

不登校児童生徒の保護者のみなさんにお便りします

やまびこ



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

こんな居場所もありますよ

近年、不登校の児童生徒が増加する中、学校に行きづらい子どもにとっての学びの場はますます重要になってきています。そこで、今回は「多様な学びの場」における支援についていくつか紹介します。



「多様な学びの場」における支援とは？

「多様な学びの場」における支援には、別室等における学校での支援やICT等を活用した自宅での支援、**関係機関や施設等**での支援などがあります。

兵庫県内には、**県立施設（但馬やまびこの郷・神出学園・山の学校）**や**教育支援センター（適応指導教室）**、**フリースクール等の民間施設**など、さまざまな関係機関や施設があります。



但馬やまびこの郷とは？

不登校または不登校傾向の小・中学生とその保護者を応援する施設です。豊かな自然環境の中、さまざまな体験活動を通して、子どもたちの社会的自立をめざしています。



4泊5日の宿泊体験を基本としていますが、**初めて利用する場合は、日帰り（1日または半日）**の体験活動や**施設見学**での参加をおすすめしています。



↓詳しくは↓



但馬やまびこの郷
ホームページ

お気軽に
お問い合わせ
ください



不登校のことでお悩みのみなさん、但馬やまびこの郷にいらっしゃいませんか。スタッフ一同、心よりお待ちいたしております。





いま一度、 思春期を考えてみる

兵庫県立但馬やまびこの郷所長 齊藤 誠 一

思春期に起きていること



♣️体に起きていること♣️

女子は小学校5、6年、男子は中学校1、2年の頃に急激に身長が伸び、初経や精通といった性的成熟があり、女子は約40年間性サイクルに制約され、男子は自分ではコントロールしにくい性衝動に直面することになります。昔からだれもが経験してきたように、自分の意志とは関係なく、勝手に変化する自分の体に適応することに変な時期と言えます。こうした変化は学校でも教えられていますが、当のお子さんたちにとって心に動揺や不安を与える変化には違いありません。また、自分の体の性別をはっきりと自覚させ、自分の性と向き合うことにもなり、体の性と心の性に違和感をもたせることもあります。

♣️脳に起きていること♣️

脳機能の完成は25歳頃とされており、思春期は発達の間進中にあるといえます。その特徴は、理性的な判断などを司る前頭前野（おでこの下あたりの内部）が未発達であることです。そのため、保護者のちょっとした一言に、急に怒ったり、興奮して壁に穴を空けたりするといったこともこのことと関係していると言えます。つまり、まさになぜこんなことで腹を立てるのかと思うような一言でも気持ちが苛立つように、心のアクセルは踏めても、その気持ちを抑えるブレーキが効かずに、衝動的、攻撃的な言動が顕著になります。



♣️物の考え方に起きていること♣️

思春期の子どもたちは、知識が豊富になるだけでなく、具体的な事物がなくても抽象的な思考ができるようになります。たとえば、算数や数学なら、文章題（つるかめ算など）の世界から方程式の世界に変わることです。これにより、自我と呼ばれる目には見えない自分の心も考えられるようになります。他方、論理的な思考ができることで、大人の発言の揚げ足を取ったり、批判したりするなどの反抗が目立つようになり、これまでのような素直さがなくなったように見えます。お子さんにはお母さんやお父さんの言うことがいい加減に思え、これまでのような絶対的な権威をもつ存在ではなくなります。

♣️人間関係に起きていること♣️

多くの小学生が中学生になることを楽しみにしていますが、小学校の卒業式からわずか10日くらいで大きな変化が起きることになります。たとえば、電車やバスも大人運賃になり、学校では決められた制服を着て、部活では先輩との関係が始まります。このように短期間のいろいろな変化に戸惑いながらも、いまさら小学生には戻れず、悩み多き時代に入っていきます。このときに頼りになるのが、自分と同じ境遇にある友人といえます。心理的離乳とか親離れとか言われるように、人間関係の中心がそれまでの親子関係から友人関係に移っていきます。

