相談事例①
「教室のことを考えるとドキドキしちゃって、学校に行けない…」
うちの子、怠けているだけじゃないかしら？　こんな時、どうしたらいいの？

●対象児童生徒：小学１年生　男子

小学校に入学し、しばらくは順調に登校し、学校生活にも慣れたように見えていたが、運動会後から登校をしぶるようになり、教室に入れなくなる。朝、遅れながらもなんとか保健室には登校するものの、教室に入れない状態が続いてしまう。母となかなか離れることができず、また、教室に連れて行こうとしても泣き叫んで嫌がり、連れていくことができない。

●スクールカウンセラーの取り組みと児童の変化

7月 スクールカウンセラーとの相談を開始	○本人と相談室で話す。「怒られたらどうしよう」、「失敗しちゃったらどうしよう」と思うと胸がドキドキしたり、体が固まったりしてしまい、教室に行くことができないと話す。辛い気持ちを充分に受け止め、まずは保健室や相談室で安心して過ごせることを目標とする。 ○保護者面談も実施。不安な気持ちに寄り添いながら、子どもへの具体的な関わりや言葉かけについて助言する。
１０月 徐々に教室に入れるよう、サポートする	○本人や保護者面談を重ねる中で、保健室登校が安定する。スクールカウンセラーは、教員とともに、本人が興味を示した学校行事をきっかけに徐々に教室に入れるようにサポートした。その際、スクールカウンセラーが本人の不安な気持ちをゆっくり聴き、どうすればよいのかを共に考えたり、本人の状態を保護者や教員に伝え、どう対応するかを検討したりした。
２月 教室に復帰できるようになる	○教室に復帰し、すべての時間を教室で過ごせるようになる。 ○復帰後も、スクールカウンセラーがクラスでの様子を見守った。放課後には本人と話す時間を取り、がんばりをねぎらい、不安や緊張をやわらげる関わりを継続した。 ○本人は我慢しすぎず、辛い気持ちを言葉で表現する力がついた。また、保護者は、本人が辛い気持ちを表現した時に、穏やかに受け止め、支えてあげられるようになった。

●保護者のみなさま、学校の先生方へ

「教室に入れない…」、「学校に行きたくない…」
怠けているわけでも、何か大きな原因があるわけでもないのに、どうしても学校に行くことが辛くなってしまうお子さんは少なくありません。
そんな時、お子さまはもちろんのこと、毎日お子さまと接する保護者のみなさまも、心の負担を少しでも軽くし、余裕を持つことが大切です。
スクールカウンセラーは、お子さまだけでなく保護者のみなさまのお話も伺いながら、どうすればよいのかをご一緒に考えてまいります。