

## 不登校一子どもと親の心と支援の実際

～初期対応についてのミニ事例演習～

講師：奈良女子大学大学院 伊藤 美奈子 先生

大学卒業してすぐ高校の教師となったが、その頃不登校の生徒がいた。それが心理学の世界に入るきっかけとなった。学生卒業してすぐの頃は、不登校生徒への対応がわからず、たくさんの研修に参加し、教員を続けながら大学院で学ぶことになった。不登校は自分にとって思い入れがあるテーマとなり、現在も親子・先生方と不登校の子どもたちへの対応を考える仕事に携わっている。

今まで自分が出会ってきた子どもたちや保護者から学んだことを、データを交えながらお話ししようと思う。

### 1. 「問題」対応に求められる基本姿勢

#### (1) 不登校は「問題」か

不登校問題に関する調査研究に関する報告委員会のメンバーとなり、親子間の意識調査をするアンケートを実施した。ある保護者から『不登校問題』と言う言葉が重い』という意見が寄せられた。自分の子どもに問題がある、学校に居てはいけない存在だと思ってしまうのだと。

それまで「問題」という言葉を何気なく使っていたが、気をつけなければと思った。問題なのは子どもではなく、不登校という状態である。支援する側の「課題」であり、その子どもが問題児なのではない。嫌な思いをされている保護者の方がたくさんいるであろうことに気づくことができた。以来、誰かを犯人にしたり、否定するだけで終わってしまったりしていないか考え、気をつけて言葉を使うようになった。

#### (2) 「問題」に意味やメッセージを読み取る。

学校で起こっている問題の意味やメッセージを読み取っていききたい。

7、8年前、スクールカウンセラーをしていた頃の中3のA子のエピソードである。相談室登校で週一時間程度話をして帰るスタイルを繰り返していた。ある日のA子との面談中に、教頭先生が「先生、電話です」と、慌てた様子で入ってきた。緊急事態とおぼしき様子。普段から気にかけている課題の多いB子からの電話だった。

目の前のA子をとるか、電話のB子をとるか、瞬間的に大変悩んだ。A子の様子をうかがうと落ち着いていたので、「電話に出てきていいか」と聞くと、「いいよ」と答えた。電話対応のためA子を残し一時退室。ほどなく戻ってくると、A子がカ

ミソリを握りしめリストカットしようとしていた。幸い大事には至らなかったが、学校内で生徒自らが自分を傷つけようとする重大事であった。

事がおさまってから考えた。私への思いをあのような形で表したのだと。A子は「いいよ」とは言ったが、一人になりいろんな思いが渦巻いたのであろう。カミソリを持ったのは、SCである私への訴え（自分を置いていってしまう不安や寂しさ）であったのだと。

幸い、A子は次週もカウンセリングに来てくれ、私なりに推し量った先日のA子の心情について考えを伝えてみた。A子は「そうかも知れません」とうなずいた。スクールカウンセラーとして自分は失敗だった。A子との時間を大切にできなかった。けれど、電話をかけてきたB子にどう対面してやればいいのか。学校は、一人を守りきるということが難しい場所だということを実感した。

リストカット事件の日、A子を一人で帰すには心配で、お母さんに来てもらおうと電話をかけた。母親に状況を説明し、どんな反応をされるだろうかと思ったが、淡々と、「A子はよくそういうことをします。一人で帰してください」と話された。すごくさみしい気持ちになった。他人の私がこんなに動揺しているのに、なぜ？さみしい気持ちや怒りを覚えた。もしかしたら、リストカットには母親への思いも込められていたかも知れない。

A子は親にもスクールカウンセラーの私にも“自分を見て”と訴え続けていたのだろう。言葉では言えないが、心のSOSをリストカットという形で命をはって表現していると感じた。子どもたちのSOSを敏感に感じ取ることが大事だと気付かせてくれた事象だった。

### (3) 不登校・ひきこもりに対する基本姿勢

20年前、高校教師をしていた頃は、不登校生徒に刺激を与えてはいけないと言われていた。確かに、エネルギーをためる期間には必要。そういう意味で、やまびこの郷はとてもいい場所である。しかしながら、不登校は多様化している。待つことが適当と言えるのは、本人が悩む力を持っている、自分と向き合って前を見据えていくケース。虐待やネグレクトの場合は、待っていたら取り返しのつかないことになることがある。ただ待つのではなく、適切なアセスメントをし、働きかける必要がある。

