

不登校についての経験（本人用）

不登校の時期：小学校三年生2学期～3学期

不登校の期間：約半年間

- 1 不登校になったきっかけを教えてください。  
小学校でのいじめ
- 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。  
しばらく家に引きこもって、あまり話すことがありませんでした。
- 3 その時の気持ちや考えていたことを教えてください。  
辛い、悲しい、などの感情があり、泣いていたこともありました。
- 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。  
しつこく話しかけられるのが嫌でした。  
でも話を聞いてくれたり、自分の行きたい場所に連れていってくれたのはすごく嬉しかったです。
- 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。  
長い付き合いの親友が支えになってくれてました。相談にのってくれたり、心配してくれたことが嬉しかったです。
- 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。  
私は後悔をしてません。逆に不登校で良かったんじゃないかなっていつも思ってます。
- 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。  
不登校になるのは、全く悪いことでは無いと思います。辛かったり悲しかったりしても、私はそれらを乗り越えた先に明るい未来がありました！今自分が不登校ではいけないんじゃないか、嫌々学校に行かなければいけないのか、と考えてる人も沢山居ると思います。でも私は、「それでも頑張ってるね」などとは言いません。声を掛けるとしたら、「よく頑張ったね」と言います。逃げてもいいし、泣いてもいい、自分の楽な過ごし方が一番良いと思います。