

生きてくれることに感謝して 子どもが心から望む サポートを

「にじっこ」「虹の学び舎」代表
林 ともこさん

元小学校教諭。NPO法人「好きと生きる」理事。NPO法人「にじまち」理事長。2018年に不登校の子どもたちの居場所「にじっこ」、2020年にフリースクール「虹の学び舎」を始める。ほかに、親と暮らせない子どものための自立援助ホーム、子ども食堂の運営にも携わり、命の大切さを伝える講演活動にも取り組んでいる。



2023(令和5)年度の不登校の小中学生は34万6482人*。少子化が進む中、過去最多を記録しました。もう、いつ誰が不登校になってもおかしくないといえるでしょう。我が子が不登校になったとき、親はどうしたらよいのか。どんな支援があるのか。不登校状態にある子どもたちと家族のための居場所とフリースクールを主催する林ともこさんにお話を伺いました。 *2024年10月31日文部科学省発表。

子どもが不登校になったら どうしたらいい？

子どもが「学校へ行きたくない」と言い出したとき、その裏にはいろんな思いや困りごとがあります。それを聴き取ることが重要なので、「どうして？」と尋ねてもいいのですが、その前にまず「そうか。行きたくないんだね。よくその気持ちを打ち明けてくれたね」と声をかけてあげてください。大人に対して「休みたい」とか「学校へ行きたくない」と言うことは、想像以上に、子どもにとっては勇気がいるものです。せっかく言ってくれたのですから、決して叱ったり問い詰めたりせず、落ち着いて子どもの言葉に耳を傾けましょう。

このとき大切なのは、大人側の願望に誘導しようとしないこと。「これは子ども本人が決めたことです」と話していても、実際には、そうするように大人が促していることや、子どもが大人の顔色や様子を窺って決定していることが多いように感じます。登校前に腹痛や頭痛などの症状が出てしまうケースは、本音で話せる場がないときに起こりがちです。

ひとくくりの不登校といっても、子どもの気持ちは

様々です。行きたいのに行けない子もいれば、学校の勉強や集団生活に意味を見出せないから行かない子もいます。意外と多いのは、自分でも理由はわからないけど行きたくないというパターンです。不登校経験者の話では、「どうして学校に行かないの？」といろんな人から何度も聞かれるのが辛かったそうです。子どもが混乱している時期は、本人が休むと決めたら、無理に行かせようとしなくて、今日生きていてくれることに感謝し、子どもが心から望む今日を生きられるサポートができるといいですね。



不登校支援には どんなものがあるの？

不登校状態にある子どもを受け入れる施設や相談窓口としては、教育支援センターなどの公的機関と、NPO法人や個人が運営する民間の施設があります。

教育支援センターは、各市町村の教育委員会が設置・運営するものです。学習支援、コミュニケーションの練習、子どもや保護者の相談・メンタルケアなどを通じて、学校復帰や社会的自立をサポートします。

民間の施設には、フリースクール、居場所、「親の会」などがあります。フリースクールでは、それぞれの方針・理念に基づいて、学習や体験活動を行います。居場所は、子どもが学校や家庭以外で安心・安全に過ごせるところです。「親の会」は、不登校状態にある子どもの保護者が悩み相談や情報交換をして交流する集まりです。

私は二つのNPO法人を通じて、フリースクールと居場所を運営し、各地域の「親の会」とコラボ開催をしています。それぞれ趣旨は異なりますが、子どもたちが自分にとって心地よく思える人や場所と出会い、場所はどこであっても、安心して過ごせる力を取り戻してくれることを願って活動しています。



学校とうまく連携するには？



「自分のことを信じて認めてくれる大人がいる。安心して過ごせる場がある。そう思えたとき初めて、自分自身を認め好きになれるのだと思います」と林さん。

保護者の方がしばしば頭を悩ますのは、学校との連携です。親と学校はお互い誤解が生まれることも多いのですが、学校とうまくいかないと、保護者も先生も本人もつらいですから、対話が必要だと思います。学校側とうまくコミュニケーションを取るコツは、できるだけ



「虹の学び舎」は、人や出来事と出会う体験と、コミュニケーションを重視したフリースクール。朝のミーティングでスタッフと子どもが輪になって、まず一人ずつ体と心の調子を話し、その日の活動を決める。

感情的にならず落ち着いて伝えることだと思います。

中には、子どものことで疲労困憊しているところに、学校からあれこれ言われて、泣きながら電話してこられる保護者さんもいらっしゃいます。私は元教師という立場から学校の先生が一生懸命なことも、保護者の方が頑張っていることもわかるので、それぞれの思いの橋渡しができるよう心がけています。一対一だとうまくいかないときには、第三者に入ってもらうのもよいと思います。

親にできることって 何ですか？

不登校支援の活動を通じて、これまでたくさんの保護者の方たちと接してきましたが、子どもの不登校に悩んでいつも暗い顔をしていた保護者さんが、気分を一新して趣味や仕事に打ち込んで自分の人生に焦点を当てるようになった結果、子どもも表情が明るくなり、外に出るようになったという事例はたくさんあります。子どもが心配なのも親の愛情ですが、将来のことは誰にもわかりません。ひとりで抱え込まず、周りの人を頼りながら、いざというときにサポートしてもらえる応援者とのつながりを増やしていけるといいですね。



▶ 「にじっこ」「虹の学び舎」の詳細はこちら