# 「登校しぶり」をみんなで考えよう　体験記

## 【Eさんの保護者の方】

1．登校をしぶり出したころの経緯（子どもの声や態度も含む）

Eの登校渋りが始まったきっかけは、ある行事でした。極度の緊張から気持ちが悪くなり、顔色が真っ青になって迎えに行ったのが始まりです。最初は「お腹の風邪かな」と思っていたのですが、別の日に映画館でも急に「気持ち悪い」と訴えるようになり、そこから少しずつ体調に変化が現れました。
Eは決して「学校を休みたい」と思っていたわけではありませんでした。「行きたいけれど、また前みたいに気持ち悪くなったらどうしよう」という強い不安が、足を止めていたのです。

2．登校をしぶり出したころの思い（親の思い）

休みが続くようになると、親である私自身も大きな不安に襲われました。特に日曜の夜になると、「明日は行きたくない」と気持ちが落ち込むEのしんどさが私にも伝染してしまいます。朝になれば「さあ、頑張ろう」と気持ちをリセットするものの、「学校には行かせなければ」というプレッシャーが常にありました。登下校する他の子どもたちの姿を見て、「うちの子は家にいるのに・・・」と涙がこぼれたことも一度や二度ではありません。

3．登校しぶりを克服できた、もしくは良い方向に向かった理由（気を付けたことや意識したこと）

そんな私とEを支えてくれたのは、周囲の温かいサポートでした。 心配した私の母は「休んだ日は毎日勉強を教えに行くよ」と言ってくれ、Eも「ばあちゃんが来るなら学校へ行こうかな」と少しずつ気持ちが切り替わるようになりました。また、犬の散歩仲間（ワン友さん）やママ友が「ランチに行こう、Eも連れておいでよ」と気軽に誘ってくれたことも、私自身の大きな救いになりました。私はもともと、幼稚園の頃から「たまには休んでユニバに行こうよ」と言えるような、少し肩の力が抜けたタイプでした。生真面目な主人は「お寺に通わすぞ！」と厳しく背中を押す役目、私は「まあ、いいやん」と受け止める役目。夫婦で自然と役割分担ができていたのかもしれません。小児科の先生から「自律神経失調症の気がある」と言われたこともあり、回復に向けていろいろなことを試しました。朝のヨガは一瞬で終わってしまいましたが（笑）、鍼（はり）治療院では、しんどくなった時に先生とおしゃべりすることがEの心の拠り所になっていました。そして何より大きかったのは、大好きな習い事の存在です。学校より先に復活したのは、週末の習い事でした。最初は車から降りることすら難しかったのですが、コーチが毎回優しく声をかけてくれたおかげで、「今日はみんなと少しでも顔が合わせられたらそれでオッケー」と、一歩ずつ前に進むことができました。

学校への登校でも、焦りはありましたがゆっくりやっていきました。 自転車で送っていく朝、「1周回ったら降りる」と約束しても、なかなか降りられない日があります。「あと1回だけチャンスあげるわ」と、結局3周も4周も近所をぐるぐる回り、朝が丸潰れになった日も少なくありません。でも、その自転車の後ろで「今日は田んぼに鳥がいるね」「イチョウの葉が全部落ちたら寂しいね」とたわいもない会話をしていました。また、先生が「自分のことなんだから、自分で決めなさい」と息子の意思を尊重してくれたこと、そして進級して環境が変わったことも、Eが自ら動き出す大きなきっかけになりました。

4．登校しぶりで困っている保護者へのメッセージ（元気がでる言葉）

今、お子さんの登校渋りで悩んでいらっしゃるお母さんへお伝えしたいのは、「一人で抱え込まず、周りにたくさん甘えてほしい」ということです。 私も、同じように登校渋りを乗り越えた先輩ママに相談し、「無理やり連れて行くのは合っていないよ、ごゆるりとやっていこう」と言ってもらえたことで、心がふっと軽くなりました。「あの子も行けるようになったんだから、うちの子もいつかきっと大丈夫」、その思いが、私の一番の原動力でした。ずっと家にいるわけではありません。お子さんのペースを信じ、時には「まあ、いいやん」と笑い飛ばしながら、ごゆるりと歩んでいけたらいいなと思います。

＜校長のつぶやき＞

お母さんの明るい性格が本人を動かしたのだとあらためて思います。当初、学校からは振り回されているように見えたお母さんにルールを決めて本人に自己決定させましょうと伝えていました。お母さんは粘り強くＥを送ってくる中で次のＩ周で行くんやでと言いながら何週もしてしまったのですが、そのお母さんのとことん寄り添う姿勢も良かったように感じます。自分で決めるまでとことん待つ、ことができたお母さんに拍手です。