実践クラス アウトプット 2024.4.16

●実母 1955.3.15 生：2024.3.31 旅行

春休みに母から誘われた旅行に子供2人と4人でツアー旅行に行ってきました。もともと母が妹に依って定期的に旅行しているのですが、たまたま母と私の会話に旅行の話がでてきたので、一緒に行かないかと声をかけてもらいました。

私は、母が苦手であり避けている人でもあるため、躊躇しました。母嫌いの理由と妹という保険、子供たちの課外活動と祖母との関わる時間、金銭的な支援の理由を天秤にかけた時に後者に傾いたため、何とかなるだろうという気持ちで参加することにしました。最終的に妹が仕事の都合で不参加を表明し、キャンセルすることも検討しましたが今後訪れる機会も少ないと考え4人で行くことを決断しました。

九州方面まで新幹線で移動するツアーだったので、2時間の乗車時間中に私の過去について少し触れてみました。「私が小さい時の記憶はあるか」と質問をしたら、『記憶がない』と言われたためそれ以上の勇気も出せず「小さい頃の私」を引き出す質問がうまくできませんでした。プラスマイナスどんな答えが返ってくるのか想像するだけで怖かったです。木下先生がおっしゃっていた言葉も頭をよぎりました。「親の考え方はその人の気になる部分だと理解して、自分と切り離していけば良い」、今までも母親から受けた悲しい幼少期の事柄を母に何度か伝えたことがあります。母からはプラスになる言葉は返ってこず自分の気持ちが解消されることはなかったですし、この旅行で母を陰悪なムードにさせるのも良くないと思い話は終わらせました。

2泊3日の旅行の中で、母に対して解せない行動もありましたし、それらの行動に対してイライラというより悲しい気持ちになりました。団体行動に対して規律性が低かったことが特に残念でした。もちろん何をするにもタイトな時間で組まれているので子供たちも含め私も時間の制約にしんどい部分はありましたが、そもそもこのツアー自体が我々若向けではないことの理解と我慢で割り切る気持ちがないと楽しめない子供たちにも話をして参加しましたが、なんせ母はマイペースでした。

結果として4人で旅行したことについては私の中で○。◎△×でもなく子供たちが楽しかったと言ってくれただけで私は決行した意義があったと思っています。

今までは母のせいにして生きてきましたが、最近では自分の姿が母の不出来な部分と重なっていることに気づき、蛙の子は蛙だったと恥ずかしくなりました。

<自分ができないことを棚にあげ他人のせいにする>

母の生き方であり、私の生き方でもありました。

●夫 1982.10.15 生

自分の苦しんでいる問題として夫は特に考えないようにしていましたが、基本動画やオンラインサロンを視聴し考えているなかで、ふと夫のことが頭をよぎりました。

天真爛漫の性格と聞いて、社会人なりたての頃の自分を思い出しましたが、夫との出会いによって自分が変わろうとしていたことも思い出しました。

夫は時間に余裕をもって行動することが上手で、欲を持ちすぎないところや、欲しいものにはとことん投資し、その分節約することや不要なものを抽出して処分したりお金に還元したりやりくりが上手だなと思うところがあり、また鼻がつくほどポジティブだったりするので自分の悲観的な性格とは対照的でメリハリがあって真似をしたいと思った時がありました。

出会う前の私は、待ち合わせ場所には、時間ちょうどに着くのが理想と思い込んで行動していました。

ケチなので大金を使うことはできませんが、欲しいと思ったものはとことん調べ尽くしてから買い物したり、旅行する時もみっちり予定を詰めて現地を堪能することができると思いついていました。

当時はそれが幸せでした。しかし、何かとギリギリラインまで攻めていたので、周りを振り回してしまっている感覚と、時々申し訳ない気持ちもありました。笑って許してくれるお友達だから良かったけど、時間や楽しさの制限が読めないと多々夫が気分を害されました。

計画したとおりに進行しないと怒る夫と計画と実行は異なって当たり前と考える私とは相反し全然楽しくないことも多かったですが、私の決断力がなくて現在に至ります(笑)

尊敬するところはあるのですが、自分の欲望や意思を強く抑えられた気持ちの方が強く、何をするときも私の気持ちは控えめで、今日まで過ごしています。

夫は自分中心に周りが害なく動いていたら機嫌は良いのですが、自分のリズムが壊されるとすごい剣幕で怒る人なので、萎縮している私が今日も存在しています。

結婚当初から家事や家の中の整理整頓について、指摘されることが多いのですが、自分の物以外は興味はないです。何度も口頭注意は受けていますが、見える範囲のお片づけで対処してきたので現在、私の手詰まり状態になりました。お金で解決しようとしたら、お金をかけず自分でやれと言われました。

正論を言われること、私ができなことが悪いので言い返せないのですが、実母であれ

夫であれ身近にいる存在の人に心を開いて頼れないことが私の苦しい問題点なのかもしれません。

過去の自分が決断した結果が現在なので、断ち切ることを優先に考えてはいませんが、今から未来が良くなるように＜自分ができないことを棚にあげ他人のせいにする＞をやめて、他人に押し付けることを求めず、自分が粛々と行動し、ひとつひとつモヤモヤが解消できるようにもっていきたいです。

●子ども長女 2014.8.9 生

ケース①：2024.4.8(月)

みほりん先生の朝ごはんの会初日、みほりん先生の急用で智子先生が代理で担当してくれた日、綾音は初めて朝ごはんを作らなかったことに驚き、正直ショックを受けました。先生が不在で智子先生に代わることは前日に伝えていたのですが。(遅く起きたのが要因と信じたいですが、、入会してから今までの2年間一度もありませんでした)

挨拶のみで退室することを伝える時に、私に「なんて言ったらいい？」と聞かれたので、「今日は作りたくないから挨拶だけにします」と回答したら、再度「なんて言ったらいい？」と聞かれたので、私は聞こえていなかったと解釈し同様の回答を再びしたら怒られました。しかし、「だからなんて言ったらいいんかって？」と涙目で再び聞いてくるので、上記の言葉について自分の気持ちを素直に伝えれば良いと丁寧に説明をしましたが、どうやら綾音の中では「なんて言ったらいい？」＝「先生の名前をどう呼べばよいのか」と私に尋ねていたことだと分かりました。

私も国語能力がないので理解してあげられないし、言葉を育ててあげられなかったことに反省し申し訳なく思いますが、綾音の言葉から意味を理解することは難易度が高いです。以前からこのような言葉足らずの部分で子供が激高してしまうことが多く、課題です。

ケース②：2024.3.18

わたし、ほんとは、ここにうまれたくなかったんだよ！そのりゆうは、まいにちがふこうだからだよ。

もしかしたらこんなこといわれてほしくないとおもうからあやまるね！ほんとうに「ごめんね」。

綾音から私にメッセージが送られてきました。

以前からも私が綾音のことをどのくらい愛しているのかと聞かれることが多かったのですが、これほどまでに子供の心を傷つけている私が情けなくて心が痛かったです。

綾音の性格が理解できず私も感情的に怒ることが多いのも事実ですが、綾音の気になるところが目についたとき、どう言葉をかけてよいのか、どういう接し方が良いのかと悩んでいます。