

## 不登校について考えてみませんか？

令和の時代を生きる子どもたちは、コロナ禍での日常生活と学校生活、SNSによるいじめなど、親世代の子ども時代より、多くの困難にさらされています。

ある日突然、子どもから普段と違う感じで

「学校に行きたくない」

と言われたら、あなたはどうしますか？

『最初の問いかけ』を間違えると、子どもの心を大きく傷つけることになります。

もしもに備えて不登校について考え、家族間で情報の共有をしてみませんか？

いつもの忙しい朝に突然、不登校は始まります！

子ども：「学校に行きたくない」

保護者：「どうして学校に行きたくないの？」

このように、子どもに質問することが、自然な流れですよ。

でもこの質問は 『絶対にNG』 なのです。

なぜなら、この質問をされた子どもは、学校に行きたくない理由を次から次へと探し出し、自分や相手を責め、自信を失い、孤独と無力感でいっぱいになり、何もする気がなくなるからです。

行きたくない理由が、「いじめ」が原因だったとしたら、子どもは、自分がいじめられていることを知られたくないし、大好きな家族に心配させたくないと考えます。

では、どのように問いかけるのが、いいのでしょうか？

### ～最初の問いかけ例～

- 「つらいなら学校を休んでいいよ」
- 「行きたくない所には行かなくていいよ」
- 「お家にいてもいいよ」
- 「つらいことがあったんだね？」
- 「今までずっと我慢してきたんだね？」
- 「気づけなくてごめんね」
- 「〇〇に話せることはある？」
- 「〇〇にできることはある？」
- 「〇〇にして欲しいことは何かある？」

※例の〇〇には、保護者が普段使っている一人称で問いかけてください

※慌てず、焦らず、平静を装い、やさしい口調で問いかけてください

※明るく笑顔で接することで、子どもは安心します

この「最初の問いかけ例」のように話すことができれば、子どもは

『家族は自分の気持をわかってくれた』

『家族は自分の味方だ』

『家は安心できる居場所だ』 と感じることができます。

ところが、多くの保護者が、子どものことを大切に思い、考えるからこそ

「子どもの将来を心配して無理に学校に行かせようとする」

しかし、そんな行動が、子どもを深く傷つけてしまうのです。

なぜなら、「今が辛くて SOS を出した子どもの気持ちを否定する行為」だからです。

もちろん将来のことも大切ですが、

まず今は 『子どもの今の気持ちに寄り添うこと』

学校に行きたくない気持ちに共感し、それを認めて、安心して休める時間と環境を整えることが、何よりも大切で優先すべきことです。

不登校児はとっても孤独なのです。

「わたしは学校に行けないからダメなんだ」

「みんなができる当たり前のこともできない」

「わたしのせいで家族を困らせているんじゃないか」

など、自分を責めてしまいます。

学校での集団生活になじめず、みんなが行っている学校に行けず、同級生たちが経験していることを自分は経験できていない。このような苦しさ、寂しさ、もどかしさに共感し、子どもの気持ちを受け止めることが大切です。

不登校の子どもに関わる家族全員が同じ考え、同じ言動で接し、

『子どもの気持ちに寄り添うこと』がとても重要です。

～子どもを傷つけてしまうケース～

「両親や祖父母など人によって言うことが違う」

子どもは混乱し『家が安心できる居場所』ではなくなります。

「不登校が原因で家族が言い争い、ケンカする」

「家の雰囲気が悪くなり暗い感じになる」

子どもは「自分が学校に行けないから」と自分を責めて、更に落ち込みます。

残念ながら、「最初の間いかけがうまくできなかった」場合や「学校に行かせよう」としていたのなら、素直に子どもに謝り、これからは、子どもの気持ちに寄り添うことを、わかりやすい言葉で子どもに伝えましょう。傷ついた心は外見ではわかりません。子どもに寄り添い、気持ちを癒せるのは、家族だけなのです。

～不登校の人数と割合～

不登校は特別なことではなく、令和2年度の調査結果では京都府で小学生1200人、中学生2610人が不登校、割合は小学生1000人に9.6人で約1%、中学生1000人に39.0人で約4%と、実に中学生の25人に1人が不登校生徒です。

小学一年生から学年があがる毎に、少しずつ不登校児の割合も増えていきます。

京都府の不登校生徒数の割合は全国平均とほぼ同じ結果でした。

※不登校人数は令和2年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果

〔文部科学省〕より引用しました

私たちは、こども食堂を始める前から、不登校について興味があり、これまで色々な書籍や Web サイトで情報を集める中「子どもが不登校になってから対処法を学ぶ保護者が多い」ことに気づきました。

不登校を経験した子どもたちの体験談では「最初は気持ちをわかってもらえなかった」「学校に行くように言われて辛かった」など『初期対応』が悪く傷ついたと語る子どもが大勢います。

そこで、どうすれば『傷つく子どもを減らせるか』考えて、保護者が予習できる文章を作成しホームページや SNS で公開し、希望者に印刷物を配布しようと考えました。

不登校問題は「子どもが学校に行けるようになること」が目的はなく

『子どもが心身ともに元気になること』が目的です。

不登校について考えることは、地震や台風など災害に備えるのと同じで、大切な家族を守るために必要だと、私たちは考えています。

最後に、これをきっかけに『子どもの気持ちに寄り添うこと』の大切さを

再認識していただければ幸いです。

2022年6月28日  
カーヤこども食堂 運営委員会  
木村絢香 木村和之

～外部の参考サイト～

『未来地図』という素敵な Web サイトを見つけました。  
このサイト内には、不登校の知識や先輩ママたちの体験談、元不登校児の声や具体的な対処法など、様々な情報やコラムなどが掲載されています。



未来地図 <https://miraitizu.com/>

未来地図は、先輩ママたちが運営する不登校の道案内サイトです。