

ペアレンツキャンプ 山下先生 様

1

支援期間中、大変お世話になりました。私もこうして手紙を書けるようになった事、とてもうれしく思います。思い返せば、 が小学4年生の冬、1月から不登校になりました。元々、幼稚園の頃からかなり行き渋りがあり、母子依存やらないにやらいろいろと悩んでいました。母子家庭という事と、皮に完璧主義的な考えをもっている私は日々、“このままじゃいけない” “がんばらなきゃいけない”と自分にも にもプレッシャーをかけていました。

難産のすえ、やっと産まれた 。出産前に家庭状況も体調も悪く、疲れきった私は、脱力感のみで、出産の喜びをかみしめる余裕がありませんでした。やっと産まれてきた息子を、息子と実感がわくまで、すごく時間がかかりました。それほど私は早い考えしかなかったんだと今は思います。出産の退院後、わずか1週間で の病気がわかり、それから約2か月、母子共に入院生活を送りました。毎日毎日気が狂いそうになるほど不安でたまらなかったのを覚えています。

子供は勝手に育つものと思っていた私は罰があたった
と思いました。「障害者なんて育てられない」。そう考
えていざという時は責任とって自殺ほうと考えていました。それ
まで「ギリギリまで」がんばってみよう、無責任な逃げ道
をつくらず自分に言いませ、退院後、本当の子育てが
始まりました。最低な母親です。

それからというもの、 の後遺症を心配するあまり、
先妻のメシテイの始まりで、年々ひどくなっていきました。
 にとって家族は私しかおらず、必死についてきたん
だと思えます。本来の はどんな子だったのか、私には
わからないし、わかろうとしていなかったです。だからこそ必
然的に不登校になったと思えます。

きっかけは、2人だった生活から、祖母の突然の死に
よって、2人の生活は180度変わってしまいました。私も
仕事をやめ、全く違う生活で休みもなく、 をかま
ている時間もなかったです。私自身、疲れきって不満と愚
痴しか言わない毎日でした。そして、 の行き先が

だんだんと増えていき、それにともない。私のライラも増えていき、学校に行かない [] を罵倒し怒鳴りちらしてました。叩く事もありました。そうかと思えば優しく話しかけたりと自分で何がしたいのかわからなくなりました。どちらにしても [] はただただ泣きじゃくる毎日でした。

学校、病院、友達... いろいろな人達に相談しました。みんな、"お母さんは充分頑張ってます。待ちましょう。" " [] くらいなら大丈夫です。" しか言わなかったです。"それもそうだがね、私のこのひどい対応は誰も知らないから..." と、どこか自分で気づいていました。でも責められたくないので、言えませんでした。この頃 ニュースを見ていて、児童虐待とか事件がでると、"子供がかわいそう、ひどい" なんて気持ちには全くなく、"母親の気持ちわかるな。私もやりたい。↑人になりたい。" と思っている自分に何度も気づいては怖くなりました。そんな中でも、たまに見れる [] の笑顔を見ると、"なんとかしなきゃ、このままじゃあ" と思い改めました。スマホ片手に暇さえあれば不登校関係

を読みあさり、本も何冊読んだかわからないほど。スクールカウンセラー、心理カウンセラーともたくさん話しました。ありとあらゆる情報を自分なりに集め考えました。だんだんと部屋からも出れなくなる を見ていると早くいなきゃと焦る一方でした。

でもまあ大概言われる“待ちまほう”に惑わされ、そしてちょうど4月に新学年という変化があったので、ひとまず1月〜3月までは 自体は何もせずただ待っていました。でも内心では、原因もわからず“解決できないまま不登校が治るなら、そもそも不登校になんてなっていないという考えが頭から離れず”不安は強くなるばかりでした。

その中で、ペアレンツキャンプ様のホームページを毎日読んでいて、これが一番しっくりくる解決かと思いました。新学年になり、やはり学校には行けずじまいでした。でも本人は、“学校に行きたい”“家になんていたくない”という気持ちの変化ができました。一か八かペアレンツキャンプ様に助けてもらおうと決めました。

家庭教育支援を始めてます”思った事は、“痛い”

ころをつくはない”という思いでした。私の隠れてあった事でも自分が変わって 〇〇 も変わるならと、耳をしのいでありのままを報告させてもらいました。山下先生に聞いてもらっているうちに、なにも話せるようになり、気持ちはずいぶん楽になりました。〇〇 の変化がめまぐるしくわかるようなことはないですが、まずは自分の何かが減ってきたことは実感できました。次にだんだんと、自分と 〇〇 の違いもわかってきました。私は絶対違うと思っていた、“親の価値感をおしつける”ことをしている自分にも気がきました。

次に、〇〇 が学校で困る、しかられると学校に行かなくなるといふ不安から、先まわりの毎日で何いろと疲れる日々でしたが、実は私が不安になる意味はなく、〇〇 にとって余計なお世話でしかないことに気がきました。一番ショックな気がしました。(笑)。そしてそれが原因で 〇〇 がうたれ弱く軟弱という私の嫌いなタイプの男の子になってしまったこと。そうするつもりがないのにそうしてしまったのが自分という現実…。水野先生の

6.

