

レポート「道産こもり179大学」

社会とつながるきつかけや 居場所の大切さを伝えたい

北海道初の「ひきこもり大学」で

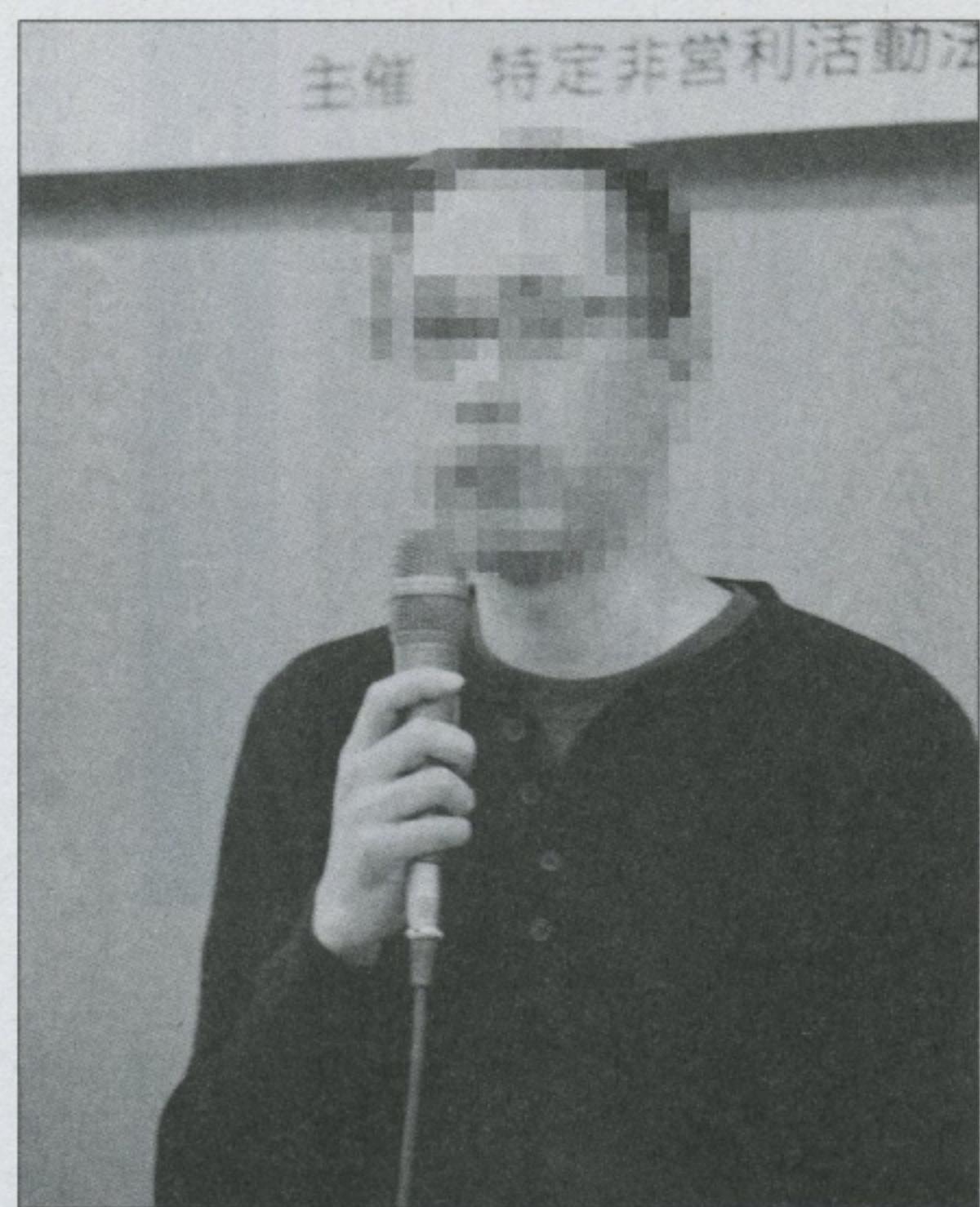
ひきこもり経験者3人が講義

ひきこもり大学とは

池上正樹

当事者が講師となり教え、学ぶ「ひきこもり大学」が全国に広がっている。本道でも「道産こもり179大学」がこのほど札幌市内で初めて開かれた。3人のひきこもり経験者が各自のテーマに沿って講義を行ない、当事者や家族、支援者ら約80人が耳を傾けた。生きづらさから脱し、社会とつながるそれぞれの試み——。当日の模様をレポートする。

(武智敦子)



羽田敏夫さん(仮名)



田中透さん

3学科の講義から

11月8日に札幌市内で開催された「道産こもり179大学」

「ひきこもり当事者の社会参加を考える学科」
NPO法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク理事
羽田敏夫さん(41、仮名)

