

## 「がんばる方法」より「逃げる方法」を教える

ひと昔前までは、「気合が足りない」「根性が足りない」などの精神論が当たり前に行われていました。がんばること自体は大切なことではありますが、心配するのは、大人が子供たちに対して、**「懸命にがんばる精神論」だけを伝えて、「懸命に逃げる方法論」を教えていないのではないか**ということなのです。

例えば、家庭や学校で、大人から何度も怒鳴られたり、毎日のように叩かれたり、客観的に見れば明らかな虐待を受けている子がいたとして、その子が逃げる方法を知らなかったとしたら、どうなるでしょう？逃げる方法を知らなければ、**「我慢する」「耐える」「ひとりで抱える」といった孤独な対処**をするほかありません。

子供たちをこんな状況に追いやらないためにも、「つらいときは逃げてもいいんだ」と自分を許し、「つらいときに逃げる方法はあるんだ」と自分を守る方法を大人が伝える必要があります。具体的な方法のひ

とつとして、**「逃げる方法を子供と一緒に前もって考えておく」**というものがあります。専門家につながる相談窓口の連絡先をメモして持ってもらい、相談する人（スクールカウンセラーなど）を決めておいて相

談先の人にも事情を説明しておくなど、方法はさまざまあります。

支援者が子供と一緒に逃げる方法を考える場合のポイントは、**「その子が“ひとりでも逃げるができる方法”を、できるだけ多く決めておくこと」**です。どんな状況であっても、子供が自分の安全を守るために「自ら」必要な行動を取れることが大切です。

心が壊れるほどの懸命ながんばりは、その子の未来を壊すリスクを秘めています。だからこそ、「懸命にがんばる精神論」と同じくらい、まずは「懸命に逃げる方法論」を子供たちには知ってもらいたいのです。心が壊れてからでは遅いのです。

参考資料：こと著「子どもの傷つきやすいところの守りかた」

