

## コラム16：【学校・仕事に行かないことは「悪いこと」ではない】

突然、お子さんが「学校に行きたくないなあ」「仕事行きたくないなあ」と言ったら、ドキッとしますよね。「不登校」「ニート」「ひきこもり」などが連想されるかもしれません。

そんな時、多くの親御さんは「そんなこと言っちゃいけません！」「職場でいじめられてるの？」など、お子さんの行きたくない理由を聞き出そうとしてしまいます。

親としては心配ですから、当然の対応だと思います。しかし、お子さんは、親御さんがいつもと異なり、うろたえている様子に、きっと驚くと思います。

お子さんは「言っちゃいけないことを言ったんだ」「お父さん、お母さんが悲しむことを言ったんだ」と思い、そして「二度と言わない」と決めてしまいます。なぜならお子さんは、親御さんが悲しむことをしたくないからです。

ほとんどのお子さんはここで終わりますが、時々、本当に学校や仕事へ行くことが辛くなるお子さんもいます。そのようなお子さんは、親御さんが悲しむ姿を見たくないの、辛いことを相談できず、我慢をしすぎて体調を崩してしまうこともあります。

では、親御さんは何と言えれば良かったのでしょうか。

答えは簡単で、そのまま受け止めてあげれば良いのです。

「そうなんだ。今は学校（仕事）へ行きたくないと思ってるんだね。」「お父さんやお母さんにもそんな時あったなあ。」など、大げさにしない方が、お子さんは安心できると思います。

そして、話の終わりには「困ってることがあったら、いつでも相談してね」と付け加えておきましょう。この一言が、お子さんに無理な我慢をさせないためのポイントになります。