

不登校についての経験（保護者用）

不登校の時期：                      中1の3月～中3の6月                      不登校の期間：約1年4ヶ月

- 1 不登校になったきっかけを教えてください。  
コロナの自粛期間で部活が無くなったことが大きかったと思います。
- 2 学校に行かないときは、子供はどのように過ごしていましたか。  
昼夜逆転して1日中ゲームをしていました。
- 3 その時の気持ちや考えていたことを教えてください。  
このまま昼夜逆転が直らないんじゃないか、外に出てまた学校に通える日が来るのだろうかと不安でした。
- 4 子供に対し、どのように関わったり、声掛けをしたりしていたか教えてください。  
最初は病院に連れて行こうとしたり、外に連れ出そうとしたりしていましたが、途中からは本人に任せて私からはアクションを起こさないように意識していました。
- 5 学校に行かなくなった当初から今に至るまで、子供や保護者の変化として感じたことを教えてください。  
元々私がとても過干渉な親だったので、学校に行けなくなってすぐの頃は良かれと思うことを色々考えてやっていたのですが、不登校について色々勉強して親の過干渉が良くないことを学び、途中からは子供に任せる、放っておくということを意識しました。結果、子供のことを信じられるようにもなったと思います。
- 6 子供にしてよかったこと、やらなければよかったことを教えてください。  
フリースクールに通う決断や進路を決めることについて子供に任せたことは良かったと思っています。不登校になった当初、少しでも生きる価値を見出せるようにと本人が望む通りにゲームパソコンを買い与えてしまったことは後悔しています。
- 7 不安を感じたとき、どのようなことをしていたか、教えてください。  
教育相談のカウンセラーの方と話したり、同じ不登校の子を持つ親たちの書き込みをネットで見たりしていました。
- 8 学校に行かなかったことについて、今感じていることや考えていることを教えてください。  
学校に行けなかったことは残念ですが、代わりとなる居場所が出来て良かったと思っています。
- 9 学校に行っていない人や行かない人に対してのメッセージをお願いします。  
私の場合は自分の過干渉を見直して、自分が変わることで子供も少しずつ変わっていった気がします。今は出口の見えないような真っ暗なトンネルも必ず出口はあります！いつかこの経験を親も子も糧にできたらと日々頑張っています。