

# ダルク女性ハウス

ニュースレター



イラスト まあ

## ■寄り添うとは何か■

「寄り添う」とは自分自身の価値観と戦い、常識といわれる多数派の生活に対する、「懐疑」である。幼く長く暴力を受けたサバイバーに共感することは、とてもむずかしい。結果、私の中では絶えず価値観のせめぎ合いが起きる。すごく疲弊させられる日常である。

はるえ

グループの中で、今まさに暴力の中にあるメンバーには、「通訳」が必要だ。

仲間達の体験談を聞き始めた最初の10年は、全てのテレビドラマが見れなくなった。なぜなら、毎日語られる目の前の人たちの経験の方が、ドラマのストーリーをはるかに上回るからである。「死にたい、殺したい」そんな言葉しか語れなくなっている目の前の仲間の話に耳を傾けることは、とても辛い事だった。

時に、暴力の被害者として私たちの目の前に現れる当事者たちは、暴力の被害が大きければ大きいほど、内部にかかえる怒りは大きく、こちらが考える被害者像とは違うものである。

仲間たちは「通訳」としてそこにいる

依存症の当事者の集まり以外で体験を話す時に注意していることは、同じ体験をしている仲間たちの中で語られる体験談は消費されないが、外部で不勉強であったり、暴力被害に対して懐疑的、例えば当事者の経験談を聞かなければ激しい暴力の存在を信じようとしなない人たちの中で語られる時、疲弊するということだ。

今回の発表はグループで座り、司会者としてやりとりするし、そこにメンバー達は口を挟むこともできる形式の発表にした。

安全に座れる場所を自分たちで決める。これはとても大切なことだ。観客に混じって座る、対面で、横向きで、あるいは、文章だけでなど。実は観客の一番後ろにも座っていた、すぐに逃げられるように。

終わった後は、コーヒーやおやつを飲みながら、今の気分をチェックし、昔の話でフラッシュバックを起こしていたら元に戻す。トランス状態で返さないこと、とまあ、終わってからのの方がとても忙しい。あの日も、自分の体験は暴力とっていなかったが、やっぱり経験が同じだ、認めたくないし、自分がDVの被害を自分に防げなかったことが、悔しくて、と次の日に泣いていた。

家族の中で暴力を体験していて、外に逃げ出したから、もう二度と人に殴られたくないし、お母さんに起きていたこと、3歳から無力に感じていたことを、まさか自分が受けるなんて。男性メンバーも女性メンバーも家族の問題から逃げるために、若い頃に選ぶ相手とは、なぜか共依存になるような侵入的な関係を作り、必ず失敗し、また両親に「お前はダメだ」と思い込まれる、また自信を失わされる。

男性メンバーだったら、父親が母親を殴るのは、すごく嫌だったし、見ないようにしていた、その後はサッカーに打ち込んで、家族のことは見ないようにしていて、16歳で恋人ができて、自然に父親の真似をして強く怒鳴ることや、自分の思い通りに相手を脅して聞かせること、なんでも自分の自由にしたかった。それから20歳半ばまでは暴力を振るうこと、不安のあまり相手の全てを支配すること、は変わらなかった。依存症の回復を続けて10年が経った今「あの頃の自分はどうかしていた、周りを自分のいいように動かすこと、うまくいかないと薬を使うこと、暴力をふるうことしか、知らなかった、今はそうなる自分が怖い」と思う。暴力を振るわないダルクのスタッフと出会って、なぜなのかわからないが「元には戻りたくない」と思うようになった。依存症と暴力の問題はいつも自分の傍にある。

ダルク女性ハウスでは毎日ミーティングが行われ、入寮者、通所者、OBを含めて10人から15人のメンバーで語られる、暴力的な家庭や環境の中で育つと、まずは極端に少ない言葉の種類を、ここで増やして行くことになる。仲間と同じ言葉を使えるようになり、それで仲間の中にあるような気持ちになってくるまで、英会話教室に通うように、感情を表現する言葉を覚えていく。6ヶ月くらい通うと、別人のように新しいボキャブラリーを口移しで、今の困難を語るような言語を獲得していく。「男と別れられません」「借金がすごいです」「パチンコでスりました」「生協のチラシで買いすぎて、もう1000円しかありません、後、半月もお金は入りません」などなど・・・。

