



虹のかけ橋



第 38 号 / 平成 26 年 9 月

兵庫県立 但馬やまびこの郷

<http://www.t-yamabiko.asago.hyogo.jp/>

助けを求める・風を入れる

県立但馬やまびこの郷
所長 佐藤 眞子



小学校時代には何の問題もなかった（と周囲の大人は思っていた）のに、中学 1 年生の 5 月から、急に不登校になった男子生徒がいました。部活動で、友達と何らかのトラブルがあったようですが、両親が大げんかした翌朝から、頑として登校しようとしなくなったそうです。周囲は、中 1 ギャップ？いじめ？両親の不仲？発達障害？など、いろいろ原因を探ります。「なぜ学校へ行かないの？」という繰り返される問いかけに子どもからの応答はなく、ほとんど「ゲームづけ」の毎日で、1 年半が過ぎました。

不登校が長期化すると、保護者や教師の心が疲弊し、関係が悪化することがあります。保護者は「学校は何もしてくれない」と不満を口にしがちになり、教師側からは「文句の多い勝手な親」と言いたくなります。問題がこじれて、悪循環の糸がこんがらがってしまいますと、それぞれが、孤立し、何も動かなくなるという事態が生じがちです。

不登校の原因を探ったり（原因は普通わからないものです）、遠因を取り除いたりすることは必要かもしれませんが、そのことに留まらず、閉鎖性によるこじれを解消するためには、外部からの異質な「風」を取り入れることがとても重要であると思います。先にあげた生徒の場合、保護者は離れて暮らす自身の父親（祖父）に、教師は迷いながらも学校外の専門機関に、各々相談し、停滞が破られました。釣りが趣味の祖父は孫を海釣りに連れて行きました。教師は専門機関の人からこれまでの労をねぎらわれ、「助けを求めることも能力の一つ」と助言されて、少し気持ちを緩やかにすることができました。



考えれば、私たちは即座に問題解決できないことばかりの中で生きています。子どもばかりか、大人も、自分のもつすべての力を使い切ってしまう前に、誰かに助けを求め、風通しをよくするための資源を活用することがとても大切だと思います。これは、特に頑張り屋さんの先生方にお伝えしたいことでもあります。

但馬やまびこの郷が子どもと保護者だけでなく、教師の「助け」になるような場であれたらと思っております。

不登校一子どもと親の心と支援の実際

平成26年度但馬やまびこの郷公開講座より

26.5.20 (火)

奈良女子大学大学院 教授

伊藤 美奈子

1 不登校は問題か

親子間の意識調査をするアンケートを実施した時、ある保護者から「不登校問題という言葉が重い」という意見が寄せられました。自分の子どもに問題がある、学校にはいけない存在だと思ってしまうのだと。それまで、「問題」という言葉を何気なく使っていたが、気をつけなければならないと思いました。その子自身が問題なのではなく、**問題なのは不登校という状態であり、それは支援する側の課題なのです。**

スクールカウンセラーをしていた頃、学校でリストカットをしようとした女の子がいました。自分との面談中に入った緊急とおぼしき電話を優先させた私に対して、心のSOSをリストカットという形で命をはって表現しているのだと感じました。**問題の向こう側にある意味やメッセージを読み取っていかなければならないと痛感しました。**

高校教師をしていた頃は、不登校生徒に刺激を与えてはいけないと言われていました。確かに、エネルギーを貯める期間は必要ですが、待つことが適当と言えるのは、本人が悩む力を持っており、自分と向き合って前を見据えていくケースだと考えます。虐待やネグレクトの場合は、**待っていたら取り返しのつかないことになるケースがあり、ただ待つのではなく、適切なアセスメントをし、働きかける必要性を感じます。**

不登校は、待つとか、刺激を与えとかいう対応以前に、その子にどんな力があり、どういう理由があるのか、どのようなタイプの不登校なのか、周囲の支援体制はどうか、いじめはないか、発達障害はないか等、十分に考え、**目の前の子を理解することに努めなければならない**と考えます。



2 不登校の子どもたちの心もよう

① そっとしておいて、でも、忘れないで

相反する心理が存在し、どちらも本心。本人も自分の気持ちが掴みにくく、ゆえに他人にどう伝えたらいいかわからず困っていることがあります。

② 理由を聞いて欲しくない

学校の先生にも、カウンセラーにも「どうして学校に来られないの？」と尋ねられる。理由を言わないと逃げられないような脅迫感を感じ「なんか悪いことしてるのかな？」とさえ思えてくる。原因にばかり注目されるとしんどくなることがあるので、一旦ふたをして「今」に照準を合わせて関わっていくのがいいでしょう。

③ 周りの反応が突き刺さる

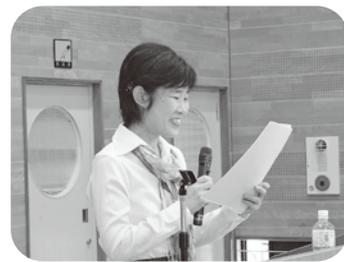
不登校の子が自宅にいて一番しんどいことは、「お母さんのため息だ」と話したことがありました。自分が不登校だから親に迷惑や心配をかけているという意識が働きます。不登校でいるときには、小さなことでも胸に突き刺さるのです。

