

不登校対応の一考察

A Consideration for School Refusal

小峰 秀樹

Hideki KOMINE

Key words: Prevention (予防), Environmental adjustment (環境調整), Specific response (具体的な対応)

はじめに

令和3年度、不登校状態にある児童生徒数は244,940人を数え、初めて20万人の大台を超えた(注1)。平成24年度まで減少傾向を見せていた不登校児童生徒の数は、翌平成25年度から増加し、平成30年度には前年度比14.2%増、令和元年度には前年度比10.2%増と、2桁の増加を見た。そして「コロナによる3ヶ月間の一斉休校」を経験した後の令和3年度には、前年度比24.9%増となり、244,940人を数えることとなったのである。

この統計は小中学生を対象としたものである。私は、元高校籍の人間であるので、高校生についても記したい。高校生の不登校生徒数は、平成25年度から減少傾向を見せ、令和3年度でも50,985人である。しかし、コロナ回避による欠席者も含めると118,232人にまで膨れ上がっている。

義務教育学校・高等学校のデータを見る限り、「コロナによる一斉休校」が大きく影響していることは否定できないだろう。

私たちは、不登校児童生徒の数を示されるたびに「何とかしなければ」という思いに囚われるが、有効な手を見つけ出せずに時間だけが過ぎてしまっている。しかし、令和3年度の高校の不登校生徒の出現率は3.92%で、不登校状態になっていない生徒は96.08%いるのである。つまりは、殆どの生徒が、学校で対応できる状態にあるということである。

そこで今回は、高校での「登校している生徒への予防的対応」「登校できないでいる生徒へのサポート」という2点について考察していくことにする。

不登校者数の増加の背景

私は、不登校者数が急激に増加している背景には、「SNSの影響」と「コロナによる一斉休校」があると思っている。SNSを日常的に活用することによってリアルな体験をする機会が減ったこと。それによって自己肯定感が低くなっていったことに加えて、コロナによる一斉休校がレジリエンスの力を弱めていったと思っているのである。以下に、詳しく考察する。

1 SNS世代の若者

「スマホネイティブ」「デジタルネイティブ」と呼ばれる現代の若者は、生まれた時から、SNSに囲まれた環境の中で育ってきている。

かつてSNSの代表格であったMixiやFacebookは、「繋がること」を重視したコンテンツだったが、最近のX(旧Twitter)、Instagram、TikTokなどは「発信」を重視したコンテンツとなっている。「発信」したことに対して、たくさんの「いいね」をもらうことで、自分の「承認欲求」を満たそうとするツールであるということだ。

彼ら/彼女らにとってSNSは、生まれた時から自分の傍にあるとても身近なツールである。そんな身近なツールとなったSNSを通して「誰とでも繋がることができるようになった」「リアルな『ムラの共同体』による縛りから解放されるようになった」「自己アピールをできるようになった」という「正」の面を手に入

れることができるようになった。彼ら／彼女らは、ボタン一つでそのような「自由な世界」を手に入れることができるようになったのである。

しかし SNS は、「諸刃の剣」でもある。簡単に「自己アピールできるようになった」ということは、裏返せば「常に反応を気にしなければならない」という窮屈な状態に彼ら／彼女らを追い込むことになる。SNS を通して発信したものが「盛りすぎている」場合には、その SNS で叩かれてしまうというリスクを抱えてしまうのである。また、SNS を通して、同世代のたくさんの情報に接することによって、「自分には、そこまでアピールできるものがない」「自分の発信は、他の人の発信と比較して、そんなに『映える』ものではない」という意識も作り出してしまふ。さらに、「自分の投稿したものに対して『いいね』の数が少ない」と感じた時には、強い劣等感を感じることもなる。

旧世代は、「そんなにリスクが大きいのなら、SNS を使うのをやめればいいのに」と思ってしまうが、生まれた時から SNS に囲まれた世界で生きてきた彼ら／彼女らには、その世界から抜け出して別の世界へ行くという選択肢はない。リスクが存在することは十分解りながらも、そこから抜け出せない状態の中で、そのリスクと戦いながら、日々暮らしているのである。

