

辻先生、ペアレンツキャンプの皆様

日増し寒さが加わってまいりました。冷え込む朝はなかなか布団から出て来ない息子ですが、順調に継続登校しています。

1年4ヶ月の支援を卒業して1ヶ月、少々乱れた時期もありましたが、最近は学芸会に向けて練習を頑張っているようでした。

「行ってきます！」と言って出発する息子の後ろ姿は、私の活力にもなっています。何より、家族皆が笑顔で過ごせる日々に喜びを感じております。

ペアレンツキャンプと出会えたこと、本当に感謝しております。ありがとうございました。

約1年前に息子が復学した日は、私たち夫婦にとって一生忘れられない記念日となりました。『9月1日』4年生の夏休み明けの初日、息子は1年間の不登校を経て、自力で学校に向かいました。私は、その後ろ姿を見送りながら涙が止まりませんでした。

6月の支援開始から3ヶ月弱、不安と心配とわずかな望みを持って迎えた朝でしたが、早朝から辻先生にはSNSにてご対応いただき送り出すまで冷静を保ちました。息子を送り出してからは、主人と電話越しの祖父母と喜び合い、みんなで泣きました。長期間の不登校から一歩踏み出した息子の勇気には、皆が驚きました。

辻先生に報告の電話をした際には、「奇跡」と言われたことを覚えています。

これまでの辛く慣れない対応も、今までの人生で最悪な夏休みも、全て吹っ飛んだ瞬間でした。

思えば、保育園から度々行き渋りがあった子で、小学校に入學してからも月に1、2度頭痛や腹痛を訴えて休んでいました。連続して休む訳ではなかったので、少し疲れたのかな？程度に捉えていました。

しかし、完全不登校となった日の始まりは違いました。3年生の夏休み明けです。

突然「学校が怖い！」「心配。」と言い出して動かなくなりました。最初は「え？！なんで？」と驚きが隠せず、学校を休むなんてありえない！という思いから、無理やり連れて行こうと強引な対応をしました。息子の「行きたくない！」という思いは強く、結局連れて行くことはできませんでした。次の日も、また次の日も休みは続き、どうしたら良いのかわからなくなりました。不安と心配で、どのように接するべきか悩みました。まずは、親として暗い顔を見せてはいけない、焦らずに、落ち着こう。と・・・

今は学校と距離を置くのが良いのかな？学校に行くのが辛いなら、無理して行かなくて

もいいのでは？彼の居場所は、きっと他にあるのだろう。と思うようになり、学校に行かない息子を受け入れようとしました。

私は、仕事を通勤から在宅勤務に切り替え、見守ることにしました。

日中、息子はひとりで鉄道模型やラジコンカーで遊び、またテレビや You Tube を観て過ごしていました。だらだらと時間ばかりが過ぎていく日々でした。

せめて、2年生から通級していた『ことばの教室』（吃音があった為）だけでも通えたら・・・と、夕方子ども達がいない時間に、担当の先生に無理を言って、遊ぶだけを条件に連れて行ったこともありました。しかし家を出たがらなくなり続きませんでした。また、新たな居場所となればいいなという思いで、区の支援教室にも登録しました。不登校になって5ヶ月が過ぎようとしていた頃です。

好きな授業を選び、週に1、2回通うことにしましたが、最初は駐車場に停めた車から出られずに帰りました。次は、車から出たところで動けなくなりました。その次は、教室の前まで行って帰りました。何回か繰り返した後、母親同伴で授業に参加しました。3回連続して参加しましたが、こちらも続きませんでした。

先生たちは皆、息子のありのままを受け入れ優しく接してくれましたが、息子には不安があるようでした。

カウンセラーの先生も、どの教室の先生も揃って「無理のないように。待ちましょう。」という考えでした。私もそれ以外の考えに及びませんでした。「きっといつか動いてくれる。」と思っていました。しかし、将来への不安は常にあり、苦しい毎日でした。

ある時、離れて暮らす祖母が水野達朗先生の著書【無理して学校に行かなくていい、は本当か】と出会い、私にも勧めてくれました。

書かれていた内容に衝撃を受け、そして、息子を復学させたいと強く思うようになりました。主人にも読んでもらい、夫婦で同じ思いになりました。

その頃、息子は4年生に学年が上がり、不登校になって8ヶ月が経っていました。長期間の不登校で支援が難しいのは承知の上で、藁にもすがる思いで相談のメールを送りました。

