

拝啓 若葉、青葉をわたる風が心地よく、清々しい季節になりました。季節を感じながら、何気ない日常を楽しめる毎日が、とても幸せです。これも水野先生、佐藤先生、

先生をはじめ、ペアレンツキャンプの皆さまのお陰である事は、間違いなく、夫婦共に感謝の気持ちでいっぱいです。感謝の気持ちを少しでもお伝えしたく、お手紙を書かせていただきました。過去を振り返り、反省する事で新たな一歩にしたいと思えます。

息子の小学校時代は、嫌な事があると、ズル休みしたりなどありましたが、その都度、夫婦で叱る、なだめる、后かまを取りするなどの対処をしていました。一年間に10日位お休みする事もありましたが、学校では、児童会に参加したり、クラスでは、いい友人に囲まれ、それなりに頑張っている様子を、親からは見えていました。

中学入学後、息子は「勉強も部活も頑張りたい」と意気込んでいました。しかし、頑張りは長続きせず、GW前にはすでに意気消沈していました。そんな時期を前後して、部活中に「お前太ってるな」というからかいをまだ名前も覚えていない様な同級生男子数名から、頻繁に受ける様になりました。その事がきっかけで、学校を、ホッホッと休む様になりました。息子は150cm 50kg ぽっちゃりしてました。私たち夫婦は、「太元なんかいい。強くなれ。他で見返せ。そんな事で学校を休む事は認めない。学校へ行ったら、誕生日に欲しい物買ってやる」とロリ、なだめ、取引と今までのやり方で対処しました。今考えたら、全く気持ちを

受け止めていないのが解かります。そして五月雨状態が悪化していきました。

続けて1週間休む様になった頃、息子の顔つきが変わって来ました。休んでいる事を反省する様子は全くなく、両親や兄に横柄な態度暴言を吐く様になりました。意味なく白目をむいたり、急に落ち込んで、「俺死にたい」などの言葉を漏らす様になっていました。「死にたい」と言われてしまったら、もう無理やり学校へ引きずって行く勇気がなくなってしまうました。その頃とうとう「もう学校へ行かない。学校辞める」宣言になってしまいました。

その後、息子に色々な身体症状が出て来ました。「寝ている時足がムズムズして熟睡出来ない」と言い出しました。就寝中に足がピクピクと大きく動いて、睡眠状態が悪そうでした。顔も浮腫んで来ました。

私は、「息子の体調が悪く、よく眠れないから、心まで不調をきたしているのだ」と考える様になりました。テレビで「ムズムズ脚症候群」の特集番組をたまたま観て、「まさしく[]の症状だ」と思い、すぐに県内の大学病院の睡眠科をネットで探し、予約を入れました。「[]に早く元気になってもらいたい。その為に何をしたらいいのかが。何を言ってあげたらいいのかが」その事ばかり考えていました。病院では、「ムズムズ脚症候群」の検査と投薬治療を始めました。

私は、スクールカウンセラーや精神科の先生、名古屋市の教育センターへ相談に行きました。すべての所で、「息子さんはエネルギーが不足しているので、家でゆっくり

休んで様子を見ましょう。あまり強く登校刺激せず
あせらず、ゆっくり待ちましょう」と言われました。このま
いっまで、どう待てばいいのか、途方にくれました。

また、睡眠科の先生からは「ムズムズ脚症候群は
完治する病気ではありません。症状を抑えていきましょう」
と言われました。

不安でしたが、「今はこれしかない、まっとうの元気に
戻る」と信じ、不登校にも関わらず、家族は
出来るだけ明るく振舞い、エネルギー一杯になるのを
待ちました。

あっという間に夏休みになってしまいました。すると
どうでしょう。夏休みになった途端、みるみる元気になって
友人を毎日家に呼んで、わいわい遊んでいます。友人たちは
「早く体を治して2学期から、学校来いよ」と口ぐらに
言ってくれます。中には「足が悪くて聞いたぞ、俺が
マッサージした」と言って息子の足をなでてくれた子が
いました。私は涙が止まりませんでした。こんないい友人に
囲まれているならきっと2学期からは、学校へ行けるはず
と希望を持っていました。しかし……夏休みラスト
1週間前、友人を一切呼ばず、自室のドアに、本や
家具をバリケードにし、ご食反以外、自室に引きこもってしまいました。
「あーもう学校へ行くつもりがないんだ」と思い知らされました。

その頃、遠方に住む、私の妹に初めて息子の事を
相談しました。妹は「不登校から復学」というテーマのブログを
沢山見つけてくれました。そして復学支援をしている木野先生の
「ヘアレンツキャンプ」に辿りつくことが出来ました。

水野先生のHPやブログには、不登校の原因ときっかけについて書かれておりました。息子の場合、不登校のきっかけは「友人のからかい」で、根本原因は、親の「過保護・過干渉」と改めて気づきました。そして水野先生の著書「ころばぬ先の家庭教育」を読み「電話相談してみよう」と大阪へお電話したのが8月末でした。そこで「親が変われば子も変わる」と教えていただき「私が変わればいいのか。それなら出来る」とホッとしました。そこから我家の支援を開始していただきました。

