

## 報告書

NPO 法人 M-STEP 事業名「子連れ再婚家族（ステップファミリー）ピアカウンセリング交流会」

### ピアカウンセリング交流会 & 講座 @四国

#### 開催日時

ピアカウンセリング交流会 2019年5月13日（月）10時から11時

ステップファミリー講座 2019年5月13日（月）14時から16時

#### ピアカウンセリング交流会

参加者 4名（子連れ再婚家庭当事者）

○アンケート結果○

■参加したきっかけ 知人からの誘い（4名）

■子連れ再婚の問題について よく知っている（3名） なんとなく知っている（1名）

■参加者の感想

- ・いろいろと話せて、すっきりしました。
- ・同じ悩みをお持ちの方々とお話できるのが嬉しいです。
- ・他の人に話せないことを話すことができたので悩みが軽減しました。
- ・違う立場の人の話を聞いて勉強になりました。

#### ■活動結果報告

今回の参加者の方々は、シングルマザーから、子連れで再婚をされた方が多かったです。また、その中でも、子連れ同士で再婚をされた方のお話の中で、思春期になる継子のしつけについて、お話をされました。「どこまで手をかけていいのか？」「叱る時はどうしたらいいのか？」など、悩んでいました。参加者の中には、実子が思春期の子の方もいらしたので、主に思春期の子こどもへの対応を共有しました。結果、思春期の子育ては、継子であっても、実子であっても変わらずの苦労があるとのことで結論がでましたが、実子には、叱ることができても、継子には、どうしても遠慮をしてしまう部分があるという継母の意見もありました。



（ピアカウンセリング交流会の様子）

#### ステップファミリー講座

参加者 6名

（カウンセラー1名・面会交流支援センター支援員2名・子育て支援員1名・学生1名  
元児童養護施設職員1名）

○アンケート結果報告○

■参加したきっかけ 知人からの誘い（4名） 会員（1名） WEBサイト（1名）

■子連れ再婚の問題について よく知っている（5名） なんとなく知っている（1名）

## ■参加者の感想

- ・ステップファミリーの問題は、とても複雑で難しいと思いました。
- ・NGワードをしっかりと理解して対応をしていきたいです。
- ・今回のような講座を定期的に行ってほしい。
- ・講義だけではなく、講師とのディスカッションもあったので楽しい会になりました。
- ・参加者全員の自己紹介PRもよかった。
- ・子育て家庭も多様な形の家庭があり、その一つのステップファミリーのことを深く知ることができました。以前、3年くらい前の相談で「どこかにステップファミリーの方が集まっている所は知りませんか？」と聞かれ、その時は何も知らず、情報提供ができませんでした。知っていれば、あの時の方も、たくさん話したいことがあったのだらうと思います。これからは情報を得て、連携を取っていききたいと思います。

## ■活動結果報告

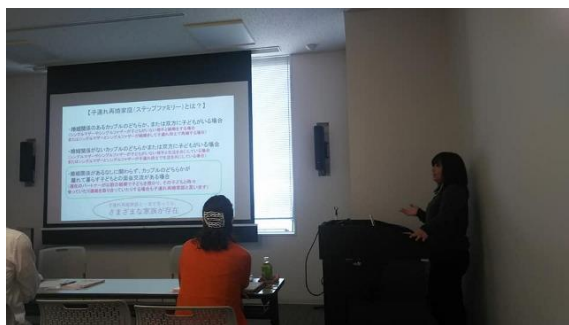
今回の講座では、子連れ再婚家庭（ステップファミリー）の基礎知識を学んで頂きました。参加者の方々は、親の支援、子どもの支援に携わる方が多く、パネルディスカッションでは、それぞれの立場からの支援の方法のご質問や状況をお話して頂きました。

子育て支援員の方からは、これから離婚を考えている人、今現在、ひとり親の人との話で、再婚を考えることに前向きな方が多いので、そうした方々へも、子連れ再婚家庭のサポート団体があるということを知ってあげたいとの要望と、面会交流の支援を行っている方からは、面会交流をしているどちらかの親御さんが再婚をして、その再婚した後の子どもへのフォロー、親御さんへのアドバイス等に悩んでしまうとのことをお話されました。

元児童養護施設の職員の方は、子どもが退所した先が、子連れ再婚家庭でも、退所後のフォローが難しく、子連れ再婚家庭への知識の提供などもできない状況なので、子どもが再度、施設へ戻ってくるということもあるそうです。

