

登校に前向きになれない子どもとの向き合い方 ー 自立・進学・登校のための関係づくり

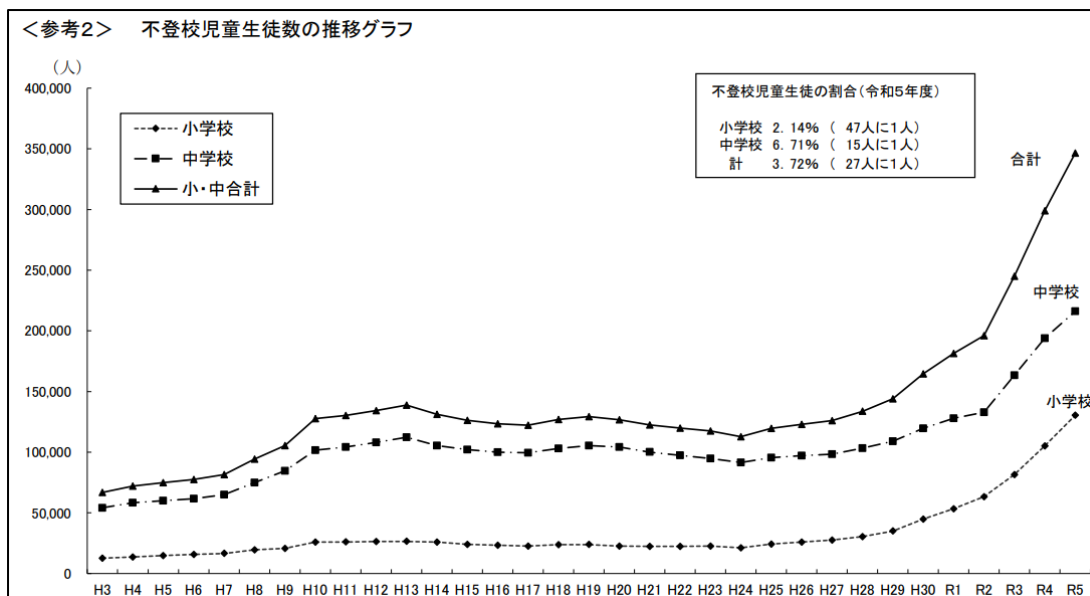
講師 獨協医科大学特任教授 東 宏行

1：向き合い方の基本的な考え方

1) 「不登校」の意味が変化しているーコロナ禍後の急激な増加

2023年度は、不登校児童生徒数・出現率が11年連続増加（小・中）

- ・ 約34万6千人（←2022：約29.9万人 ←2021：約24万5千人 ←2020：約19.6万人）
- ・ 3年間で15万人増加（小・中）
- ・ 高等学校も約6万9千人で、3年間連続増加（過去最高）



「令和5年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果について」2024年10月31日文科省

2) 押したり引いたりしながら、一歩踏み出そうとする経験をつくる

- ① 不登校児童への支援は 自立への支援（長い目で見る）
 - ・ 義務教育段階での困難に向き合う経験の意味
 - ・ 不登校の経験を将来の自立のための経験にする
- ② 促すことと待つことの バランス
 - ・ 押したり引いたり・・・そのバランスが難しいけれど大切（迷ったら両方を試す）

3) 原因・背景は多様で、ひとつに限定できない

- ① 原因・背景の見方
 - ・ 原因はひとつではないことが多い
 - ・ 原因・理由は変化することがある
- ② SNS・スマホの普及によって人間関係・友達関係が変化している
 - どんな時間帯でも常に友達関係があり、気にする
- ③ 休んでいても満足できそうなことが沢山ある（動画 ネットゲーム・・・）
- ④ コロナ禍後の空気（無理しなくていいんだ、休んでもいい）を語る若者もいる
- ⑤ 家庭環境の変化
 - ・ コロナ禍後の家族関係の変化（保護者と子どもの時間が長かった時期の経験）
 - ・ 登校を促しにくくなった環境（「何故学校に行かなければならないのか」の説明が難しい）

4) 「関係」で考えるー2者関係だけで考えない

- ⇒ 周囲の関係変化が本人の気持ちを変えることがある (ex. 両親の関係が変わると)
- ⇒ 関係が変化する状況 (非日常体験) で変化することがある (ex. 夏休みの冒険)
- ⇒ 親子関係の間に第三者が入ることで変化することがある (ex. カウンセラーや相談員・相談機関)

