

# 学校復帰支援 ガイドライン

## ～一人一人に届く支援～

人とのつながりが希薄な現代において、不登校はどの子にも起こり得るものとして捉えることが重要です。不登校の兆候が見られた時には、迅速に対応したいものです。欠席1日目からの不登校はありません。短期間で学校復帰させられるか、本格的な不登校になってしまうかは、最初の関わりに大きく左右されます。

また、不登校になってしまっている子も、現在の状況を見極めて、段階に合わせた適切な支援策を講じる必要があります。

本資料では、不登校支援に関する基本的な手立てをまとめました。不登校の子どもの様子は一人一人違いますが、支援のヒントとして役立てていただければ幸いです。

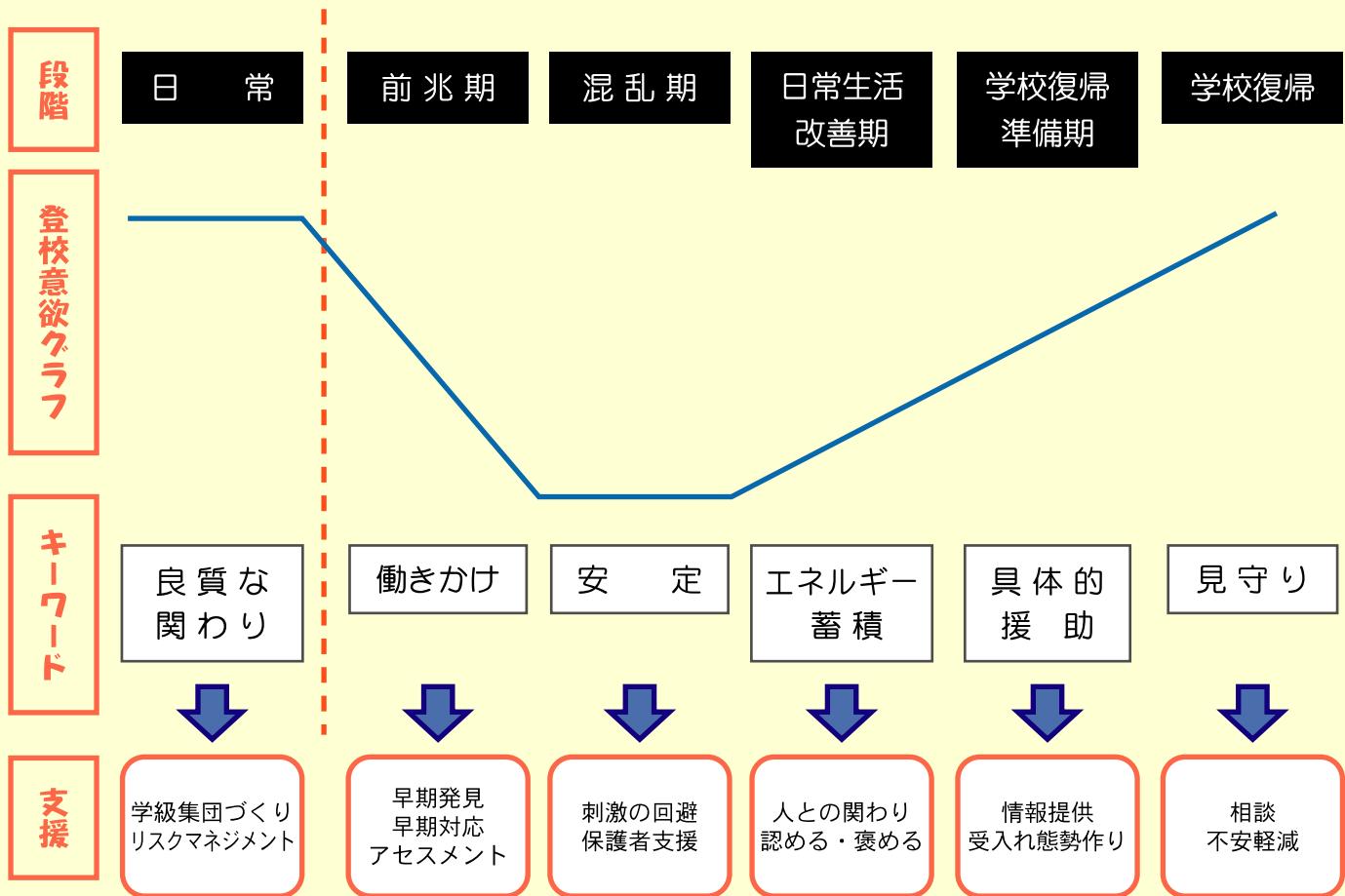


兵庫県立但馬やまびこの郷

# 不登校の状況に応じた支援を

## ～本資料における基本的な考え方～

不登校は、適切な支援の手が差し伸べられると、次のような時間的経過により回復の道筋をたどる一般的には言われています。本資料では、時間的経過によって子どもの状態は変化するものであり、段階的な対応が重要であるという考え方を前提にしています。



