

あれから、16年。年齢は、高校生の倍になった。不登校になった僕は、今、不登校の子どもたちへの仕事をしている。語弊を恐れずに言おう。不登校の子どもに会うたびに僕は心が踊る。嬉しくてたまらなくなる。保護者のかたから相談を聞いていると、自然に顔がほころんでしまう。

中高生のとき、僕はほんとに苦しかった。しんどかった。つらかった。原因もわからず、ただもがいていた。今、ぼくは同じように苦しんでいる子どもたちに手を差し伸べることができる。あの苦しみから解放させることができる。犯人から人質を助け出すように、僕はゴジラから逃げている子の手を握って、安全な場所を連れて行くことができる。これってまるでヒーローじゃないか？僕が子どものときに待っていたヒーローに僕はなれているのかもしれない。そう思うと嬉しくてたまらないのだ。子どもたちを笑顔に出来ている事実が僕に勇気と自信を与えてくれる。もっとガンバろうと思える。

待っていてくれ。不登校で苦しんでいる子たちよ。今すぐに僕が飛んでいくから。

## あとがき

最後までお読みいただきありがとうございます。

NPO 法人 D.Live では、不登校の子に向けたサービスをいくつもおこなっております。

〈TRY 部〉自分と向き合い、やりたいことを見つけていく教室（毎週月・金）〔草津〕 / （毎週火）〔瀬田〕

〈屋 TRY 部〉やってみたいことに取り組めるお昼の居場所（毎週月・木）〔瀬田〕

〈不登校メンタリング〉しんどい自分から抜け出すための個人面談（日時や場所は、応相談）

〈オンラインサロン〉Web 上で特定の人たちだけのグループをつかって交流をしております。子どもとの関わりや不登校に関することについてコラムも投稿しています（Facebook）

詳しくは、こちらから（<https://synapse.am/contents/monthly/dlive>）

HP やブログ、Facebook などにも詳しいことは記載しておりますので、ぜひご覧ください。

「不登校で困っていて、どうしたらいいか悩んでいる」

そんなかたは、無料で『保護者面談』をおこないますので、

【保護者の方のお名前】【お子さんのお名前】【学年】【今の状態や困っていること】

【お住まいの最寄り駅】【ご連絡先（電話番号）】を記載の上、下記までご連絡ください。

[Mail : info@dlive.jp](mailto:info@dlive.jp)

NPO 法人 D.Live

2009 年に設立。2012 年に法人化。滋賀県の教育委員会フォーラムで先生向けに講演をおこなったり、草津市の委託事業として中学生の居場所も実施。大学の教授と共に研究をおこない、冊子『子どもの自信白書』（無料）も発行している。

HP : [www.dlive.jp](http://www.dlive.jp)

ブログ : <http://www.blog.dlive.jp/>

Facebook : NPO.D.Live

TEL/Fax : 077-543-5771



## 不登校の子が劇的に変わる秘密

- はじめに -

『僕は、高校生のとき不登校になりました』・・・2

『不登校になるのは、誰が悪いの?』・・・3

- 子どもの成長ストーリー -

『不登校の子が、「海外留学する!」と言い出した』・・・4

『魔法の言葉で、子どもは楽しくなれる』・・・6

『不登校の子が意欲を持ってない理由』・・・7

『子どもの変化に気づくため、見るべきポイント』・・・8

- 名言に学ぶ -

『家にいる子に、どのように関わっていいのかわからなくなったとき』・・・9

不登校になる原因は、ゴジラにある。

〈僕が学校で荒れていたときのなし〉・・・10

- はじめに -

## 僕は、高校生のとき不登校になりました

はじめまして。

草津市で NPO 法人 D.Live という団体をおこなっている田中洋輔と申します。

僕は、高校生で不登校になり、大学へ行って引きこもりを経験しました。

いじめを受けたわけでもありません。  
友人関係で悩んでいたわけでもありません。

キッカケは、高校で部活を辞めたことですが、違和感は中学生のときからありました。

自分が自分でなくなる感覚。「なんだこれ？」

初めは小さな違和感だったのです。  
でも、だんだん、自分でない誰かが中において、浸食されていく感覚。

僕は、社交的で、文化祭や体育祭では先頭に立ってみんなを引っ張るリーダーでした。  
そんな僕が、中学3年生になって、誰とも話をしなくなりました。  
話しかけてくる人をにらみつけ、「俺に話しかけるな！」というオーラを出しました。

