



## ココロさんの ひとごと

2019年12月 No.10

### 大事なことは…

毎日寒い日が続きます。寒いと体が縮こまって力が入ってしまいがちですが、温かいお茶を飲むとほっと体の力が抜けて少しリラックスします。これからの時期、ティーブレイクをはさみながら元気に乗り切りたいものです。



よく、「本人に登校を促してもいいですか。」とご質問を受けることがあります。書籍によっては、「登校刺激（登校するように促すこと）は避けるべき」と書いてあるし、周りの大人は「本人に負担にならないかな。でも行けるといいな。」とも思うし…と、本当に悩みどころです。

ご本人たちに話を聞くと、「絶対、誘われたくない。いや。」と感じている場合もあれば、「行きたい気もするけど、一人では思い切れない。」「学校まで送ってほしいけど、言い出しにくいから誘ってもらえると助かる。」などと感じている場合もあるようです。もちろん一人ひとり違いますが、同じ人であっても、時期によって感じ方が違うこともあるようです。では、私たちは、何をどう見極めて、どう対応すればよいのでしょうか。



少し飛躍するようですが、「家に来られたお客様にお茶を勧める場合」をイメージすると、ヒントが見えてきます。

まず、そのお客様がどのような飲み物を好む方なのか、から始まり、好みの温度は？その日の気温や体調は？来られるまでの状況（おなががいっぱいとか、すごくのどが渇いたとか）は？など、考えを巡らせることと思います。そのお客様の「心地よさ」をいろいろな角度から想像し、考えていきます。人によっては、希望をダイレクトに尋ねたほうが喜ばれる方もいらっしゃいますが、ともあれ、迎える側の私たちは100点満点の満足は提供できなくても、その時私たちができる、よりベターな心地よさを提供しようと工夫します。しかしながら、最終的に召し上がるかどうかはお客様の自由意思に任せ、私たちが無理強いをすることはありません。



この感覚を、登校を促すことに応用して考えてみましょう。基本的に、「学校に行くか行かないかは、本人の意思を尊重する。」ことが大前提です。その前提のもと、本人に直接尋ねられる関係なら、尋ねてみましょう。本人が「誘われたくない。」あるいは「声はかけて。」と表明してくれるかもしれません。「誘わないでほしい。」と表明したり、反撃的な言葉を返したりなど、「No」の意思を感じ取れる場合には、そこでストップするのが良いでしょう。返答がない、迷っているなど明らかな拒否がない場合や、直接尋ねることが難しい場合には、言い方やタイミングを工夫し、こちらの気持ちを押しつけないよう注意しながら、誘いかけを行ってみてはどうでしょうか。本人のその日の調子によって誘いかけに乗ってくる日もあれば、乗ってこない日もあるでしょう。大事なことは、本人がその日その時の自分の気持ちを表明でき、周りの大人がその自己決定を尊重できる環境を作ることです。

やってみるとわかるのですが、一番苦労するところは、大人が自分の気持ちを冷静に保つことです。知らず知らずに「こうしてほしい」という大人の思いが勝り、説得しなくなってしまうのです。それは大事な家族を「心配する」という自然な感情から生まれたものですが、思いが強すぎると本人に変化を強いてしまうことがあります。そういったときは、第三者に話をすることが有効です。「心配」の内容が整理され、物事の全体を見渡すことができるようになります。そのことにより、大人側の「心配の暴走」を防ぐことができるかもしれません。



ぜひ身近な相談機関を利用して、大人がまず「不安を客観視しながらおおむね安定すること」を目指し、本人とよりよい協力関係を作っていきましょう。