

“ひきこもり”とひと口にいても、さまざまな状況に置かれた人たちがいます。

仕事や学校に行ってはいるけど、人とコミュニケーションが取れず、孤独を抱え続けている人、仕事や学校に行けなくなって、人とのつながりがなくなり、図書館や喫茶店などが唯一外での居場所になっている人、日中は知り合いや、仕事をしている人たちが怖くて外に出られなくて、日が暮れると、かろうじて外に出られる人、不登校経験があって、失業期間があって、転職を繰り返していて、社会に出るのが怖い人、仕事がないまま、高齢の親と同居していて、先行きが見えない人、何もかも外が怖くて、部屋から、家から出られない人、などなど、さまざまな境遇に置かれた人たちがいます。

おとなしいタイプ、勉強や仕事は好きだけど、人間関係が苦手なタイプ、勉強も仕事も嫌でたまらないタイプ、家庭環境で苦しめられて、外でも人間関係に悩むタイプ、男性、女性、セクシャルマイノリティ、中高生から、中高年まで、さまざまなタイプのひきこもりの人たちがHAには集まっています。

ここで何人かの話を聞いてみましょう。

「私は自己肯定感が低く、恐れが強く、身体を強張らせてしまいます。他人の目を気にしてしまいます。周りにいる人にきよろきよろと注意が行って、自分よりも上か下かを裁いたりしてしまいます。それから、人に話しかけるのが怖い、会話して人に嫌われるのが怖い、誰かに全て解決してもらいたい、何かもから逃げ出したい、人を見返してやりたい、問題から向き合いたくない、人に認められたい…そんな自分を手放したい。」

「孤独感と自責は止むことはなかった。こんな天邪鬼で不穏な空気を生み出す人間が受け入れられる場などないよな。あったとしても、もういい歳こいてるし手遅れだ…一中年不適應者のしんどい日常が続いていた。」

「ミーティングでは、同じひきこもりの苦しみを共有している仲間だからこそ、安心して無力を分かち合い、共感を引き出し合うことができる。ひきこもりの細やかな琴線まで理解しあうことができるのは、同じひきこもりの仲間だけだろう。」

「自分の苦しみを遮られず批判されずに話せて聞ける場所、しかも静かで誰もが平等な場所というのは、なかなか他にはないのではないだろうか？」

「背景、経験、個性など様々でも、やはりひきこもりで苦しみ、絶望した経験が共有財産となり、そのことがまさに私たちの集合場所となった。誰もいない家のキッチンで煙草をふかしていた日々、コンビニくらいしか行くところのなかった日々…などなど、暗黒のひきこもり体験が、かけがえのない絆を深める接着剤となったのだ。」

それぞれに生きづらさを持つ私たちは、ミーティングでの分かち合いと12のステッププログラムを通じて、再び社会とのつながりを模索しています。