

# シリーズ教育相談 Q&A

## 「子どもが学校に行けなくなった原因が分かりません。どうしたらいいでしょう…」

### Q

小学5年生女子の母親です。一学期、娘は、楽しそうに登校していました。しかし、二学期になってすぐ、友達とのトラブルをきっかけに、朝、腹痛を訴えて登校をしづむようになりました。トラブルは担任の先生にも伝え、すぐに解決しました。娘は、それまで友達とトラブルを起こしたことがなかったので、多少ショックを受けている様子でしたが、その後は、普段通り登校していました。

しかし、9月下旬には、また、登校をしづむようになり、ついに欠席するようになりました。理由を聞いても、娘は、「別に。」と言うばかりです。休んだ日は、必ず仲の良い友達から電話がかかってきます。娘も友達とのトラブルは関係ないと言いますが、登校できなくなったのは、やはり、友達関係が原因なのでしょう。登校できなくなって一か月ほど経とうとしています。娘には以前のように楽しく登校してほしいと思っています。今後、私は、娘にどう接していけばよいのでしょうか。

### A

お子さんが登校できなくなったことを考えると、さぞ、ご心配のことだと思います。これからどう接していけばよいか一緒に考えてみましょう。友達とのトラブルをきっかけに行きしづむことがあったようですが、お子さんは、友達とのトラブルの後、友達関係にいろいろと気を遣ったのではないのでしょうか。そのため、疲れが出ていたのかもしれない。もしかしたら、お子さん自身もそのことに気付いていなかったかもしれません。

不登校の原因は一つではなく、いくつかの要因が複雑に絡み合っていることが多いと言われています。原因は不明確でも、登校に向けてお子さんを支えることはできるのではないのでしょうか。

不登校になると原因をさがりがちですが、むしろ、再登校に向けてできることを考えましょう。不登校は、心のエネルギーが使い果たされた状態と言われることがあります。学校は、子どもたちにとって楽しい場所であると同時に、心のエネルギーをたくさん使う場所でもあります。心のエネルギーが少ないと、自分でも気付かないうちに無気力になってしまったり、ささいなことでも行きしづむようになってしまったりすることがあります。

一方、心のエネルギーが充電されると、元気を取り戻し、仮に、友達関係で嫌なことがあっても、それを乗り越えることができるようになります。

まずは、心のエネルギーが充電されるようにお子さんに接してはどうでしょうか。例えば、お子さんが語ることを丁寧に聴いたり、一緒に出かけたりするなど、共に過ごす時間を増やしてみてもいいでしょう。また、お子さんなりに頑張っていることを認め、できたことはほめてあげましょう。誰かに認めてもらうということは、心のエネルギーの最大の補給源となります。

その後、「家にいることに退屈感が見られる」「自分から学校の話話を話す」「勉強の遅れを気にし始める」というような様子が見え始めたら、心のエネルギーが充電されたサインです。この時期になると、何らかの「きっかけ」で再登校し始めることが多いと言われています。学校行事などが「きっかけ」となりやすいので、担任の先生と連絡を取りながら、さりげなくお子さんに伝え、登校を促してみてもいいでしょう。

担任の先生とは、お子さんだけでなく、お母さんも連絡を取り合い、再登校する際には、座席や班のメンバーを配慮してもらうのもいいでしょう。

再登校について一緒に考えていく相談機関もあります。まずは、次の窓口にご相談ください。