「ひきこもり経験を活かした地域活動に活路」

当事者会では、それを気にせずに家族以外の人と話すことができた。臨床心理士を目指すなど先を進む人たちを見て、自分にも何かできることがあるんじやないかと考えるうちに不安感、焦燥感、行き詰まり感が軽減できた。その後、他の当事者会にも参加し、現在はNPOの理事を務めている。

道内各地で開催されるひきこもり研修会などで地域支援活動に携わり、地域に埋もれる当事者や家族の発見、情報提供などをしている。この活動は社会経験に乏しい当事者にとって意義のあることだと感じている。

大学卒業後、8年間くらい無業の状態が続いていた。「このままではいけない、何とかしたい」という気持ちがあり、親に誘われ当事者会や家族会に参加するようになつた。無職で所属する場所がないと肩身が狭い。

ただ、当事者会に参加しても、次にどうするかという課題も出てくる。函館圏フリースクール すまいる事務局長

「幸せな生き方研究学科」
田中透さん(30)

「本を読み、自分なりの工夫で明るさを取り戻す」

大学受験に失敗し自宅浪人していた時に、体調を崩して統合失調症と診断され、25歳の時に発達障害だと分かった。働けるような状況にならぬままだった。当時からは想像できぬほど元気になれたのは、本を読んで実践するなど自分なりに工夫してきたからだと思う。

最初は鏡を見て笑顔の練習をした。薬を飲んでいたこともあり、最初は笑つたつもりでも表情が出なかつた。明るい言葉を口に出すこと大事。嬉しい、楽しい、感謝している、幸せ、ありがとうございます。笑顔と明るい言葉を口に出すことで、心が明るくなつた。

顔色を良くするなどおしゃれも大事。化粧水を使つたり、明るい服を着て光るアクセサリーを付けることも敢えてやつてはいる。それが健康や人間関係にも効果があると思つてゐるからだ。

ひきこもりや心の病を経験して、その都度、自分にできることをやつてきた。辛い状況から回復していくには必要なことだつたと思う。ひきこもつてはいると不安になるだろうが、世の中は良い方向に向かっているのだと思う。それは自分や人を信じるということ。安心して日々を過ごし

すぐに解決の糸口や答えは見つからない。先の見通しが立たないという不安もあるが、当事者会や家族会、支援者など何らかの社会資源とつながりを持ち続ければ、ひきこもり経験を活かせる場や機会につながるかもしれない。そうした動きが広がつていけばいいと思う。

最初は鏡を見て笑顔の練習をした。薬を飲んでいたこともあり、最初は笑つたつもりでも表情が出なかつた。明るい言葉を口に出すこと大事。嬉しい、楽しい、感謝している、幸せ、ありがとうございます。笑顔と明るい言葉を口に出すことで、心が明るくなつた。

顔色を良くするなどおしゃれも大事。化粧水を使つたり、明るい服を着て光るアクセサリーを付けることも敢えてやつてはいる。それが健康や人間関係にも効果があると思つてゐるからだ。

ひきこもりや心の病を経験して、その都度、自分にできることをやつてきた。辛い状況から回復していくには必要なことだつたと思う。ひきこもつてはいると不安になるだろうが、世の中は良い方向に向かっているのだと思う。それは自分や人を信じるということ。安心して日々を過ごし

ていきたい。

「NPO法人設立学科」

NPO法人グローバル・シップス
こうべ（兵庫県姫路市）代表

森下徹さん（47）

「NPO設立で雇われない
生き方を摸索」

高校卒業後の2年と大学卒業後の約14年、計16年間ひきこもりを経験した。ほとんど人と関わらない時期もあり、人から疎外されないと感じていた。家では父との関係がギクシャクしたり母が認知症になつたりしたが、自分の味方をしてくれる理解者や仲間に出会つた。その中での「役立ち体験」が良かったのだと思う。

2006年に当事者6人で任意団体を発足させ、2009年に法人化。最初NPOを立ち上げるのは大変だと思つていたが、パソコンとプリンタがあればできるし、費用は印紙代など1万円程。情熱と手間は必要だが、法人化した結果として肩書きと名刺が手に入った。この春に

は行政から事業の受託もできて、外部とつながることもできた。

ひきこもり問題で一番怖いのは孤立すること。色々な人とつながり、自分の経験を活かすことができて良かったと思っている。興味を持つ人は挑戦してはどうだろう。

雇われない生き方を摸索している。

ひきこもり支援は就労や就職にウエイトを置き過ぎており、起業の支援などもつと色々な支援があつてもいいと感じている。起業すれば、組織では上手くいかないタイプの人でも何とか生きていけるのではないか。

これは当事者からの感想だ。

一方で家族や支援者からは、「ひきこもりは回復するか」「このような会に本人が参加できるきっかけづくりの方法はないか」「嬉しくない関わり方は」といった質問が寄せられた。

