



不登校の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
http://www.hyogo-c.ed.jp/yamabiko-bo/

「やまびこフェスター心の虹を未来へー」から

平成 21 年 11 月 1 日（日）に、「やまびこフェスター心の虹を未来へー」を開催しました。当日は、県下各地から約 350 名の方々にご参加いただき、当所の施設や教育活動を知っていただくとともに、「不登校」について理解を深めていただく機会になりました。

「久しぶり」とにこやかな笑顔で高校生活を報告してくれる当所の元利用者や、「今度入所したいので見学も兼ねて来ました」という保護者など、それぞれの思いを胸に参加され、秋の“やまびこ”を楽しんでいただけたように思います。



<講演される津谷氏>

講演では、神戸新聞社編集局整理部 津谷 治英氏に「不登校だった僕から君へ」と題してお話いただきました。

その中で、ご自身の高校時代の不登校経験を踏まえて、自立に向けて動き始められた大きな要素として、「コミュニケーション」と「出会い」を取り上げられ、次のようなお話をされました。

【コミュニケーション】

高校の先生が非常に大きな影響を与えてくれました。この先生は、多くは語られないけれど、常にそばにいてくれたという感じでした。忘れた頃に自宅に来てくれるような先生でしたが、進路に困っていると、大検のパンフレットを持って来てくれたり、「通信制の高校へ行く」と言ったら「試験日は明日やで。行って来いよ」と前日の晩に電話してきてくれるような先生でした。今思えば、この先生に本当のコミュニケーションの大事さを教えてもらったような気がします。

【出会い】

青雲高校で、美容師や理容師、バスの運転士、看護助手など、働きながら高校に通っている人生の先輩にたくさんのことを教えていただきました。彼らは、言葉を使って諭すことは一切しませんでした。働いている姿、勉強している姿を背中で見せてくれました。そういった姿を見ることで、「生きる」とはどういうことかを知りました。不登校だったおかげで、こうした方々に出会えたことは、私の大きな財産です。

そして、これから多くの出会いを経験することができる小学生や中学生へのメッセージとして、「一つ一つの出会いを大事にして、いい人生に結びつけてほしい」と締めくくられました。

スーさんのちょっとセミナー



「家庭での子どもへの働きかけ」 連載その4

譲り合い、支える心が身を助く？

県立但馬やまびこの郷所長 杉村省吾

前は、「閉じこもる子どもたち」と題して、「怠惰・内閉の時期」について述べました。今回から、第4段階の「登校準備の時期」について考えてみることにします。

スーさん（筆者）は、かねがね、登校準備期の子どもたちは、次の4つの過程を経過して成長するものと考えています。

- ① いじめや辛い体験をしたストレスとトラウマ反応から回復していく過程
- ② 長期欠席による自尊心の低下から自己像を修正していく過程
- ③ 将来の進路を見据えたアイデンティティ（自分は何を目的として生きていくのかということ）を模索していく過程
- ④ 遅れた学力を取り戻すために学習支援を要請する過程

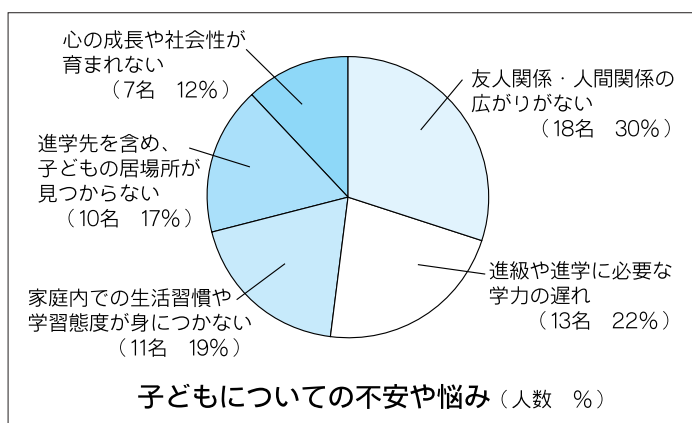
登校準備が、この4つの過程を経ることを踏まえると、子どもたちが「自分のために勉強しなければ明日はない」と思える時期ではないのに、親や教師が、頭ごなしに「勉強、勉強」と追い立てても、彼らはテコでも動かないことがよく理解できると思います。

だからと言って、周りの人が手をこまねいて待っているだけでは事態は好転しません。まず①の「いじめや辛い体験をしたストレスとトラウマ反応から回復していく過程」において、こういった支援をするかは、この4つの過程をスタートさせる上で大変重要なことです。

グラフを見てください。これは、学校に行きにくい子どもの保護者（59名）を対象に「子どもについての不安や悩みは何ですか」という質問を行った回答結果を図示したものです。

このグラフの中で一番多いのは、「友人関係をはじめ、人間関係の広がりがない」ということです。このことから、一人で閉じこもりがちである子どもたちの姿が浮かび上がってきます。だからこそ、こうした子どもたちには、「聴く・待つ・寄り添う・合わせる・教える・褒める」といった周囲の人たちの温もりのあるかわりが必要なのではないでしょうか。

そこで、今回は「①いじめや辛い体験をしたストレスとトラウマ反応から回復していく過程」において必要な「人間関係を広げるかわり」について、但馬やまびこの郷の事例を通して考えてみましょう。



