

# Nest 通信 Vo.16

不登校・ひきこもり支援センター  
 特定非営利活動法人Nest  
 〒751-0832下関市生野町2-27-7  
 TEL/FAX 083-255-1026

2017年も幕を開けました。昨年もたくさんの方々のご支援・ご協力を頂いて、活動を続けることができました。心より感謝申し上げます。

今年も引き続き、Nestの活動にご理解と応援のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。



## Nest 定期講演会のお知らせ

毎年行っている定期講演会ですが、今回は、不登校経験者で、現在、防府を拠点に、ライブハウスや福祉施設で音楽活動を行っている姉妹デュオ「Sella」のお二人をお招きします。

前半は、お二人の演奏と体験談、後半は、Nest 理事でもある西村秀明さん（宇部フロンティア大学教授）に講演していただきます。

皆さま、ぜひ会場で、素敵な演奏と体験者の生の声に、耳を傾けていただければと思います。

### 第10回 Nest 定期講演会

#### 「不登校・ひきこもりから見えてくること」 ～体験者のことばとともに～

- |       |                                    |
|-------|------------------------------------|
| <講師>  | 西村 秀明 さん<br>(宇部フロンティア大学教授/Nest 理事) |
| <出演者> | 姉妹デュオ「Sella」<br>(ミニコンサート&体験談)      |
| <日時>  | 平成29年 2月18日(土)<br>13:30~16:00      |
| <会場>  | しものせき環境みらい館 3階                     |
| <参加費> | 500円(資料代)                          |

## 平成28年度 サポート養成講座 終了

不登校・ひきこもり状態の青少年たちが、自己肯定感を回復し、自分らしく生きて行くために、周囲の理解と関わり方はとても重要なものであるとN e s tでは考えています。そこで、数回に分けてその支援の在り方等をお伝えするサポート養成講座を、法人化する前から続けて12年が経ちました。

28年度の講座を受講された方々からの感想を抜粋させて頂くことで、少しでも講座の内容を感じとっていただければと思います。また、29年度の講座も6月より始まりますので、まだ受講されたことのない方は是非一度ご参加くださると嬉しいです。(講師は石川章です)

### 第1回 (6月18日) 不登校・ひきこもりの状態と心理

不登校やひきこもり状態にある子に対して、私自身、一般的な社会の見方をしていたことに気づき、本当はそうでないと感じました。

日々、一緒にいると対応が難しく、自分が折れてしまい、つい本人に否定感を与える態度をとってしまうが、今日の内容を時々思い出し、長い目で見守るように気を付けたいと感じた。

日頃、周りに相談できる人もいないため、これでよいのだろうかという不安が付きまとい、確信も持てないでいました。これからのお話を伺う中で、納得もし、共感し、反省もし、確信も得られるような気がしています。

### 第2回 (7月2日) 回復までの経路 (様々な状態とその対応)

不登校やひきこもりの子ども達と信頼関係を作るためには、相手の立場や気持ちをよく知ること、忍耐力や包容力を強く持つことが大事と感じました。

当事者が何を求めているのかが良く分かりました。支援する時には、やはりきちんとそこを理解していないと的外れになってしまうことも分かりました。

昼夜逆転やゲームに集中する心理はよくわかりました。受け入れ、寄り添いをしているつもりではあるが、まだまだ足りていないのかもしれない。少しでも自己肯定感を持ってもらえるように今まで以上に子どもの気持ちを理解し接していこうと思いました。

### 第3回 (7月16日) 回復に必要なこと・邪魔になること (その1)

自分の発する言葉に責任を持つことが重要であると感じます。

ひきこもりまでは行かなくても、思春期の難しい我が子との向き合い方を学びました。

他者と比較したり、将来を不安に思ったり、社会の厳しさ、人間関係の厳しさ等を気にしていることがよくわかりました。本当に気を付けないといけないですね。ありがとうございました。