本にもありましたか、まさに確信にたどりつくことができ、自分が納得できて初めて気分がすっきりしてきました。

そうはいても、なかなか考えを変えられず、何度も同じ事で悩み苦しむ、同じ内容ばかり山下先生に相談していました。

それでも毎回丁寧に指導してくださり、本当に感謝しています。カウンセリング後は必ず「気持ちをたてなおすのですが」、一週間のうちにいろいろな事があるとすぐにめげてしまいました。その

くり返しをして、1年過ぎた頃、本当に変われるのか？との思いも強く不安になり、支援をやめる事も考えました。その頃

もまた泣いたりしながら情緒不安定で登校もみだれてきました。その姿を見て苦しく逃げたかったのですが、ま

が自分が意地でも自分を変えてみないか！と思いなおし、支援を続けさせてもらいました。

それを過ぎてから、いつの間にか私の中で登校にこだわらなくなってきました。悪く言えば「諦め」ができてきました。

でもそれにより、登校する■■■を育てていくのではなく、生きていける■■■を育てなくてはいと、私の中で変わってきました。

一番大切な事で、何度も指導してもらっていたのに、やっと気づいたと思います。それと同時に自分の固定観念の強さに怖くもなりました。なんだかんだいっても私は周りに耳をかさず、自分の思い通りにしか動かない事。それこそから気づけたのは支援を受けたからだと思います。

その頃、 の通院先の先生方によく、「お母さん、なんか変わりましたね」と言われてました。自分ではよくわかりませんが、 に×シテイしなくなった命、怖い顔もしてなかったんだと思います。言う事も、「 には〇〇になってもらいたい」から「 は だから」に変わってました。今までの私にはこういう事は「見離してる」という思いになってしまい言わなかったですが、私にとってはこれくらいか「ちょうどいいんだ」と思えました。実際 も気づけば変わってました。宿題はない、だらしない、忘れ物する...でも学校に行ってます。適当がすぎすぎで、人としてどうなの!?!と思う時もありますが、のびのびしてきたなと思ってる見えています。あかわらす"いじめもあり、たまに休ん

でございますが、少しずつ相手に対する気持ちの持ち方も、
なりにできてきました。同時に仲よく遊べることも増えて
きました。まだまだ安心して過ごさまではいきませんが、支
援当初よりはあく人として変わったと思います。

不安も残る中、諸事情から卒業させてもらいましたが、
山下先生から、"■さんなら大丈夫です"と言ってもらえた
言葉を常に思い出し、こんな時山下先生ならなんて言
う?と自問自答しながら過ごしています。

支援して頂き、大切な事をたくさん得ることができま
した。本当にありがとうございました。何年先も良い報
告ができるよう頑張っていく予定です。全国の悩んでいる
親子さんをこれからもたくさん救って行ってください。

長文読んで頂き ありがとうございます。

2015. 10. 30.

P.S.

10月26、27日 修学旅行がありました。

前日もあっさりある [] の顔を見る事ができず、行けないだろうと言諦めました。自分自身で「修学旅行に行く [] が好きなわけもない。行けない [] も []。愛情だけは忘れちゃいけない。怒、ちやいけなさい」といじりの中で何百回くり返したかわからないほど自命に言いかけました。本心はやはり悲しかったので余計です。

夜中、急に準備をして寝た []。当日、朝すずに目を覚ましてました。5=40集合に対して5=30になった頃、よし、行ってきます。と言った [] にびっくりしました。思っていたことと違う現実には、実感は全くわからなかったです。2日間、泣いてないか、お腹痛くてバスにいないか... etc とひたすら心配してました。バカ親ですね(笑)。

2日夜、迎えに行くのにものすごくドキドキして気持ち悪くなりながら行きました。(笑)。

[] の顔には満面の笑みがありました。「すごく楽し

かったよ!」って聞いた時は、なんだかわからないけど涙
が出ました。気づかれないうち必死に隠してか。

2時間ほどおっといろんな話をしてくれて寝ました。

うれしくてうれしくてもうどうでもいと思いました(笑)。

おっと同張ってきた ■■■ に、「修学旅行が楽しか
たと最大のうれしい思い出ができた事が、本当にうれし
くて満足でたまらないです。

不登校の時には諦めてた学校生活。修学旅
行ももちろん諦めてた最近。

でも人生なにがあるかわからないですね。こんなうれ
しい報告ができて、増々感謝の気持ちでいっぱい
です。

支援をうけたからこそその結果だと思えます。

本当にありがとうございました。