

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.t-yamabiko.asago.hyogo.jp/>
E-Mail:Tajimayamabiko@pref.hyogo.lg.jp

家庭で元気になっていくことの大切さ

学校に行けるようになるだけが、不登校からの回復ではありません。子どもが不登校という自己決定をしたことの意味を、親子で一緒に考えてみましょう。

大切な家族の一員

学校には行けていなくても家庭の中で元気になってきたという変化は、重要な回復です。失敗を受け止めてもらうことや親に甘えることも、子どもの権利です。学校を休んでいても大切な家族の一員であることには変わりがありません。

家庭で元気になった子どもの関心は、次第に外へと向かいます。この頃に、支援者である家族や教師が何らかの働きかけをすることが大切です。



支援を受ける立場から支援する立場に

学校に行けていない子どもたちは、決して配慮や支援を受けるだけの存在ではありません。ささやかなことであっても、家族のために何か役に立つようなことを子どもに依頼したり、家族や誰かのために何かできそうなことはないのか、本人に考えさせたりするような働きかけも必要です。

家族のためにできることをしたり、誰かの役に立っていることが実感できたりしたときに、心のエンジンにスイッチが入ることが少なくありません。

不登校の「克服」とは

不登校を「克服」するということは、人格が変わって学校に行けるようになるとか、社会に復帰できるようになることではありません。たとえば、大勢の人とかかわることが苦手とか、集団に入っただけでドキドキして居心地が悪いと感じる子もいます。「克服」というのは、『いろんな持ち味や課題をもった自分を受け止めてもらい、ありのままの自分でいいんだと思えることです。できることで誰かを助けながら、できることは助けてもらい、やりたいことを大切にして生きていくこと』と言えます。

子どもたちが不登校経験を自分なりに受け入れ・意味づけ、自分で歩む道を決めていくことが大切であり、そのプロセスと一緒に寄り添い・応援する家族の存在が不可欠です。

(※参考 但馬やまびこの郷 不登校に関する研修会資料)



まこさんからのメッセージ

子どもをほめること ありますか？

兵庫県立但馬やまびこの郷所長 佐藤 眞子

「『ほめて育てましょう』と言われますが、子どものどこをほめたらいいのでしょうか」と子どものこと相談に来られた母親が、困ったような顔をして尋ねられます。「家では、ごろごろしているし、部屋はぐちゃぐちゃだし、兄弟げんかはするし…」と言われます。「ほめたいと思っても、ほめるところがみつかりません」とおっしゃるのも、ごもっとも。「ほめるところがあるくらいなら、相談なんかに来ていません」って言うことなのかもしれません。巷には、「ほめる方がいい」と主張する人もいますし、「ほめない方がいい」という主張もあります。さて、どうするのがいいのか、考えてみたいと思います。

「ほめる」と「認める」こと

「ほめる」ということには、二通りあって、元来「讃める」という字を書くときは、よい行いをほめたたえるという場合、「褒める」と書くときは、他より優れているという判断や評価がなされる場合だということのようです。確かに、「友だちに親切にした」と聞くと、「讃め」たくさんしますし、運動会の徒競走で1番になったときも「えらかったねえ」と「褒め」ますが、どちらかと言うと、「早い」とか、「多い」とか、「高い」とかは、基準があって、他と比較しやすいので、ほめやすい場面かもしれません。でも誰もが、オリンピックの選手になれるわけではありませんし、ノーベル賞をもらえるわけではありません。いえいえ、そんなに大げさに世界的に「褒めて」もらえる場合でなくとも、誰もが県大会で1位になれるわけではないし、いつも試験で100点をとれるわけではないし、図画のコンクールで優秀賞をとれるわけでもないでしょう。それで、他と比較して、優れていることが「ほめる」ことだと考えていると、たいていの子どもは「褒めるところがない」ということになってしまいます。でも「讃める」場合は、「ほめる私」が「いいね！」と思えばいいですから、子どもを丁寧にみていると、讃める場面はいくらでもあります。

こんなふうに言っても、「やっぱりうちの子はほめるところがない」と思われる保護者がおられるかもしれません。「子どもの頃、ほめられたことがなかったので、ほめるということが感覚的にわからない」という母親、そもそも人をほめることに抵抗があって「子どもをほめると自分が負けたような気がする」という父親など、さまざまです。親自身が傷つきを抱えていて、ほめることに不安や恐れを感じてしまう場合もあります。

ほめることが難しければ、「認める」ことはどうでしょう。「友だちと遊びに行きたい」と言うなら、「友だちと会って、いろいろ話したいと思っているのね」と言ったり、ひきこもりがちの子が親と一緒に外出したら、「久しぶりに買い物につきあってくれて、うれしかった」と言うのも子どもの行動を「認めた」ことになります。「ほめられた」というのではなくて、「認められた」と思えたら、健全な自己肯定感が育つのではないでしょうか。