どうして、そんなことをしたのか今もわかりません。  
自分がわからなく、とにかく自分を守ることに必死でした。

ある日、自転車で電信柱に飛び込みました。  
もう、自分で自分をコントロールすることすらできず、  
体の中にいる悪魔はどんどん大きくなっていったのです。

目を覚ましたかったのかも知れませんが、  
頭から電柱にぶつかった衝撃は、今も頭の中に残っています。

僕を助けてくれたのは、大学時代の友人でした。  
その人がいなければ、僕は未だに家の中で引きこもっていたかもしれません。

だからこそ、僕は自分と同じように苦しんでいる子を助けたいと思い、この団体を8年前に始めました。  
当時、どうしていいかわからなかった自分を助けてあげたい。  
手を差し伸べてあげたい。

まるで、過去の自分へ書く手紙のような気持ちで、僕はこの団体をおこなっています。

### 〈プロフィール〉

田中 洋輔 (たなかようすけ)

NPO 法人 D.Live 代表理事 / 立命館大学文学部卒業。

プロ野球選手を目指すも、強豪の高校へ入り挫折し不登校に。自身の経験から、自分に自信が持てず苦しんでいる子がいる現状を変えたいと思い、大学生のとき(2009年)に団体を立ち上げる。自尊感情(自己肯定感)についてまとめた『子どもの自信白書』の発行、子どもの居場所や自信を育む教室運営。不登校や自尊感情についての講演・研修もおこなう。最近では、不登校の子どもへの個別面談もおこなっている。主な活動場所は、滋賀県草津市。

今、僕は NPO を立ち上げ、そんな不登校でもがいている子どもたちに向かって仕事をしている。外へ出られない子には、家まで行って話を聞く。行く場所がない子のために昼の居場所をつくった。不登校の保護者さんからの悩み相談は後を絶たない。

僕は、もしかしたらあのまま学校にも行かず、ドロップアウトしていたかもしれない。たくさんの人に支えてもらったから、今の自分がある。その人たちにそのまま還元することは難しいから、僕はいただいた恩を“恩送り”という形で返していきたい。まるで過去の自分へ向けて書く手紙のように、僕は過去の自分が欲しかったサービスを作り続けている。

自分のことをわかってくれる人が欲しかった。応援してくれる人を求めていた。落ち着く場所に行きたかった。だからこそ、今この仕事をしている。僕には、この仕事をしなければならない使命がある。学校へ行けなくて苦しんでいる子どもたちへ、手を差し伸べる義務がある。自分自身がしんどかったからこそ、不登校で苦しんでいる子どもたちの気持ちがわかる。どうして欲しいかもわかる。

不登校というのは、ゴジラが現れた世界でおおろしている人々のようだと思える。人々は、ゴジラを見たとき、困惑する。「なんだあれは?」「なにがどうなっている?」ゴジラがまちへ侵略してくると、とにかく逃げる。もう、わけもわからず。しまいには火を吐いてくる。こうなると、もうパニックだ。人々は、命もからがら逃げだそうとする。

不登校の気持ちは、まさにこんな感じだ。まず、“訳が分からない”ところから始まる。体調の異変や心がなんだか変な感じがする。次に、わけもわからず逃げる。学校という場から逃げる。どうして逃げているのか自分自身でもわかっていない。とにかく、なんだか危険な気がするのだ。不登校になる子の気持ちを端的に表現すると、“混迷”だ。心が迷う。わけがわからなくなってしまふ。

学校へ行けない理由が明確にわかっている子は、多くない。僕自身も、学校には行けていたものの、どうしてあんなに苦しんだのか全くわからなかった。不登校や心について学び、子どもたちと接する中でやっといろいろわかってきた。心が迷っている子と話をし、モヤモヤがなくなるようにしていくのが僕たちの仕事だ。ゴジラが見えない人にとっては、子どもたちがなにおびえているか理解ができないだろう。