不登校の兆候が見られない日常段階も含めて、6段階に分けて考えています。子どもの状態は様々で必ずしもこの段階に当てはまらない児童生徒もありますし、各段階の時間的な長短も個人によって違います。ただ、支援が適切であるかどうかを判断する目安として大切な視点だと考えます。

# 0 日常

人とのつながりが希薄な現代社会においては、「不登校はどの子にも起こり得る」と考えることが重要です。人との関わりが希薄なことが不登校の大きな要因であるならば、不登校の未然防止策として子ども同士の良質なコミュニケーションを提供することが、学校に求められている社会的なニーズです。

コミュニケーションスキルが必要なのは、不登校の兆候が見られる子だけではありません。周囲の子どもたちの力を伸ばすことも不登校の未然防止の視点として大変重要なことになります。コミュニケーションあふれる学級集団づくりを心がけたいものです。

また、日常生活に不登校の危険因子が多くある児童生徒のリスクマネジメントも重要です。教師が少し気にかけているだけでも大きく違います。打つ手がないと悲観するのではなく、危険因子の中でも「改善の見込まれる項目」にスポットを当てて関わりたいものです。

## コミュニケーションあふれる学級集団づくり

### 授業

協同学習やアクティブラーニング(※1)など、子ども同士が一つの目標に向かってお互いに高め合えるような場面を設定

### 学級活動

ソーシャルスキルトレーニング(※2)やグループエンカウンター(※3)等の手法を用いて、学級集団のルールの定着とふれあいのある関係をつくる場面の設定

### 学校行事

異学年交流やピアサポート活動によって、自己有用感を感じるような場面を設定

## リスクマネジメント

日常生活で、不登校の危険因子になるようなものが潜んでいないかをチェックし、的確な状況把握のもと、危険因子が増大しないように積極的な関わりを持っておくことが未然防止につながります。

- ① 学業不振
- ② 不安
- ③ 感情コントロールの難しさ
- ④ コミュニケーションスキルの乏しさ
- ⑤ 体力の無さ
- ⑥ 家庭環境の変化
- ⑦ 不安定な親子関係
- ⑧ いじめ被害や虐待の経験がある

- ・的確な状況把握
  - ・積極的な声かけによる児童生徒との関係づくり
  - ・気軽に連絡できる保護者との関係づくり
- (※日頃の関係づくりが本当に必要な時には生きてきます)

※1 伝統的な教員による一方的な講義形式の教育とは異なり、学習者の能動的な学習への参加を取り入れた教授・学習法の総称

※2 対人関係において必要な社会的技能をトレーニングにより育てる方法

※3 グループ体験を通しながら自己理解と他者理解を促し、人間関係づくりや相互理解、協力して問題解決する力などを育成する方法

# I 前兆期



不登校になるときは、心の中で少しづつ「学校に行きたくない」気持ちが進行していきます。子どもたちが無意識に発しているサインを日々の観察により、見逃さないようにすることが大切です。

また、小さなサインをキャッチしたら教職員で情報を共有し、アセスメントを行い、早期に対応することが求められます。この時期の丁寧な対応によって短期間で復帰につながる例もあります。具体的な対応については、次ページからの「欠席日数と具体的な動き」と「家庭訪問のポイント」を参考にして下さい。

## 状態像（兆候）

- ① 遅刻、早退が多い
- ② 理由があいまいな欠席がある
- ③ 体調不良を訴えることが多い
- ④ 一人でいることが多い
- ⑤ 表情が暗い
- ⑥ 食欲が減る
- ⑦ 保護者への甘え、わがままが増える
- ⑧ 疲労感、無気力感の増加
- ⑨ 小さな失敗を必要以上に気にする
- ⑩ 学校や教師の批判が増える

