2019年

スクールカウンセラー便り　9月号

県立海南高等学校
教育相談室

「暑さ寒さも彼岸まで」と昔から言われていますが、厳しかった残暑もようやく終わろうとしています。

みなさん、夏の疲れはでていませんか？しっかりと睡眠と栄養をとって、体調を整えてくださいね。

さて、本校の映画研究部が、７月末に東京で行われた全国放送コンテストに出場しました。その作品を、紙面で紹介したいと思います。みなさんにとっても、身近なテーマであり、共感できるところがたくさんあると思います。

全国放送コンテスト　ラジオドキュメンタリー部門出場作品より

S.（生徒）「別にいじめられていたわけでもないし、友達がいなかったわけでもないけど、ただ単に学校がおもしろくなくって・・・」

現在の高校生は、「学校に行きたくない」「今日は休みたい」と、一度でも思ったことのある生徒はたくさんいます。その理由は、授業がつまらない、テストがいやだ、友人関係のもつれ、など様々です。しかし、体調不良以外の理由で学校を休むことは、ずる休みだと思う人も多くいます。だから、学校は休みにくいと感じるのではないでしょうか？

私たちは今回、実際に学校を休みがちになったという生徒にお話を伺い、体調不良以外の理由で学校を休むことについて、考えました。

S. 「休んだら親に何故？って言われるやん」「しんどいからって言ったら、『行きなよっ、学校へ』ってキレられるけど、休ませてくれる」「２，３日続いたら、何も言われなくなる。この子が出て来るまで待っておこうって、その気持ちが罪悪感になる」

罪悪感、それは自身の行動、思考、あり様などに関して、悪いことをした、していると感じる嫌悪の感情です。どうして罪悪感というものが生まれるのでしょうか？

カウンセラーの先生のお話によると

S.C. （スクールカウンセラー）「休みに対する罪悪感というのは、学校には行かないといけないという常識にとらわれ、そこからはずれている自分ということを考えた時、親に対して申し訳ないことをしているなと思うのかなあ」

また、大人の意見としては

T.（先生）「欠席した理由が体調不良などのはっきりした理由で、自分も納得し、家の人にも納得してもらえるが、そうでない時は、学校というものは、ごはんを食べるのと同じ感覚で行かなければいけないと思っていて、何となく行きたくない理由で休むことには違和感があるのかな？」

私たち学生が学校に行くのは当たり前ですが、決してそれだけが正しいことではありません。

次に、生徒が欠席することに関して、先生にどう思うのかを尋ねました。

T. 「今の時代は、私たちの子どもの頃と比べて、社会も複雑で、今の若者は混沌としている中で生きている。学校の中でいろんなことを抱えたしんどさというのは、（私たちの頃と比べて）比ではないから、そういう意味でしんどくなることも多いし、『学校休みたいな』『何となくしん

どいな』という気持ちが出てくることを理解してくれる先生も多いと思う」

自分たちが想像していたのは、「そんな理由で休むな」「甘えだ」という厳しい答えだったので、理解してくれる先生が多いという事実に安心しました。

では、「欠席連絡を入れる際に、『体調不良だ』と嘘をつかずに正直に話した場合、先生はどのような対応をしますか」と尋ねたところ

T. 「休みは休みで受け止めるし、何故学校に行きたくないかというところを、保護者に分かる範囲で尋ねることもあるし、本人が電話口に出られる場合は、追及するわけではないが、『どんな感じ？』ということを確認して、もしかしたら、すぐに家庭訪問をしないといけないと思う場合もある」

先生は、この少しの欠席が、不登校につながらないためにも全力でサポートしてくれます。

S.C. の先生は、「休みすぎるということで、もしかしたらマイナスのこともあるかもしれないから、将来の夢がかなわなくなるとか進級できなくなるとかというマイナスの部分もきちんと伝えないといけないと思う。休んだことで『気分が楽になるまで休んだらいいよ』『気分がよくなってよかったね』と言うだけではなく、この先このまま休んだら、こういうことにもなるという伝え方もしないといけない。だから、休んでいる間にもいろんなことを考えないといけないのも本人、休んでいる間に何も葛藤しないでいしいかというとそうではないし、きっといろんなことを考えていると思う。その期間を振り返った時に『失敗してしまった』ではなくて『よかったよ。自分の人生のためにこの期間が必要だったのだ』と思えたら、前に進んでいけるのかなと思う。（カウンセラーの役割は）その手助けかなと思う」

最後に、「休むことによって、何か変化があったのか」と生徒に尋ねると、

S. 「変化はしていない。何も。でも、『その休んでいる生活を続けていったら、自分の人生マイナスになってしまうなあ』と思って…」

すぐに学校が楽しくなったり、何か変化があるわけではないけれども、休んでいる間は罪悪感でいっぱいいっぱいになるのではなく、自分自身のことやこれからのことを考えることで、気持ちを切り換えて

「休むのであれば自信を持って休んだらいいかなと思っている（S.C.）」

「人生楽しまないと損なので（学校へ）来ましたね（S.）」

自分のためになる休みにすることが一番大事なのです。

海南高校映画研究部　制作

当面のカウンセリング日

９月２４日（火）　１０月　１日（火）　１５日（火）　２９日（火）　の１３時から１７時です。

☆時間や日程は変更も可能です。そんな場合は早い目に連絡くださいね。