そんな状態が続きちょうど3年くらいした時に、自分がいかに



孤立していたかを語るができるようになる。外側に起きていることが説明できるようになるが、実は昔の喋り方や考え方が変わることをものすごく寂しく不安にも思っている。時々すごい荒くれみたいな言葉を使ったりして、びっくりさせる。その時、施設のスタッフとうまくいき、自助グループのことなんかも一生懸命にしていると、その健康さのバランスの悪さに「マジか！」って恋人を作ることがある。ハウスの周りの病院の医者から「なんで、あんなにハウスの人は男の趣味が悪いの？」って言われて。スタッフ一同大爆笑である。当事者スタッフは全員思い当たるふしがあって、「なんか、支えなきゃ！」みたいな、「自分が役に立てる！」みたいな人が好きで、その時の入院患者のラインナップでも一番大変な人を選ぶらしい。



は、は、は、もちろん私もね。

その時期を過ぎると、「どうも方向性が違う」と少し思うようになる。仲間達と、小学校でやるような様々な体験をやる中で、「誰かが怒鳴らないクリスマスとかお正月とかひな祭り」とか「パス遠足」とか、穏やかに終わる集まりを何度も経験すると、やっと、世間話のネタみたいなものができてくる。3年が一番自分の事件を説明できる。その後徐々に自分の中の未整理な気持ちと出会い、関係性が安定して、それから目の前でヤクザな部分も見せられるようになり、ヤクザ言語が第一外国語から第二外国語に変わり、いつもはふつうの言葉で話し、ココイチで使うようになる。そしてちゃんと不機嫌になっていく。そして重いトラウマを抱えながら、不自由な日常を生きることが始まるのだ。

それまでは自分がジェットコースターに乗っていることもわからないし、例えば、子育てとか老後とか結婚とか人生の設計も普通とは随分違う。家族が皆さん代々売人の方だったりすれば、「良い母親、とか子育て」とかいった時に、「いかに捕まらない、良いネタ元に移れるか」を考えているかもしれないし、「自分は刑務所に捕まったのが3回で母みたいに7回も行くつもりありません！」と胸を張られたこともある。私は心配しつつ、彼女が神々しくみえたりもして、「相変わらず、先の見通しは悪いなあ」なんて思ってもいる。

私は言葉は信じていない。なぜなら、自助グループの中で何回も仲間たちの話も聞いてきた、33年間。みんなの決心は、そこから実行に3年かかるのが普通だから、同じ話を呆れるほど聞いて、同じ語りの中に変化を見つけることがあるから、絶望もしないが、安易に信じもしない。

「個人的なことは社会的なことである」という考え方を教えることができないと、グループの中で問題を共有化することはできない。虐待から逃げて来た子どもが妊娠し、DVを受け、虐待する母親になるという「虐待の連鎖」が3年くらいの時間で目の前で展開する。仲間達は彼女や彼女の両親が孤立無援の中にいたからこうなったんで、仲間が悪いからこんなことが起きているんじゃないよね、と泣く。25歳を過ぎると子どもがいなくても抱き合っただけ泣いていることもある。

初めの頃、加害者・被害者を簡単な形で考えていた頃、きっとメンバーたちは私にがっかりしていたと思う。私の前では正直な話ができなかったと思う。サバイバルした仲間達が、子育ての中で子供を怒鳴りつけたり、切れてしまうのを目撃した時、本当に理解できなかった。仲間たちが出産した後、自分以外の人間に赤ん坊を触らせなかったとき「人間は虐待する生き物だ」と彼女たちは言った。私は自分に自信がないので、3ヶ月で保育園に預けたが彼女たちは「そんな怖いことはできない」と言った。「他人のことなんか信じられるわけない」と言った。