## 具体的な関わり

- ① 個別相談等で不安に寄り添う
- ② 積極的に関わりをもち、孤立させない
- ③ 教師は味方であることを伝える
- ④ 情報収集に努め、状況を正確に把握する
- ⑤ 変わり得ることに関して助言をする
- ⑥ 保護者との関係を築く

### やまびこの郷での事例

- ・どんなことに関してでも「面倒くさい」と言う子に対して、その子の気持ちを推測し「さみしい」「わからない」「悲しい」などの感情を表す言葉に置き換えた。母親にも同じ取組を家庭内で継続していただき、保護者同伴でなら自分の思いを担任に伝えられるようになった。（中1女子）
- ・コミュニケーションスキルの未熟さから度々対人関係の苛立ちが爆発してしまう子に、苛立ちの尺度を設定し、爆発する前にその場を離れ、クールダウンするようにアドバイスした。学校にも協力を求め、一人になる部屋を準備してもらったことで、自分で感情を調整できるようになってきた。（中2男子）



# 欠席日数と具体的な動き（A中学校の例）

	働きかけ	校内組織	関係機関
欠席1日目	<ul style="list-style-type: none"> <li>電話連絡で欠席理由を確認する (状況に応じて家庭訪問)</li> <li>机、下駄箱、ロッカー等の様子を確認する</li> </ul>	本人と接触のある教師から最近の様子を聞く	
連續欠席2日目	<ul style="list-style-type: none"> <li>家庭訪問して表情を観察する (表面的な症状の背景に友だち関係や学業面の不安がないかを探る)</li> </ul>	状況を学年主任に報告する(予想される要因も含めて)	
連續欠席3日目	<ul style="list-style-type: none"> <li>クラスの生徒から最近の様子を聞く</li> <li>家庭訪問してつながりを持ち安心感を与える。また、家庭での様子や不安要素を聞く</li> </ul>	対策会議を開催する (見立て、対応等を話し合う)	
連續欠席4日目 ～7日目	<ul style="list-style-type: none"> <li>きっかけの学校要因が特定できる場合は、具体的な対応を検討する。友人関係の場合は関連の生徒に話を聞き指導する</li> <li>学校としての支援方針を保護者に伝え、保護者と今後の対応について協議する</li> </ul>	SCに相談する 管理職に報告する 対策会議を開催する (状況の確認、支援方針の策定)	
連續欠席8日目 以降	<ul style="list-style-type: none"> <li>クラスの生徒に状況や今後の見通しについて話をする</li> <li>放課後登校、別室登校など段階的な登校について提案する。また、適応指導教室などを紹介する</li> </ul>	全教職員で共通理解する 関係機関との連携の可能性を探る	市町教委に報告 必要に応じて 関係機関に連絡

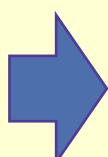
## 欠席1日目の電話連絡で気をつけること

聞く内容、伝える内容

- ① 欠席理由
- ② 家庭での過ごし方
- ③ 体調
- ④ 学校生活で気になることの有無  
(有る場合は具体的な内容を聞く)
- ⑤ 明日の予定、準備物

本人の気持ちに寄り添い、次の日に安心して登校出来るような声かけを心がける

万が一、欠席理由が「不登校」と分かること



- ・原因が分かれば聞く
- ・学校の姿勢を伝え、協力してもらえるという安心感を与える
- ・時間をおいて、再度、子どもの状態を確認し、放課後に家庭訪問をする

(家庭訪問のポイント参照)

※ 本人、保護者の心情に配慮し、「不登校」という言葉の取り扱いには十分に留意する

# 不登校対応としての家庭訪問のポイント

家庭の状況をつかむ上でも、信頼関係を築くためにも、家庭訪問をして保護者（できれば児童生徒）と直接話をすることが大切です。

- 1 事前連絡を入れてから訪問する(約束の時間は必ず守る)
- 2 本人の家庭での様子、変化を正確に把握する
- 3 先生は理解者であり、味方であるということを伝えることで安心感を与える
- 4 説得や強迫は避け、本人のペースに合わせる
- 5 本人の主張に耳を傾け、気持ちを分かろうとする
- 6 本人の得意なことにつきあい、子どもと仲良くなることを大切にする
- 7 保護者との関係を大切にする
  - ・保護者の気持ちを受容・共感し、学校が精一杯支援することを伝える
  - ・原因追及の話はしない
  - ・家庭環境による影響が強いと感じても、すぐには指摘しない
  - ・配布物は抜かりなく渡す
  - ・関係機関の紹介は、学校に見捨てられたような気持ちにならないよう配慮する