今回の講座では、子連れ再婚家庭＝虐待という認知を抑えて話をしました。

まずは、子連れ再婚とは何か？ということを知ってもらいたい機会になったと思います。



（講座の様子）

活動報告掲載ブログ URL

<https://ameblo.jp/mitaka-m-step/entry-12461240484.html>

ピアカウンセリング交流会 @東京

開催日時

2019年6月20日（木）13時から15時

参加者 8名

## ■参加者の感想

・ステップファミリーになってから本音で話をできる場所がなく今までとても辛かったです。こういう機会にたどりつくまで10年かかりました。明日からはもう少し気持ちを軽く持って過ごせそうです。本当にありがとうございました。

・私も、ステップファミリー特有のモヤモヤを話せる場を頂けて、共有できる出会いがあったのが本当に救われました。ありがとうございます。

・偶然3人も死別した方と結婚した方と出会うことができ、良かったと思いました。死別者の気持ちは分かるのできっとものすごく孤独だったのだと思います。配偶者を亡くした悲しみは150%と言われるくらい辛いものです。それを忘れようと幸せになろうと再婚の道を選んだんだと思います。でも、ちゃんと心や遺品の整理をしてからじゃないとどんなに相手を傷つけるか分かりました。私のように死別10年で出会えば問題はなかったのに出会うのが早すぎたんだと思いました。それでも再婚したのだからどうしたら離婚しないかを考えていかなくはいけません。会で死別者や死別者と再婚した方のコミュニティがあるといいと思いました。

・今日は眠くて機嫌悪い娘同伴したが、みなさん全然嫌そうな顔せず参加させて頂きまして、ありがとうございました。みなさん話すのがとても上手で、口下手な私もっと準備していくべきだったと反省してます。私のキレイな言葉、抽象的な言葉が多く、さも乗り越えた風でしたが、未だにやっぱり継子イヤ！のスパイラルにはまってなかなか抜け出せない時もあります。夫にお願い事するとき、共感してくれなくていいから理解してほしいとき、どんな風にコミュニケーションとれば良いのかなあと日々模索しています。でもこんな風に自分を出せて気さくに話せたのは、みなさんのおかげです。どうもありがとうございました。

・ネット上でも「ボツイチ・子なし・初婚・継母」というキーワードはほとんどヒットせず、M-STEPになかなか辿り着けなかった。やっと辿り着けたときには、これでやっと話せる場に行けると安心した。だから、もっと世間にアピールして私のように困っている方の元に届けて欲しいと切に願います。

## ■活動結果報告

今回は初婚ボツイチ（夫が死別で子連れ再婚）の方が2名、ご自身が死別で子連れ再婚の方が1名でした。ステップファミリー歴は5年、10年（交際期間含む）、12年と比較的長い方たちでした。

また3人ともお子様が自立して家を出ているもしくは成人で同居である、というところが共通していました。そのため、死別特有の悩み、成人した継子との付き合い方やそれに伴う悩みを共有することができました。

継子がもう大人になっていると、躰という訳にはいかない、そして、同居している継母は日々のストレスを話す場がないので、いろいろなものを抱え込んでいるということが伝わってきました。

共通するトピックスとしては

・夫が死別した前妻のものを処分せず、そのままの状態でも継母である参加者さんと再婚し、前の家族のモノが残るその家に迎え入れていたこと。そして、その家の片付け、前妻のモノの片付けまでしなくてはならなかったこと。お仏壇の手入れ、手を合わせることを当たり前のこととして求められること。

またそれぞれの方の悩みとして、

- ・継子（男の子）が下着を物色しているようだった。
- ・継子からとても傷つく言葉を言われ、お正月やお盆に会うときに恐怖心すら感じる。
- ・継子、前妻、いろいろな悩みに対して夫に相談するとお前の感覚はおかしいと言われる。
- ・成人した継子に対して、朝ご飯の支度など実親が過度にお世話していることがストレス。
- ・成人した継子が家を出て行かない。

・自分の仕事に邁進していたので継子の悩みに気づかずに（気づかないように？）暮らしてきたが、仕事のこともあり心の元気が少しなくなったタイミングで、継子のことやステップファミリー特有の悩みに気が付きモヤモヤするようになった。

・実子に継父のことを「お父さん」と呼んでくれたらな、と思う。  
と、様々な悩みが出てきました。



（ピアカウンセリング交流会の様子）



（東京開催では北村さんがお越しくださいました）

活動報告掲載ブログ URL

<https://ameblo.jp/mitaka-m-step/entry-12483835760.html>

## ピアカウンセリング交流会 @鹿児島

### 開催日時

2019年7月27日（土）13:00 から 15:00

参加者 6名

### ■参加者の感想

・子連れ再婚同士で結婚をして、双方に子どもがいる状態ですが、どうしてもお互いにお互いの継子を可愛いと思うことができず、日々、葛藤を抱えたりもしていますが、周りにいる仲間に救われることもあり、こうした場があることで、ストレスも発散できるし、共感を得てもらえることが明日への活力になると思いました。