但馬やまびこの郷式ー「ほめる技術」

但馬やまびこの郷には、毎週何人もの不登校の子どもたちが来所して、1日を過ごしたり、2泊したり3泊したりしていますが、月曜日から4泊して金曜日に帰宅する子どもたちは、金曜日の午前中に「お別れ会」と称して、子どもたちを迎えて来られた保護者も交えて、全員で5日間の振り返りをします。その際に、やまびこの郷のスタッフから、一人一人の子どもに、5日間のその子の行動に見られた、頑張っていたことや素晴らしいと思ったことを「誉め」ます。たとえば、「料理のときに、すごく集中して玉ねぎのみじん切りをしてくれましたね」とか、「スポーツの時間に、一生懸命球拾いをしてくれたので、みんなすごく助かりました」というようなことを伝えます。そのほめる内容はさまざまです。「はじめてやまびこの郷に来て緊張している友だちに、『僕も最初は緊張したよ』とやさしい声かけをしてくれました」「釣りに行くときに、率先してたくさんの荷物を運んでくれました」「友だちにもスタッフにも、いつも笑顔で応じていて、その笑顔が素敵でした」「食事の後片づけをきちんとしてくれました」などなど。



但馬やまびこの郷の「ほめる技術」は、ほめる基準が何かあって、その基準を超えてるかどうかを問題にするのではなく、つまり他との比較で優っているということをほめるのではなく、スタッフの「すごいな」とか「いいな」と思う子どもへの尊敬の気持ちがあって、それを具体的に伝えることが、スタッフからの「ほめる」言葉になっているのです。小さなことでも、さまざまな場面で見られた子どもの「すごい」一面を見逃さず、具体的にほめることを大切にしています。

ほめられた子どもたちは、たぶん普段あまりほめられたことがないのではないかと思いますので、ちょっと照れたり、気恥ずかしそうにしたりしていますが、まんざらではないという気分なのではないでしょうか。自己発見をうながす機会にもなっているように思います。

自分の子どもがほめられる場面に参加されている保護者の方たちはどうでしょう。「自分の子どもにそんな一面があることを知りませんでした」とか、「家庭では見られない行動なので、驚きました」などと言われます。

自分をほめる練習

子どもをほめることが苦手な人は、自分をほめる練習をしてみてはいかがでしょう。ほめられた経験がないと、誰かをほめることが難しいと思えるからです。大人になってほめられることもない自分ならば、自分で自分をほめるしかない…? でも、「自分をほめるなんて、子どもをほめるよりもっと難しい」と思われるかもしれません。1996年のアトランタオリンピックでメダルを獲得された有森裕子さんの「自分で自分をほめたい」という言葉が当時とても流行しましたが、日本人は謙遜をよしとする文化ですので、有森さんの言葉はとても新鮮に響きました。

寝る前に、1つだけ自分をほめる言葉をとなえます。「今朝はすごく眠かったけれど、起きて仕事に行けた。私って、えらい!」「カレーライスをおいしくつくることができた。私って、すごい!」まあ、他人からほめられることはなくても、自分を「認める」言葉をとなえると、「うれしみ」を感じます。「うれしみ」は語尾に“み”をつける最近の若者言葉です。「若者言葉を使える私って、すごい!」

地域やまびこ教室

但馬やまびこの郷のスタッフがみんなの地域に出かけ、いろいろな体験活動や交流会を行っています。第1回～第3回の様子を紹介します。

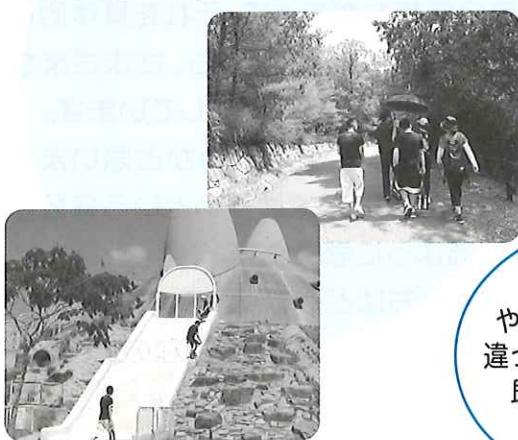
第1回（県立海洋体育館）

新しい友だちとも声をかけ合い、協力しながら活動しました。



第3回（県立有馬富士公園）

一緒に活動したり、話したりするうちに、仲良くなつて楽しむ姿が見られました。



第2回（県立神出学園）

動物と実際にふれあう体験を通して、子どもたちの表情が和らぎました。



子どもたちや保護者の声

わずか1日の体験活動ですが、活動を終えてお別れ会に臨む子どもの表情は明るく輝き、その様子を見て保護者にも笑顔があふれています。

少しずつでも、
子どもが他の子とかか
わる機会をもち続けて
いこうと思います。
(保護者)

「緊張する」が
「楽しい」に変わって
良かったです。
(小6・男子)

いつもの
やまびこの郷とは
違ったことができて
良かったです。
(中3・男子)

子どもの
楽しそうな顔を近くで
見ることができて、
嬉しく思いました。
(保護者)

同じ境遇の
お母さんたちに
いろんな話を聞けて
良かったです。
先輩お母さんの話は
勉強になります。
(保護者)

おいでよ！やまびこフェスタへ♪

【とき】 平成30年10月28日（日）
11:00～14:30

【ところ】 県立但馬やまびこの郷
【内容】 全体会（11:00～11:50）
・オープニング演奏「フルートコンサート」
ふれあい体験（12:00～14:30）
・お茶席、焼き芋、わた菓子作り等

お子さんから大人まで、みな
さんに楽しんでいただくコー
ナーを用意していますので、お
気軽にご参加ください。
みなさんのご来場を心から
お待ちしています!!



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.44 ●平成30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宇向山45-101
●TEL(079)676-4724 ●FAX(079)676-4721

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

30教②2-022A4