

## 養親サロンについて

### 【 養親さんの工夫 】

養親さんは子供に我が家にやってきた経緯についてお話をすることになります。そのことで子供は自分が養子だということが理解できます。しかしそれは何も知らない他人から突然『 お前養子なんだってな 』と言われて傷つかないためであって周囲に言いふらすためではありません。子供にもプライバシーがあります。必要でなければあえてわざわざ周囲に言いふらす必要はありません。しかし養子だということが周囲に知られていないため 日常生活では独自の工夫が必要です

### 【 ママ友を作りにくいという悩みについて 】

子供が委託された後 小児科検診に連れて行くことになります。小児科の待合室では隣の人とお話することになりますが よく 『 あなたどこで出産したの 出産どうだった お部屋綺麗だった？ 食事美味しかった？ 病院の先生どうだった？ スタッフ優しかった？ 』 といった分娩施設の話になります。

これにはとても答えづらいです。産んだことがないので答えられませんし 養子ですと答えるとドン引きされます。相手もとてもまずいことを聞いてしまったという雰囲気になり かなり距離を置かれます。相手も悪気があって聞いたわけではないのですが気兼ねするようになります。そうなる とさらに距離を置くことになります。何気なく言ったつもりでも相手にドン引きされるので なかなか言いにくくなります。これが繰り返されると 自然と養子であることを隠すようになります。あるいは話題が振られないように距離を取るようになります。こうなるとなかなかママ友は作れません。

### 【 ママ友が作れないと 】

ママ友は一つのコミュニティです。乳児検診はいつ頃に行くのかとか どの小児科がいいのか 夜泣きはどうしたらいいのか ベビー服はどこのがいいか 子供の夜間救急はどこに行けばいいか イイヤヤ期はどうすればいいか 託児所はどこがいいか 保育園はどこがサービスが良いか お見送りでぐずったときどうするか という悩みについて相談する人が必要です。ですがママ友がいなくてこういった問題について誰とも話すことができません。これは苦しいです。

### 【 独自のママ友について 】

独自のママ友が必要というのは 養親特有の悩みです。しかし養親だけのコミュニティを作ること で 『 養親あるある 』 の悩みを持ち出すことができます。しかも養親だけなので遠慮なく話すことができます。養親には養親のためだけのママ友が必要です。そのために養親サロンに積極的に参加しましょう。

### 【 養親サロンについて 】

特別養子縁組で親子になった養親さんを対象とした養親さんのための自助サークルです。地域の里親会がサロンを運営していることもあります。里親さんが主体の場合では養子さんとは少し事情が異なるので参加しにくいことがあります。その場合は養親サロンに参加した方がいいでしょう。

### 【 養親サロンを探す 】

特別養子縁組を支援している民間団体あるいは医療機関あるいは児童相談所に連絡し 養親サロンを開設しているのであれば参加させてもらいます。物理的距離があまりにも遠ければ イベントの時だけ参加するのでもいいと思います。イベントに参加した時にママ友とメルアド交換し LINE で繋がっておけば必要な時に相談することができます。またイベントの際に物理的距離が近い人がいれば近場のママ友として繋がることもできます。

### 【 養親サロンの開設について 】

養親サロンがあまりに遠すぎる場合 自分たちで近隣に養親サロンを開設するという方法もあります。特別な準備は必要ありません。今まで通っていた養親サロンにいるメンバーのうち距離が近い人に声をかけるだけです。お茶会から始めてもかまいません。ある程度人数が集まったら特別養子縁組を実施している民間団体に連絡し出張で勉強会を開設してもらってもいいです。数名集まれば十分に開催できます。10人くらいまでの小規模なサロンの方がお互いの顔が見えるので話しやすいですし居心地がいいです。

### 【 養親サロンを移動する 複数の養親サロンを見比べる 】

歴史の長い養親サロンの場合 硬直して身動きが取れなくなっている場合もあります。1つのサロンにこだわる必要はありません。いろんなサロンを見比べて自分に合ったサロンを選択しましょう。

### 【 どうして養親サロンなのか 】

今の日本では子供が養子であると打ち明けると ちょっと気まずい顔をされたり 距離を取られたりします。声をかけてくれる場合でも 『 養子って大変だよね～ 養子を育てているなんてえらいわね 』 と言われ コミュニティに入りにくくなります。特別扱いではなく 普通に接してくれればいいのですが どうしても腫物扱いされます。そのため自然と距離をとることになります。最初の壁は小児科の待合です。次が行政の窓口です。それ以外でも同じことを何度も繰り返して説明するようになります。これが繰り返されると だんだん養子であることを隠すようになります。子供はこれに敏感に反応します。そして子供心に養子であるということには触れてはならないんだ 隠しておくものなんだと理解します。そのため養子についての話題になると ビミョーに距離を置くようになります。そうすると さらにコミュニティと距離を置くことになります。

### 【 人に言えないこと 隠すことによる心の変調 】

通常の世界生活では 人に言えない秘密を持ち続けることはあまりありません。そのため秘密を持つ生活や隠しごとをもつ生活を送ると 心がひずんでくることが理解されていません。

秘密を持つと あるいは隠しごとをするような生活をする と すっきりしない もやもやとした気分が続きます。そして特定のキーワードについて過敏に反応するようになり 常に心に引っかかりを持った生活が続きます。人に言えないこと 隠し事を持つ生活はとても苦しいのです。これは実はうつ病の原因にもなるのですが・・・

