

不登校、
頼ってみるのも
いいものだ

小林高子

CROSSMEDIA PUBLISHING

はじめに

前著『不登校になったら最初に読む本』を世に出してから、ずいぶん時間が経ちました。

本を読んだことでご相談くださる方も多く、最初から親子がそろって、「アドバイスを聞いてみよう、助けてください」とおいでになる方もいますが、「子どもを家から連れ出して、相談に連れてくることは至難の業だ」とおっしゃる方も多数いらっしゃいます。

子どもを連れ出せないという方たちにいろいろなアドバイスをしますが、「すぐ解決してほしい」となると、すぐできることというのは、なかなか思いつきません。言葉で伝えるのはとても難しいです。

親は味方で頼りになると思っている間は、子どもは、親の提案にのってきます。し

かし、親はキライド、言う通りにしても何もいいことはないとなると、耳を貸さなくなっていくます。

父母が出す助け舟に子どもがのってこないのは、親子関係がこわれていることが背景にあると感じます。

最初は、小さなひび割れだったものが、気づくと大きな断絶となっていくます。親だけでなく社会にも心を閉ざすことにつながってしまうのです。

ですから、一日も早く、**親子が敵ではなく親子は助け合うものだ**と、子どもも親も理解し、親子関係を立て直すことに目を向けてほしいとの思いを強くします。

それをテーマに、新しく本を書いてみようと思ったのが、本書『不登校、頼ってみるのもいいものだ』です。

この本で最も伝えたいことは、**子どもと会話が成立するような関係をつくるのは、子どもではなく親の方からの働きかけが必要であること**。これを、ぜひとも理解してもらいたいです。

さらに、親子が不登校の悩みから抜けていく再出発の道について、進んではすぐに止まってしまうものではなく、子どもが力をつけながら、長く歩み続けられるものを見つけていくのも、お父さんやお母さんの考え方や示す方向にあると思います。

それについても、アドバイスとなれば幸いです。

また、この本の中には、父母のアンケートや子どもたちの生の声も入っています。

悩みから抜け出した父母や、悩みを抜けていく途中の家族の言葉などは、なかなか聞く機会のないものだと思います。

不登校の「イヤとの戦い」に疲れたあなたに、一人の力での限界を知って、誰かを頼ることで、出口の見えない暗いトンネルから抜ける道のヒントを見つけていただきたいと思います。

「あのときは苦しかったね。だけれど、頼った人が良かった。出会いのおかげで、今

日があるよ」と、後になって、親子が屈託なく笑える日のために、この本が、誰かの助けになりますように。

フリースクール元気学園 校長

小林高子

目次

はじめに

第1章

不登校 “迷路” のこたえ

不登校を知る わが子を知る

みんな不登校のことを知らない過ぎる 14

不登校を知る、わが子を知る 16

不登校を整理してみました 18

行動を変える、考え方を変える 22

ママ&パパ VOICE アンケートの声

親子間の距離を置いてみて 26

なおすところ 27

やらないよりマシの行動が、結果、悩みを深くする 32

学校に行けないのを認めるところからスタートしよう 36

こじらせタイプと、許容タイプ 38

オタオタするのは、意外といいこと 42

不登校の裏で行われる、もう一つの教育 44

親は、2で10を理解しようとしている 48

ママ&パパVOICE アンケートの声 親こそ学んで、自己を見つめ直す 51

教育の迷い道。がんばらせたいたがために、がんばらない子を育てている？ 52

「あの親」だから、不登校になるのではない

「あの親」ですら、不登校に悩んでいる 54

不登校前夜は気づかない 56

ママ&パパVOICE アンケートの声 信頼できる第三者は親子の道を開く 60

子ども理解の読み解きのヒントをくれる人 61

親のメインの仕事は、トレーナーではなく、心のケアです 65

努力が足りないから不登校になるのではありません 69

ママ&パパVOICE アンケートの声

重たい世界から、今は軽やかな世界へ 74

第2章

お母さんレッスン

不登校に悩むお母さんの心を軽くしたい

お母さんの向き合う姿勢が、子どもに勇気を与える 76

お母さんだけが「大人の見本」になるときに 80

世の中とのパイプ役を再認識 82

子どもはお母さん研究の第一人者 84

お母さんが変われば道ができる。わが子に合った道を探す 86

お母さんの役割は、「道をつくる考え方」をもつこと 88

愛よ、再び 90

お母さんは、子どもの心を整える人 92

お母さんにできる努力ポイント 94

目指せ！ ドラえもんお母さん 96

学校をいったん外して、人間育ての基本に戻る 98

不登校になって一番大きな問題とは 102

心のおじぎ。親が学びの姿勢を見せること 104

人に頼っていい。その人を選ぶ、目こそが大切 106

【コラム】真面目なお母さんほど気をつけて！「学校下請け症候群」 108

子育ては人生最大の難問…親も子も成長する機会 110

子どもVOICE アンケートの声

質問攻めはやめて。親の本音が聞きたい

第3章

お父さんレッスン

不登校に悩むお父さんが家族のためにできること

お父さんのタイプは、二種類ある!? 114

子どもVOICE アンケートの声 親の心配そうな顔を見て、罪悪感を感じた 117

世の中が鍛えてくれるまで、育て上げねば 118

お父さんが相談してくる、よくあるケース 120

子どものことを、優先順位の一番にしてみよう 122

泉の場所を探してあげる 124

子どもVOICE アンケートの声 「やればできる」と言わないで! 127

あなたの会社で、わが子を雇いますか? 128

夢や自由、好きを語る前に、目の前のことを 130

社会のルール(矩)を、家で教えるには 132

“男”としてのお父さんの出番 134

妻にはねぎらいの言葉を 136

もっと夫を褒めよう、称えよう。息を合わせよう 138

【コラム】「うちにはいい息子がいた」と発見したお父さん 140

男は社会性の動物 142

再出発を阻む、よくある二大失敗 144

第4章

子どもを助ける親になる

今日から始めてもらいたい行動のヒント

学校に行かなくなった直後 149

不登校になって少し経ってから 153

追い詰めないでのサインを見逃さないで 156

不登校から半年以上経過した後の対応 158

子どもとの距離を置くのに、誰かに預けていいケース・悪いケース 160

子どもVOICE アンケートの声 親のため息…… 165

不登校からの再出発は、親の役割 166

子どもVOICE アンケートの声 僕ではなくて、母が「家を出ていく!」と聞いたとき 169

親こそ迷子になっている。迷路のこたえとは? 170

【コラム】家族の復活と再生のストーリー 172

不登校の子どもをもつ大変さは、経験した人にしかわからない 187

誰に相談するかで、こたえは半分出ている 190

見る目をもって人を探す…眼とは歴史の産物である 193

本当に優しい人は、どんな人? 196

あとがき