

## 第165回やすらぎの会通信

令和5年12月16日(土)実施

通信をご愛読の皆さん、いかがお過ごしですか？やすらぎの会代表の山さんは、病院でリハビリに励んでおります。先月の学習会において、通信の表に書いてあった「親がしてはいけないこと」についてのご質問がありました。登校刺激を与えること以外は何もしないことではありません。子どもに家事のお手伝いをしてもらったり、旅行の計画を立ててもらったり、親御さんが親の会に参加したり、専門機関に相談したり、そのようなこともみんな不登校に対する立派な働きかけになります。説明不足で申し訳ありませんでした。

### 自分をダメ人間と決めつけてしまうわが子

#### 【中学生の事例】

中学2年の女の子ですが、学校へ行かなくなっただけでなく、家族や学校を痛烈に批判し、そのあげく「自分はダメな人間だ」「生きている価値がない」と訴えるようになりました。どうしてこんなことになったのかが分からず、自殺を図るのではないかと心配です。

「学校へ行けない自分はダメ人間だ。生きている価値がない」とわが子から訴えられたら、親としては子どもが自殺でもしてしまうのではないかと不安で、居てもたってもいられないでしょう。こんな時に大切なことは、「あなたは大切な人なんだ」ということを伝え続けることです。学校へ行けなくても、生きて元気でいてくれることが一番大切なことです。今のありのままの子どもを、そのまま受け止めてあげて下さい。

不登校の子どもに多く見られることは、自分には価値がある、あるいは自分を大切に思う「自尊心」が低く、自分自身に対して自信がないということです。自分に自信がないから他人の言動や評価が人一倍気になり、それに一喜一憂するたびにストレスを抱えてしまいます。思春期に至るまでに罰を受けて育った子ども、命令されてばかりで育った子ども、自分を受け入れられない傾向が強く見られます。また、感受性が強い子どもであることが多く、人一倍傷つきやすく心が壊れやすい傾向にあります。

こうした子どもたちにとって一番大切なことは、「こんな自分でもいいのだ」という自尊心を育てることです。いじめられた、友人関係がうまくいかないなど、何らかのきっかけで登校できなくなった子どもは、学校へ行けないことへの罪悪感を持ち、同時にどうしたらいいのか悩んでいます。親や家族は、学校へ行けない子どもをありのままに受け入れて、罪悪感を軽くしてあげます。その次の段階として、例えば自分がどんなことをした時に親や家族が喜んだかなどを思い起こさせたり、これまで頑張った経験などを思い起こさせて、自分の存在価値に気づかせます。

親として努力していただきたいなあと思うことは、子どもの素晴らしいところをたくさん見つけて、「あなたは大切な人なんだよ、いつもあなたのことを応援しているからね」というメッセージを伝え続けていくと、子どもの自尊心が育っていくと思います。(高)



通信をご愛読の皆さん、いかがお過ごしでしょうか？いよいよ年の瀬も迫ってまいりましたね。10月号から、自書の『不登校だっていいじゃないか』（アントレックス社、2016年）を少しずつ紹介しております。なお、通信の送付が必要でない方は、高（090-8265-3968）まで電話かショートメールでお願いします。 年が明けて、来年6年1月の学習会は、1月20日（土）13時から白山市出城公民館で行います。

## 「不登校対応で大切なことは？」

子どもが不登校になってしまった場合、最も大切なことは、本人を中心にして家族の絆や協力を大切にすること、そして学校と二人三脚で取り組む姿勢です。ただし、保護者が学校に強い不信感を持っている場合は、誰かに仲介してもらう必要があります。まずは、不登校という状態を全面的に受け入れることから始めなければなりません。「なぜ、どうして、もっと、いつ」などの言葉を封印し、指示・干渉・提案などを一切しないということですが、これも苦しい葛藤に悩むのが親心かと思えます。

しかし、そうした態度に家族全員が切り替えることで、子どもの自立が促されます。ここでも大切なことは、子どもに「自分は、親や家族に愛されている」「自分は生きていていいんだ」と感じさせる接し方です。子どもは、いつも愛情を求めています。それに親御さんが与える愛情が重なった時、本当の親子愛が成立します。

不登校の子を持つ親御さんの中には、どうしてもご近所など周囲の目を気にするあまり、親子共に人生の負け組になったような気持ちになってしまう人もいるかもしれません。しかし、親以上に子どもは疲れているはずで、学校に通えなくなった時点で、不登校になった子ども本人は相当疲れ切っているはずで、

本人なりに学校を休んでいるという罪悪感もありますし、それこそ生きて呼吸をしているだけで精一杯なのかもしれません。本人は、決して不登校になりたくてなったわけではありません。それだけの事情があって不登校になってしまったことを頭の中に入れておく必要があります。