5) 近年、相談が多いと感じる原因・背景について

① 病院を利用するかどうか迷うー医療 (心身症) との境界線

- ・ 起立性調節障害 (中高生約 10%)、過敏性腸症候群 (中高生 1.2%~8.0%) 等との向き合い方
- ・ 緊張感や気持ちがない。怠惰なだけ、甘えているだけに見えてしまうが・・・
 - ⇒ 本人の訴え、違和感を含めた話を聴く (話せる環境をつくる。第三者に相談も検討)
 - ⇒ 医療機関を活用する
- ・ 重いー軽いにもよるが、治癒してからよりも上手に**症状と付き合う・並走する**
 - ⇒ 食事、起床時刻、登校時刻等の工夫
 - ⇒ 特別扱いするよりも、ありのままで接する

② 親・家から離れられない (分離不安)

- ・ 小学校低学年に多いが、近年は中学生以上でも
 - ⇒ **【子どもの親離れ】** 少しずつ行動を促す (スモールステップ)。 (×拒絶、叱責、無視)
 - ⇒ **【親の子離れ】** 子どもを信じて、親から分離することも試してみる

③ コミュニケーションが苦手

- ・ 多様な人と関わる機会が減り、非対面のコミュニケーションが増加
 - ⇒ 多様な経験、対人スキルを身につける機会を大切にする
 - ⇒ 対面で対応する場面 (買い物、受け取り、**あいさつ**) をつくる

2 : 子どもの心情に寄り添う

1) 登校に前向きになれない子どもたちが気にしていること

① 不登校初期の子どもの多くは「**学校には行かなくちゃ、行けるのなら行きたい**」と思っている

- ⇒ 不必要な質問をひかえる (不必要に気持ちを聞かない)
- ⇒ 原因をしつこく聞かない

② 周囲の反応に敏感になり、期待に応えられない自分に**自己肯定感**を持てない →自分がどう見られているかを過度に気にしてしまう。

- ⇒ 不登校初期は、可能であれば連続で休まないようにする
- ⇒ あなたのせいで・・・ (周囲に迷惑をかけている) というメッセージはさける

- ③ 答えや返事を求めるかわりに戸惑いや怖さを感じる人が多い

⇒ 刺激（促しや提案）の後、

しばらく待つ（返事・答えはすぐに求めない）

- （１）本人が決めること・ものをつくる
- （２）本人が答えを考える時間をつくる
- （３）出した結論より考えた時間に意味がある

３：主に不登校初期の場合のかかわり方のコツ

１）ギアチェンジの目安

- ① ３～４日目まで 励まし継続

- ② １～２週目まで 励ましを控える判断／刺激や励ましは、短期・短発・放課後登校等具体的に

- ③ １～２ヶ月目頃まで 長期対応の見極め／間を置いて、タイミングを見ながらの励まし

２）登校の励ましや促しを＜する－しない＞の見極め方

- 身体症状
- 代替案を試す（保健室登校・放課後登校等）／手助けの提案
→ 反応を見て判断する

３）初期に配慮が必要なかわり方（言わない方がよい・やらない方がよい事が多い）

- （１） 分かりきっていること・・・は話してもほとんど効果がない
 - ・ 登校したほうがいいよ / みんなが心配しているよ / がんばろうね
 - 分かってくれないと感じてしまい、話せなくなることがある
- （２） 不登校だと不利（将来困ることになる、勉強が遅れる、卒業できない）
 - ・ プレッシャーになるだけのことが多い（・・・中３等、学年によっては工夫が必要な場合もあるが）
 - ・ かえって動けなくなる
 - ・ 指導熱心だと、将来の話題にしがち
 - ・ 中３～高校では、現実と直面させる時を工夫する
- （３） 自己肯定感・自尊感情を低下させるかわり（○○を克服しよう）
自信を失わせるかわりは×
 - ・ 弱いところを克服しよう、負けるな
 - ・ 本人の短所や過去の失敗