「ガンバレよ!」と思うかもしれない。でも、そんなことは不可能だ。彼らの心には、実際にゴジラが侵略してきているのだから。今にもズタズタに踏まれそうになっていて、そこから必死で逃げているのだ。家でダラダラしている? バカ言ってはいけない。彼らは、闘っているのだ。ゴジラから、命からがら逃げようとしている。

勇気を出して、ゴジラに立ちむかっていったらどうなるか? きっと命を落とすことになるだろう。現実にも十分にあり得る。逃げるのも1つの勇気だ。闘う選択肢だ。僕はそんな勇気ある子どもたちを守ってあげたい。一緒に闘ってあげたいと心から思っている。学校へ行けないうらやまは、全くない。勉強なんて、どうにかなる。高校をほとんど行っていない僕でも、浪人して立命館大学へ入学することができた。後から取り返すことなんて、いくらでもできる。だから、今はとことんゴジラから逃げたい。目に見えない恐怖が襲ってこない場所まで、駆けていけばいいんだ。

こんな僕でも、大学へ行って、NPO 法人を立ち上げることができた。代表として、なんとか仕事をすることもできている。ほんとは不登校になんてなりたくなかったし、みんなと同じように学校に行けたらよかったと思う。でも、仕方ない。そういう運命だったのだろう。

不登校は、誰が悪いというわけでもない。たまたまなにかの要素が絡み合い、行けなくなってしまっただけだ。僕は、学校へ行けないうらやま、先が全く見えなかった。暴風雨の中で車を運転しているように、視界が悪く、今を生きるのに必死だった。学校の先生は、「しんどいことがあればいつでも言ってくれ」と声をかけてくれたけど、できなかった。なにがしんどいのか。どこで困っているのか。自分自身に答えを持っていなかったから。だから、ただ全力でゴジラから逃げることしか出来なかった。(次のページへ)

## 不登校になる原因は、ゴジラにある。

〈僕が学校で荒れていたときのなし〉

「先生、野球部を辞めようと思っています」  
中学3年生のとき。ずっと野球漬けで、プロ野球選手になりたいと思っていた僕は、先生の前に立っていた。

「えっ？ どうした？」先生は、困惑の顔を浮かべ、僕のほうを見た。「とにかく、もうちょっと考えたらどうや？」そう言われて、僕は職員室を出た。

いつからなんだろう。僕自身でもあまり覚えていない。歯車は、少しずつ狂いだしていた。中学校は、楽しかった。部活もおもしろかったし、友達関係も悪くなかった。勉強も出来たし、学校への不満はほとんどなかったのだ。

でも、どうしてなんだろう？病魔が体をむしばむように、僕の中には次第に不穏な空気が漂うようになってきていた。今思うと、予兆はいたるところにあった。塾をサボることが増えた。授業を受けず、本屋で時間をつぶしていることがあった。なぜかわからない。塾の先生がイヤだったわけでもないし、勉強がしたくないわけでもなかった。有り体で言えば、足が向かなかったのだ。「行こう」と思えなかった。

学校は相変わらず楽しく通っていた。文化祭の劇で主役を張り、体育祭のリレーでも活躍することが出来た。ハタから見ていると、絶好調だ。僕自身もそう思っていた。魔の手が迫っているなんて、まさか思いもしなかった。

中学3年生になろうとしていたとき。イヤなニュースが耳に入った。暴力沙汰で謹慎していた顧問の先生が復帰するということだった。1年生のとき、僕はその顧問の下で部活に取り組んでいた。しかし、その方針や考え方にどうしても納得ができなかった。その先生が帰ってくるなら、自分は部を去ろう。そう決心して、もう1人の顧問(当時、担任)に伝えた。「もしかして、あの先生のことか？」担任にはお見通しだったのだろう。「いや、受験に専念したいからです」  
ウソをつき、僕は部活を辞めた。