不登校は、「待つ、あるいは登校刺激を与える」という対応以前に、その子にどんな力があり、どういう理由があり、どのようなタイプの不登校なのか、周囲の支援体制はどうか、いじめはないか、発達障害などはないか、十分に調べ、目の前のその子を理解することに努めたい。不登校の子どもたちはひとくくりにはできない。年間欠席者をすべて「不登校」というポケットにいれてしまっただけではいけない。様々な不登校、様々な状況をふまえると待つだけではだめなのではないか。

## 2. 不登校の子どもの心 〈そっとしておいて〉でも〈忘れないで〉

### (1) 「そっとしておいて」でも「忘れないで」

アンビバレント（相反する感情が同時に存在する）な心理。どちらも本心。外からでは察しにくい。見た目ではわからない。本人も自分の気持ちが掴みにくく、故に他人にどう伝えたらいいかわからず困っている事がある。

### (2) 「理由を聞いてほしくない」

ある親子の話。学校の先生が関わってくれるが、「どうして学校に来れないの？」と理由を聞かれる。カウンセラーも尋ねることがあるから、本人は事あるごとに不登校の理由を答える。理由を言わないと逃れられないような脅迫感さえ感じる。不登校であることが、“なんか悪いことしてるのかな”と思える。

不登校の理由を尋ねても明確にかえってくるの方が少ない。自分の言葉でうまく言えない。不登校に至る原因は、これだと決められない複合的なものだろう。もし最初に尋ねて返答がかえってこなかったら、それについては一旦蓋をしておく。現在の状況は語ってくれるかもしれないから、今に照準を合わせて関わっていくといいのではないか。

あるケース。一年間相談に通った生徒。部活動が原因で学校を休み出した。カウンセリングの時間は、好きなK-POPが話題の中心。核心に触れない雑談めいた内容のカウンセリングだった。卒業の時期が来て、最後のカウンセリングの日、別れ際に「先生、人間関係って難しいね。」と初めて本音をこぼし去って行った。その時だから理由を言えたのかも知れないが、原因にばかり注目されるとしんどくなることがある。不登校の理由や原因は本人から言えないことはしばしばある。

### (3) 周りの反応が突き刺さる

休んでいると周りの反応が気になる。特にお母さんの反応を気にする。不登校の生徒が自宅にいて一番しんどいことは“お母さんの溜息”だと話した。自分が不登校だから親に迷惑や心配をかけているという意識が働く。時計の秒針の音さえ耳につくことがある。不登校で居るときには、小さな事が胸に突き刺さる。

### (4) 「学校に行かない私も認めて」

中3のC子。不登校をして1～2年。ずっとカウンセリングに通ってくれていた。ぼちぼち行けるかなと思っている時に、本人も来週から学校に行こうと心に決めて母親に話した。C子は登校のための準備を整え、月曜日を迎え2階の自室から緊張しながら階段を下りて行った。お母さんが朝ごはんを準備している後ろ姿を見ると“肩の線が上がっていた！”。いつもは肩の線が下がっている（しょんぼりしているように見えた）母の後ろ姿。その日はお母さんが元気に見えた。・・・C子がもう少し元気であったら「お母さん喜んでくれている！」と思うのだが、その時のC

子には「母は学校に行く私は好きやけど、学校に行かない私は嫌いなんやろうな。」と考えてしまう。元気のないときには、そのように考えてしまいがち。学校に行かないことに絡めて周囲の動きを敏感に読んでしまう。「学校に行くあなたも好きだし、学校に行かないあなたも好きだ」と言うメッセージを伝えたい。

#### (5) 「まだ、“まだら” だけど」

不登校を経験した親のシンポジウムでかつて不登校であった高校生が話をする機会があった。中学校不登校、高校になってから行き始め、現在、生徒会長をしている。不登校を経験している親にとっては希望の星のような子どもである。その生徒が「今はすごく学校が楽しいし、生徒会長をしている。でもまだ“まだら” なんです。いつまた不登校の僕にもどるかもしれないという不安を抱えている。」と話した。

たくさん心配な子がいる。少し元気になってきた子に対しては、安心してそれまでかかわっていた人たちが一旦離れるが、その子にかけていた梯子（支援）のはずし方を考えなければならない。本人は“まだら” な気持ちなのに、みんながもう大丈夫だからと潮が引いたように離れていくと、寂しいし不安になる。梯子をはずすタイミングが大事だと思った。まだらな状態がだんだん白になってくるには時間がかかるものだと思った。見た目はもう大丈夫そうでも、不安を抱えている。しつこく後追いをしてはいけないが、いつ元に戻るかわからない不安な状態であると理解することが大切。