家庭は相談室ではなく生活の場であるので、優先すべき日常が存在します。家族の出入りがあり、家族が仕事に従事していたり、対象の子どもにも子どもなりのスケジュールがあります。それらを相談に支障があるものと捉えるのではなく、生活環境を知る材料として捉え、子どもの理解につなげようとする姿勢が大切です。

また、漫然と家庭訪問するのではなく、必ずねらいを持って家庭訪問し、対応してくれた保護者や子どもへの温かい言葉掛けを忘れないように気をつけたいものです。



## II 混乱期

不登校の初期は、登校出来ない要因のため、あるいは登校出来なくなったこと自体のために、子どもも保護者も気持ちが混乱しており、とても辛い時期です。心身の不調を訴え、攻撃的になったり、無気力になったりすることがあります。まずは、しっかりと休養させ、心身ともに安定を図ることが重要です。目標は、「食べること」「寝ること」がしっかりできることです。教師と会えないこともありますが、無理に会おうとはせず、保護者から状況を聞き取ると同時に保護者の不安軽減に努めましょう。

### 状態像

- ① 腹痛・頭痛・発熱などの身体症状がある
- ② 保護者への依存や甘えがみられる
- ③ 食欲・睡眠時間等、生活習慣の乱れがある
- ④ 物や人に当たるなどの攻撃性がある
- ⑤ 感情や行動のコントロールができない
- ⑥ 無気力な状態になる
- ⑦ 不安感や恐怖感が強く、人目を避ける
- ⑧ 学校の話題に激しい拒否感を示す

### 具体的な関わり

- ① つらさに共感する
- ② 心理的な刺激を減らす
- ③ 本人に対して非難・強制をしない
- ④ 学校からの働きかけは本人が嫌がる場合は控え、保護者との連携に努める
- ⑤ ニーズがあれば保護者に相談機関を紹介する

### 保護者へのアドバイス



#### 心身ともにゆっくりさせながら 生活習慣の改善を図りましょう

- (例) • 家族で一緒に食事をする
- 眠りやすい環境を整える
- 洗顔や着替えを促す

※子どもの状態に合わせて、家の中でできることを考えるという視点が大切です

#### やまびこの郷での事例

- ・当所を訪れたものの活動参加への意欲はなく、他の子と一緒に活動するのも難しい状態であったため、スタッフと相談しながら参加する活動を決め、その他の時間は部屋で休むように促した。部屋にスタッフが訪れ、他愛もない会話をする中で自分の気持ちを話しあげ、辛さに共感することで徐々に笑顔が見られるようになった。(中3女子)
- ・事前連絡の段階から不安感が強かったため、4泊5日の宿泊を取りやめ、本人の意思確認をするなかで1泊2日に変更した。1泊2日でも精一杯であったが、それをやり遂げたことが自信につながり、また、人との関わりにも悪い印象を持つことなく過ごせたことで継続利用につなげることが出来た。(中2女子)

### III 日常生活改善期

不登校の中期は、精神的に安定し、生活面の改善が見られます。まだ、登校は難しい時期ですが、他の人の関わりや興味のあることへの体験を通して、次の一步を踏み出すエネルギーを溜めさせることが重要です。

#### 状態像

- ① 生活習慣が安定する
- ② 趣味や遊びに関心を持つ
- ③ 自分の気持ちを言葉で表現するようになり、会話が増える
- ④ きっかけになった出来事を冷静に受け止める
- ⑤ 新聞やテレビのニュースなど社会への関心を持ち始める
- ⑥ 手伝いや家族への気遣いをする
- ⑦ 親しい友人や登校を強要しない教師に会える
- ⑧ 自分の行きたい場所へは外出できる

#### 具体的な関わり

- ① 子どもの言動に期待しすぎず、ゆとりを持って対応する
- ② 子どもの興味に関心を持ち、一緒に活動する
- ③ きっかけになった出来事が語られたときにはじっくり聞く
- ④ わざかなことでも認め、褒める
- ⑤ 今後の見通しと希望を伝える
- ⑥ 人と関わる場面を増やす
- ⑦ 家庭以外の居場所となる支援機関を紹介する



