

不登校の子どもがいる家庭での具体的な対応のヒント

ここが分かると問題がスッキリするよ

- ①行かない(行きたくない)のか、行けない(行きたい)のか?(どちらかで対応が異なる)
- ②登校の価値があるか考える(いじめられて行くに値しない、などがないか)
- ③行ったら何が心配なのか?(なぜいけないかの原因がそこに含まれる～具体的な周囲の対策へ)
- ④昼夜逆転の場合、人に会いたくないから夜間活動するのか、ただの生活習慣として起きているのか?
- ⑤退屈そうか?(退屈と言いだしたら回復の兆し)

親も子ども、一人で悩まずに相談して、
支援者と一緒に解決すると良いですね



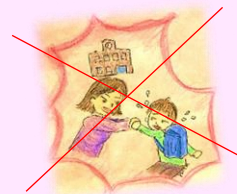
再登校に際して

- ①休んでいるうちに、教科書の先を眺めよう(眺めるだけで良い)
- ②再登校に日取りはきちっと決めない(当日キャンセルも全然 OK とするなど、あいまいさが必要)
→日を決めてしまうと、それが守れなかったときに自分で「嘘つき」と自分を責めることがある
- ③再登校後の段取りは大人が決める(朝・昼・夕のいつ行くか?何時間居るか?何をするか?など)
- ④ゆっくり過ぎるくらいに立ち上げるのが良い
- ⑤再登校後3日は注目されることを知っておくこと
- ⑥再登校して慣れるまでは必ず「(体と頭が)疲れる」(それは心の不調ではない)ことを知っておくこと
→モチベーションを下げないための工夫

不登校の子どもへの話しかけのヒント

- ①結論を急がない;すぐに決めなくていい
- ②肯定する;否定せず受け入れてから、問題を考える
- ③体調を尋ねる
- ④学校にこだわらない
- ⑤比べない;本人のペースを尊重する、出来る範囲での目標を立てる
- ⑥共感する;悩みや苦しみを言葉で共感する、悩みの存在を認める
- ⑦責めない;責任の所在は考えても意味がない
- ⑧保護者の希望はきちんと伝える;いつかは社会に戻ってほしいことは告げる
- ⑨強い励ましは逆に委縮させるのでしない

*不登校の80%以上は5年後にきちんと社会生活に戻っている(就学、就労)



一歩踏み出す方法

- ①小さな目標を立てて、少しだけがんばってみる
- ②心の落ち着く安全地帯を作る(布団の中、トイレ、部屋のソファなど)

大人も自分に問いかけてみましょう(周囲で関わる全ての人へ)

- ①学校って何をやる場所なのか?
- ②「勉強」「学ぶ」ことの意義は何か?
- ③どんな大人に成長してほしいか? そのために最低限、必要なことは何か?

本来、学ぶことは楽しいことです。生きる上で、学びを続けることは大切な姿勢です。

自分に合った学びは何か? いつ、何を学ぶべきか?

あなたは、それを子どもに伝えることが出来る大人ですか?