まず、家庭ノートから始まって、我家の問題点や親の考え方、話し方の癖、子どもの性格傾向などを分析していただき添削いただきました。問題のある会話には必ず的確なアドバイスを頂きました。「次はこの言い方をしよう」と即実行できます。夫にも協力してもらい、家庭ノートの添削箇所を一緒に確認しました。水野先生からのアドバイスを夫婦で実行して1ヵ月後、息子の様子が変化して来ました。「死にたい」と言わなくなり、親や兄への暴言が激減しました。また足のムズムズ感の訴えが無くなりました。

その後、夫婦で水野先生のカウンセリングを受け、復学への道筋やこれから親は何を考え何をしなければならぬのかを教えて致しました。復学日は12月初めに予定していただきました。不登校になってから、半年後です。ただ待っているだけの半年とは違います。目標へ向かって歩く半年です。

10月初めへアレンツの佐藤先生と先生が、訪問カウンセラーとして、息子に会いに来てくれました。その後訪問の先生と信頼関係を築いていった息子はますますいい顔に変わっていきました。

そして、11月、水野先生に息子のコーチングをしていただきました。そこで「僕は学校へ行きたい」とはっきりした意思を言葉にしました。息子にじからの笑顔が戻った瞬間でした。その日から復学日までは、学校の先生の協力も得られ、ヘアレッスンの先生方のスピーディな対応のおかげで、あっという間に過ぎていきました。

真冬の12月9日、[REDACTED]は7ヵ月振りに「行って来ます」と学校へ行きました。再登校の日を迎え「待っていただけでは今日の日を迎えられなかった」と改めて思いました。水野先生に出会えた事に感謝しました。

「学校に戻って終わりではないよ」と先生は事ある毎におっしゃっていました。その通りでした。復学してからの方が、家庭教育を学んで、実践する場でした。山あり谷ありでした。

- ・友人のからがいや、ちょっとした暴力に文をすする問題
- ・勉強の遅れに文をすする不安からの問題
- ・親の心配性(母)過干渉(父)に戻ってしまう問題
- ・息子の柔軟性のない考え方 など……

しかし、その都度、水野先生との週3回の電話カウンセリングや、家庭ノートの添削で、問題を解決して継続登校を重ねていきました。更にその問題を親子の成長の糧となるように、いつも具体的に教えていただきました。時には、学校への話の仕方も教えていただきました。

水野先生から教えていただいた、家庭ノートの添削箇所やお電話での会話すべてが「[REDACTED] K家オリジナル教科書」になっていきました。これからはその教科書に沿って家庭教育を

学び続けていきます。そしてページを少しずつ増やして、本当のオリジナルにしていく様努めています。

私は、子育てをして来た中で、今が一番楽しいです。これから、高校受験も迎えますし、たくさんの難題が、やって来ると思いますが、しかし、水野先生に教えていただいた事をベースに乗り越えていけそうな気がしています。「ど〜んと構えた肝っ玉母ちゃん」を理想に頑張ってみます。見た目は可愛いお母さんを目指したいです(笑)

夫は「水野先生に色々教わってから、自分と子どもは、別の人格だ。と思える様になった。子の問題、親の問題という視点を理解したら、考え方が楽になった」と言っていました。

は日曜日のサザエさんを観ると「あ〜明日学校かあ」と言います。でも学校は休みません。学校で色々な事があります。楽しい事も、嫌な事もある様です。しかし乗り越える方法をたくさん考えられる様になりました。母に愚痴を言う。友人に共感を求める。ゲームに沈頭する。ひたすらランニングする。先生に相談する。それらが出来る子になりました。乗り越える経馬を重ねて、息子は、根拠のある自信を持てる様になり、柔軟に考えられるようになったと思います。

ヘアレンツキャンプのHPに辿り着いて良かった。そして水野先生や佐藤先生にご指導いただいて良かった。教えていただいたたくさんの事は、子育ての軸として、感謝の気持ちと共に一生忘れません。

1年9ヵ月間、我が家の家庭教育をご支援いただき
本当にありがとうございます。支援も卒業して水野先生と
お話する機会がなくなって寂しい気持ちですが、
親の会や講演会などで、お会いした時、の様子を
お話する事を楽しみに、日々家庭教育を私なりに
頑張りたいと思います。

最後になりましたが、水野先生、ペアレンツキャンプの
皆さま、これからも全国の不登校に悩む子どもたちや
子育てに悩む親御さんの光になって下さい。先生方
のご活躍と、ご健康をじよりお祈り申し上げます。

じからの感謝を込めて

「ありがとうございます」と申し上げて
お礼の言葉とさせていただきます。

敬具

平成25年5月22日