４：主に長期不登校の場合のかかわり方のコツ

待ち方・見守り方を工夫する－「刺激をひかえる＝何もしない」ではない

１）「待ちましょう」「見守りましょう」の誤解

待つということは

待機する（促しや刺激の時を待つ）

ということ

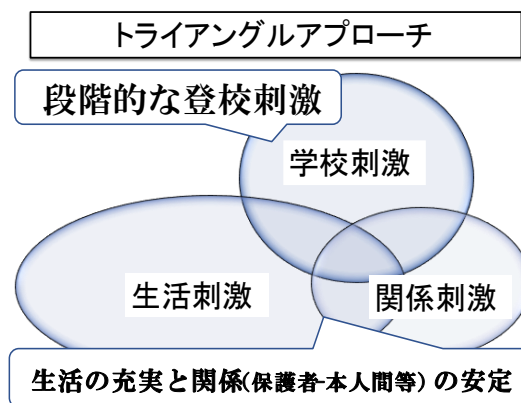
2) 待つ間に必要な具体的支援の形

1. 生活を刺激する

- ◎ 自己肯定力をつける
- 段取り力をつける
- 模倣力をつける
- 集中力をつける

・自信 > 学力
・良心（誰かの役に立つ経験）

- ◆ お手伝い：貢献したことを評価される
- ◆ 料理：模倣→段取り→家族内の役割



2. 関係を刺激する

- ◎ あいさつ
- 趣味（間接関係）
- 家族の中の媒介をつくる
- 外出の機会をつくる
 - a) 人が少ない場所：外食、家族旅行、自然散策
 - b) 人が多い場所：スポーツ観戦・音楽鑑賞・映画
- ペットや植物栽培

3. 段階的に学校刺激から登校刺激へ

I. 学校無刺激・・・休息期／生徒でない私になってみる時期



待ち方を工夫する ― 学校以外の刺激を豊かに

II. 学校関心間接刺激・・・学校の様子をさりげなく知れる環境づくり

III. 学校関心直接刺激・・・関係づくりの時期／学校の関係者（友人・教師）との接触



居場所づくり（家の外に、定期的に外出できる場所をつくる）
：中間施設（適応指導教室・教育支援センター、フリースペース）

IV. 登校準備刺激・・・保健室登校、放課後登校、適応指導教室等への通室刺激

V. 学校刺激・・・学校情報提供期（行事日程、テストの日程等を知らせる）

VI. 登校刺激・・・登校誘導期（具体的日時や場所）

5：進路・生き方を意識したかかわり方ー中学3年生を軸に考える

1) 義務教育後（中学卒業後）を考えて支援する～特に中学3年生から必要になる支援

- ・ 民法上18歳で大人（成年）になるまでの生き方、という区切りで考える
- ・ 高校進学には入学者選抜がある。・・・が選抜方法も多様化が進んでいる
- ・ 高校に進学しない多様な生き方（高卒認定試験、就職）もある
- ・ 高校も多様化が進んでいる（学びの多様化学校、通信制高校、定時制高校等の改革が進む）

2) 進路選択時のかかわり方ー中学3年生の気持ちを理解しながらかわる

(1) 時期によって少しずつ揺れ動く気持ち（典型例）

5月～6月期の特徴： ゴールデンウィーク後にはじまる様々な兆候

7月～9月期の特徴： 逃げたい気持ちと少しのあせり

10月～12月期の特徴： 提案に乗りたい気持ちも芽生えるが・・・

1月～3月期の特徴： あせり・あきらめ・助けを待つ or 登校準備

(2) 進路支援の実際－４つのコツ

① 情報を提案する方法とタイミング

5月～	6月～8月～10月～12月	8月～12月～1月～2月
保護者の情報収集	本人がさりげなく知れる方法	見学と説明会参加（はっきりとした提案）
ここがポイント ⇒ 「文化祭」等の日常の様子を見に行く		
「進学のため」というプレッシャーが弱くなる > 説明会・相談会		
日常の学校の様子が分かる（パンフレットでは分からないこと）		
生徒の様子を直接感じる経験		

② 学校と親（と相談機関）の連携

- ・ 外部の居場所、相談機関との連携も可
 - ・ 親は本人の味方・相談相手
- ここがポイント ⇒ 進路調査という方法
学校からの調査に、本人が解答する場面をつくる
親は橋渡し役 or 本人の相談相手
本人が○をつけるだけでも実感が伴う

③ 中学卒業にけじめをつける

- ・ 次のステップへ進みやすくする
 - ・ 卒業式への参加方法の工夫
 - ・ 学校復帰よりも4月からの目途
- ここがポイント ⇒ 「登校準備期」をつくる
進学先に登校するきっかけづくり（卒業式へのかかわりが助走期になる）
卒業式⇒入学式への流れをつくる
入学前に登校練習を試してみる

④ 継続可能な進路を選ぶ

- ・ 無理なく通える（距離）
- ・ 登校習慣をつくりやすい（登校日数）
- ・ 肯定感を持てる（本人の満足度）
- ・ 無理だったら転編入もあり（高等学校～高等教育の多様化が進んでいる）

6：まとめ－不登校児童生徒への支援で大切なこと

1) 忘れやすいけれど、最も大切な考え方

⇒ 現状維持（二次的問題の予防）

2) 子どもへのかかわり方で最も大切なことは？

⇒ さりげないかかわり（≡ しつこくないかかわり）

事例

考えていることは、ことばにしなくても伝わることもある

3) 上手な支援とは

