下さいました。ありがとうございました。
- ・ 草深さんの「何とかしてくれるひとは求めている。自分が何かされないと生きていけない人になってしまったと感じてしまう。」という言葉が、心に響いた。
- ・ 草深さんの話で「家族が求める姿に近づいていくことができない。」という事が重荷になっているという事に、改めて気づかされた。
- ・ 当事者の方は、経験者・ピアサポーターさんと繋がると良いと思えました。
- ・ 「過去の自分を肯定する」ことが、自己肯定感に繋がるのか？
- ・ 「待つ」のは、難しいです。
- ・ (当事者に)何を聞いていいのか分からない。
- ・ 支援者を育成する組織はあるのか？
- ・ 家族支援者として、親子の関わり・コミュニケーション不足が課題です。本人が話せるように。
- ・ 当事者の家族は、当事者を支援する立場でもあるが、支援を受ける側でもある？
- ・ 「家族会」とは、どのような組織で、参加していますか？
- ・ 子どもの不登校・ひきこもりは、先生が子どもの気持ちになっていないことが原因である。
- ・ 当事者およびご家族・関係の方へ
  - 今、お友達(自分をさげ出せる人)はいますか？
  - つらい時、どのように過ごしていますか？
  - 県外・海外へ出ようとは、思わなかったですか？
- ・ 人の目や、自分がどう思われているかが、当事者はとても敏感であると思いました。
- ・ 当事者とは、対等な立場で話をする。安心な場所、理解してくれる人が必要。
- ・ 当事者が経験に向かえ合うことで、過去の自分を肯定できる。

## 【3班】

- ・ 当事者の話をよく聞いて、そっと見守ることが大切かと思いました。
- ・ 自分の子どもに対し、心配し過ぎて、反省しました。
- ・ 今までの親子関係を見つめ直してみようかと思いました。
- ・ 自分が当事者の立場になったら、そっとしておいて欲しい。自分が話したいときに話を聞いてもらいたいし、自分の思いを尊重してもらいたい。体験者と同じ行動を取ると思う。対等な立場

で話すことの重要性。

- ・ 当事者の長所をつくるのはどうか。私は、自分の子に対し、それでうまくいった。
- ・ 家族との関わり方は、具体的にどうしたら良いのか？
- ・ 自分の生きづらさは、誰かに自分を肯定してもらうことで、前に進めることがある。

その繰り返して生きている。

- ・ 家庭環境が、ひきこもりや生きづらさにつながると思っていたが、そうでもないことも多いと知った。両親・貧困等に影響されていない。
- ・ 自分の学生時代の時に、現在の多様な学び方が選択できたら、よかった。

#### 【4班】

- ・ 子どもの頃からの自己を見つめる、育てる教育が大事。カウンセリングが足りない。
- ・ 文化(音楽、芸術)を含め、生活を豊かにする実践「生きる力」が足りない。
- ・ セルフコントロールの関係本がたくさん出ているが、カウンセラーが「病院に行かないとダメ」では、足りない。
- ・ 勝ち組、負け組の考えがあるが、現在も新自由主義・自己責任の社会であるので、多様性のあるバリアフリーな社会が必要。
- ・ 当事者でなければ分からない、経験に基づく当事者の気持ちや悩みが分かった。支援者のあり方が分かった。
- ・ 経験者のお話は、とてもよく分かりました。知らないことが多かった。自分が自信を持って表現できる大切さを知った。
- ・ 「お世話する！お手伝いする！」は違う気がすると思ってきました(ケース・バイ・ケース)。
- ・ いろいろな情報を発信し、何かにきっかけになれば良い。
- ・ 当事者が、好きな事をみつけられることが、幸せ！
- ・ 高齢者を含め、エンディングノートを書き出すと、自分を見つめやすくなるかも。
- ・ 自分を否定しないためには、何が必要か？
- ・ エネルギーをチャージするには？
- ・ もう少し、個々の方々の詳しい体験や事例を聞かせていただける機会があると、より深く学び、理解を進められると思います。
- ・ ピアサポーターの研修会、養成講座を開催していただけないでしょうか？
- ・ 支援者側が「居場所」を設定するのではなく、当事者が「居場所」と思うもの？
- ・ 初めて話す・接するときに「肩書き・立場」を伝えずに話しかけることが、難しいと思った。

## 【5班】

- ・ 草深さんの社会と自分との葛藤が20年前から続いていたこと、今のhanpoの営みに感謝。
- ・ 大人の社会が好きだった子を孤立させた、大人の責任を。評価をうらめしく思う。
- ・ 私も過去、ひきこもりの当事者でした。今でも、ひょっとしたら当事者かも？
- ・ 会社の面接を受けても、会社に行く約束をしても、行けないことが何回かありました。
- ・ 良くも悪くも、出会いが人生を大きく変えると感じました。
- ・ 環境を変える事も大切。我が家は、それが成功につながった。
- ・ 学校に属している間は、何等かの支援、相談相手が存在するが、卒業した途端、支援先選びが難しくなる。
- ・ 家族としては、当事者に外の世界とつながって欲しいと願うが、本人が余計なお世話だと思っているのでは？家族としての支援とは、どのような事で、どこまで行えば良いか？
- ・ ひきこもっているままでは、いけないのか？「いい」とか「いけない」とかは、誰が決めるのか？
- ・ 「その人らしさ」を認め合うようにするには、何が大切なのか。
- ・ 支援というけれど、何をすることが支援なのか、分からない。
- ・ 生きづらさは、誰でも抱えているのでは？
- ・ 何をしてもらいたいのか本人が分からない時に、周囲のサポートやケアが必要。
- ・ 社会に出る時の不安や怖さ、二次障害への不安や心配、きっかけ、様々な思いの整理

## 【6班】

- ・ 親なき後の生活について、親と子の意識差、どんな生活をしたいか。
- ・ 働くということ、人との繋がり
- ・ 親が当事者を理解できない。
- ・ 本人が、やりたい事が見つからない。
- ・ 草深さんは、自分の半生をお話すること自体、大変心苦しかったと思う。
- ・ 外の世界とのズレ+家族を苦しめている＝立ち上がることができない。  
両手で荷物を抱え辛い、よく分かる表現。
- ・ どんな人でも、いつ当事者になるか分からないので、真剣に考える必要がある。
- ・ 当事者の方は、周りの想像以上に様々なことを考えていると思う。
- ・ おせっかいを行うことが、当事者には逆効果ということは重要。