質問に対して森下さんは、「今でも休みの日には家にいたりするので、ひきこもりが何なのか自分でも良く分からぬ。働くだけが社会参加ではなく、選挙や消費も社会参加の1つだと思う。ただ、食べていくためにお金を得る手段は必要。関わり方としては上から目線で言われるの

幸せになれば、(周囲に)良い影響を与えることができるのではないか」。

一方で羽田さんは、「ひきこもり、発達障害の枠にはめ込まれてしまうことで動かない部分もある。だから、回復するかどうかは分からない。就労がゴールだとしても、失業したり解雇されることだってある。本人へのアプローチは情報提供でよいのではないか。本人が決め、自分の足で辿りつかなくては意味がないからだ」と答えた。

続いて、「小さな村には社会資源がない。NPO活動に興味があるので具体的な活動内容を教えて欲しい」と質問を受けた森下さんは、「活動を通して色々な場所に行くと、イベントや支援機関の情報を得るのでホームページで紹介している。震災とひきこもりを考える集会をやつたり、勤労を考えるトークなども行なった」と説明。

「自分で変わらうと思ったきっかけ」を問われた田中さんは、「人間関係もうまくいかず、将来どうしていいか分からなかつた。だから、本を読んで人間関係が良くなつていくことを信じて試すしかなかつた」と振り返つた。

ひきこもりは回復するか

い、付箋に書かれた感想や質問について講師が答えていく。



森下徹さん

田中さんは、「人生における悩みは、自分で解決できることしか起きないと思っている。目の前の当事者にどう声をかけたらいいかを考えると難しいが、自分自身が良い方向に進み

「逆戻りしないようにどう自分の気持ちを前進させているか」と質問を受けた羽田さんは、「次のステップを考えなくてはならないという意識は常にあるが、今やるべきこと、できることをやつていけばいいのかなと思う」と答えた。

「逆転の発想」から誕生

当事者の発案から生まれた「ひきこもり大学」は、昨年9月に東京でスタートした。「生きていきたいと思えるようになりたい学科」「普通学科」「発達障害学部」など、様々な学科や学部が開設され大阪や神戸、名古屋でも行なわれてきた。

「道産こもり179大学」は、高齢化するひきこもりの居場所支援などに取り組む札幌市のNPO法人「レターポスト・フレンド相談ネットワーク」(田中敦理事長)が主催。「道産子」と「ひきこもり」「道内の179市町村」を掛け合わせたユニークなネーミングは、同法人の当事者会メンバーが考えた。

同大学では、フリージャーナリストで全国のひきこもり大学の運営をサポートしている池上正樹さん(52)が進行役を務めた。

講義に先立ち、「ひきこもり大学の全国的な動向」と題してレクチャーした池上さんは、「ひきこもる人は自分が傷つきたくないし、人を傷つけたくない。だから、命の危機を感じて撤退していく。特に最近は地域共同体や産業の衰退で社会に戻りにくく状況になっている」と指摘。さらに、「就労させた数値が評価の対象となる地域若者サポートステーションなどの就労支援機関では支援のミスマッチが多く、行き場所のない当事者は、社会に繋がる道筋が見えない」とした。

ひきこもり大学については、「上から目線の一方通行の支援ではなく、当事者と支援者、一般の人たちが対等な立場で対話を始める試みの中から、ひきこもりが先生で周囲の人が生徒になる『逆転の発想』が生まれた」と説明し、家族や支援者、一般の人に当事者の気持ちを伝えることが狙いだとした。

運営面では、一方通行にならないよう会場からのフィードバックを重視。発言が苦手な当事者のために、付箋を配り質問や感想を書いてもらう。それを集めて一般ボランティアがファシリテーターとして進行を行なう。

受講者は、講師の話に価値があると感じれば授業料を支払い、それが交通費などに充てられる。

各地の事例では、「弱さでつながる学科」の講師を務めた30代の男性が、「人生を開拓するには色々な人と出会いなければならない」と気付き、自助会を立ち上げた。

30代のひきこもり女性は、大学に参加したことがきっかけで「ひきこもりの歌」を作詞した。12月15日には東京で、「ひきこもり大学軽音楽部in東京」と題しライブを行なう予定だという。

「対話の中から様々なアイデアが生まれてくるが、それを形にしていくには周囲の人のサポートも必要だ。

「当事者は好きでひきこもっているわけじゃない。申し訳ないし不安がある」と説明し、家族や支援者、一般の人に当事者の気持ちを伝えることが狙いだとした。

ワーキショッピング終了後、ある参加者がこんな感想を述べた。



池上さんは、全国のひきこもり大学の運営をサポートしている

自分自身の経験や気持ちを伝え理解してもらいうことで、ネガティブだと思われている履歴の空白を価値に変えることができる」

こう強調する池上さんは、メールを通じて賛同する各地の当事者からひきこもり大学や居場所づくりについての相談が寄せられている。

ひきこもりの高齢化が問題となる中、「大学」という形を通して行動を始めた当事者たちの動きを、今後も紹介していきたい。