



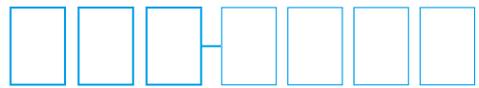
但馬やまびこの郷
ホームページ▶



兵庫県立但馬やまびこの郷

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

E-Mail : Tajimayamabiko@pref.hyogo.lg.jp



「学校に行きづらい」「教室に入りにくい」児童生徒の
保護者のみなさんにお便りします

やまびこ

こんな関わりはどうでしょうか。

「やる気が出ない」「動きたくない」・・・そんな言葉を子どもから聞くと、私たち大人は、何とか原因を探し、早急に問題を解決しようとしてしまいがちです。しかし、原因を取り除く解決に執着し過ぎると、子どもを追い込むことにつながりかねません。問題の解決だけにとらわれず、今あるものやできていることに意識を向けながら、子どもとこれからのことを話していくことで、子どもも大人もさらに動き出せるかもしれません。今回は、当所でも活用しているブリーフセラピーに通じる関わり方を提案したいと思います。

<1> 追及してしまう場合



なんで夜遅くまで
ゲームばかりしてるんだ！

いいやん！朝起きてるし！
迷惑かけてないし！



☆子どもは責められている感じがする。

うまくいっていることは何か？(例外)

問題よりも、例外でうまくいっていることに着目すると、話しやすくなります。

- なぜ、朝早く起きることができてるの？
→今度、早起きして、散歩してみようかなあと思って。
- そう。散歩でどんなところを見てみたい？
→朝の街の風景をカメラでとってみようかと思って。
- いい風景が撮れるといいね。

<2> 思いが伝わりにくい場合



最近、やる気がないよう
だけど、大丈夫？しんどい？

別に・・・大丈夫・・・



☆心配している気持ちは伝わるが、しんどさや思いを伝えにくい。

以前と比べて良い変化は？良くなるためには？(スケーリング・クエスチョン)

状態を点数等のものさしで尋ねる方法で状態や解決について答えやすくなります。

- 今の状態を1から10の点数で表すとしたら何点？
→2、3点くらいかなあ。
- 少しでもマシになったらどんなところが違ってくる？
→好きな絵は、描けるかもしれない。
- また絵が描けたら、見せてね。



※ブリーフセラピー

問題の原因を個人に求めるのではなく、問題の中ですでに解決している部分やこれからどう変わりたいかに焦点をあてながら、コミュニケーションの変化を促して、問題を解決・解消していくとする方法。
(参考：日本ブリーフセラピー協会 HP)

問題の解決のみにとらわれず、子どもの良さや強み、今できていることを大切にしながら、解決後のことや、うまくいっているときのことを話し合うなど気持ちを共有することは、子どもも大人も動き出すきっかけになり、さらに温かい関わりにつながることでしょう。



てっちゃんからのメッセージ



なぜ「やまびこの郷は 不登校の子に効くのか」

兵庫県立但馬やまびこの郷所長 齊藤 誠一



やまびこの郷は、学校へ行けない、あるいは学校に行きづらいお子さんたちを対象にした宿泊体験施設です。日帰り体験からスタートし、2泊3日を経て、4泊5日の宿泊体験をしていただきます。

詳しくは、ウェブサイトやパンフレットなどで案内をしておりますが、月曜午後「出会いの集い」から始まり、火曜の「料理を作ろう」「地域と交流しよう」、水曜の「製作・文化活動」「スポーツ活動」、木曜の「遠くへ出かけよう」、金曜の「お別れ会」と続きます。日常では体験することが少ない活動に取り組み、参加者同士、スタッフとの交流を深めます。こうした4泊5日の生活は、サマーキャンプや自然学校でも体験できるかもしれませんが、なぜ参加したお子さんたちに「効く」のでしょうか。そのような疑問にお答えします。