その後の電話相談の上、支援をしてくださるとお返事をいただけた時は、暗いトンネルの先の光が小さく見えたような感じでした。

支援が開始され、その時の状況を家庭ノートに書き込むと、直ぐに『冷ます対応』に切り替えることになりました。それほどに、間違った対応をしていたのです。過干渉、過保護、メシティ、敬語などなど。

『冷ます対応』は、慣れるまでが本当に辛かったです。特に、子どもたちと笑顔で会話ができないことが一番辛かった・・・。

子ども達への接し方を変えることも難しかったです。メシティは私に染み付いていましたので、アイメッセージでの声掛けは、なかなか身につきませんでした。

心配だったことは、歳下の娘（小1）への影響でした。問題なく学校に通っている娘の前でも『冷ます対応』をしなければならなかったのは、心苦しかったです。しかし親の心配をよそに、図太い性格の娘は家庭の変化にも動じることなく受け入れてくれました。ありがとうございました。

対応を始めてから変化が現れたのは、3歳から続く息子の行動でした。

自分の思い通りにならない時や注意された時に、物に当たったり、玄関から飛び出したり、壁に頭を打ち付けたりしていました。妹への暴言も激しかったです。小学校に入学してからは、帰宅後1時間ほど外でのストレスを発散するかのように激しく物に当たっていました。壁や建具は穴だらけになり、部屋中に物が散乱して、私もイライラしていました。年齢と共に落ち着く日が来ると信じて待っていましたが、もう限界でした。

そんな息子に今まで怒りでしか対応して来なかつた私は、悲しみなどアイメッセージで声掛けするようにしました。父親からは厳しく叱りました。すると、少しずつ物に当たる回数が減って來たのです。

今では、激しく物に当たることも玄関から飛び出すこともなくなりました。完全に物への八つ当たりがなくなった訳ではありませんが、自分の不利益を考え行動しているように感じます。落ち着いた日々を過ごせるので、私もすごく楽になりました。

息子の不登校は我が家的一大事でしたが、家族が成長できた良い機会もありました。

『親が変われば子も変わる』のだということを深く学びました。

ペアレンツキャンプの支援のやり方をただひたすらに信じてやって来て良かったです。私には見通しのつかない不安な日々で、くじけそうになったこともありましたが、あの「奇跡」の日から登校を安定させるまで、辻先生のご指導のお陰で大波小波を乗り越えることが出来ました。

それだけではなく、在籍校の先生にもご理解・ご協力いただきました。

特に印象に残っている出来事があります。

復学して4ヶ月が経った冬休み明け2日間、登校できませんでした。また、あの辛い日々が始まってしまうのか・・・と、がっかりしました。

辻先生のご提案で、学級担任にお迎えをお願いしました。副校長先生も快く承知してください、翌朝には早速ご対応くださいました。

朝、先生は出勤前に直接家に来てくださいました。布団からも出ず、パジャマを着たままの息子に10分、20分と忍耐強く話かけてくれました。完全に遅刻する時間になっても先生は諦めませんでした。「今日は、担いででも学校に連れて行くよ！先生、本気だからね！」と力強く言ってくれました。

少々強引ではありましたが、大人2人がかりで着替えをさせて、荷物をまとめて玄関まで連れて行くのに2時間ほど掛かったでしょうか。それから、靴を履かせて外に出るまでもかなりの時間が掛かりました。家を出発してからは、先生と私に付き添われ、ゆっくりゆっくり学校に向かいました。まるで牛歩でした。何とか学校についた時、4時間目の授業が終わろうとしていました。

私は、教室の子ども達から見えないように遠くで見守りました。すると、息子が教室に入った瞬間、子どもたちが一斉に息子のあだ名を呼びながら拍手をしてくれたのです。なんて心温かい子ども達なのだろうと、感激でした。

