



当事者・経験者からのメッセージ



ここでは当事者・経験者から皆さんへメッセージが寄せられています。

述べられる気持ちは、言葉では表現できない、苦しい感情を乗り越え辿り着いたものです。

感謝に満ちた言葉もあれば、辛辣で厳しい言葉もあるでしょう。

それは誰のためでもない、皆さんに分かってほしくて紡がれた言葉です。
ぜひ皆さんの素直で正直な心で感じ取ってください。





スクールカウンセラーの方には、感謝してもしきれないほどお世話になりました。

不登校であった時はもちろん、学校を辞めた後でさえ心配してくださり、手紙をくださいました。当時の私を支えてくれた方の一人として私の中で大きな存在です。



私はたまに登校しても保健室登校でした。担任の先生は保健室まで話に来てくれたり、趣味の話をしてくれたり、すごく近い距離感で接してくれたので悩みなど話しやすかったです。

僕は、中学校で不登校になりました。担任の先生はほぼ毎日家庭訪問をしてくれ、会えなくても玄関で学校での出来事や授業の様子を話したり、励ましの手紙を置いていってくれました。

先生が見捨てず根気強く関わってくれたおかげで、僕は立ち直れたと思います。

不登校の子ども達は自分を責め、苦しんでいます。子どもを見捨てないで、暖かく寄り添い励ましてください。不登校の子どもの気持ちをわかってやってください。



給食が嫌で不登校気味になったら、先生から「無理やりでも学校に来てください」と言われた。



まわりの環境のせいで不登校しているのに、自分のせいになっているのが嫌だった。

出席日数など気にしないといけないでしょうが、自身でもわかっていることなので、不登校の子にあまり言わないでください。そういった先生が担任になった時はとても苦痛でした。

小学生の時「自分はこの世界（学校や友達）にいなくても問題ない。いらない存在だ」と思った時から欠席するようになり、中学校で不登校となりました。学校に居場所なんてなかった。

なのに「学校に行こう」と家族・親戚・先生・クラスメイトは言いました。

彼らは「僕を学校に行かせること」しか考えてなくて、「学校で1人過ごす僕」には関心なかったから。居場所がないから不登校の僕。居場所のことなんて気にもかけず登校を促す周囲。

いったいどちらが正しかったのでしょうか？



挿絵イラスト提供 Yuka Kawahara@mojomomojo

「フリースペースふきのとう」の参加者。絵・雑貨などの創作活動を行っています。





気まぐれに行ってみた相談所のカウンセラー。

相手の力量を図るため、ちょっとした哲学的な命題を吹っ掛けたら、思いのほか話が盛り上がったのを覚えています。その方とは3年ぐらいの付き合いになりました。

結局、ひきこもりとは関係ない話が多かったように思います。ですが僕にはそれで良かった。互いに意見を言って話すことの喜びを、久しぶりに思い出させてくれました。



妹の病状が最も酷かった頃に、とても助けて頂いたのは病院の心理士さんでした。
突発的な症状が起こるたびに、度々相談させて頂いておりましたが本当にありがたい限りでした。



診察の時間がとても短く十分なお話も出来ないまま終わる事が度々あり、物足りなさを感じる事があったのも事実です。多すぎると思われるお薬が出る場合もありました。



とある心療内科にかかりましたが、先生はパソコンをみたままこちらを見ずに話をしました。そんな人にわざわざ喋りたくありませんので、あまり診察を受けませんでした。
正直不安でしかありません。

お医者様には、ちゃんと体を向けて目を見て話を聞いていただきたいものです。



わざと怒らせる診察をする先生がいます。不登校だと、学校に行っていないことや引きこもっていることで、親から言われてばかりで傷ついていますし、理解してもらえないことで怒りを抱いています。その怒りを大きくするような診察はやめてもらいたいです。

不登校・ひきこもりに“克服”や“解決”はありません。

仮にそんな風に見えたとしても、常に心の片隅で疼く痛みがあります。

苦しみを忘れず、前を向き、後ろを振り返りながら生きていく。

それが不登校・ひきこもりの当事者であり経験者です。



ガイドブックレイアウト構成／当事者メッセージ前文作成

ホームページ「不登校ひきこもり情報たーみなる in ながさき」管理人 アニ

経験者の立場から、不登校ひきこもりに関するさまざまな情報を発信しています。

詳しくは nagasaki-hikikomori.net をご参照ください。



家族からのメッセージ

自分の子どもが不登校になった時、目の前の子どもをどうすることも出来ず、子も親も世間から孤立してしまいがちです。

私は、不登校・ひきこもりの家族会に出会うことによって、大切なことを学びました。親は、何とかして学校へ行かせようと悩んでいるが、子どもは何とかして学校へ行かないで済むように悩んでいる。この気づきは、それからの子どもとの関わりについて大きく変わるきっかけとなりました。

親（家族）や教師は、子どもにとって最も身近で大切な支援者です。また、そうなるには多くの学びが必要です。

このガイドブックが、親（家族）・子ども・教師が共に寄り添い、子どもの悩み優先の問題解決に向け役立てられるよう願っています。

家族会『花たば』代表 佐藤 正義