④ 学校に行かない私も認めて

学校に行くことを伝えた翌朝、母の後ろ姿が元気に見えた。学校に行く私は好きだけど、学校に行かない私は嫌いなんやろうなと考えてしまう。周囲の動きを敏感に読んでしまいます。

⑤ まだ、“まだら” だけど

中学で不登校を経験したが、高校で生徒会長までしている男子。「今はすごく学校が楽しいが、僕はまだ“まだら”なんです。いつまた不登校の僕に戻るかもしれないという不安を抱えています」と話しました。その子にかけていたハシゴ（支援）の外し方を考えなければならない。もう大丈夫と潮が引いたみたいに離れていくと、寂しいし不安になる。しつこく後追いはよくないが、いつ戻るか分からない不安な状態を理解することが大切なのです。



3 支援の実際と不登校のその後



不登校が多様化している現在、支援のポイントとして以下の二つがあげられます。

① 支援方法の確認	教育・心理・医療・福祉・司法など様々な分野での支援が必要な場合がある。どんなケースに、どこが（誰が）力を貸してくれるのか、リストを作っておくことが必要。
② 校内の体制づくり	不登校が「ある」ことを前提とした体制づくり。 例えば、不登校はどの子にも起こりうるという意識、カウンセリング（相談すること）。

ある高校で、不登校経験の有無による自尊感情の差異を測る調査を行いました。その結果、不登校であったことをプラスに捉えている人は将来への自信度が高く、マイナスに捉えている人はその逆であるということがわかりました。つまり、不登校を経験していても、進路を保障することで将来への展望を持たせることができるということです。

『今』をどう過ごしているかによって、過去の見え方が変わってくる。
『今』に対して自信を持つことが、様々なものを変えていく。

4 心をつなぐロープ



カウンセリングで出会った言葉（ある中学校2年生の女の子のエピソード）

私は、一本の長いロープの先を握っている。もう一方の先を握っているのは（顔は見えないけど）私の先生。もし先生が「あなたに会いたい」と言ってロープをぐいぐいと引っ張ったら、私は怖くなってロープを放してしまうと思う。だからそれはやめてほしい。でも、私の「会いたくない」という言葉を鵜呑みにして、先生の方からロープを手放してしまったら、私の手にはロープの先しか残らない。その先には先生はいない…

先生にはいつもロープを握り続けてほしい。心のエネルギーが回復して先生に会える元気が出たときにはロープを引っ張るから、その時にはすかさず引き返してほしい。でも、それまでは私の顔が見えなくとも、ロープの先に私の手があることを感じながら、ピンとロープを張ってほしい。

見えない相手を感じながら、常にピンと張った状態でロープを握り続けるというのは、思い切り引っ張るよりも、あるいはロープを放してしまうよりも、ずっと根気とエネルギーのいる作業です。大切なのは、この関係性を切らないということではないでしょうか。

但馬やまびこの郷 Q & A

当所は、豊かな自然に囲まれた朝来市山東町にあり、体育館やグラウンドも備えています。宿泊体験活動を通して子どもの心と体を元気にし、学校復帰をめざしています。

○4泊5日以内の宿泊体験活動

1日、あるいは半日など、本人の状況に応じた日数での対応が可能です。ぜひご相談ください。

○見学・体験

初めて利用される場合は、緊張や不安の高い子どももいますので、まずは見学や体験からスタートされることをお勧めします。



どんなことをするの？

料理・スポーツ・製作など様々なプログラムを用意しています。仲間と共に一つのことに挑戦したり、自分の力でやってみたりすることができます。

子どもたちは変わるの？

体験活動を通して、子どもたちは驚くほど変わっていきます。集団の中でお互いを支え合いながら生活することで、本来持っているエネルギーが引き出されるのです。そのような小さな経験を積み重ねていくことで、学校や社会へ一歩踏み出す力が徐々についていくと考えられます。

どんな関わりをしてるの？

やまびこの郷には、様々な状況の子どもたちが訪れます。子どもたちとの関わりの中で、スタッフが大切にしていることをいくつか紹介します。

(1) 寄り添う

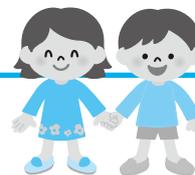
本人の意思を大切に、自分で一歩踏み出せるように自己選択、自己決定を大事にしています。

(2) エネルギーを貯める

スモールステップで小さな成功体験を積み重ね、次へ向かうエネルギーを貯める手伝いをします。

(3) 安全・安心感

安心して過ごせるよう、個に応じて関わりを深めます。徐々に、子どもたちの心の居場所になっていきます。



どのように紹介すればいいの？

まずは、「とにかく、身体を動かしてみようよ」「何かチャレンジできたらいいね」と切り出しだしてみてください。本人の心の準備ができれば、「いろいろな体験活動ができるところがあるよ」と、一歩を踏み出す一つの選択肢として当所を紹介いただければと思います。そして、「心身のリフレッシュに行ってみない？」「ドライブがてらに、見学するだけでもいいと思うよ」「久しぶりに身体を動かしたら、気持ちもすっきりするよ」と、声をかけてください。当所のホームページを一緒に見ながら、活動の様子を紹介していただくと、より分かりやすく、意欲を高めていただけたと思います。