子供が三才になってくると「最近子供がウルトラマンのように手で顔の前にガードするようになった」と失笑しながら言った時、私には何が起きているのか、わからなかった。「そりゃこっちも手が出そうになるからね」と仲間は言った。「子供が素直に自分に甘えることや、おもちゃをねだることも許せない」と言った。「自分はそんなことはしたことがない、自分が損をしている気もちになる」と。「そりゃ、あなたがちゃんと育てたからそんな風になるのよ」と言ったら、「誰か私のことも甘やかして！子供のように可愛がって欲しい！」と泣いた。

子育ては楽しみも多いが疲れもするし、私には家族がいて弟や親族が助けてくれたし、それを通じて親族との関係も良く変わっていったが、彼女たちにはそんな家族は居ず、問題ばかりが起きる家族の中にいた。

暴力は連鎖している、社会的な構造である。

支援者の多数派としての思い込みによって、当時者を分断してはいけない。

## ■ I can't We can ■

## そらジロー

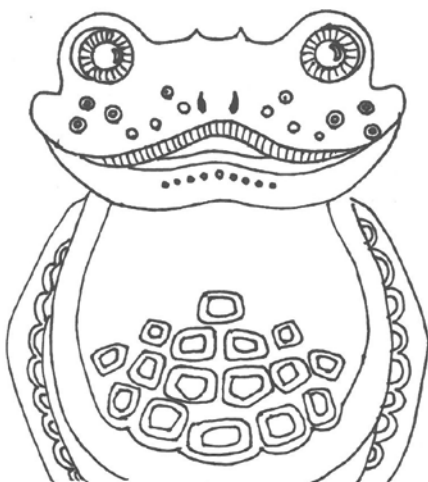
ハウスに入寮して3年が過ぎました。3年間たくさんの事があって、その1つ1つは書ききれない、心に残っているのは、どんな時も仲間と一緒にだったという事です。1人でやめようと何度も何度も努力したけれど、やめ方も分からずに使い続けていた私に必要なだったのは、仲間だったと実感しています。

ハウスにきて、たくさんの事を教えてもらいました。お金の管理も教えてもらって、限られたお金の中でのやりくり、貯金もできるようになり金銭感覚も以前に比べて、健康的になったと思っています。自分の感情や思っている事を言葉にできるようにもなってきて、「今」に目が向くようになり、今を生きている感じがしています。ここのところ忙しくて、すごく疲れていたんですが、疲れたら「休む（少し昼寝する）」「ストレッチをする」「甘いものを食べる」「スタッフに相談する」など、ここで教えてもらった事を実践して使わずに過ごしています。

こういう時にはこうしたらいいって教えてくれたなとスタッフや仲間に教えてもらった事が浮かんでくるようになってきました。何度も何度も丁寧に教えてくれたスタッフさんありがとう。今もやる事がいくつかあって、頭がぐるぐるするけれど、頭がぐるぐるしたら「散歩に行こう」とか「優先順位」をつけて1つ1つこなしていこうと思っています。

使っていた時は、全く縁のなかった場所へ行く機会があったり、人に出会えたりして新しい経験ができる事を嬉しく思っています。

ハウスでは、やりたくない事を提案してもらうことが多くて、最初はびっくりしたり、怒りがでたりしたけれど、やりたくない事や今まで避けていた事から見えてくる事もあります。特に、「みんなで何かをする」事が私は苦手でした。プログラムのお菓子作りだったり、お正月の準備など、みんなで何川する時は、こだわる所が人それぞれ違ったり、やり方が違うので、戸惑ったり、コミュニケーションがうまくとれなかったりで、1人でやったほうが楽だと思ふ事



もありました。何度も同じ事を繰り返していくうちに、「この発想はなかったな」と発見があったり、1人で考えて行動するよりいいものができている感じが、今はすごく楽しいです。

マラソン大会も、1人だったらきっと走っていなかったと思います。「いつかやろうが、仲間と一緒に走った事でちょっとした自身につながったり、いつも感じていた「私はどーせ…」から抜けられ感じがありました。

クリスマス会の時も、出し物の事でたくさん話し合ったり、「何の目的でやるのか」を考えたり、仲間とやりすぎない、テンションを上げすぎず練習して、1つの物ができた時すごく楽しかったし、感動したし、いい経験をする事ができました。自助グループや、当事者研究でも、1人で抱えるのではなく、みんなの知恵を借りて、みんなで考えるというのが今の自分にとってすごく大事な経験で、楽しいなと思える事の1つになりました。