それがキッカケだったのかは、自分でもよくわからない。でも、中学3年になって僕は荒れるようになる。暴力をふるったりすることはなかったけれど、誰とも話したくなかった。自分でもどうしてなのかわからなかったけれど、一人きりになりたかった。授業は、全て寝ていた。優しさで起こしてくれるクラスメイトを僕は思いっきり睨んだ。「俺に構うな！」とでも言うみたいに。当たり前だけれど、そんなヤツに対して、周りは次第に距離を置くようになる。僕は、クラスで誰とも関わらないようになっていった。寂しいという感情はなかった。むしろ、静かでほっとした。

朝、学校へ行く。寝て、気がついたらみんなが下校していることもあった。誰もいない教室で弁当を食べて、帰宅した。なにかが確実に狂っていた。自分の殻にこもり、勉強や本に没頭する。その時間だけが僕にとっては至福だった。なににも、誰にも煩わされない時間。学校に行かないという選択がなかったのだ、学校には毎日行っていた。

しかし、僕は高校生になって不登校になった。中学生のとき、学校に行けなくなる予兆はあったのだ。今になって、ようやく少しずつ原因がわかってきた。でも、当時の自分は全然わからなかった。どうしてこんなにイライラするのだろうか。僕は、誰にも自分がわかってもらえない苦しさで、もがいていた。親や先生が悪いというわけではない。もう、ただ「わかってもらえない」という気持ちが、いろんな場面でおこっていた。

わかってもらえないときが増えるたびに、ガックリと肩をおとす。何度も繰り返すうちに、「またか」と思い、だんだん期待しなくなる。期待は落胆に変わり、絶望になる。結果、「どうせ誰もわかってくれない」と思う。誰とも話さなかったのは、僕のストライキだった。「わかってもらえないならいいだろう、こちらにも考えがある。誰とも話すことはない」と言わんばかりに、頑なになった。そうやって、僕は心を閉じるようになり、最終的には“学校へ行かない”という選択をとることになる。

## 不登校になるのは、誰が悪いの？

不登校になるのは、子どもが悪いわけじゃない。  
不登校になるのは、ガマンが足りないわけじゃない。  
不登校になるのは、親の育てかたが悪いわけじゃない。  
不登校になるのは、親の関わりが悪いわけじゃない。  
不登校になるのは、誰かが悪いわけじゃない。

不登校になるのは、たまたまだ。

誰が悪いわけでも、問題があるわけでもない。

学校が合わなかったのかもしれない。  
コミュニケーションが苦手だったのかもしれない。  
他にやりたいことがあったのかもしれない。

不登校は、1つの明確な理由でおきることはほとんどない。  
問題は、いつだって複合的。

だからこそ、難しく感じてしまう。

不登校の子は、学校へ行けない理由が自分自身でもわかっていない。  
行こうと思ってもお腹がいたくなる。しんどくなってしまふ。

不登校になる子は、根気がないわけでもないし、弱い人間でもない。

ただ、「学校へ行けなくなってしまった」という、ただそれだけだ。

行けない子は、自分を責める。  
「みんなは行けるのに、自分は行けない...」

ダメな人間だと思い、落ち込む。

すると、ますます学校へ行けなくなっていく。  
しんどさは増していき、意欲はどんどん減っていく。

不登校からの復活の第一歩は、学校へ行けない自分をちゃんと受け容れること。

学校へ行けない自分を直視する。  
責めてはダメだ。

「ああ、自分は学校へ行けないんだな」と受け容れる。  
妥協でもない、諦めることでもない。

ただ、その事実に向き合うこと。

それが、不登校から復活するストーリーのはじまりになる。

## - 子どもの成長ストーリー -

### 不登校の子が、「海外留学する！」と言い出した

学校へ行けなくなって、どうしたらいいか保護者のかたは悩む。「どうしたらいいんだ？」と。

実際、学校の先生も不登校に関してプロフェッショナルではないので、どうしたらいいのかわかっていない。(先生が悪いわけではない！)

