


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

次のSTEPへ向けて ～子どもへの関わり方～

「家に閉じこもっている子どもにどのような声をかけたらいいのでしょうか?」「このままずっと学校に行かないのではないのでしょうか?」そんな保護者の方の声をよく耳にします。そこで、不登校の子どもたちに対してどのような支援ができるのか、ポイントを紹介します。



不登校の回復段階				
前兆期	初期	中期	後期	復期



初期

こんな状態ではありませんか?

- ・生活習慣が乱れている（昼夜逆転など）
- ・気力が低下している
- ・人目を避け、外出しない
- ・学校の話に拒否感

キーワード **安心・安全・安定**

まずは、本人の状態を安定させることが大切です。本人が安心して過ごせる居場所を増やしましょう。

例えば…

- ・非難・強制をしない
- ・本人のやりたいことなど意志を尊重する

中期

こんな状態ではありませんか?

- ・趣味や遊びに関心が出てきた
- ・自分の気持ちを表現できるようになった
- ・他人に対し気遣いができるようになった
- ・友人や学校とのつながりに興味を示した

キーワード **エネルギーの充電**

できることが増えてくる時期ですが、焦らず、本人が動き出すまで、じっくり寄り添っていきましょう。

例えば…

- ・本人が関心のあることなど、一緒に活動する
- ・少しがんばればできそうな目標を立て、達成したことを共に喜ぶ

※参考『続 上手な登校刺激の与え方』（小澤美代子編著・ほんの森出版）



保護者のみなさんは、様々な葛藤の中、日々、子どもたちと向きあっておられることでしょう。但馬やまびこの郷は、子どもたち一人一人の悩みや課題に寄り添いながら、保護者と力を合わせて支援を行っています。見通しを持ち、自信を持って子どもたちに向きあっていただくためにも、当所のような関係機関と協力しながら、本人のペースに合わせて支援をしていきましょう。

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12

スポーツでこころが動く

兵庫県立但馬やまびこの郷所長 杉村省吾

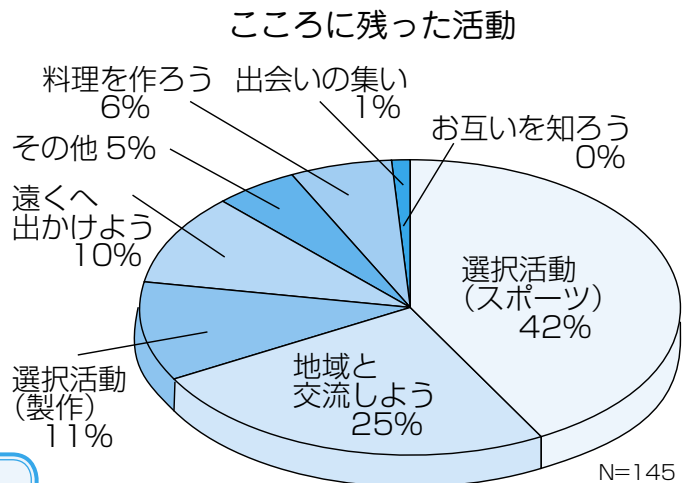
「やまびこの郷に行けば、なぜ再登校が比較的短期に可能になるのか」という秘訣の第5弾として、「自分で選ぶ活動（スポーツ活動）」のプログラムについて、お話ししたいと思います。

但馬やまびこの郷における3日目、午後の自主選択のスポーツ活動は、虹の館に子どもたちの声が響き渡ります。そこではどのようなスポーツ活動が展開され、それを通して子どもたちに、どのような力が身につくのでしょうか。

からだを動かすとは

当所では、子どもたちが退所する際にアンケートをとっています。昨年度の結果ですが、145名の子どもたちの回答をみますと「こころに残った活動は何ですか」との問いに対して、42%がスポーツ活動と回答しています。

なぜ、子どもたちの多くがスポーツ活動をあげたのでしょうか。当所におけるスポーツ活動を少し紹介しましょう。



こころが動けば、からだも動く

1 こころのほぐし

最初にバースディチェーン、フルーツバスケットなど、子どもたちのこころとからだをほぐす運動（アイスブレイク）を取り入れています。不登校の子どもたちは、日常生活の中でからだを動かす機会が少なく、運動が苦手な子どもたちもいます。ですから、焦らず少しずつからだを動かすことに慣れさせていきます。この活動を通して、子どもたちのこころが、少しずつほぐれ、他の子どもたちとつながりができるきっかけとなっていきます。

2 こころのゆさぶり

集団でのスポーツが苦手な子、からだを動かすこと自体が苦手な子など、子どもたちの状態は多種多様です。そこで、自分が活躍できる場所（役割）を自分で選ぶことができるように選択肢を与えています。

バスケットボールなどをする場合に、スポーツをする人、活動の様子を写真に撮ったり、他の子の活躍を伝えたりする人、得点係や審判をする人の3つから役割を与え、子どもたちに選択させます。運動が苦手な活動に参加できなくても、自分なりの居場所ができあがります。

