



## 健やか豆知識

第6回

# Q. 不登校が一番多いのは、次のうちのどの年代でしょうか

- Ⅰ 小学校低学年 (1-3年)    Ⅱ 小学校高学年 (4-6年)    Ⅲ 中学生



## 不登校は成長する大事なステップと考えよう!

不登校は子どもの怠けでなく、心の「SOS」です。不登校になる理由は、学校が怖い、学校でのいじめ、家庭の問題、子どものうつ病、体調がわるいなど、さまざまです。

不登校が一番多いのは、思春期真っただ中の中学生です。思春期は、「何でもできる」つもりでいられた児童期とは異なり、学業、スポーツ、友人関係などがうまくいかなることを多く経験し、それらを通じて身の丈にあった自分を受け入れていく時期です。同時に、家族よりも友達に価値観が移っていくのですが、ちょっとした友人間での誤解があったり、いじめに合ったりすると、親しか頼る人がおらず、家へこもるしかなくなるのではないのでしょうか。

親としてはまず、不登校に悩み続けてきた我が子に、しばしの休養を取らせてあげ、子ども自身が抱える問題を整理して考えてみましょう。その上で、子どもの強みやよいところを伸ばす手助けをして、学校という社会にもう一度触れ合っていくにはどうしたらよいかを本人と一緒に考えることが大切です。もし発達障害やうつ病などを抱えている場合には、専門機関に相談しましょう。

子どもによっては、反抗的な態度の裏に、不登校になった自分は親を心配させていると考え、自分を責めてしまう気持ちを持つことがあります。親以外にも相談できる場所をつくっておくこともよいかもしれません。親も一人で悩まずに、経験者の話を聞いたり、スクールカウンセラーに相談したり、焦らずに子どもと一緒に悩み、考え、そして我が子の成長を待ちましょう。

子どもは自分がどんな大人になっていくのか、いつか社会に受け入れられるのかどうかを不安に思っています。子どもは悩んだ分だけ人として成長できるはずで、そのための大事なステップなのだと考え、ゆるやかな気持ちで見守ってあげてください。

監修 宇佐美 政英

国立国際医療研究センター国府台病院  
子どものこころ総合診療センター長 児童精神科診療科長

< Ⅲ 掘り >

高田製薬株式会社

〒336-8666 埼玉県さいたま市南区沼影1丁目11-1

高田製薬

www.takata-seiyaku.co.jp

さらに詳しい情報は  
ホームページで!

⇒さらに詳しい情報は「クイズ解説」をご覧ください