カウンセリングへ行っても、ほとんどの子は数回で行かなくなる。

自分と向き合うのは、つらい。大人でもしんどい。

「どこへ行ったらいい？」と困っているとき、保護者のかたは僕たちの団体を知り、連絡いただくことが多い。

連絡をもらうと、まずは保護者面談をする。子どもの様子や状態、どうなって欲しいかを伺う。

次に、生徒面談。子どもと2人で、じっくり話をする。

本人の状態を見て、教室を勧めることもあれば、個別面談(有料)を勧めることもある。たった2時間ほど、面談で話を聞いただけで、ほぼ問題が解決する子もいる。

1年以上学校へ行けていなかった高校生。けれど、会って話を聞いていたら、「ああ、問題ないな」と思った。少しアドバイスをして面談は終了。

数日たって保護者のかたから連絡がきた。

「学校を辞めて、高卒認定をとって、大学へ行くと言っています。そのために、塾へ通うことにしました」と。

他にはこんな子も。

高校生の彼は、進学校へ通っていたけれど、勉強へついていけなくなった。学校へ行こうと思ってもお腹が痛くなり、病院に行くとな精神的な問題だという。

じっくり、じっくり話を聞いていると、彼には「やりたい」ことがあった。

「いやあ、できるかわからないんですけど」と照れながら言ったのは、「小説家」だった。

何度かの個人面談をしていく中で、彼の行動は変わっていった。毎日、ダラダラとゲームをしていたのに、10時間ほど小説を書くようになっていた。

「締め切りやばいんですよ」と、新人賞へ提出する原稿に向き合う姿は、どこか嬉しげでもあった。

## - 名言に学ぶ -

### 家にいる子に、どのように関わっていいのか、わからなくなったとき

「まるで、腫れ物に触るみたいになります」

保護者のかたから、ご相談を受ける。

子どもに寄り添いたい。ラクになって欲しい。少しでも手助けしたい。そう思うけれど、子どもを傷つけてしまわないか不安になる。

こういう方には、僕は、ある有名な言葉を贈る。

#### 愛とはそれはお互いに見つめ合うことではなく、いっしょに同じ方向を見つめることである

『星の王子さま』で有名なサン・テグジュペリは、このような言葉を残している。これは、恋愛の名言だけれど、“子どもへの愛”でも同じだと思う。大事なのは、子どもが「見たい」と思っている方向と一緒に見てあげること。「あっちを見なさい！」と言っても、子どもは聞かない。

さて、あなたは、子どもがどこの方向を見ているか知っているだろうか？ わかっているだろうか？ なにで困っている？ 今、どうしたいと思っている？ 日々、どんなことを考えている？ それを理解しないと、同じ方向を見ることはできない。

どこを向いているかわからないから、距離感がつかめないのだ。どのタイミングで、なにを言ったらいいのかわからなくなってしまふのだ。難しいことではない。まずは、「子どもと同じ方向を向こう！」と決める。すると、どこを向いているのか気になってくる。わからなかったら聞いたらいいのだ。

「なにで困っている？」と。

子ども自身でも答えを持っていないことも多い。だから、明確な答えが返ってこないこともあるだろう。それでもいいのだ。「あなたがどの方向を見ようとしているのか、関心を持っています」と、子どもへ伝えることが大切なのだ。小さい子どもが「どうして空は青いの？」と聞くくらい純粋に聞けばいい。

「私、不登校になったことないからわからないんだけど、どういうところがしんどいの？」と。

なんとかして解決しようと躍起になると、しんどくなってしまふ。子どもと一緒に考えていけばいいのだ。「どうしようか？」と。大人が焦ると、「ああ、自分はダメな子だ。親にも迷惑かけている」と、子どもが自分を責めてしまふ。だから、どっしり構えていたらいい。疑問に思ったら、聞けばいい。わからないことは、質問したらいいのだ。

「どうなの？」と。

僕は、いつも子どもへ質問ばかりしている。だって、その子の気持ちはその子しかわからない。他人がわかるわけないのだ。わかった気になって、「かわいそうに」と同情する必要なんてない。出来るだけわかってもらうことがなによりも大事なのだ。その姿勢は子どもに伝わり、「自分のことをわかってくれる」という安心感に繋がる。