### 第4回 (7月30日) 回復に必要なこと・邪魔になること (その2)

今回お話ししていただいたことは、不登校やひきこもりの方への支援に限らず、人と接していく上で、子育てをしていく上でも、とてもためになるなと感じました。相手の想いや考えを大切に、一緒に考えていくことを日々の生活の中でもしていこうと思います。

「寄り添う」ということの真の意味を学んだように思います。悩みに対して答えを出そう、どうかしなくてはならないとがくのではなく「答えを苦しむ」「一緒に真剣に悩む」ということが、真に悩んでいる子どもと向き合っていることなんだと考えさせられました。

共感することの難しさを感じている。他人ならすんなり言える言葉でも、親子で関係が近いと何だか言えず、言ってもうそっぽく感じているのではないかなと思う。  
毎回たくさんのことを感じていて、良い講座に出会えたことに感謝しています。ひきこもりの人だけでなく、全ての人に繋がる意見・言葉だと思って聞いています。

### 第5回 (8月6日) よく出る言葉や行動とその対応

不登校・ひきこもり状態にある子どもたちの想いや精神状態、言って欲しい言葉や態度、言って欲しくない言葉や態度、子どもたちの言葉や行動の裏にある本当の気持ち等、私たちが日常では知ることのできないことを、石川さんが長年かかって蓄積されたことを、具体例を含めてお話して頂きありがとうございました。

何よりも“ありのまま”を受け入れてあげることが大切だと学びました。そして、人の人生をまるごと肯定出来るようになるには、先ず、自分自身の人生もまるごと肯定出来なければいけませんね。私は、そこからだと感じました。

悩みに対して方法論で向き合うのではなく、相手の気持ちに寄り添った言葉とは何か、具体的に知ることができました。  
石川先生の言葉に毎回自分自身が癒されています。お話を自分の人生とも重ね合わせ、自分への言葉としても大事にしていきたいと思います。そしていつか悩める他者と出会ったときにはこのような言葉を心から自然と言え自分になりたいと思いました。

## 草刈り作業を請け負います！

昨年度、JTのNPO助成事業として、「地域住民にひきこもりに対する理解と支援の輪を広げ、ひきこもり状態にある若者たちへの仕事の提供として、草刈り等を行う」事業を展開しましたが、その経験を活かして、今年度からは有料で請け負っています。若者たちも仕事としての意欲と責任を持って取り組んでいます。

作業内容は庭の草取りを中心として、スタッフと若者たちの3人で3時間が基本で、料金は8,000円からです。事前に見積もりに伺い、ご了承いただければ作業を請け負いますので、お気軽にご連絡いただければと思います。

作業前



作業後



作業前



作業後



## フリースクール恒例みかん狩り

久山園様のご厚意に感謝いたします。



## 第6回（8月27日）面談・訪問サポートにおける大切なこと

「何とかしないと」という思いで、面談では何とかしゃべらせようとしてしまうところがありました。めんどくさい人間になっていたんだなと思いました。まずは安全な人間になれるよう、待てるようになろうと思います。

昨年に続いて参加させていただきました。一つ一つの言葉に意味があり、自分の知識を更に深めることができました。質問にも丁寧に答えられているのも印象的でした。ありがとうございました。

フリースクールでのボランティアは、私にとって非常に良い経験となりました。

当初は、利用する方の邪魔にならないには、どう関われば良いのか。そればかりを考えていました。けれども、次第に私自身がこの場に行き、利用する方と会話をし、過ごすことがとても楽しみになり、フリースクールを利用する皆がそんな気持ちで、この場を今より更に居心地の良い場として過ごせるようにしていくのが、私の役目だと気が付きました。それからは、会話でも絶対に相手にとって、プラスになる話題や言葉を使うよう心掛けてきました。