### 3. 保護者を支える

#### (1) 登校を促されても困る、でも見捨てられるのはもっと困る

親もアンビバレントである。親を支えることの大切さを痛感する。学校から登校を促す電話がかかってきたら、親はどう子どもを促せばいいのかわからず困り、かと言って、登校を促す電話がなければ、うちの子のことは忘れているのかと思う。不安であり不満である。子ども以上に心配や不安が大きく募っていることがあり、許容範囲をオーバーして爆発してしまう時がある。そういう親のサポートも大事。

あるケース。中1のD男の母親。毎週カウンセリング続けていた。普段は穏やかな人。その日は来るなり座りもせず、「あの子に裏切られました。」と。D男は2年程不登校の状態が続いていたが、ようやく本人が「僕、来週から学校に行こうと思う」と言った。「やっとなってくれる・・・」母親は感無量の思いだったのに、当日朝、D男は布団をかぶって泣いている。母親は落胆し、それに怒りが混じった心情となったのだった。ゆっくり話を聞いた。母親は思いを吐き出してしばらく話すと落ち着き、「息子は本当は行く気だった。・・・嘘をついていたわけではない。」と、話しぶりが変わった。

D男の母親と毎週面接していてよかった。母親がカウンセリングの時間まで我慢し、(D男に吐き出さず) この場で吐き出してくれて本当によかったと思った。

保護者面接をしたから、すぐに子どもの不登校が解消できるわけではない。一緒に前に向かって頑張っていくという感じだが、親が抱えている不安やしんどさを吐き出す場を作り、どこかで不登校の子と向き合い続ける肩の荷を降ろしてもらうことの大切さを感じた。

#### (2) 相談できる場や人の大切さ

高校生の保護者対象のシンポジウム。フロアからの質問。不登校を抱えたお母さんからの質問。「どこかに相談したいのですが・・・」パネリストの生徒が、「自分の知らないところで自分のことを知らない人に話されているのが嫌だった。」「親に、自分のことでしんどい思いをさせて、そのことで話をしにいくのを見るのが嫌やった。」と話した。「子どものための相談ではなく、お母さん自身が楽になるために相談にいかれてはどうか」と、答えた。

親がカウンセリングを受けて変わることができれば、子どもも変わるというケースはよくある。

### 4. 不登校への支援の実際

#### (1) 不登校の多様化

不登校は多様化している→多様な支援方法を考えていくことが大切

- ・ 教育的支援・・・必ず学校を通して支援していく
- ・ 心理的支援・・・心理士が行う
- ・ 医療的支援・・・一時的に薬の力を借りた方がいい場合  
(例) リストカット・摂食障害・うつ状態など
- ・ 福祉的支援・・・虐待・保護者の精神的な影響がある場合  
家庭の経済的な状況がある場合
- ・ 司法矯正的支援・・・警察官や心理士などの力を借りる  
(例) 家庭内暴力など

リストがあると大変便利。 力を貸してくれるのはどこか（誰か）がすぐ分かるようにしておくのが良い。
---

#### (2) 校内チーム支援

「不登校はどの子にも起こりうる。どんな授業でも起こりうる」「いじめほどの学校にも起こりうる」不登校が「ある」ことを前提とした体制づくりが大事である。

子どもがいつでも相談できる支援体制づくりも大事である。先生方の上手な後押しは相談室やカウンセラーとつながる大きな役割を果たす。カウンセリング（相談すること）に対する偏見や抵抗をなくす工夫、認識を広める工夫をしていただきたい。

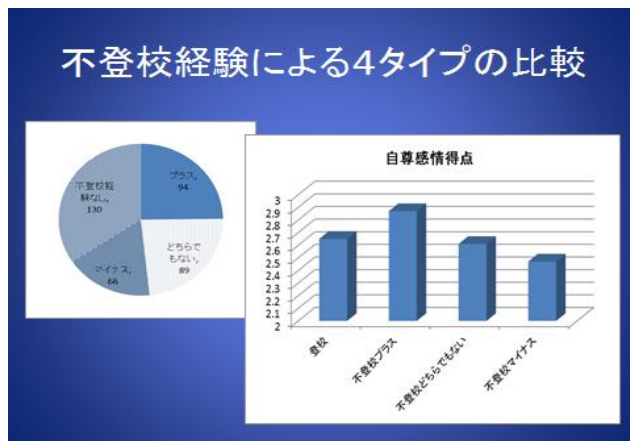
(3) 担任の先生が抱え込まない支援づくり

「みんなで見ていく」空気・本音が出せる場所・時間・相手づくりをすすめる。小学校は担任の比重は大きいので意識的に組織対応をしていく必要がある。中学校は（教科担任制なので）多くの先生で関わっていきける。担任は「自分がうまく指導していないと思われるのではないか」という思いが強い。評価の仕組みを工夫していく必要がある。