わからないこと、疑問に思うことは、どんどん聞こう。

そうすると、子どもがなにを考えているのかわかってくる。行動の意味や発言の意図がわかってくる。

子どもに教えるを乞うことは、悪いことじゃない。

## 子どもの変化に気づくため、見るべきポイント

「毎日毎日、家にいる息子を見ていて、時折すごく不安になるんです。ずっとこのままだったらどうしようって……」

ある日、保護者のかたからメールが来た。

不安になり、つい子どもに怒鳴ってしまったと言う。

子どもの変化は、わかりにくい。

学校へ行けない子が、学校に行くようになれば、大きな変化だが、そんな劇的なことは、なかなか起きない。

日々、小さな変化の積み重ねをつくっていくことから始めよう。変化は、意識していないと見逃すことが多い。

僕たちが関わっている子どもたちの保護者さんからも、よく連絡が来る。「不安です」「なにも変化が見えません」と。

人は変わるとき、いきなり行動が変わることはない。

はじめに変わるのは、意識だ。意識が変わったあと、行動が変わる。行動が変わっていくと、それが習慣になってくる。

では、意識が変わったことは、どうすればわかるのだろうか？

見るところは、シンプルだ。

それは、「言葉」  
意識が変わると、言葉が変わってくる。  
だんだん意欲的な言葉が増えてくる。

「こんなことしたいな」「これ、できるようになりたいな」  
前向きな発言が増えてくる。

注意していただきたいのは、このとき、行動にうつそうとしなくても、決して落胆したり、子どもを責めてはいけない。「勉強しようと思う」と言っていたのに、勉強していない姿を見ると、嘆きたくなるかもしれない。やかましく言うかもしれない。

しかし、そこで口を挟むと、小さく灯った火を消すことになってしまう。「おっ！ 変わってきたな」と、成長を感じて、喜びながら、ただ黙って、うんうんと聞いておく。そうやって、少しずつ、子どもは意欲を持っていく。

ある程度、意欲がコップに貯まってきたら、初めて行動に移すことができる。それまでは、見守る。じっと見守る。小さな変化を見逃さないようにしていれば、きっと子どもの成長に気がつくことができる。

大丈夫。  
家にいるあいだも、子どもはちゃんと闘っている。

どうすれば小説家になれるかを聞くため、編集者にアポをとり、1人で東京まで行った。

4ヶ月前には、学校に行けなかった子が、自分でアポイントをとって、東京まで行ったのだ。帰ってきて彼は、以前から保護者に勧められていた海外へ留学することを決意した。

保護者のかたが、  
「東京から帰って来て、劇的な変化を遂げ、何だか毎日イキイキしています。本当に自分のやりたいことだけを選んで楽しんでいるように見えます」と言うほど。

中学時代ほとんどを不登校で過ごしていた子は、「学校へ行けるようになりたい!」と言い、苦手なコミュニケーションを鍛えるために、長野県へひとり旅へ出た。

帰ってくると「大人と話せる自信がついた」と話し、高校へ進学。生徒会に入って、部活にも参加するくらい学校を楽しんで行くようになった。

不登校の中学生は、楽しそうに教室へ通い、学校の担任の先生が見学へ来たとき「この子、こんな顔して笑うのですね。初めて見ました」とまで言うくらいに変わった。

不登校は、しんどいし、大変だ。  
「どうしたらいいんだろう?」と、保護者や周りの大人がパニックになってしまうこともある。

けれど、僕は思う。  
「不登校になって良かった」と思えるような、プラスの経験に変えていって欲しいと。

僕自身、不登校になったのは残念であるし、できれば学校にずっと行けていれば良かったと思う。

しかし、間違いなく今の自分があるのは、不登校の経験があったからだと思っている。

ここに取りあげた子たちは、不登校になっていなかったら、きっと出来ていない経験をしている。

東京の編集者に会うこともなければ、長野へひとり旅に行ったこともなかっただろう。楽しく笑えるのがどれほど幸せなことかも、気づくことはなかったと思う。

不登校になったからといって、人生が終わったわけでもないし、将来の可能性がなくなることもない。

学校へ行けなくなるのは、人生で見ると小さなつまづきだ。  
(目の前にすると、とてもしんどく思うけれど)

