

こんにちは、リーブスです。「2月は逃げる、3月は去る・・・」とはよく言ったもので、あっという間に年度末が近づいてしまいました。

ところで、みなさんのクラスやお知り合いの中に不登校になっているお子さんはいませんか？今回はそんな「不登校」について少しだけ触れてみようと思います。

不登校

一人一人理由は様々ですが、だれにでも起こりうることで特別なことではありません。

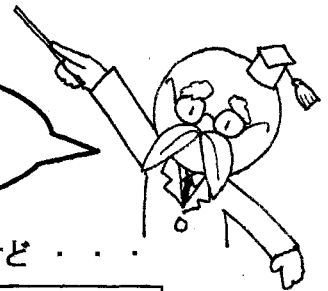
お友達と上手いかわなくなってしまうたり、勉強が難しくなっていくのが大変になったり・・・と、不登校になる理由はそれぞれだと思いますが、「学校に行けない」というのは少し長めの心の風邪をひいてしまったようなもの。心の中ではいつも、行くべき所に行っていない自分を責め、人目を気にして誰にも会わない時間帯にだけ外出し・・・でも、本当はみんな学校に行きたいのだと思います。

学校に行かないのも、決してサボっているわけではなく、朝になると頭痛や腹痛で起きられなかったり、家を出ようとしても足が動かなかったりと、「行かない」と言うより、「行けない」のです。

だから、ゆっくり休んで十分にエネルギーがたまり、その時がくれば、必ず自力で飛びたてるはず。それはとてもゆっくりで一進一退かもしれませんが・・・。周りにいる人達みんなが温かい目で見守ってあげることができたら、きっとその子は安心して成長していけるのだと思います。

ストレスのコップの話・・・

不登校になる子は
他の子よりもストレスが
たまりやすいようじゃのう

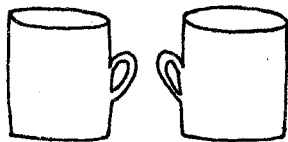


ストレスをうけるコップの大きさは皆と同じだけど・・・

楽しい経験や成功体験が
ストレスを減らします

ストレス

上手く減らせないと
すぐにあふれます



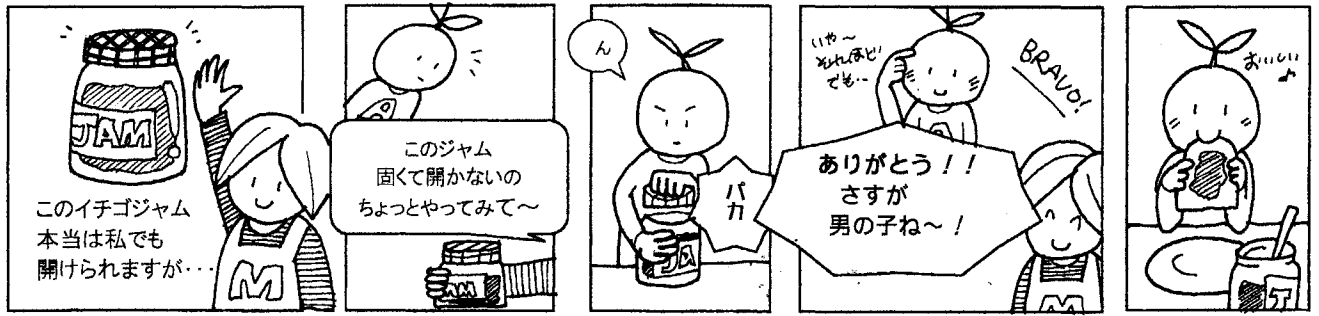
自分をうまく表現で
きず空回りすること
で失敗が続き、自分に
自信がなくなる。

自分が嫌い 人も嫌い

人を信じられなくなってしまう

不登校になる子は楽しみを見つけることが苦手だったり、
成功体験が少なかったりするの、周りの大人が
機会をつくってあげるのも大事なんですね！

「ありがとう」は 魔法のことば！



もし不登校になってしまったら...

ケースバイケースなので、必ずしもあてはまらない場合がありますが...

- ❁ 責めない。《本人が一番自分を責めています》
- ❁ 強制しない、無理させない。
《人は自信を失うと素直に色々と応じられなくなるようです。心が満たされると素直になっていきます。》
- ❁ 好きなことや日頃できないことなどを一緒に楽しむ。
《楽しい経験が安心につながるので、遊んでいるわけではなく リハビリです!! 》
- ❁ ストレス源は遠ざける。
- ❁ その子に関わる先生方(スクールカウンセラーなどを含めて)と情報共有をする。
- ❁ 「お母さんや先生たちは君の味方だよ」と思えるような接し方をする。

編集後記

子供が学校に行けなくなり始めた当初、私は焦り、少しでも早く登校してもらおうと様々な関係各所の先生方に相談しました。けれども先生方が口をそろえておっしゃられたのは「今はゆっくり休んでエネルギーをためようね」でした。学校も行かず、毎日家に居てもテレビも見ないしゲームもしない。本当に当時は弱っていたのだと思います。少しだけ休んですぐに学校に行くとまたダメになってしまう...。ようやく私も心を決めて「本人が『行く』というまで、休ませよう」と思いました。それから、親にとってはとても長かった1年3ヶ月。先生方の言う言葉も半信半疑だったのですが、本当に自分から「行きたい」と言いだし、徐々に登校する日数を増やしていつか、何とか毎日行けるようにはなりました。でも、決してそれで全て乗り越えたわけではなく、今、また行けなくなったりもしていますが、子供はゆっくりでも確実に成長しています。「急がば回れ」というように遠回りが必ずしもマイナスではないと信じ、長い目で見る広い心を持てるよう私も成長していかなくては...と日々感じています。

もし、これを読んでいて同じようなことで悩んでいる方がいらっしゃるのなら、まずは、なるべく多くの信頼できる先生方や、各相談機関などに相談して、その先生方と親とが全員同じ情報を共有することが、すごく大事だったと思います。そして、傷つけてしまったその子が、安心して飛び立てるまでゆっくり見守ってください。

最後に、同じような悩みを持っている方はきっとたくさんいるので一人で悩まないくださいね。