難しい問題の時ほど校長・教頭・学年団等みんなで関わる。家庭訪問でも、複数だと、冷静に状況を見ておける人がいるので、あとで問題や対応を整理しやすい。

5. 不登校の「その後」：東京都のチャレンジ校での調査（2011 伊藤）より  
自尊感情を高めようという取組（東京）での調査。（参考 Web 検索「東京都 自尊感情」）  
生徒のうち、中学校で不登校であった子が全体の7～8割通学している高校で調査。

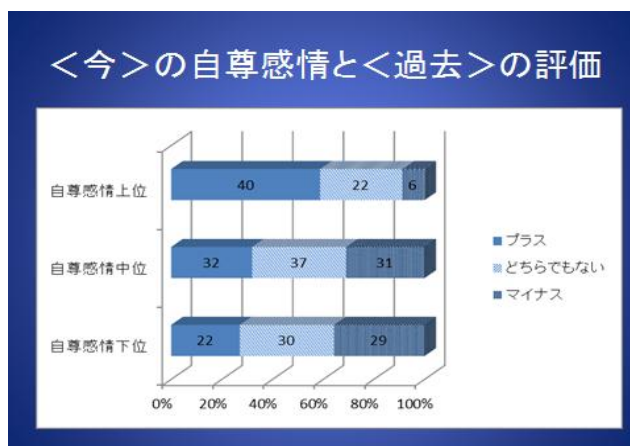
(1) 不登校経験による4タイプの比較



不登校経験ありとなし群で、高校になった時の自尊感情には差はなかった。

行ける場所（居場所）があると差はない。

(2) 〈今〉の自尊感情と〈過去〉の評価

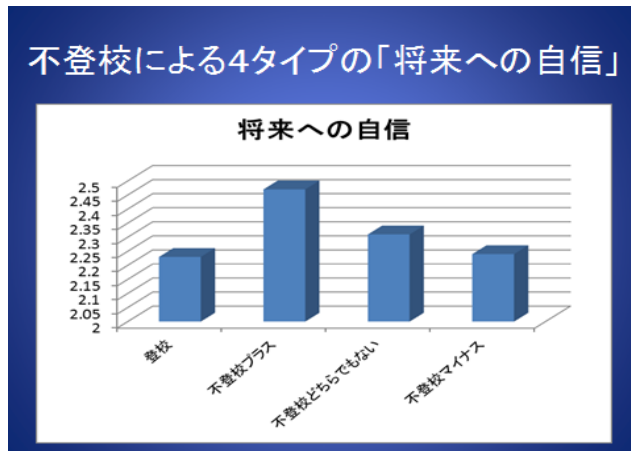


【今、不登校のことをどう思っているかで自尊感情が変わっている。】

自尊感情上位群は不登校をプラスに捉えている・・・4分の1

自尊心下位群は不登校をマイナスに捉えている・・・4分の1

(3) 不登校による4タイプの「将来への自信」



不登校をプラスに捉えている群は将来への自信度は高い。

不登校をマイナスに捉えている群は低い。

しかし、気になるのは普通に登校していた群も低いことである。

不登校を経験しても、進路を保証することで、将来への展望を持たせることができる。

いろいろ抱えている子がいても、「今」を変えることで過去のことをプラスに変えられる。

今、どういう過ごし方をしているかによって、過去の見え方が変わる。

「今」に対しての自信を持つことが、様々なものを変えていく。

(過去への見え方・将来等)

## 6. 演習

参加者がグループになり、次の3つのケースについて15分程度、話し合った。

〈15分にした理由〉

15分は、学校の休み時間・すきま時間と同じくらいの時間である。これくらいなら、学校でも時間がとれる。先生はすごく忙しいので、すきまの時間でいかに情報交換するか、細切れの時間でいかに子どもたちの情報を共有できるかが大事である。