#### 保護者へのアドバイス

##### できることを少しずつ増やしましょう

- (例)
- ・子どもの趣味や遊びに関心を持ち、一緒に活動する
  - ・買い物やレジャーなど、外出の機会を増やす
  - ・地域のイベントに参加する

##### やまびこの郷での事例

- ・「やりたいこと」が見つかずにいた生徒が、やまびこの郷の活動の中で同じ境遇の子たちがスポーツや料理に取り組む姿を見て「楽しそうだなあ」「私も友だちと一緒に活動したい」という感情を確認することができた。製作の時間にスタッフに教えてもらった編み物が趣味になり、入所後の生活に張りが出たことで考え方がポジティブになり、適応指導教室の利用や別室登校につながった。(中3女子)
- ・朝起きられなかった生徒がやまびこの郷での生活では時間通り起床することができた。家庭の協力で同じ時間から犬の散歩をするように家庭内の役割を与えてもらったことが生活リズムの安定につながり別室登校をするようになった。(中2男子)

## IV 学校復帰準備期

不登校の後期は、気持ちに整理がつき、学校復帰に向けた活動ができ始めるようになります。学習のことが気になり始めるなどの変化が見られますが、本人の中ではまだ試行の段階です。否定したり非難したりせず、信頼して見守ることが大切です。

### 状態像

- ① 自分を肯定する言葉が出る
- ② 学校の話を笑顔で聞くことができる
- ③ 学習を始める
- ④ 担任や級友などの学校関係者に会う
- ⑤ 登校や進学に向けての気持ちが出る
- ⑥ 遅れを取り戻そうと少し無理をする
- ⑦ 不登校のことを振り返る

### 具体的な関わり

- ① 本人のすることを信頼して対応する
- ② 進路や学習などの情報を具体的に提供する
- ③ 本人のしたい活動に具体的な援助をする
- ④ 受入れの態勢づくりをする(下記参照)
- ⑤ 不登校の振り返りに寄り添い、本人が受容できるよう援助する

### 受け入れの態勢づくり

- 1 登校をサポートする担当者を決める
  - ・本人の希望と学校の事情を鑑みて、担当者を決める。(養護教諭、不登校担当教員など担任以外でもよい)ただし、初めは緊張感も強いので、関わる人物を限定する方がよい。(他の教職員に会うこともあるので、対応についての共通理解は必須)
- 2 登校する時間や場所に多様性をもたせる
  - ・登下校の時間に融通を利かせ、遅刻・早退を責めない。本人の登校しやすい時間帯や学校で過ごす時間を無理のない範囲で設定する。
  - ・教室に限定せず別室(保健室、カウンセリングルーム)、校門、グラウンド、体育館など多様な登校場所を考える。
- 3 登校の方法を考える
  - ・保護者同伴や保護者送迎による登校、教職員による送迎なども視野に入れる。
  - ・本人の可能な教科のみ出席するなど時間割に融通を利かせる。

### やまびこの郷での事例

- ・入所の度に「学校近辺を散歩する」「校門の所で担任の先生に会う」等、学校復帰へのスマーリステップを提示したことでの本人の精神的な負担が減り、進級を契機に別室登校を始めることが出来た。(中2男子)
- ・学校と協議し、教室復帰をしてからも月に1回はやまびこの郷を利用することにしたことで、入所の時は存分に楽しみ、残りの3週間は毎日登校することができた。入所の度に過去のことよりも今後の生活に目を向けさせることで進路についても前向きに考えることが出来た。(中3男子)
- ・無理な目標を立てては実現せずに落ち込んでいた子に、スタッフと相談しながら出来うることを一つずつクリアしていくように促した。一つ出来れば頑張りを認める事の繰り返しで少しずつ自尊感情が回復し進路に対しても前向きに考えられるようになった。(中3女子)

## V 学校復帰

学校に登校するようになってからも、子どもたちは「親や教師は助けてくれるのか」「クラスメイトは自分のことをどう見ているのだろう」とたくさんの不安を抱えて登校しています。そして精一杯、普通であるように見せようとしています。

決して普通の状態でないことを理解して、様子を見守りつつ声かけをして状況把握と不安軽減に努めましょう。子どもや保護者の努力を十分に認めながら成功体験を積み上げていくことを大切にしたいものです。将来の社会的自立に向け支援を継続することが重要です。



平成27年度  
但馬やまびこの郷サテライト事業

学校復帰支援ガイドライン  
～一人一人に届く支援～

発行日 平成28年3月  
発 行 兵庫県立但馬やまびこの郷  
兵庫県朝来市山東町森字向山 45-101  
TEL 079-676-4724 Fax 079-676-4721