### 【 打ち明ける場所がないと 】

このように打ち明ける場がないととても苦しい状況が続きます。けれども養子家庭のことについて知らない人に相談しても あれこれ聞きたくないアドバイスをされることになります。何も言わないでただ聞いてもらえばいいだけなのに とやかくこうしたらいいあしたらいいと聞きたくもないアドバイスを言われます。しかも引っかかっていることがうまく説明できないし 説明できたとしても理解されません。これが続くと 『 どうせ言ってもすっきりしないし 言っても解決しないよ 』 と諦めてしまい 誰にも話さなくなります。そして地味に傷つきます。そして傷は修復されないまま また地味に傷つきます。これが繰り返されると 自覚はないのですが だんだんと心が病んでいきます。

### 【 秘密にしなくなった時の清々しいスッキリ感 】

このような心理状態に陥った母親が 養親サロンに行くとなんか話さなくていいと好きなことが言えるようになります。普段だったらドン引きされるような 『 養親あるある 』 を言っても 『 だよね～ あるある～ うちもさ～ 』 といってバシバシ理解してもらえます。ぜんぜんドン引きされません。みんな養親ですから。やっと話ができます。積もり積もったうっぶんも晴らせます。『 乳児検診の時に養子ですと言ってドン引きされたとか 近所の人に養子と言ってかわいそうな目で見られたとか・・・ 』 やっと打ち明けられます。

だよね～ …… という会話が延々と続きますが 話が終わる頃には ま・・・明日も頑張らしましょう と 心の荷物を軽くすることができます。問題がすべて解決するわけではありませんが 他人に話すことによって 同じ体験を共有することによって その体験は自分だけではないのだということが知れることによって あるはヒントが得られることによって 代替策が得られることによって 解決はしていないのですが すっきりして心の棘が落ちてゆきます。養親サロンは 単なる情報交換の場というだけでなく 場そのものがカウンセリング機能を持ちます。このように養親サロンは 単なる情報交換の場という役割から次第にカウンセリング機能を持つ養親のためのピアサポートグループに成長してゆきます。

### 【 養親サロンは養子サロンの始まり 】

こどもは親のことをよく見えています。なんとなく養子であることは隠しておくんだ という雰囲気。こどもは敏感に察知して 養子であるということに触れないように隠すようになります。特に養子についての話題になると ビミョーに距離を置くようになります。そして次第にかつて親が経験したことと同じことを やがて子供も経験するようになります。子供には子供のための問題を話せる場が必要なのです。それが養子サロンなのです。

養親サロンに連れて来ていた小さな子供は小さい頃から顔見知りなので垣根がありません。しかも養子だけの集まりです。話ができます。年齢も近いです。そして子供はやがて大きくなり 子供だけで話をするようになります。このように養親サロンは養子サロンの苗床でもあります。養子は自分達だけの秘密を打ち明けられる養子サロンで話をするようになり そして成長とともに当事者の自助団体であるピアサポートグループに進化してゆきます。

### 【 古い養親さんについて 】

古参の養親さんのなかには真実告知について 『 私は墓場まで秘密を持って行きます。絶対子供には伝えません 』 とガチガチに固まった養親さんもおられます。昔は何の情報もなかったのです。何の支援も無かったのです。何もない中でポツンと孤立し手探りでやるしかなかったのです。苦しくても相談する人がいなかったのです。そしてやっと真実告知が必要だと知っても もう既に子供があまりにも大きくなってしまい もう言える状況ではなくなってしまったのです。

#### 【 養親さんの抱えている問題について 長らく語られることがなかった 】

日本では養親さんの抱えている問題について長らく語られることがありませんでした。どんな問題を抱えているのか どんな悩みがあるのか 誰も知りませんでした。そのため どんな解決策があるのか そして悩みを抱えているのは自分だけではない ということさえも伝えられずにいました。

また養親さんだけでなく その養親さんの家庭で育ってきた養子さんについて どんなことで悩んでいるのか どんな問題を抱えているのか 誰も知りませんでした。特に成人した養子さんについて あるいは養子家族の親子関係について どんな状況なのかどんな問題を抱えているのか 調べられたこともありませんでした。これらの問題については全く調査されていません。これらの問題については 今後聞き取り調査が必要になると考えています。

#### 【 養親さん同士のレスパイト（一時委託）について 】

子育てをしていると どうしてもしんどくなり 『 もう限界だ～ 』 と思うことがあります。あたりまえのことです。そんなときは助けを求めていいのです。しかし児童相談所さんによるレスパイト(一時委託)もありますが 養子さんの場合 前例がないという理由で許可されないこともあります。その場合 養親サロンで仲良しになった養親さんに預かってもらうという手もあります。

子育てでしんどくなる一番の理由は実は子供の扱いに困ってのことです。一時委託することで養親さんは一息つくことができますし 子供は同じ養子仲間と話をすることができます。子供との距離も一時的に置くことができます。預け先の親は預けることになった経緯について 聞いたり関与したりはしませんが(むしろ関与しない方がいいと思いますが)子ども同士で話をしてくれます。そして子供も親との距離を調整することができます。そして何よりも 預けた先の子供から 悩みを解決するための必要な情報が得られることがあります。