では、保護者はどうすればいいのでしょうか？

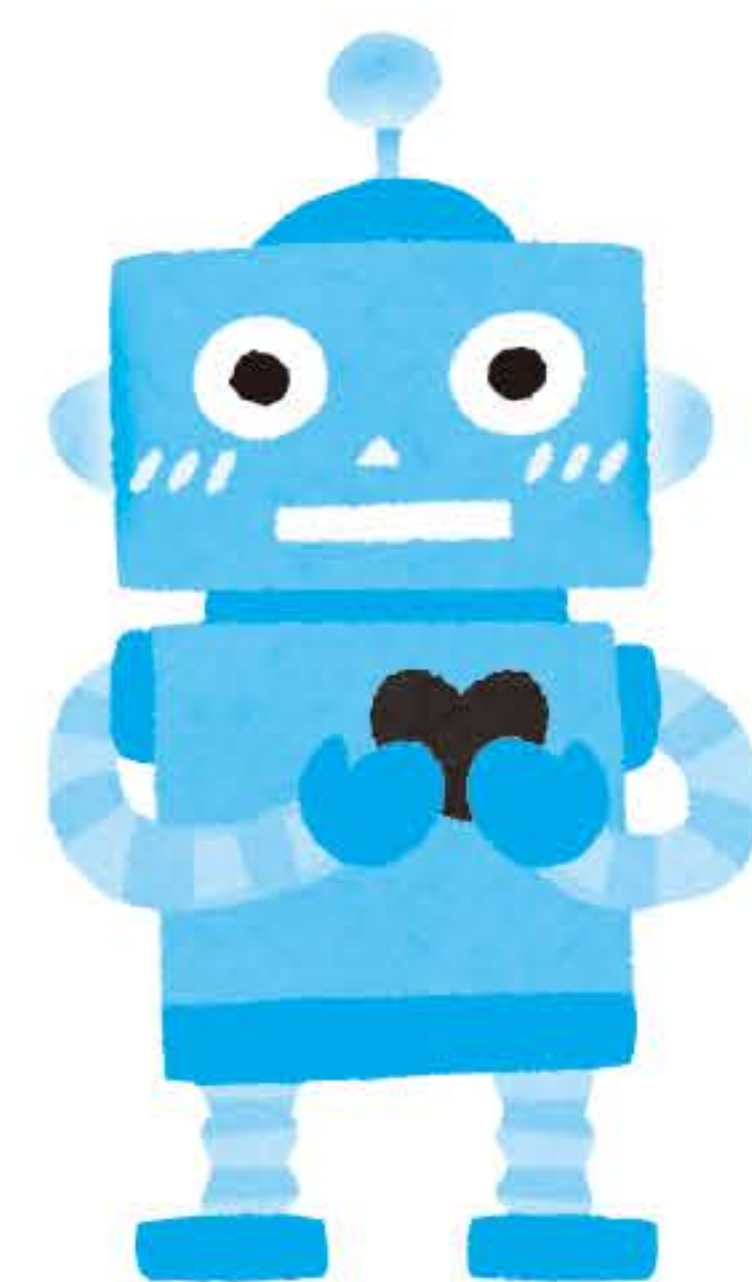


❖お互いにちょっとだけ嫌な思いをしてみませんか？❖

保護者の方には、これまでのように口をきいてくれないお子さんに怒りや不安を感じるかもしれませんが、お子さんは変わっていく自分の大変さに気づいてもらえないことに苛立ちを感じているかもしれません。こうしたときに、お子さんの立場に立って気持ちを理解することは難しいかもしれませんが、自分もこれほど嫌な気持ちになっているのだから、お子さんも同じかもしれないと想像してはいかがでしょうか。人間関係の中ではいい思いをするだけでなく、嫌な思いもするからこそ、相手の気持ちを理解できると言えます。これから先も一生続く親子関係はその時々であり方が変わっていきますので、その最初の変化と考え、ちょっとだけ嫌な思いをして新たな関係を築いていければいいと思います。

