

9  
令和2年

心の生涯学習誌  
れいろう



〈れいろうカレッジ〉(今月のテーマ)

# 「はたらく」心に火をつける

宮田国子

モラロジー研究所 生涯学習講師

前野マドカ

慶應義塾大学大学院研究員  
EVOL株式会社代表取締役CEO

〈思春期の処方箋〉

ひきこもりの原因探しを  
していませんか?

花まる学習会 佐藤暢昭



さとうのぶあき  
佐藤暢昭

花まるグループ NPO法人子育て応援隊むぎぐみ 副理事長

花まる学習会の埼玉エリアの教室長で、進学塾部門のスクールFCでは中学受験  
社会の教務責任者を務める。むぎぐみの中の一部分である発達・療育支援部門  
Flos (フロス) を仲間と共に立ち上げ、発達に偏りのある子どもたちに対して、  
行動面・社会面・学習面での支援を行っている。また、発達に関する困りごと・  
家庭内暴力・不登校などを中心とした、保護者からの相談も受けている。

反抗し、秘密を持ち、葛藤で心をヒリヒリさせている  
思春期の子どもたち。この時期の接し方について悩む  
すべてのお父さんお母さんに、「花まる学習会」の講師  
たちが心の処方箋をお届けします。

# ひきこもりの状況は複雑です。 重なり合ったものをほごいて 決して焦らず一歩ずつ。

気持ちや特性、家族の気持ちや家族との関係、周囲の環境など無数の要素の重なりによって生まれていて、それぞれの要素の濃淡も異なります。

例えば、クラスメイトのいじめによって学校に行けなくなりひきこもった場合、いじめていた子が転校していなくなったからといって、すぐに学校に行けるようになるわけではありません。ひきこもりは、原因探しをするよりも、これからどうしていくかを考えるほうが大切です。そのためにも、重なり合った無数の要素を整理することが重要になります。

## 🌸 焦って変化を求めない

私がこのことを考えるきっかけとなったのが、五年ほど前に出会ったAくんです。

初めて彼に会ったときの印象は、近くにいるのに気配を感じない、ぼんやりとしたものでした。簡単な質問をしても、ぼそぼそと蚊の鳴くような声で答えます。本人なりに困っているようでしたが、そのことを上手く言葉にす

るのが難しい様子でした。

それでも、彼の言葉を待って落ち着いて回数を重ねて話すうちに、少しずつ少しずつ彼の世界に入ることができるようになっていきました。彼が夢中になっているテレビゲームの話をつかきかけに、お互いの趣味を共有したり、そのゲームを一緒にプレイしたりして過ごせるまでになりました。はた目には一緒にゲームをするだけの一時間ですが、彼に寄り添うためには必要な時間だったのです。

しかし、物事はそう上手くはいきません。次の面接日の前日、急にキャンセルの連絡が入りました。私なりに良いイメージで進んでいただけに、何かあったのだろうかと思い、親御さんに事情を確認しました。

どうやら、Aくんを外へ出かせさせようと、いろいろと準備をしていることが彼に伝わってしまい、それに怒って部屋から出てこなくなってしまうようです。Aくんには、私からも外へ少しづつ出かけてみようかと話していたところでしたが、彼の親御さんは「息子の状態が良さそうだったので、つ

## 🌸 原因探しより状況整理

厚生労働省の定義によると、ひきこもりとは「さまざまな要因の結果として社会的参加(義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交遊)を回避し、原則的には六か月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態(他者と交わらない形での外出をしてもよい)を示す現象概念」とされています。

きっかけとしては、悩みや挫折体験、対人トラブル、学校・職場でのつまづきなどが中心で、思春期の子どもが直面する場合が多く、私たちのところへ相談に訪れる方の大半も、その時期の悩みが出发点です。一度ひきこもると、そこから抜け出すことは非常に難しく、長期化する場合がほとんどです。

このように書くと「原因を取り除けば、すぐに改善するのではないか」と考える方もいるでしょう。恥ずかしながら、以前は私もそのように考えていました。

しかし、実際はそう簡単な話ではありません。長期化した状態は、本人の「……」と。良かれと思い先回りした行動でした。焦って変化を求めすぎると逆効果になってしまうのです。

## 🌸 助けを求めている

Aくんとの関係は振り出しに戻り、再出発です。遠いようで実は一番の近道だったのは、本人のペースに合わせ、寄り添ってかわることでした。その後、親御さんとの相談を並行しながら約半年が経ち、彼は新しい道に進めるようになりました。

ひきこもりという状態は、できればそうなる前に手を打ちたいところですが、そうなってしまったからといって、自分自身を責めたり、誰かから責められたりするようなことではありません。大きなストレスを受けたり傷つくような体験は、誰にでも起こり得ます。

大切なのは、一人で、あるいは家族だけで悩みを抱えないこと。相談できる場所や人を見つけて、助けを求めましょう。その一歩を踏み出すことはとてもエネルギーがいりますが、あきらめず前に進んでほしいと願います。

