

## 質疑応答のまとめ【未回答分】

Q. もともと話をしない子には、どう接すればいいのでしょうか？

A. ボクが「子どもの話を聴きましょう」とお伝えすると、たまにこのような質問をいただきます。結論から言えば「話をさせる」ことに、こだわらなくて構いません。話をさせるのではなく「私は聴く気持ちがある」という姿勢や態度を伝えてあげるようにしましょう。それさえ伝われば、本人が話しても話さなくても大丈夫です、もともとそういうタイプの子も多いです。

本人が「どうせ聴いてくれない」「話してもムダ」などと否定的になっているとしたら、そこは改善したいところです。そのためにも「聴く気持ちがある」という姿勢を伝えることは大事です、言葉よりも姿勢や態度で伝えましょう。「話しても大丈夫なんだ」と安心できる存在になれば、口数や意思表示も増えてくるでしょう。

Q. 小5の姉が不登校の小2弟に対して「家で好きなことばかりしてずるい」と言ってきます。姉に対して、どんな声をかけるべきか迷ってしまいます。

A. お姉さんも弟くんも良い思いをしない状態のようですので、対応が難しいですね。お姉さんに対して「本当は行きたいけど、行けないんだよ」「ずるいわげじゃないよ」と理解してもらえたらベストですが、なかなか難しいと思います。

そのような場合は、お姉さんに「弟が不登校」以外の話題で、たくさん話をさせてあげてください。お姉さん自身が主役となって話せる時間を作って、弟くんの不登校も気にならなくなるくらいに。

仮にお姉さんにストレスがあって、その影響で弟くん意識が向いて「ずるい」となっている場合は、お姉さんのストレスを軽減するだけで、逆に弟くんには優しく接してくれたり、理解も示してくれたりする可能性はあります。「お姉さんなんだから我慢なさい」という声かけは、あまりおすすめしません。

Q. 学校以外の選択肢を具体的に知りたいです。身体を動かせる場所、人と関われる場所、楽しく学べる場所など

A. どんな場所であっても「合う、合わない」があります。全ての不登校生に合う場所は存在しないでしょう。どんな場所へ行くか、あるいは行かないか、については、まず本人とよく話していただくことをお願いしたいです。

その際も「どこに行きたいの？」といきなり意思を問うのではなく、今やってみたいことはあるのか、なにか現状に不満がないか、どこかへ行きたいと思うか、行くとしたらどんな不安があるか、などと丁寧に聴いてあげてください。場合によっては、もっと関係のない話から、本人の状態を感じていただいた方が良いでしょう。

その上で、フリースクールや習い事、学習塾などは一緒に調べていただくことをおすすめします。「一緒に調べて、一緒に考える時間」自体が非常に大事ですので、具体的な選択肢は是非その延長上で見つけて下さい。

ただ、どこへも行かなくても家の居心地を良くしてあげることが前提としてお願いしたいです。

Q. 下の子が常に我慢をして、上の子が常に叱られています。きょうだい間の力関係をどう調整すればいいのでしょうか？

A. 文面をそのまま読ませていただくと、常に我慢をしたり、常に叱られているとすれば、おふたりの力関係よりも、どうしてそのような状態になっているのかが気になります。なにを我慢していて、誰に叱られているのでしょうか。  
「常に我慢をする、常に叱られる」という状況を、何よりもまずは、なくしてあげたいですね。

Q. 父親の理解や協力を得るにはどうすればいいのでしょうか（育児を人のせいにする、ばかにする、子どもに怒鳴る、なにか言うと俺のせいかと逆ギレする、無視する？）

A. 「よく話し合ってください」という結論になってしまいますが、そうした努力はすでにされているから大変なのでしょうね。お母さまが、ひとりで育てるつもりで過ごすことをおすすめします。子育ては母親だけでも問題ありません。もちろん、ひとりよりふたりの方が良いことは多いですが、協力しあえないならば、お母さまひとりで育てるつもりになるのが良いでしょう。そして、協力を得るのはお父さまではなく第三者にしましょう。

Q. 夫婦で方向性が一致しません。何度も話し合いましたが難しいです、子どもを守るためにどうしたら良いでしょうか？

A. 第三者に入ってもらって話し合うしかないですね。ボクがカウンセリングを担当する際に、もっとも困難な状況のひとつが「ご夫婦の方針が違う」ケースです。今のままでは、お子さんがますますつらくなる可能性があります。どうしても方向性が一致しないのであれば、妥協点をお互いに探してみましょう。どちらかの「こだわり」を捨ててみるだけで変わることもあります。

Q. 中2の息子が、入りたい通信制高校を自分でネットで見つけて資料請求をしました。「よく見つけたね」と前向きな言葉で伝えたのですが、入りたいコースが「俳優コース」でした。今から俳優コースと決めてしまっても良いのか心配です。途中でやりたいことが変わってしまったとき、どうになってしまうのか、先々の心配をしてしまいます。

A. 素晴らしいですね、ぜひ「俳優コース」を応援してあげてください。やりたいことが変わるようなら、またそのとき一緒に考えて、そしてまた応援してあげてください。挫折をしたり、しんどい思いをしたりするかもしれませんが、そんなときこそ親の出番です。やる事が変わっても、挫折をしても、「ウチの子だよ」と伝えてあげましょう。