隙間時間に関係のある先生に集まってもらって情報交換できるように。1人では見えなくても何人かの知恵と見る目を集めると、見えないものも見えてくる。

〈実践問題〉 うまくいかなかった事例です。どういう点に問題があり、どうすればよかったのか、グループで話し合ってみてください。

出典 菅野純 1995 「教師のためのカウンセリングゼミナール」実務教育出版

(A男の場合)

「登校拒否はそっとしておいた方がよい。」とよく言われるので、電話もかけず様子を見守っていたところ、A男の前担任のところに母親から「今度の先生は冷たい。見捨てられた。」との電話があった。

(解説)

「登校刺激はしてはいけない」という説は今もあるが、この先生のように電話もかけず何もしないというのでは、相手には何も伝わらない。気持ちとしては十分持っているのだが、何もしないと伝わらない。本人にはあまりかかわれなくても、保護者とはかかわりを持っておくのがよい。中には、拒否される方もいるかもしれないが、定期的にかかわりを持っておくのがよい。問題は前担任に電話がかかってきているということ。必要なのは、前担任と現担任との間で仕切り直しがどこかでできていること。担任同士の引き継ぎをしっかりとしておく。

「待つ」「見守る」と「見捨てる」は紙一重。見守っているにしても、何かの形で子どもは無理でも親とはしっかりとつながることを考え、関係が切れないようにしていく。

(B子の場合)

B子の欠席が登校拒否症状とそっくりなため、母親を呼んで思春期病棟のある病院で診てもらおうよう勧めると「うちの子を精神病扱いするのか」と、父親が怒鳴り込んできた。

(解説)

本が古いので「登校拒否」という言葉が出ている。間違っていないが、今は「不登校」と言う。登校拒否症状という言い方はあまりしない。思春期病棟とは、精神科などで、成人と思春期を分けている思春期対応のところを指す。この例の場合、専門医のいる病院を紹介するのはいい選択だが、少し時期が早すぎた。そこが、専門機関を紹介するときの難しさ。「インフォームドコンセント」で、相手が納得するまで説明する。学校が学校ではない専門機関を勧めるとき、きっちりとした説明をする必要がある。保護者は「うちの子は見捨てられるのかな、もう学校に戻れないのかな。」という思いを持たれる場合もある。

なぜ、今紹介するのか、なぜ、必要と考えるのか、そこに行くるとどんなメリットがあるのかを具体的に説明して納得してもらえるように伝える。即、病院でなくても、近隣の相談室やスクールカウンセラー等クッションをいれる。

(C子の場合)

親からの依頼もあって、毎朝C子の家に迎えに寄っていた女子グループが、「こんなことまでしてやっているのに、C子はちっとも私たちの気持ちに伝えてくれない」とC子を非難するようになった。

(解説)

友だちが連絡物を持っていく場合はよくあるが、誰が行くかというのが重要。女子グループとC子さんの関係がよくわからない。親が友だちと思っている場合もある。ただでさえ自尊感情が下がっている不登校の子に、使命感いっぱいの元気な学級委員が来たらどう思うか。可能ならば、誰に来



てほしいかを聞くのがよい。

女子グループが怒っている部分に関しては、担任の事前と事後のフォローが必要だった。「ありがとう」というお礼の言葉。「もしいなかったら〇〇してね」という指示等。

## 6. さいごに

エピソード「ロープの先」

(参考文献 伊藤美奈子 『不登校 その心もようと支援の実際』 金子書房 2009)

高校の教師をしてこの道に入って、最初に出会ったケースです。大阪のフリースクールで実習をしていたときに通ってきていた長期の不登校の女の子が話してくれた。

女の子：「私はね、学校という長い長いロープの先にいる。」

伊藤：「片方は誰が持ってるの？」

女の子：「学校の先生。」

「先生がロープの先をぐいぐいと引っ張ると、今の私はこわくて放してしまう。そうすると先生の方にしかロープは残らない。でも先生がもういいやと思ってロープを放すと、私の方にしか残らないのもいやだ。私がツンツンと引っ張った時に、気づいてぐいっと引っ張ってほしい。力加減をしながら引っ張ったことが伝わるようにいつもピンとロープを張っていてほしい。」

とても難しいこと。しかし、これを不登校の子にだけでなく、クラスの人数分それぞれに合わせてやっていけたらとってもいい。

気になるお子さんを頭に思い浮かべた時に、力加減どうだったかなと思い返してもらって、振り返ってもらえたらと思う。