



スクールカウンセラーだより

令和3年 春号

新年度が始まりました。昨年に引き続き今年度も古川秀明がカウンセリングを担当させていただきます。新入生、在校生の保護者の皆さま、どうぞよろしくお願いいたします。

さて、前回のテーマは「起立性調節障害」と「HSC」でしたね。今回のテーマは「不登校」です。

① 必ず理由がある

理由のない不登校はありません。その理由は不登校の子供の数と同じだけあります。なぜ我が子が登校できないのかを考える想像力が保護者の方に求められます。学校に行くか行かないかの二分割にしてしまうと、子供の行かない（行けない）理由が見えなくなります。

② 見守らない

「何を言っても学校には行かないから、とりあえず今は優しく見守ろう・・・」この言葉は、耳触りは良いのですが、実は「何もしていない」のと同じです。見守るのであれば、必ず期限を決める必要があります。特に新学期（新入学やクラス替えの時期）から夏休みまでの間に不登校が始まりやすい傾向があります。また、不登校期間が長くなると、回復にも時間がかかる傾向もあります。そのうち登校するだろうと見守らず、早期に対応する必要があります。

③ 不登校の弊害

- a)生活習慣の乱れ（昼夜逆転など）
- b)長時間のゲーム、スマホ、ユーチューブの視聴
- c)学習の遅れ・それに伴い狭められる進路
- d)運動不足、精神的不安定
- e)人間関係の悪化（友達、家族）

④ 最初にやるべきこと

なぜ登校できないのか、どのように解決すればよいのかの「見立て」をすることが不可欠です。いじめ等がある場合は、登校させると危機的状態に陥る恐れもあります。不登校により、何かのメッセージを出していることもあります。それらの判断は難しいです。そこでお役に立つのがスクールカウンセリングです。心理学的な見立てと25年の経験を元に、教育、福祉、医療と連携しながら、最善の方法を保護者の皆さまと一緒に考えます。

不登校で困られ、万策尽きた時は、スクールカウンセリングのお申し込みをお勧めします。

もちろん不登校に限らず、どんなお悩みの相談にも対応させていただきます。

ご相談方法・・・完全予約制です。予約方法は、学校の先生にお尋ねください。

皆様のご来室を、心よりお待ちしております。

スクールカウンセラー 古川秀明