・初婚で継母になりましたが、継子と実母への愛情の偏りを自分自身で感じてしまうと自責してしまうときも多くありますが、パートナーのことも大切ですし、今の家庭を大切に築いていきたいと思えました。

・現在、シングルマザーですが、パートナーもいて、実子との関係性に悩んでいました。時々、パートナーと家族の在り方について、ぶつかることもあります。前を向いて頑張ろうと思えました。

・元夫と実子の面会交流がある中で、新しい恋愛に進んでいいのかも悩んでいました。また、ステップファミリーになるとどうなるかも未知の世界で、今回、ご一緒した方々の話を聞いて、一歩前へ踏み出せそうな気がします。

・初婚継母のステップファミリーを卒業し、シングルマザーになりましたが、現在進行中の彼がいて、その彼と実子との関係性と、元夫と継子たちとの関係について悩んでいました。けれど、みなさんの話を聞いて、次のステップに進むのは急ぐのではなく、ゆっくりでいいと気付かされました。これからは、ゆっくり彼との距離、前の家族との距離をどうにか考えていきたいと思えます。

### ■活動結果

今回は、現在、ステップファミリーの方と、これからステップファミリーになることを考えている

方が、活発に話げできたのが、とても良いと思ひました。ステップファミリーになる前は、どうしても夢を見がちな部分もありますが、先輩ステップファミリーの方からのアドバイスは適格で、夢を見るというよりは、現実を見て幸せになる方法を伝授していたようて有意義な時間になりました。



(ピアカウンセリング交流会の様子)

活動報告掲載ブログ URL

<https://ameblo.jp/mitaka-m-step/entry-12499456025.html>

## ピアカウンセリング交流会 @埼玉

### 開催日時

2019年10月26日(土) 13時から15時

参加者 6名

### ■参加者の感想

・男の子3人目の子育てだと思て再婚したが、実子の子育てとはまったく違て戸惑っていました。自分が座る椅子の下に継子の「死ね」というメモ書きが置いてあったり、継子は夫に何から何までやってもらい非常に甘く育てられていると感じます。自身の疎遠になっている実子長男に子供が産まれたようだと人づてに聞き、自分がおばあちゃんになったと知ったりと、いろいろな思いがある中、慣れ親しんだ場所から離れ、思春期の継息子の世話をしなくてはならない葛藤で悩んでいました。こうして気分転換や仲間と話せる機会があつてよかったです。

・ピアカウンセリング参加は東京に続き2回目の参加で、娘の結婚について悩んでいます。ステップファミリーの我が家ですが、子どもには普通の結婚を望み、子どもの為て結婚相談所を訪れたりもしています。少しでも先輩ステップファミリーとして何かできないかと日々、検討中です。

・継子と実子が高1で共に女の子で、継子は県立高校に通いアルバイトをしています。実子は私立なのでアルバイトができません。継子はお小遣いを上回る額を稼いでくるので、説明してお小遣いをやめました。一方、実子には引き続き月5000円のお小遣いをあげていますが、それに対して夫には50:50で対応するよう言われてしまい、また継子は不平等だと泣いて訴えてくる。

それでも、夫婦仲は良好なので、この先々の家族の在り方を学びに来てよかつたと思ひます。

・初めて参加しました。ステップファミリー当事者でなければわからないストレスやモヤモヤ。これを“うんうん、わかるわかる”、“腹立つよねえ”って共感しあえる人がいると思えたのが嬉しかったです。もっと聞きたい・もっと教てほしいと思つたので、また参加してみたいと思ひます。

### ■活動結果報告

今回は、時間内では話したりない方が多くいらっしゃいました。参加者のみなさんは、悩みを抱えながらも、完全に負のスパイラルに陥っている感じではなく、仕事を始めたり、行動を起こしたり、

気分転換を図っている様子が伝わってきました。今後は、参加者のみなさんと繋がりを持ちつつ必要に応じたサポートができたらいいのではないかと思います。



(ピアカウンセリング交流会の様子)