フリースクールに来る方は、一人ひとり素晴らしい輝きを持っています。それは、きっとお互いの存在を認め合うことが出来ているからだと思います。

私に何が出来たかは形としては分かりませんが、私はここでボランティアをさせて頂けたことに感謝しております。

学生ボランティア  
M. K



# おいちゃんのぼやき

Part 17

1996年に「フリースクール下関」を開設してから、20年が過ぎた。2007年に法人化し、「不登校・ひきこもり支援センターNPO法人Nest」に改名してからの時間も併せての年月であるが、気持ちは「もう20年」なのか、「まだ20年」なのか、この感覚の収束が難しい。「途中」、「途上」、「過渡期」が最も落ち着くかなあ。というのも、活動開始からというもの、初対面時のこどもたちや青年たちの生気のない絶望的、あるいは僕に対する懐疑的な表情が、今も変わっていないからだ。

彼らの苦しみの多くを自己否定感が占めている。自尊心や自己評価が極めて低いため、自己の将来像を描けない不安やいじめ等によるトラウマにより、さらに否定的な自己像を強固にする。そして、学校に行っていないことや働いていないこと等を「普通ではない状態」として捉え、それから立ち上がれない自身をさらに情けないダメ人間（彼らはよく口にする）として追い詰めている。

この20年余で、どう変わったのか。不登校に関しては、対応策として、学校はあまり無理な登校刺激を与えないようになり、家庭も同様の傾向にある。かつての叱咤激励の頑張り型に比べて、柔和な対応が成されるようになって来た。これは歓迎されることではあるが、ただ、彼らの事情や心情の理解に立った関わりには距離があり、対応上の理解という感触は拭えない。今だに初対面の子の多くが前述のように自分を責め、将来に絶望的、他者に懐疑的であり、大きな変化はあまり感じられないからだ。ひきこもり状態の青年たちに関しては、さらに理解には程遠く、苦しみには殆んど変化がない。20年前と現在とで共通していることは、彼らの多くが、事情に耳を傾けてもらえず、気持ちをわかってもらえないところである。かつてから彼らが求めていることであり、こちらも訴え続けて来たことであるが。

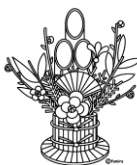
ただ、国の施策的には不登校に関しては、昨年12月に教育機会確保法が国会で成立した。「教育支援シート」の作成に関して憂慮する声もあり、今後見直しも含めて運用の動向を見守って行く必要があるが、こどもたちに「休養」や「学習の機会」の必要性が盛り込まれ、人権的な観点での教育を受ける権利がようやく広く認知されるようになったこと等は、前進として受けとめられる内容である。また、民間のフリースクールの活用に関して触れられており、公的に必要な支援を行うことの文言が入り、一步進んだ内容になった。その支援は自治体の判断に任せられているが、Nestはこれまでも学校との積極的な連携体制作り等をし、その有効性も認知されていると自負している。こどもにまつわる問題も多様化し、経済的な困窮家庭の増加に対処すべく利用料の負担軽減のための積極的な支援策として、大きく期待している。社会的ひきこもりの青年たちに対しての施策も練られてはいるが、休養の必要性の認知自体が社会的に極めて薄い。まだまだである。

不登校やひきこもりを好きでしているわけではない。みんなが事情があつてのこと。引け目を感じることはない。しっかりと休養し、まずは自分らしさを確保してほしいと思っている。Nestの目標の一つでもある。

2017年 1月 石川 章

## <編集後記>

この冬は封印していた炬燵を、引っ張り出してしまい、テレビの守りで年末年始が過ぎ去りました。やはりコタツはいいですね。日本の風物詩、冬の季語です。冬の季語と言えば、マスクがありますが、最近では環境の変化に伴い、一年中マスクを使う羽目になり、他にも家の中で遊ぶことがほとんどで、凧揚げ、独楽、羽根つき等も、季語ならず死語になりつつあって、淋しいかぎりです。せめて、炬燵でみかんは死守したいものです。 T.F



## Nest通信 Vol. 16

編集・発行/NPO法人Nest

〒751-0832 下関市生野町2-27-7

TEL/FAX 083-255-1026

事務局携帯 090-4107-4915

<E-mail>nest-free@polka.ocn.ne.jp

<URL><http://www.nest-fs.sakura.ne.jp/>