学校や家庭から離れる4泊5日は現実から逃げているだけではないでしょうか？



やまびこの郷に入所する前のお子さんたちの姿を思い起こしてください。きっかけはいろいろですが、学校へ行けない、あるいは行きづらい状態が長く続いてははずです。家にいても、ゲームやアニメに夢中になっているだけで、本当に悩んでいるのか理解できない、という保護者の方もいらっしゃるかもしれません。

でも、多くのお子さんたちはそうたくてそうしているわけではありません。友だちはふつうに学校へ行っているのに、行けていない自分に罪悪感を持っているかもしれませんし、そのような自分に自信を失っているかもしれません。

やまびこの郷にいる5日間は、朝起きて学校へ行くかどうか心配する必要もありません。少なくともこの5日間は学校へ行くことを考えなくてもいいので、それだけでも毎日経験していたストレスから解放されます。学校へ行けていない現実から目を背けるだけのように見えるかもしれませんが、まず疲れ切った心に健康を取り戻すことは悪いことではありません。



やまびこの郷で料理を作ったり、スポーツをしたりすることで、学校へ行けるようになるのでしょうか？

確かに料理やスポーツなら、自宅でもできるかもしれませんが、これだけで学校へ行けるようになる訳ではありません。

ただ、やまびこの郷のスタッフや入所している他の子どもたちと一緒にカレーを作ったり、みんなでスポーツをしたりすることは自宅ではできません。自分が包丁で切った野菜がカレーになったり、スポーツで得点をあげたりすること、そしてみんなから「カレー、美味しかったよ」「ナイスプレイ！」と言われることで、自分にもできることがあることを再発見し、少しだけ自信が戻ってくるかもしれません。

不登校の支援には、元の教室へ戻る、別室や保健室に登校する、教育支援センターに行くなど選択肢はたくさんありますが、どれか、あるいはいくつかを選ぶためには、自分を見つめるための心のエネルギーが不可欠です。そのエネルギーを蓄える上で、自信を取り戻し、心が元気になることは欠かせません。



やまびこの郷のスタッフや不登校の子どもたちと一緒に5日間も過ごすことに意味はあるのでしょうか？

もともと人間関係でつまづいて学校へ行きづらくなったのに、初対面のスタッフや子どもたちと出会うこと自体がストレスだろうし、5日間も一緒にいないとならないことは苦痛のように思えるといったご心配もあるかと思います。

スタッフはいろいろな子どもたちと接してきたプロフェッショナルです。お子さんお一人お一人に接しながら、新たな人間関係づくりをバックアップしていきます。話すことが苦手なお子さんには、ほどよい距離をとりながら関係を作れるようにサポートします。みんなが同じ距離で、我慢して人間関係を作るのではなく、それぞれに応じた距離感の人間関係を作ること、最初は緊張していたお子さんたちもだんだんとそれがほぐれていき、笑い声も聞こえるようになっていきます。

人と関わることに少しでも楽しさを感じられれば、人間関係に自信を取り戻すことができますし、何より自分と同じく悩みや大変さをもつ仲間に出会えることで、苦しいのは自分一人ではないことにも気づけるかもしれません。

参加者、保護者、スタッフが集まるお別れ会で、スタッフから5日間の印象やすばらしかったことをコメントしてもらえたと聞きましたが、学校とは関係ないことで褒められても意味はあるのでしょうか？



スタッフは子どもたちに、「工作では私が思いつかない工夫をしていたね」とか「山登りの時にしんどそうな友だちに声をかけてくれてありがとう」というように、すばらしかったことをコメントしています。ちょっとした気恥ずかしさもあるでしょうが、子どもたちは自分のことを見てくれていた人がいて、プラスに評価してくれたのだという気持ちになるようです。これを聞いた保護者の方もお子さんの新しい面を発見できて、うれしく思えるとのことでした。

勉強には関係のないことかもしれませんが、それまで学校に行けていない自分を気にしてくれる人や、自分の良いところを褒めてくれる人はいないと思っていただけに、自分の存在を認めてもらったことで、自信が持てるかもしれません。