ハウスにきて、1つの場所に居続けてみて、逃げないでよかったと思っています。苦しい時もたくさんあったけど、苦しさから逃げていたら感じる事ができなかった事があると知れました。

もうすぐ退寮で不安もあるし、しらふでの一人暮らしは怖いです。先行く仲間も同じような事を乗り越えてきたんだと思ったら自分1人じゃない気がするので、使わずに乗り越えていきたいです。これからも仲間と一緒に歩んでいきたいなと思っています。

## ♥ 山下 富美子さんを偲ぶ ♥

ダルク女性ハウスに長年職員として勤務され、15年前に母子プログラムを始めて、子どものいるメンバーの支援をして下さっていた、山下富美子さんが、今年の1月にお亡くなりになりました。スタッフ、メンバーともに悲しく辛い気持ちでいっぱいです。お世話になった仲間たちで集まり、山下さんにもらったものを話して、悲しみ、そして感謝の気持ちを分かち合いました。

不登校の子どもたちの居場所を作ってくれたり、遠い施設に暮らす子どもに逢いたいと泣いている母親がいたら、「新幹線代を貯めなさい。一緒に面会に行つてあげるから！」と言つて逢いに連れて行つてくれました。山下さんは、いつでも私たちのやりたいことを応援してくれて、背中を押してくれて、「いいのよ！」と言つてくれました。たくさんの温かいものをもらいました。今でも、そばにいて「大丈夫！」と言つてくれているような気がします。

山下さんへのメッセージをみんなで書きました。その中から紹介します。

山下さんへ

初めての、子供の面会付き添つてくれて、ありがとう。

高校に、行きなさいって言つてくれて、ありがとう。

ちゃんと、卒業したよ。

答辞も、読んだよ。

~~中略~~

もう、逢えないけど、あたしの心のなかに、あったかい山下さんがいるよ。

いっぱい、愛情そそいでくれてありがとう。

## ■ B型日記 ■

就労継続支援B型が始まってもうすぐ2年になります。まったくの手探りの状態から、メンバーひとりひとりの頑張りもあって、少しずつ「形」が出来てきました。

ご寄附いただいた、和服生地などをリメイクしてブックカバーやバッグ類を作って販売する。これが「形」のひとつになりつつあります。

生地をほどく、アイロンをかける、生地の色や柄をあわせる、など、作る作業はもちろんですが、最近は、納期に合わせて工程を管理してホワイトボードに表を作成（スタッフの知らないところで）してあったり。

作業の休憩時間のお茶を飲みながらの、世間話も楽しいひとときになっています。こうして作られた商品は東京都福祉セレクトショップである、「KURUMIRU」の都庁店、伊勢丹立川店、錦糸町丸井店でお買い上げいただけます。ぜひ、お近くに行かれた際には、お立ち寄りください。

## 献金・献品ありがとうございました！ (2017. 10～2018. 3)

浅井ルミ 栗原節子 市場恵子 赤塚ゆり子 樹村みのり 三河田日和 坂本実  
山田恵美 鈴木ジュンコ 鈴木幸子 宗形博子 萌クリニック 黒川奈菜子  
上妻英正 米沢宏 和田妙子 阿蘇道子 細川幸子 フロックたかくら 相澤靖雄  
伊藤いずみ 舟山智子 岡田澄江 清水妙子 小宮菜月 (株)越後谷呉服店  
武井麻子 下田正枝 岡田澄恵 井上恭子 匿名希望 (敬省略 順不同)

★今後ともよろしく願いいたします。

- 年会費 一口 2,000円（ニューズレター代含む）頒価 100円
- 郵便振替口座 00140-2-591609  
他金融機関からの振込用口座番号  
店番（019） 当座 0591609
- NPO 法人ダルク女性ハウス

**賛助会員募集**

## 編集後記

新しいニューズレターをお届けします。ご存じの通り、4月に障害福祉サービスの報酬改定があり、「温かな居場所」としての施設には厳しい改定になります。これからも、ダルク女性ハウスへのご支援をよろしく願い申し上げます。