不登校でも、人生の可能性は変わらない。

子どもは、なににだってなれる。

## 魔法の言葉で、子どもは楽しくなれる

「どうしたい？」

僕が不登校の子に聞くのは、これだけだ。

面談で、子どもたちと会って、話をする。  
まずは、緊張をほぐすために、好きなマンガやアニメ、ゲームについて聞く。

慣れてきたところで、こう聞くのだ。

「どうしたいの？」と。

ほとんどの子は、「学校へ行けるようになりたい」と言う。

一般的に、カウンセリングで聞く内容の多くは、過去の話だ。

どうだった？  
なにがあった？

でも、僕はできるだけ未来の話聞く。

どんな未来を望んでいるのかを聞きたいから、「どうしたい？」と聞くのだ。

その子が、どんな未来を目指すのかを聞き、  
僕はただ伴走者として、その子の未来へ向かって一緒に走っていただけだ。

学校に行けなくなる原因を探すのも大切だろう。  
だけど、しんどさを抱えている子は、ネガティブなモードに陥りやすい。

ならば、ワクワクする未来を考えたほうが楽しい。  
意欲も湧いてくる。

子どもに、「今日はなにが食べたい？」「どこ行きたい？」

どんどんやりたいことを聞いてみる。

すると、少しずつ人生が楽しくなってくる。  
子どもの顔が明るくなってくる。

## 不登校の子が意欲を持ってない理由

「うちの子、ずっと家でゲームばかりしているのです」

学校にも行かず、勉強もせず、ただずっとゲームをしている。保護者から見ると、「この子、大丈夫なのか？」と心配になる。

よく僕のところにも、こういう相談が寄せられる。なにもしていないのに、不登校で家に引きこもっている子は、とてもしんどそうに見える。覇気がなく、けだるそう。寝る時間も遅く、朝も起きてこない。

これは、意欲のコップが空になっているからだ。  
普段、子どもは意欲であふれている。「こんなことしたい」「あんなことしたい」でも、学校へ行けなくなっているとき、意欲のコップはほとんどなにも入っていない。なぜなら、不登校の子たちのほとんどは、ずっと自分を責めている。

「学校に行けない自分は、ダメな子どもだ」「他の子よりも劣っているんだ」  
ネガティブ思考になり、意欲を持てるはずもない。

いわば、コップに穴が空いている状態。意欲を出そうとしても、穴からどんどんこぼれていく。

ゲームは、意欲がなくても取り組める。なにも考えなくてもできる。だから、不登校の子たちは、ゲームをしている。

そこまで、楽しいからやっているわけでもなく、熱中しているわけでもない。まるで時間を潰すかのように、画面を見つめている。

そんな子に対して、すべきことは、まずは穴をふさぐこと。「ダラダラするな」と叱ることもないし、ゲームを取りあげても意味がない。穴をふさぐためには、今の自分でも大丈夫だと伝えること。学校に行けていない子どもを認めてあげること。

「そんなことしたら、ますます学校へ行かなくなってしまうのでは？」と、心配されるかもしれないが、問題ない。  
ほとんどの子は、学校に行けるようになりたいと思っているし、学校に行かないとだめと思っている。

教室へ来ている中学生は、学校に行かなくても平気のように振る舞っていた。そんな彼が「俺、自分に自信ないわ」と言うので、理由を聞くと、「学校行けてないから」と言う。

どんな子でも、学校へ行けていない現実には、自分を苦しめる。しんどくさせる。

だから、まずは「大丈夫」と声をかけてあげる。  
自分を責めるのをやめさせる。

面談を担当している子の保護者さんからこんな相談があった。「学校ある日は、朝から暴れ回るのです。でも、休みの日は大人しいんです」と。これは、まさに学校へ行けない自分がイヤで、イライラしている証拠だ。

まずは、行けていないことを受け容れる。「それでも大丈夫だよ」と伝える。穴をふせぐことができれば、少しずつ意欲は高まってくる。すると、家の中での表情が変わってくる。

よく笑うようになる。「こんなことしたい」という、意欲が出てくる。