そして、何より知らなかった人たちと5日間も過ごせて、少しいい思い出が作れるだけでも、自分への大きなおみやげになります。



では、やまびこの郷って、何なのでしょう？

一言で言えば、お子さんにとっての心の居場所です。

居場所ということばはよく使われますが、私たちはこのようなところと考えています。

- 誰からも責められることなく、安心していられる場所 (学校に行けていないという罪悪感から解放される)
- 自分が受け入れられている場所 (学校に行けていない自分を認めてもらえる)
- 本来の自分の(ありのままの)姿でいられる場所 (無理して良い子でなくてもいい)
- 自分がいてもいい場所 (そうした自分が存在していてもいい)
- 自分の役割や存在価値がある(役に立っている)場所 (そうした自分でも役立っている)
- 自分のしたいことができる場所 (学校に行けていなくても楽しんでいい)
- 自分ファーストでいい場所 (他者を気にしすぎなくていい)

子どもたちは、やまびこの郷に一生いられる訳ではありません。学校に行けないことで苦しんだり悩んだりしているお子さんに5日間過ごしていただいて、少しでもその子にとっての居場所にしていただければいいと思っています。やまびこの郷で5日間生活したからといって、すぐに学校に行けるわけではありません。しかし、現実から離れた居場所で心を休め、生きるエネルギーを溜め、自分のことを考えるために準備ができることが次の一步を踏み出すためには必要といえます。

「カレーを作ること」「みんなでスポーツをすること」「ハイキングをすること」のどれをとっても、ありふれた活動かもしれませんが、やまびこの郷で体験することとは意味がまったく変わってきます。



やまびこの郷の活動を少しでもご理解いただけましたでしょうか。関心をお持ちになった方は、まずはやまびこの郷に電話でご相談下さい。電話をかけるハードルは少し高いかもしれませんが、一緒にお子さんのことを考えさせていただく第一歩になります。ちょっとだけ勇気を出してみませんか。

「学校に行きづらい」「教室に入りにくい」児童生徒の 保護者の皆様にもご利用いただいています。



地域やまびこ教室保護者交流会

当所スタッフが県内各地に出向いて行う地域やまびこ教室は、子どもたちが活動している間に、保護者の方の交流会を行っています。保護者の方のみのご参加も可能です。

第1回保護者交流会参加者の感想を紹介します。

- 皆さんの悩みや考え方を聞いて、さまざまな悩みを抱えられていることを知り、自分だけ苦しいんじゃないと分かり共感もできてよかったです。
- 同じような経験をされた保護者の方がいらっしゃることをとても心強く思いました。少しずつ、前を向いて進んでいこうと思います。



やまびこ親の会

当所では、子どもを理解すること、社会的自立や学校復帰に向けた支援について保護者の方向士で交流していただくことをねらいとして、やまびこ親の会を実施しています。参加者の感想を紹介します。



- 今はまだ周りの人と接することが苦手な子どもだけど、少しずつ変わっていくのだろうと考え直すことができた。そのために自分が動いて元気に関わっていこうと思った。
- 久々に来ても、やまびこの郷は変わりなく、ホッとする場所です。
- 悩みながらも、子どもたちが生きてくれていることを、とても愛おしく思いました。やまびこの郷に来ると心が洗われるような気がします。

回らんスペース「いろり」

児童生徒の引率で来られた保護者の方に「いろりの館」を開放しています。古民家風の落ち着いた雰囲気の中、くつろぎながら、お話しされています。
火・水曜日 9:15~15:20



来所相談・電話相談

保護者の方のみの施設見学やご相談もお受けしています。心理士による相談や所長相談も実施していますので、当所までお気軽にご連絡ください。また、当所までお越しいただくことが難しい場合は、電話による相談もお受けしています。皆様のご利用を心よりお待ちしております。

TEL: 079-676-4724



兵庫県立但馬やまびこの郷保護者向け機関紙「やまびこ」No.49 ●令和5年9月

●兵庫県立但馬やまびこの郷 ●〒669-5135 兵庫県朝来市山東町森字向山 3045-101

●TEL(079)676-4724 ●FAX(079)676-4721

●E-mail: Tajimayamabiko@pref.hyogo.lg.jp

05 教②-014A4