

## なりたい自分のイメージを

私は小学5年生から高校1年生まで不登校で、現在理学療法士の専門学校へ通っているものです。僕が最初に不登校になった原因は、教室内でクラスメイトにからかわれ、教室の外では、また別の生徒にからかわれていたことで、段々と校内での安心できる場所がなくなっていきました。その同時期に自分の家でもトラブルが起こり、家でも安心できる状態ではなくなっていました。昼は学校で、夜は家でも心が休まることなく、この状態が続いた少し後に自分は体調を崩してしまいました。この時学校を1週間ほど休んだ時の誰もいない家が最も安心できる場所だと気づいてしまい、そこから学校へ行くことがなくなりました。うちの中学は、ほとんどの生徒が小学校からの繰り上がりなので、自分は中学に進学しても学校へ行けることはありませんでした。

小学校の間、酷いときはご飯を食べられなかった時もありましたが、毎日コツと自分のやれる範囲で回復のためにやれることを頑張り、学校へは行けないものの、日常生活を暮らせるくらいには回復しました。そして中学に上がってからは、家庭環境が良くなっていき、毎日行けませんでしたがいイベントには多少

参加することができました。今思えばこれが一つの成功体験になり、ここから回復に向かつていったと思います。

中学3年生の時、夕方学校へ行き、先生と進路のことを話していました。その時に先生から定時制高校や通信制高校があることを教えてもらい、自分は今の状態で毎日学校へ通うことは無理だと思い、通信制高校へ通うことを決めました。最初は通信制の高校に対する偏見や将来のことを考えて不安でした。井上さん、担任の先生と何度も話し合って不安がなくなつたとは言いい切れませんが、少し不安が和らいだので通信制高校の見学へ行きました。そして、入学したら頑張つて登校すると心に決めて高校へ入学しました。

しかし、そんなことはなく、この入学の時期とコロナの流行がかぶり、入学式から9月まで学校が休校となり、学校へ行くこと決め込んだ気持ちはここで途切れてしまい、9月から学校は始まりましたが、自分に行けませんでした。自分はこのままでは学校へ行けないと思い、中学生の時からお世話になっていた、サポーターネットゆっかに相談をしました。そこで確認したのは、自分にとって通信制高校は卒業資格を取りに行く場ではなく、次の専門教育の場へ通うための練習の場ということでした。

このまま登校できない状態で高校を卒業するより、練習の場として可能性の

ある方を選び、サポートネットゆっかが提携している通信制高校へ転校することにしました。転校してからは6年ぶりに登校することができ、教室で授業も受けることができました。なぜいきなり学校へ行けたか自分でもよくわかりませんが、2回も親に入学金を支払ってもらったので、「もうあとはないぞ」と自分で感じていたからだと思います。

ここから自分に自信が付き、徐々にやれることが増え始め、一人で様々なことができるようになりました。今までは一人で外出も、一人で電車に乗ることもできませんでしたが、友達と遠出の旅を現地集合で約束し、それを目標に外出の練習を重ね、一人で外出することができるようになりました。その後も自立に向けて様々なことにチャレンジしていき、やれることを増やしていきました。

そして勉強も頑張り、もともと体のことに興味があったため、理学療法士の専門学校へ進学しました。高校時代に登校日数は少なかったものの、ゆっかむや若者支援センターのグループワークを利用し、できるだけ毎日家を出る練習をしていたので、今の学校では、普通に毎日登校して勉強することができています。

最後になりますが、様々なことで悩み学校へ行けていない中学生の方々は、進学先を自分で考え、自分の目で見定めてもらいたいと思います。過去の苦しい思い出を忘れることはできませんが、将来の夢や目標、なりたい自分のイメージを

持っていると、何とか頑張れます。目標をもって頑張れたら自分に自信がつき、苦しい思い出に囚われることなく、楽しい人生を生きることができると思います。今頑張ることで、皆さんのこれからの生活が楽しく過ごせるようになることを祈っています。