



たいけんかつどう とお つちか 体験活動を通して 培われるもの

ふとうこう こ たいけんかつどう たん まな ば
不登校の子どもたちにとって、体験活動は単なる「学び」の場ではなく、「自分を再発見」、
しゃかい せってん しゅうふく
社会との接点を修復するプロセスです。

1 「できた」という実感が自己肯定感を再建する

がっこうせいかつ こ ちやくめん じしん うしな こ せいかい
学校生活では「できないこと」に直面し、自信を失っている子どもたちにとって、正解のない
たいけんかつどう しげき ちやくめん せいこうたいけん ほうこ
体験活動(自然体験、創作、調理など)は、小さな成功体験の宝庫です。

2 五感への刺激が「心のエネルギー」を回復させる

じしつ へいさいてき かんきょう こ そと せかい ひかり かぜ おと てざわ ごかん
自室などの閉鎖的な環境にいた子どもにとって、外の世界の光、風、音、手触りといった五感
ちやくせん せってん しげき こころ からだ かつせい
への直接的な刺激は、心も身体も活性化させます。

3 「役割」を通じて社会とのつながりを感じる

しゅうだんせいかつ なか やくわり どうぐ はこ ちょうり じぶん かわ
集団生活の中でのちょっとした役割(道具を運ぶ、調理で自分のできることする(皮をむく、
しょっき あら たしや ひつよう けいけん う
食器を洗う))などは、他者から必要とされる経験を生みます。

ふとうこう こ たいけんかつどう ちしき え いじょう じぶん ちから
つまり、不登校の子どもたちにとっての体験活動とは、知識を得ること以上に「自分には力があり、
せかい こわ し さいだい か ち
世界はそれほど怖くない」と知ることによって、最大の価値があります。

ふとうこう はいけい じょうきょう きゅうそく ひつよう じき うご だ さいてき
不登校の背景や状況(休息が必要な時期なのか、動き出せる時期なのか)によって、最適な
たいけん きょうど こと いっぱふ だ ひにちじょう せいこうたいけん ひじょう
体験の強度は異なりますが、一歩踏み出すきっかけとして、こうした「非日常の成功体験」は非常に
ゆうこう かんてん たいけんかつどう たいせつ
有効なのです。そのような観点からほっとステーションでは体験活動を大切にしています。



ぎょうざの皮つつみ



たこ焼きづくり



ベンチのペンキ塗り

「自分の再発見」とは・・・

不登校という状況にある子どもたちにとっての「自分の再発見」とは、ひとことで言えば「『学校に行けない自分＝価値がない人間』という思い込みをはがし、本来の自分と出会い直すこと」です。具体的には、以下の3つの変化を指します。

「役割」や「評価」からの解放

学校という枠組みの中にいると、子どもはどうしても「成績がよい」「運動ができる」「よく発表する」といった他者からの評価で自分を定義してしまいがちです。不登校になるとその評価軸を失い「自分は空っぽだ」と感じてしまうことがあります。評価を離れた場所で「自分はこれが好きだ」「これはおもしろいと感じる」というだれにも邪魔されない純粋な主観を取り戻すことです。

「Bing (存在)」の肯定

不登校の子どもたちの多くは「何かができる自分(Doing)」しか認めることができず、苦しんでいます。たとえ何もしなくても、学校に行けなくても「自分という存在そのものに価値がある」という感覚(自己存在感)に気づくプロセスです。「自分はここにいていいんだ」という安心感とともに、自分の輪郭をもう一度描きなおすことです。

潜在的な強みや特性の自覚

学校の画一的なルールの中では「欠点」とみなされていたことが、環境を変えることで「強み」に変わることがあります。例えば「集団が苦手」という特性が、「一人の時間を大切にし、深い洞察ができる」という力であると気づいたり、特定の分野への強いこだわりが「専門性」の芽であると認識したりすることです。

この「再発見」は、前述のような体験活動を通じて、「心が動く瞬間」や「無心になれる時間」を積み重ねることで、少しずつ少しずつ「これが自分なのだ」という感覚が戻ってきます。

東井義雄先生の言葉、「根を養えば、樹は自ら育つ」という考え方と同じで、表面的な登校再開を急ぐのではなく、まずは子どもの内側にある「自分という根っこ」を、体験を通じて豊かにしていくことが、真の意味での自立につながると考えます。

そして、子どもが「自分を再発見し、安心感を持って一歩を踏み出すためには、大人が「評価者」ではなく「伴走者(安全基地)」であることが不可欠です。

施設見学や教育相談を受付けています。

※前日までに予約してください。

電話 079-661-9019

ククナの5月の予定

21日(木) クッキング

27日(水) スタッフ会議

※27日は14時30分までに迎えをお願いします