

一不登校一

自己肯定感の大切さと不登校新聞の石井編集長の話から

私が何も分からず不登校の親の会を始めた頃高垣忠一郎先生の本を
読みながらそうだと思うながら活動を始めたことを覚えています。最近その高垣先
生の講演の抄録を読みながら不登校のことを考えるとき高垣先生の話は不登校を
考えるときの基本だと改めて思いました。それは自己肯定感を大切にすること
です。その抄録の一部を紹介します。

「不登校の子どもたちの多くは、みんなが当たり前に登校しているのに、自分だけ行けない
情けない奴と自分を責め、親や先生を裏切り迷惑をかけている「ダメな奴」と嫌って
います。こんな自分は消えてしまったほうがいいと存在を丸ごと否定している子どもも
少なくありません。それほどに自信を失っているのです。彼らに欠けているのは自分
の存在丸ごとが「在るがまま」肯定されるという安心です。不登校の子どもたちに
とって、ほめられる経験よりも、失敗したり挫折して「ダメな自分」になった時に『大丈
夫だよ』『それでもいいんだよ』という経験をもとにすることがはるかに大事です。」と……
この自分が自分であって大丈夫』という自己肯定感には、ある部分的な性能の良さを
評価して自分を肯定するものではありません。丸ごとの自分の存在を『在るがまま』に
肯定される自己肯定感であり、それは『人生の浮き袋』でもある。」と語っています。
そして、「自分のつらさやしんどさを受けとめてくれる人がいない孤立感なのです。『自分』とい
う存在は一生つきあい続けなければならぬ一番身近な存在です。しかし、多くの子ども若者
たちが自分を丸ごと嫌い受け容れられず、自分と共に生きることを拒否しています。同時に
『ダメな自分』を人前に出すことを恐れ、迷惑をかけること思いこみ自分のことを人に話せなく
なっているのです。……彼らに何より必要なのは、『他人と共にありながら安心して自分自身で
あることができる』という人間関係の中に身を置くことです。それが彼らの居場所になるの
です。その中で『自分は自分であって大丈夫』という自己肯定感が心に根を生し育ち始めるのです。
ダメなところもふくめてあなたでいいんだよ』と……しかし、世間の大人は、大人の見方
や評価を押しつけることが多いようです。良かれと思い、あれやこれやとやるのが親切なのだ。
子どものためになると思いきんています。そして先回りして『あしろ』『こうしろ』と子どもに言う癖が
あります。そうではなくあるがままの子どもに共感的に耳を傾け、寄り添う関係性の中で『自分
は自分であって大丈夫』という自己肯定感が育っていく中で、前を向いていけるのです』と……
私も高垣先生のお話に共感している一人です。現代の競争的な社会の中で「ダメだ」「自
分は何もできない どうしたら」と悩む子どもに自分の考えを伝えるのではなく「大丈夫だよ。いつ
もあなたの味方だよ」というメッセージは、きっと子どもに伝わっていくと思うのです。ダメ
なんかじゃない。いつも応援しているよ。「あなたの味方だよ」という気持ち。きっと子どもに
伝わっていくと思っています。「あなたの好きなことでもいいんだよ」と……

不登校新聞の講読数が減少して紙版「不登校新聞」が5月15日号をもって配信停止になり、NPO法人全国不登校新聞社は解散することになったそうです。そして、WEB版「不登校新聞」発行は継承することによって編集長はそのまま石井こうさんです。今回、石井さんの講演抄が掲載されていたので紹介します。

「私は小学校のころ中学受験のため塾に通っていました。偏差値50以下は将来がないと言われ、何時間も勉強するストレスのなかで生活していました。」と「結果としてすべて落ちてしまい勉強ができない人間はダメな人間という差別意識が受験を通して生まれました。差別は他人に向けられることもありますが、自分自身にも刃を向ける人ですね。受験に失敗した私は強い自己否定感を抱くようになりました。進学した公立中学校ではいじめにあい、すべてがうまくいかず、当時号泣しながら『学校へ行きたくない』と言ったとき、母はただ事ではないと思ったのでしょうか『わかったよと言って、休むことを提案してくれました。当時『死にたい』と、何度も追い詰められたのですが、休むことで状況は変わり始めました』……「子どもが学校へ行かなくなる時は必ず予兆やSOSはあります。ただ予兆やSOSは言葉にはならないことが多いです。体調不良や不眠、食欲不振や体調不良や不眠、食欲不振や情緒不安定や身体病状として現われます。とくに10代では『つらい』という感情を言葉にするのが難しいのです。だから、もし子どもが『学校へ行きたくない』と言ったときは、もう限界を超えるほどつらいんだと思ってください。」と続けていますが（私もその通りだと思うのです。「行きたくない」と子どもが言うときは限界を超えているんだと）「親が子どもによく話すことは『菌みがない』『宿題した』『そろそろゲームやめなよ』などなど、これは対話ではなく、一方的な『注意』なんです。注意も必要なきもありますが、意識して『雑談』をしてみてください。」と。（たぶん体験からでてくる言葉かな）また「不登校の子どもが一步踏みだすときは、それは子どもが『ふまだな』と言いだしたとき、『ふまだ』『退屈だ』『やることがない』これは、子どもが何か新しいことをやりたい気持ちの現われです。」と話しています……

「最後にお伝えしたいのは、私は14歳のとき学校へ行かなくなり、人生が終わってしまったと感じました。『自分はこの先どうなっちゃうだろう』と、とてつもなく不安におそわれました。」と……「それから30年、同世代の不登校経験者と飲み会をしました。皆が悩んでいたのは、社会性や学力や協調性ではなく、痛風などの健康問題でした。」そして、最後の言葉が「ふつうの大人だよ」でした。「学校へ行かなかつたことで苦労しました。しかし、結果として悪くない人生だったと思っています。」と話しています。（自己否定感では前を向けないのですが、自分では「自分であって大丈夫」というありのままの自己肯定感があれば大丈夫と思っています。）