

不登校についての経験（本人用）

不登校の時期：                     中2～中3                    

不登校の期間：約1年

- 1 不登校になったきっかけを教えてください。

人間関係

- 2 学校に行かないときは、どのように過ごしていましたか。

家でパズルやテレビを見る

- 3 その時の気持ちや考えていたことを教えてください。

特に何かを考えているとかはなかった

- 4 保護者や先生にしてほしかったこと、してもらって嬉しかったこと、嫌だったことを教えてください。

親は特に学校に行きなさいとも言ってこず、嫌なら家で休みなさいと、不登校を受け入れてくれた事が精神面で救われた。（自分には味方がいると感じた）教員も無理に来なさいとも言わずに、私のペースに合わせたプログラムを組んでもらったことで、追い詰められるようなことはなかった。

- 5 友人や大人（保護者・先生以外）にしてほしかったこと、してもらって嬉しかったこと、嫌だったことを教えてください。

今まで仲良くしてくれていた友達が減ったことはとても嫌だった。しかし、不登校後も仲良くしてくれる友達もいたので、その子達とは社会人になった今でも交流があることはとてもうれしい。

- 6 学校に行かなかったことについて、今感じていることや考えていることを教えてください。

学校という小さな社会では、まだ心身ともに未熟な部分もあるため、周りの時違いにとっても敏感に感じる人が多いが、今考えればその時に感じていた周りとのギャップや、嫌だったことも、全然気にしなくてよかったなと感じることが多い。でも、あの時に悩み、不登校を経験したことで、周りとはまた違った考え方や価値観を知ることができ、自分自身の視野が広がったのを感じる。

- 7 学校に行っていない人や行かない人へ、メッセージをお願いします。

学校には必ず行かなくていいと思います