他の子の活躍を伝える役の子が「○○チームのみんなのこんなプレーが良かったです」と伝え、そのチームから拍手をもらって、とても良い表情になることもあります。

人の役に立ち、人から認めってもらうなど、こころをゆさぶる経験が自己有用感につながっていきます。

3 こころの安定

スポーツにおける歩く、走る、跳ぶ、ぶら下がる、投げるなどの動作は、子どもの筋肉を正しく発達させ、からだのあらゆる部分を鍛錬させるのに必要な活動です。

また、スポーツ活動は体力を養い健康を増進させ、運動機能を発達させることにつながります。そして、スポーツをするということは、からだの成長だけではなく、若い世代の過剰エネルギーのはけ口として、こころの成長に大変役に立つのです。

「健全な精神は、健康なからだに宿る」という言葉があります。内から湧き上がるエネルギーを行動化することで、気持ちの安定が図られていくのです。



当所を利用していた A 子さんは運動がとても苦手でした。そんな A 子さんですが、当所の体験活動、特にスポーツ活動を通して、元気を取り戻していきました。卒業に際して、お母さんからお手紙をいただきましたので最後に紹介します。

先日、無事に高等学校に合格する事が出来ました。

やまびこの郷は現在 19 歳になる息子が不登校になったのがきっかけで知事が出来ましたが、娘は感受性が強く、引っ込み思案な面もあったので、やまびこの郷への入所は無理だろうと、当初はそう考えて諦めておりましたが、いざ入所を始めると、兄の時よりも入所回数が上回っていた事に、今はただ驚いております。

劣等感が強くて自分自身を否定しがちな所があるのですが、入所をしてお別れ会の時には、本人の良い部分を見つけて褒められる事により、少しずつ自分に自信がついてくると共に、親である私も知り得ない面があることを改めて知事が出来て、驚かされる時も多々ありました。

そして、やまびこの郷は本当の自分を見せる事が出来て、新しい自分を見つけられる場所なのだと感じました。

(中 略)

入所回数が増えてゆくと共に、少しずつながらも自分自身を認める気持ちが芽生え、3 年間を終える頃には、私は不登校になってやまびこの郷に入所をして、たくさんの人と出会う事が出来たので不登校になって良かったと、本来ならマイナスにとらえる部分をプラスへと変える力もつきました。

高校のⅠ期試験に不合格だった時にも、不合格になって、不合格になった人の気持ちを知る事が出来たので、自分自身の将来の夢にも繋げようと、やはりプラスに変えておりました。その時は本当に成長したと我が子ながらも感心をしてしまいました。幸いⅡ期試験は合格しました。



ですが、これで終わりではなく、ここからがスタートです。4 月からの高校生活を焦らず、自分のペースで頑張ってくれる事を期待しております。

やまびこの郷の皆様への感謝の言葉は山程あり、伝え切れません。

最後に、3 年間本当にお世話になりありがとうございました。

やまびこフェスタ

～心の虹を未来へ～

昨年10月27日（日）に県民交流事業「やまびこフェスタ」を開催しました。地域の方や初めて当所を訪れた方にたくさん参加していただきました。当日の様子を紹介します。

全体会

- オープニングで、日生学園第三高等学校のジャグリングクラブの皆さんに、華麗な技を披露していただきました。続く座談会では、当所に関わりのある方々に来ていただき、それぞれの立場で「但馬やまびこの郷の魅力」について語っていただきました。



美味しい味覚

- 保護者の皆さんに美味しい豚汁（やまびこ鍋）を作っていただきました。大鍋いっぱいので、心と体がホッと温まりました。



進路に向けて

- 不登校の子どもたちを積極的に受け入れ支援されている進学先の先生方（8校）にご協力いただき、今年度初めて、学校紹介・進路説明会を開催しました。

- 兵庫教育大学ボランティアステーションの学生さんによる「科学実験教室」「お茶席」を催しました。また、製作のへやでは、石のペンダントなどの製作体験、遊びのへやでは、卓球やビリヤードをして楽しむ姿が見られました。

交流

一步先へ…子どもたちや保護者の声

4泊5日の体験活動を終え、お別れ会に臨む子どもの表情は明るく輝き、保護者も笑顔で同席されます。子どもたちや保護者の声をご紹介します。

今週はとても寒かったけど、みんなで語らいのへやに集まったら、すごく温かく感じました。1週間がとても早かったです。

（中3・女子）

こんな笑顔を久しぶりに見ました。これから少しずついいので、前向きに進んでいってもらえたらと思います。

（保護者）

年上のみんなに声をかけてもらってすごく嬉しかったです。全員と話ができて楽しかったです。

（小6・女子）

自分のことを否定的にとらえていたけど、みんなに自分のことを褒めてもらえてうれしかったです。

（中2・男子）

子どもの知らない一面が見られて、新しい発見がありました。私自身も頑張りたいです。

（保護者）



様々な人との関わりを通した大きな気づきや変化が、次のステップへとつながります。一人でも多くの子どもたちに利用してもらいたいと思います。

