

不登校という選択肢

高崎市立榛名中学校

三年 鈴木 瑚都

みなさんは、不登校についてどう思いますか。学校を休んでいてよくない、ずる休みだと思っている人が多いのではないだろうか。私も以前はそう思っていました。「学校来なくてもいいのずるいなあ」って。しかし、不登校は本当にずる休みなのでしょうか。

中学二年生の後半、私は不登校になりました。二年生の新学期、クラス替えて仲が良い友達とまた一緒にクラスになることができて、私はとても喜びました。

しかし、時間がたつにつれてその友達は、クラスの中で私より仲が良い友達ができて、私と一緒に過ごす時間越来越少なくなってきました。その二人といっても私の知らない話ばかり。私は、クラスの中でその子しか友達がいないかったため、他のグループに入れず自然とクラ

スの中で孤立してしまいました。

毎日学校で一人。そんな日々が続いていた頃、部活動のバレー部では、キャプテンが選抜の練習に行くことが多くなり、副キャプテンを務めている私が代理をすることになりました。キャプテンとしてチームをまとめなきゃいけない、そんなプレッシャーに押しつぶされそうになっていました。チームでは一番怒られ、泣きながら練習試合をすることもありました。よく眠れず、いつの間にか朝になっていて、起きるとだるい、身体が重い、学校に行くのが辛い、楽しかった部活に行きたくない、と思うようになっていました。頑張つて学校に行っても一人だし、部活に行っても怒られるだけなのに、行く意味があるのだろうか、そう思うようになってしまいました。

そして私は、気がつけば学校を休むようになっていました。学校を休んでいても、親から、兄弟から、いここから「学校に行け」友達からも「学校に来て」と言われ、心は休まらず、癪癪を起こしたり、夜眠れずに朝を迎えたりすることが続きました。「朝が来なければ

ばいいのに、消えたい、死にたい」、そう思ったこともありました。誰にも相談できず、悩みを抱え込んでしまい、私は不登校になりました。

ですが、学校を休むことは、マイナスなことばかりではありませんでした。家族が仕事や学校に行っている間、一人になれて心と体をゆっくり休めることができました。また、ゆとりが出てくると家の手伝いもしました。食器洗いや部屋の掃除などで家族の役に立つことができ、自分だって迷惑をかけるだけではなく、誰かの役に立てるのだと思うようになりました。

私は今学校に行っています。最初は、「受験があるから行こう」、そう思い、学校に行き始めました。実際に学校に通ってみると、とても楽しいです。クラスの中に自分に話しかけてくれる友達ができ、一人になることがなくなりました。学校を休んでいるときに、電話をくれて相談に乗ってくれようとした担任の先生、私が過ごしやすいようにクラスのことを考えてくれた学年の先生、気晴らしに色々ところに連れて行ってくれた家族、不登校だった自分に今も変わりなく接し

てくれている友達に感謝しています。

私は自分が実際に経験して、不登校はずる休みじゃないと思うようになりました。「不登校を甘やかすな」そんな言葉を聞いたことがあります。誰にだって休みたいときはあります。休んだっていい。逃げることで一つ一つの選択肢であり、時には必要です。私は休んだことによって、狭かった視野が広がり、誰が本当に私を大切にしているのか、分かった気がします。

一度休んでしまうと、学校はとても行きづらいです。だからこそ私は、勇気を出して学校に来た不登校の子が、また安心して来られるように、気まづい雰囲気ではなく、優しく話しかけたり、休み時間でも一緒にいられたりする温かいクラスを作っていきたいです。