先生の強い思いと、息子を温かく向かい入れてくれたクラスの子ども達に感謝しかありません。復学させて良かったと、心から思った出来事でした。

今は、毎日の当たり前を幸せに感じます。

お友達の中にいる息子の姿は、いつ見ても嬉しくて涙が出そうになります。

音楽会や運動会、移動教室にも参加しました。委員会活動も頑張っているようです。給食が美味しかっただのまずかつただのと報告をしてくれます。翌日の授業への不満を愚痴りますが、放課後はランドセルを玄関に放り投げてお友達と遊びに出かけます。元気で明るい笑顔を見せてくれると、本当に嬉しいです。

卒業しても不安や心配が尽きることはありませんが、これから息子の限りない可能性を信じて、前に進むことができるようになりました。

現在、私たちと同じように辛い思いをされている方にも、ペアレンツキャンプが希望の光となってくれることを祈っております。

お忙しい毎日かと存じますがお身体ご自愛ください。

母親より

続いて、主人からの手紙です。

---

息子の不登校。あまりにも突然で予期していなかった事態に最初は戸惑い、どうして良いか分からず、とにかく様子を見ようという周囲からのアドバイスに従うことしか出来ませんでした。正直、このころは少しゆっくりさせれば大丈夫だろうくらいに軽く考えておりました。しかし、一ヶ月、二ヶ月と月日が流れるに従いどんどんと焦る気持ちが強くなってきてしまいました。しかし、焦るのは親だけで、息子本人は何も変わりませんでした。このころになると、学校だけが全てではない。行かなくても他に何か見つければそれでいいと考えるようになってきました。つまり、学校への登校を諦めかけていました。そんな人生があってもいい。そんな風に考えるようになっていました。そんな時、妻から勧められて、水野先生の著書を読みました。そして気づきました。そう、学校に行くべきなんだと。こんな当たり前のことからも目を反らすまでになっていました。息子に学校に復帰してもらいたい。そんな思いが改めて強くなり、支援していくことを決意しました。それからのことは妻が書いた通りです。

復学するまではとにかく冷ます対応を心がけました。辻先生とはじめて面談をさせていただき、冷ます対応のお話を聞いた時、正直、本当にそれで変わらのか？と、半信半疑でした。しかし、効果はできめんでした。

夏休みも終わりに近づく頃には明らかに様子が変わりました。父親としては、立場を明確にし、ここぞという時に然るべき対応をしました。そして、夏休み明けまさかの復学が果たせました。

しかし、復学してからも、休み明けやちょっとしたきかっけで登校が不安定になる場面が多々あり、気が休まらない日々が続きました。そのような時にも辻先生からの的確なアドバイスで対応を行いズルズルと休みが続かないように、朝送り出すこともしました。

この頃、父親として社会人として大きな問題となったのが、どう仕事の都合をつけるかでした。最初の頃は有給などを使い、何かと理由をつけて休暇や遅れて出社などしておりました。しかし、何日も続いたりすることもあったため、私は思い切って会社に正面に家庭の状況を話しました。今、不登校で悩んでいらっしゃる方の中にも、仕事の都合がつけられず悩んでおられる方もいらっしゃると思います。でも、考えてください。何が一番大切なかを。大切なのは子どもの登校です。子どもの将来を考え必ず対応すべきです。今しか、そして父親にしか出来ない仕事もあります。そのことはぜひ考慮して積極的に行動していただきたいと思います。

きっと良い結果がえられるはずです。そして、必ず家族が一回りもふた回りも大きく成長できるはずです。

息子の不登校という、普通に考えれば経験したくないイベントでしたが、このことがキッカケで家族として大きく成長できたことも確かです。そして、家族、親戚、学校の先生方、ペアレンツキャンプの皆様、たくさんの方々に支えてもらしながら乗り越えられたこと。今は幸せに感じています。変な言い方ですが、こんな経験をさせてくれた息子にも感謝です。そして彼の頑張りに感動しました。この経験が家族の宝物です。

本当に辛いこともたくさんありました。でも今は幸せな気持ちでいっぱいです。この先も、何か壁にぶち当たることがあるかもしれません、今度は家族でなんとかできる気がします。なんだか家族みんながパワーアップした気がします。

最後になりましたが、辻先生をはじめペアレンツキャンプの皆様。

本当にありがとうございました。たくさん支えていただきました。そして、たくさんのことを学ばせていただきました。感謝しかありません。

ありがとうございました。

父親より

平成30年11月15日