活動報告掲載ブログ URL

<https://ameblo.jp/mitaka-m-step/entry-12539897398.html>

## ピアカウンセリング交流会 @千葉

### 開催日時

2019年11月23日(土) 12時から14時30分

参加者 4名

### ■参加者の感想

- ・1番の悩みやストレスを感じることもあり、かなりの焼きもち焼きタイプで前妻に対する嫉妬からマイナスな妄想をしてしまい心配や不安になることで、夫婦関係は最悪でした。交流会へ参加して前向きになれたので、これからも頑張りたいと思います。
- ・旦那様はシングルファザー歴10年選手、旦那様側親族も協力的な家族でチームワークがあり継子の面倒を見てくれる状況ですが、鬱病持ちのため今は落ち着いているが鬱に入ると布団から出られなくなります。体調が落ち着けばセメントも考えたいと思っていたので、参加をして悩んでいたことが話せてよかったです。
- ・1番の悩みは周りに継母ならではの悩みを打ち明けられる人がいないカミングアウトもしずらく友達に話しても理解は難しいと思うから悩みを抱えがちになっていて、義母と同居しているが本音で継子の愚痴は話せませんでした。
- ・8年目なので継子に対しての扱いは一歩引いて切り替えて気にしない様にすることも出来ているのでどっぷり何かに悩んでの時期は脱した感じではありますが、参加して仲間がいる安心感が持てました。

### ■活動結果

今回の交流会では、ステップファミリー歴が長くても、それぞれに悩みがあり、共通しているのは、話せる場所と仲間ができることで、ストレスを抱えるメンタルの改善にもつながり、明日からも頑張ろうと思える活力になるという結果ができました。千葉には事務局もあるので、その事務局を活用して今後も定期的に参加したいと思います。

※参加者の希望により、写真、ブログ掲載をしませんでした。

## 【ZOOM ピアカウンセリング交流会】報告

インターネットのビデオチャットを使って、どこの地域にいても参加できるオンライン交流会を開催しました。



(Facebook より告知のサンプルです)

### 【周知方法】

- ・ SNS (Twitter ・ Facebook ・ mixi)
- ・ ブログ
- ・ メルマガ
- ・ LINE オープンチャット
- ・ その他、ご協力者のみなさんに拡散をお願いしました。

### 【開催日】

- ・ 2019年6月18日(火) 14時から14時40分
- ・ 2019年7月17日(水) 14時から14時40分
- ・ 2019年8月19日(月) 10時から11時
- ・ 2019年9月19日(木) 10時から11時
- ・ 2019年10月29日(月) 14時から15時
- ・ 2019年11月14日(木) 10時から11時
- ・ 2019年12月11日(水) 21時から22時
- ・ 2020年1月31日(金) 19時から20時

### 【参加者からの声】

- ・ テーマの割には、みんな笑って話せてよかった。
- ・ 自分が再婚した当時(13年前)はこんな風に話せる場が無くて、相談しても責められて孤立してつらかった。
- ・ 初参加で楽しかった。こういう場があるのは良かった。
- ・ 皆悩んでるんだとわかって心強い。
- ・ オープンチャットも良いけど、顔見て話せるのは安心。
- ・ また参加したい。
- ・ ステップファミリーという共通点だけでなくその他の共通点もあった。
- ・ なかなか言えない本音を言える場所があってよかった。
- ・ ピアカウンセリングに参加して元気が出た。
- ・ 参加してみて、みなさんと出会えてよかった。
- ・ 参加者のみなさんの顔を見ていて悩んでいてもイキイキとしていた。

- ・フィードバック、個人的にとっても好きです。普段の頑張りを他者から誉められることで、自己肯定感も上がり、場全体がポジティブな雰囲気になるように感じました。
- ・1時間だったが、楽しく前向きにやってみようという励ましあえるよい時間でした。

### 【活動結果】

インターネットを使ったビデオチャットでしたので、操作方法などをブログに手順を掲載し、また参加者のみなさんがスムーズにチャットへ入れるように事前にテストを行い開催しました。

どこかへ出向いての交流会ではなく、自宅でも外出先でも、インターネットのが繋がる環境で対面式の交流会が開催できたので、参加者のみなさん、スタッフ等も顔を見れて話せる安心感もあり、ピアカウンセリング後も楽しくおしゃべりをしながら、繋がりを深めていけたと思います。

### 事業の成果

今回、頂きました助成金のおかげで、香川県、鹿児島県、東京都、千葉県、埼玉県での交流会を開催することができました。香川県におきましては、ステップファミリーの基本を学ぶ講演会も開催することができ、香川県で活動をする支援者の方々にもお越し頂くことができました。

ステップファミリーにおいては、100家族あったら、100通りの家族構成もあり、100通りの悩みがあります。悩みの大きい小さいに関わらず、共感してもらえる場所、共感してくれる仲間を作ることが何よりも心の支えになると思える限りの地域での交流会の開催、ネットを使った交流会を開催しましたところ、当事者のみなさんには、交流会に参加をして、明日から頑張れそうだということをおっしゃっていただけました。

ステップファミリーだということを隠して生活をしている方々がいる中、ステップファミリーであることで、悩みを打ち明けられない方々がいる中で、こうした私たちの活動に触れる機会をこれからも増やしていき、家庭内における問題解決に繋がれたらと思います。