# 高賢一の実践 親子塾

たか・けんいち  
金沢学院大特任教授、スクールカウンセラー、白山市

◇次回は3月4日です。

父親が小6の娘に、「バイオリンとピアノ教室に行ってみよう」と言ったら、3年生の時からずっと通っているからね。でも、なんだかイメージだもつやめぬかい？」と言ったら、娘は「どうせ自分なんか…」と言っていて泣きました。「このお尻に、高い月謝を払って子どもに習い事をさせても、成果がはらってないと今後伸びしろがないのでは、と考えるかもしれません。親がそのように考えた時子どもは敏感に親の気持ちを感じ取って、自分に見切りをつけてしまいます。」

脳科学者の中野信子さんは「自身の著書で、今の自分を根本的に変えることよりも、『今の自分を最大限に生かす』ことが大切だと強調しています。つまり、体質や思考、価値観、直感など、自分を構成するありとあらゆるものを総動員して生き抜いていくことが大切です。」

## 他人と比べない

子どもは学力以外にもいろいろな可能性を秘めていて、近年では子どもの可能性を広げる教育が注目されています。子どもの能力をいかにうまく伸ばしてあげられるかが重要となります。

では、子どもの可能性とは何でしょうか？ 何かに並み外れたものや、他人より優れた能力のことだと捉えてしまいますよね。可能性という言葉の意味を限定してしまっているのは、とても危険に感じます。

たとえば、この言葉がマイナス

## 子どもの可能性広げるには

# 個性や能力を伸ばそう

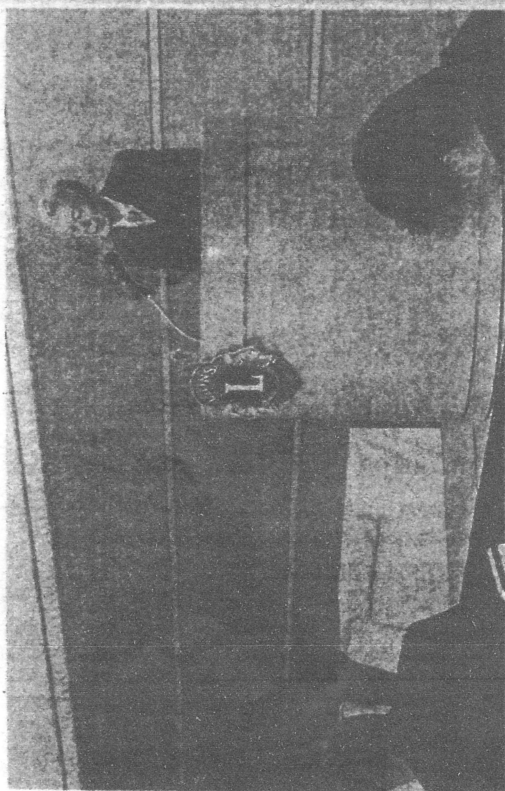


イラスト・ムライツヨシ

に動いてしまえば、他人と自分、あるいは他人の子どもと自分の子どもを比較してしまいます。世間を昇り下りして、自分の子どもは誰かと比べて才能や可能性があるとはいきり言えるでしょうか。「可能性とは、今何かができる」「何かをする力を持つこと」といってはいないでしょうか。それは人並みを外れていたり他人にはできないことをする力である必要はないのです。他人と比べて考える必要もありません。子どもは今何ができるかを考えるのではなく無限の可能性が広がっています。

その言葉は、将来、偉大な政治家や芸術家になれるかもしれない、といった話とは違います。子どもの可能性を個性や能力として捉えるのではなく、子どもの可能性の大きさに気が付くのです。成功してさらに挑戦人間は「自分は何かができる」という自己有用感を認めた時に初めて次の物事にチャレンジしてうつろい気持ちが生まれます。小さなことであっても、次のチャレンジに成功した時、子どもの可能性は広がり、次なる挑戦に向かっていきます。子どもには「失敗しても明日は成功するかもしれない。それに成功したら、もっとすごいことができるよ」となるかもしれないと思ってもらいたいですね。そして、お父さんとお母さんは子どものことが大好きだと伝え、精いっぱい応援してあげてください。

(金沢新聞 平成27年11月11日 水曜朝刊)



## 松任「不登校講話」 金沢学院大・高特任教授

松任ハイホ・スタジオ(LO)例会の講話(北國新聞社後援)は、白山市のグランドホテル白山で開かれ、金沢学院大の高賢一特任教授が不登校問題について語った。

高特任教授は「不登校の小中学生の約4割は家庭外で相談員などの支援を受けられなくなっている」と指摘。現在の社会が抱える問題を挙げ、子どもを支える体制づくりの大切さを訴えた。

不登校問題について語る高特任教授。白山市のグランドホテル白山