Q. 不登校は問題ないと思いましたが。しかし「引きこもり」になったらどうしようという不安があります。不登校と引きこもりの境界線はあるのでしょうか？

A. 「学校へは行かなくていいけれど、外には出て欲しい」という不安があるのですね。大人でも「引きこもり」状態の方はいますし、「不登校」でも外出する子はいますし、一直線上にあって境界線が存在するものでもありません。

「引きこもり」は原因によって様々ですが、子どもの場合には家庭環境の改善が必要となるケースが多いです。

逆に言えば原因がそこにあることが多いです。そのような場合は、家の居心地を良くしてあげることが、気持ちの安定に繋がり、結果として外出しやすくなることが多いです。ここで言う「居心地」は「部屋にゲームがある」という物質的なものではなく「家族」「人」との関係がリラックスできるものである、という意味合いになります。

Q. 学校が怖いと言い、行けなくなって1ヶ月くらいです。この時期の回復させる過ごし方を教えてください。

A. 「怖い」と正直に話してくれた親子関係で良かったですね、まずはその関係を大事にしてあげましょう。味方だと思っているからこそ、正直に話してくれたのだと思います。「怖い」が払拭されるまで時間をかけてあげて下さい、なにが「怖い」かにもよりますが、まずは学校に関わること以外の話題について、どんどん話を聴いてあげましょう。学校が恐くても、学校へ行けなくても、学校以外の話題でも、変わらずに味方であることを態度で伝えてあげましょう。それによる安心感が回復につながりますし、回復することで「怖い」を軽減できるようになります。

Q. 習い事、フリースクールには、どのような状況から行かせるべきか、または行かせないべきでしょうか？

A. まず本人がどう考えているのかを聞きたいですね。単に、本人が外出することや人と接することを強く嫌がるようであれば、行かせてあげる「状況」には、ないと思います。

まず、どう考えているのかという「会話」自体に取り組んでみましょう、行かせようとしていたり、意思表示をさせたりすることは考えずに、話題を振るだけで価値があります。

「行きたい」とは、なかなか言えない子が多いです、想像がつかなくなったり、学校へ行かずにそんなことをしていていいのかと悩んでしまったり。そうしたら一緒に考えてあげればOKです。

結果がどうあれ、会話と合わせて一緒に考える時間を過ごすことが回復につながりますし、回復をすれば意思表示もしやすくなります。もしも本人が「行きたい」というものがあれば、それはそれで一緒に考えて、ご家庭の事情が許せば行かせてあげて下さい。続かなかつたら、また一緒に考えればいいのです。

Q. 今後、学習についていけない不登校生は増えると思います。教師や保護者は不登校になってしまった生徒に対して、どのように手をさしのべていくべきでしょうか？

A. オンラインや個別授業など、幅の広い対応が必要だと思います。「今後」というよりも急務ですね。「学校へ来てクラスに入らない限りは学習の機会がない」という状況を変えてあげたいです。もちろん、そこまでを教師や保護者が単独で対応するのは物理的に無理だと思いますので、学校全体あるいは地域、あるいはインターネットを活用しながら、あらゆる生徒へ学習機会を与えられる仕組みづくりをすることが必要だと考えています。  
学習だけではなく、雑談をしたり情報を得たりという場も、あらゆる生徒へ提供していくサポートも急務でしょう。

Q. 高校受験に向けて、学校を頼れず親が丸抱えの現実があり、ゆったりと接することも難しく、周りもライバルという状況です。どのように対応したら良いでしょうか？

A. 文面通りであれば、お子さんよりも保護者さまのストレスを軽減する方が優先かもしれませんね。ストレスを減らし、ちょっと落ち着いて考えてみると、なぜ「ゆったりと接するのが難しいのか」や「周りもライバル」という状況が、少し違ってみえるかもしれません。

なぜ学校を頼れないのかが気になりますが、特に高校受験は正しい情報を得ているかどうかによって対策も変わってきます。そこも焦らずに、周りも頼りながら情報収集をしていきましょう。

お子さんによっては、高校受験を「人生のゴール」とか「リベンジ」などと、とても狭い視野で考えがちになります。その視野を少しでも広げてあげて周りの大人が頑張らせてあげて下さい。おのずと本人に合った受験ができるようになると思います。

Q. (支援者の立場で) 精神疾患や発達障害を持った子に対して、どのような配慮をしていますか？どんな機関と連携していますか？

A. お子さんの状態によって対応が変わりますが、もともと個別対応を前提としていますので、発達障害と診断されていたり、そのような行動をとる子であっても、環境次第で大きく変わると考えており、配慮という面では他の生徒たちと大差ありません。

精神疾患の診断を受けたり、入院歴のある子の場合は、病院やNPOとの連携をします。投薬ではなく、あくまでもカウンセリングをメインにした対応が望ましいと考えていますが、そこは方針の違いが生じるところでもあり、保護者からの要望が強ければ、こちらは介入にも限度があるため、方針が異なっても仕方がないと思っています。

お子さんだけではなく、保護者のサポートが必要なケースも多く、そちらのアプローチも必要だと考えています。