A君は「空気が読めない」という理由で、クラスメートやクラブの仲間から無視されたり、持ち物を隠されたり、机の上に「キモイから消えろ」などと落書きされたりしていました。その結果、ストレス反応としての頭痛や腹痛といった心身症状を呈していました。こんなことが続くうちに、次第に学校を避け、自室に閉じこもるようになり、無気力で昼夜逆転した生活を送っていました。家の人から「学校に行け」と強制されると、緊張してイライラし、時々、お母さんに暴力を振るうようになりました。そんなA君が、担任の勧めで但馬やまびこの郷にやってきました。

但馬やまびこの郷でのある日のプログラムで、敷地内の斜面に立っている柿の木から柿をみんなで収穫することになりました。斜面に立って木の高枝から柿を取ろうとしてバランスを崩したA君を、最初は傍観していたB君が、思わず「危ない」と支えました。その時、傍らにいたスタッフが、すかさず「B君、A君を支えてくれてありがとう」と声をかけました。



＜柿の収穫＞

その後、A君は、5～6個の柿を取り終わると、収穫を独り占めにしては悪いと思ったのでしょうか、鉢をB君にそっと手渡してやりました。そして、B君が柿を取るときには、A君が「おまえ、もっとしっかり踏ん張れよ」と言いながら、B君のベルトをしっかり握ってやっていました。この様子を見ていたスーさんの心中には、「譲り合い、支える心が身を助く」という思いがよぎっていました。

その後の虹の館でのバスケットボールでは、B君のパスを受けたA君が相手チームの守りをスリとかいぐり、巧みなドリブルシュートを決めて、フレンドリーサポーター（学生ボランティア）のお姉さんから「ワー、A君、すごい」と喝采を浴びていました。後で分かったことですが、A君は、所属していたバスケットボール部で、先輩から有望視されており、そのことが同輩の羨望と嫉妬をかい、クラブやクラス内でのいじめの原因の一つとなっていたようです。



＜シュート決まるかな＞

但馬やまびこの郷でのさりげない些細なエピソードですが、人間関係で傷つき、ストレス反応とトラウマに悩んできたA君にとっては、偶然とはいえ、久しぶりに経験した「支え合う」体験だったのではないかと思います。

ストレスとトラウマ反応からの回復には、①安心・安全感を回復させる ②自分のストレスとトラウマ反応に気づかせる ③恐^ねかったことを安心できる場で語らせる（共感される、支持される、労^{ねぎ}わられる、分かち合う、支え合う）④避けてきたことにチャレンジさせるなどの働きかけが必要です。そして、これらのことは家庭でも可能ですが、それを豊かな自然の中で、人と人との絆を通じて実現しようとするのが、但馬やまびこの郷での生活環境プログラムのよさと言えるでしょう。

次回は、「②長期欠席による自尊心の低下から自己像を修正していく過程」について考えてみることにします。

やまびこ親の会を開催して

平成21年8月29日（土）～8月30日（日）の2日間、当所において、「やまびこ親の会」を開催しました。

県内各地から39名の保護者に参加していただき、兵庫県スクールカウンセラー・スーパーバイザー 今塩屋登喜子先生の講演や先生を囲んだ座談会を行いました。

その中で、参加者から「閉じこもっているわが子への声のかけ方」や「昼夜逆転している子への対応の仕方」等の悩みが出され、今塩屋先生から次のようなアドバイスをいただきました。



<今塩屋先生とともに>

- 「何かあったん?」「どうして行けへんの?」などと言って原因探しばかりをすると、子どもを追いつめる場合があります。子どもが「別に」とか「わからへん」と言う時はそのまま受容したり、「先生が」とか「友だちが」と語り始めた時はじっくりと耳を傾け、辛い気持ちを支える言葉を返したりすることが大切です。
- 「明日から行く」「テストだけは受ける」などと言っても実際には行けないことがほとんどです。それに対して、「嘘ついて」「期待していたのに」などと親の思いをぶつけたり、ふ～っとため息をついたりするのは禁物です。口には出さず、険しい表情を見せるだけでも、子どもは親の気持ちを敏感に受け取ります。
- 昼夜逆転の生活リズムは、「自分が学校に行けない」という現実を見たくない（逃避）ために生じる場合もありますので、無理に起こそうとせず、「朝だよ」と声をかける程度にとどめておくような働きかけも必要です。
- 小さな日常の行動の変化に注目し、加点的に対応すると自尊感情が高まってきます。

さらに先生は、「子どもや親が、不登校関連の外部機関である但馬やまびこの郷や教育相談センター、適応教室、親の会等に足を運ぶことは、自信の回復につながる」とお話しされました。

先生のお言葉通り、この「やまびこ親の会」に参加後、お子さんに大きな変容が見られ、喜んでおられる保護者からお便りをいただきましたのでご紹介します。

但馬やまびこの郷と出会って

姫路市 中学校3年男子の母親

理由の分からない不登校に悶々とした日々を送っていた夏休みに、息子が学校からもらってきた但馬やまびこの郷の機関紙に「やまびこ親の会」の案内があり、早速、主人と参加しました。今塩屋先生のご講演は、不登校のわが子への接し方がよく分かる内容でした。最後の「一人で悩まず、みんなで頑張りましょう!」という言葉には、勇気をいただきました。2日目の座談会では、同じ境遇のお母さんたちと話す中で、元気と安心感をいただきました。

その後、息子は、9月と10月に但馬やまびこの郷での宿泊体験活動に参加し、10月からは、市の適応教室にも通い出しました。一歩ずつ自信を取り戻し、今では進路についても考えることができるようになりました。

「親の会」に参加したことで、親の気持ちが前向きになり、本当に良かったです。ありがとうございました。

