

## 不登校についての体験談（本人 2）

不登校の時期： 小2、中2年～3年、高2

不登校の期間： 小：1年間、中：2年間、高：1年間

### 不登校になったきっかけを教えてください。

小2：担任の先生に精神的に追い詰められる。

中2：学校の雰囲気嫌気がさした。

中3：実は最初のころは登校していた。しかし染みついたさぼり癖が抜けず再度不登校に。

高2：将来に対する不安と葛藤に耐えられなくなった。やる気の喪失。

### 学校に行かないときは、どのように過ごしていましたか。

小2：覚えていない。

中2・中3：ゲームを中心とした生活。ただ休みの日はボーイスカウトに行っていた。

高2：ゲームをしたりしていたが何もしない時間が多かった。

### その時の気持ちや考えていたことを教えてください。

小2：覚えていないが、家族の話では感情が喪失していたらしい。

中2：ほぼなにも考えていなかった。ただ少しやばいなと感じていた。

中3：やばいことに気づき高校に進学することを決意する。

高2：その年の前半はやばいとか焦りがあったが、後半は何も考えられない状態だった。またうつ病に近い精神状態だった。

### 保護者や先生にしてほしかったこと、してもらってうれしかったこと、いやだったことを教えてください。

【いやなこと】

期待されること。変に構われたりしたとき、こうしたほうがいいと考えを押し付けられたときは腹が立った。（中学）

【感謝していること】

見捨てることなく最後まで自分という人間を尊重してくれていたこと。（高校）

### 友人や大人（保護者・先生以外）にしてほしかったこと、してもらってうれしかったこと、いやだったことを教えてください。

【いいこと】

出会っても普通にしてくれていたこと。（高校）

【いやなこと】

大勢で相談室に来たときのこと。（中学）

### 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。

間違った行動だとは思っていないが後悔が強く残っている。

特に感じるが多かったのは高3に進級したタイミングだった。

### 学校に行っていない人や行かない人に対してのメッセージをお願いします。

自分は3回も不登校になりました。しかもすべて違う要因です。不登校の時のことを語らせたら自分にかなう人は少ないでしょう。そんな自分でも今は普通に大学生として生活しています。今不登校でも問題ないとは言い切れませんが、とりあえず周りの目なんて気にしないでいいと思います。無理なら無理でいい。とりあえず今を生きましょう。それでやりたいようにやればいい。今すぐ無理に変わろうとしないでいいんです。今を楽しんじゃいましょう。

ただ必ず変わらなければならぬときは来ます。その時に力を出せるように今は力をためる期間だと思って生活してみるといいかもしれませんね。