❖お子さんとの心の距離感を見直してみませんか？❖

それまで、お子さんは何か困ったことがあれば、助けを求めてきたかもしれませんが、つらくなると抱きしめてほしがったかもしれません。しかし、お子さん自身が子どもでいることができなくなった以上、そういう訳にはいかなくなりますし、お母さんやお父さんに話してもムダだと思っているかもしれません。ただ、これまでのように目の前で助けてくれる存在でなくても、自分のことを見てくれている、気にしてくれていると感じられるだけでも大きな応援になっていますので、少し離れたところからお子さんを見守ってはいかがでしょう。お母さんやお父さんは、お子さんにはいくつになっても、助けを求めて逃げ込める心の安全基地であることには変わりありません。



❖おっかなびっくりでいいので、お子さんを信頼する練習をしてみませんか？❖

私たちカウンセラーは「お子さんを信頼してください」とよく言いますが、心から納得してそう思えるかどうかは難しいところです。それまでお子さんが失敗しないように先回りすることが多かったかもしれませんが、本当に任せてしまっているのか、不安になって当然です。やまびこの郷でもお子さん方の宿泊体験のお世話をしており、最初の宿泊では多くの保護者の方が心配されますが、宿泊を終えて、再会するときにお子さんの成長を感じることも多いようです。不安は残りますが、まずは小さなことから信頼してみてもいいでしょうか。

❖ご自分のことも大事にしませんか？❖

思春期のお子さんをもつ多くの保護者の方が中年期に入っています。中年期危機とも言われ、人生の半ばを過ぎ、これまでのように無理がきかなくなったり、体調がよくなかったりするなど体や心に変化が表れることがあります。また、仕事や人間関係にも変化が生じることがあり、思春期のお子さんと同様にいろいろな変化の時期であるといえます。さらに、保護者のお母さんやお父さんも70歳を越える年齢になり、支援や介護が現実的な問題になることもあります。こうしてみると、

思春期のお子さんをお持ちの保護者の方にとっては、お子さんのことだけでなく、ご自分のこと、ご自分のご両親のことにも目を向けないとならない時であるとも言えますので、まずはご自分のお大変さにも気づいて、ご自分のことにもエネルギーを割いてはいかがでしょうか。

こんなふうに考えてみると、お子さんの思春期を考えることは、実は今のご自分を考えることではないでしょうか。





やまびこ親の会開催



8月20日（土）と21日（日）の2日間にわたり「やまびこ親の会」を開催しました。
 今年は3年ぶりに希望される方の宿泊も行いました。
 保護者の方々が集い、情報交換などをして交流を深めました。

仲良くなって、みんなで楽しもう

「バースデイチェーン」や「アドジャントーク」をして、楽しみながら話しやすい雰囲気になりました。



自分で選び、作ろう、語ろう

実際に子どもたちが取り組んでいる製作活動やビリヤード、卓球などをしながら交流しました。



てっちゃんの話聞いて考えよう

所長（てっちゃん）の講話です。今年のテーマは「今だからこそ考えてみよう～お子さんのこと ご自分のこと ご家族のこと～」でした。



保護者交流会

子どもへの接し方や進学のことなどをテーマに話し合いました。



☆保護者の感想☆

- ・いつもは自分一人でモヤモヤ悩んでいることを同じ不登校のお子さんがある方々とお話できてよかった。卒業生の保護者のお話は深く、少し先が見えた気がして安心できた。
- ・今年で4回目の参加。毎年その時々で悩みもしんどさも違うけど、「今年も来られてよかった」という気持ちになる。
- ・いろんな進路があることを今悩んでおられる保護者に知って欲しい。
「大丈夫」と信じて子どもに向き合えたらいいなあと伝えたい。（卒業生の保護者）



但馬やまびこの郷からのお知らせ

地域やまびこ教室

地域やまびこ教室でも保護者交流会を行っています。
 第4回:10月26日（水）県立山の学校（宍粟市）
 第5回:11月2日（水）県立嬉野台生涯教育センター（加東市）
 ※第1回～3回は終了しました。
 詳しい内容は、ホームページをご覧ください。



回らんスペース『いろり』OPEN

当所利用の保護者の方に「いろりの館」を開放します。いろりを囲んで、ゆったりとお話ませんか？
 火・水曜日 9:15～15:20
 ※引率の保護者の方に限らせていただきます。



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.48 ●令和4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

04 教②-017A4