私はここに、2015年に発生した「川崎中1男子生徒殺害事件」と同じ構造を感じる。当時13歳だった上村遼太君は、グループの中で暴力を受け続ける状況であったにも関わらず、そのグループから抜け出すことをせず、一緒に行動していた。その結果、43カ所もカッターで切られて亡くなってしまふという悲惨な結果を招いてしまったのだ。リスクが大きいと知りながら、そこから抜け出すことができない。上村君は、いつ暴力を受けるかわからない状況の中で、暴力を受けずに済むように最大限の注意を払いながら日々を過ごしていたのだろう。

周囲の反応に神経をすり減らしながら生きている SNS 世代の若者の姿は、常にグループの人間の思惑を考え続けて生きていた上村君と重なってくるのである。

SNS は、リアルな「ムラの共同体」による縛りから人々を解放した。簡単に「煩わしい関係」を絶つことができるようになったということである。しかし、この「自分が『煩わしい関係』を絶つことができるようになった」という一見プラスのように見える事実は、同時に「自分は他者から関係を絶たれてしまふ」とい

うことも可能になったということの意味する。SNS は、この「見捨てられ不安」を増幅させていくのである。

私たち旧世代は、「リアルな体験」を通して成長してきたが、SNS 世代は、この「リアルな体験」が決定的に不足している。基本的に「いいね」に囲まれて育ってきた彼ら／彼女らは、「自分を否定するもの」を受け入れるという体験ができていない（否定するものは、簡単にブロックして「なかったこと」にしてしまふという体験だけを積み重ねている）。バーチャルな世界でのそのような生き方は、そのままリアルな世界に引き継がれていく。彼ら／彼女らにとっての「リアルな世界」は、「よく知っている、身近に存在する他者」のことだ。彼ら／彼女らが承認を求めるのは、そういう「分断された狭い関係者」なのだ。しかも、その「狭い関係」を決して広げようとはしない。あくまでもその「狭い関係性」の外にいる存在は、たとえ同じクラスに存在していたとしても、自分とは関係のない「他者」としてしか意識されていないのだ（その意識は「見知らぬ他者の排除」という方向に進んでいく危険性を秘めている）。そういう「狭い関係性」の中で生きてきた彼ら／彼女らは、「関係性が壊れても修復できる」という経験をせずに育ってきたために、「関係性が壊れてしまったら、その狭い空間に存在し続けることはできない」と思い込んでしまふ。だから「関係性を壊さないようにする」ことをまず優先させる。その結果「互いに気を遣い合うこと」「相手を傷つけないこと」が至上命令となる。これが、彼ら／彼女らの息苦しさへと繋がっていく。

2 「褒められる」ことは圧力

日本人の「自己肯定感の低さ」は、夙に指摘されていた。何も「現代の若者」に限ったことではない。何十年も前から、「日本人の自己肯定感の高さは、先進諸国の半分にも満たない」と言われ続けてきたのである。

この「自己肯定感」を高めるための方策が考えられたとき、「褒めればよい」ということがまことしやかに語られた。その結果、「褒める教育」が跋扈することになる。確かに、「褒める教育」が功を奏したこともあった。「褒める場合は皆の前で、叱る場合は個別に」ということが金科玉条のように語られていたのである。しかし最近では「今の若者は、褒めても全然響かない」と言われるようになってきている。「褒めること」

が決して強化子になっていないのだ。

金沢大学の金間大介も、この変化について「現在の若者は、自己肯定感が低く、いわゆる『能力』の面においては、基本的に『自分はダメだ』と思っています。その心理状態のまま人前で褒められることは、ダメな自分に対する大きなプレッシャーに繋がります。要するに、『褒められる』ことはそのまま『圧』になるということです。(中略) もう一つ、褒められた直後に、それを聞いた仲間の中の自己像が変化したり、自分という存在の印象が強くなったりするのを極端に恐れるのです(「先生、どうか皆の前ではめないで下さい」)」と言っている。

同調圧力の強い彼ら／彼女らにとって最も恐ろしいことは、「目立つ」ことなのだ。そして最も安心できることは「集団の中に埋もれる」ことなのである。だから、皆の前で褒められることで「目立つ」ことは、恐怖以外の何ものでもないということになる。

SNS 世代の若者は、このようにして「自己肯定感」を低下させている。

3 コロナによる一斉休校の影響

令和2年3月2日、コロナ対策として、安倍首相(当時)による全国一斉休校が始まった。いわば国によって「強制的な不登校状態」が作り出されたということである。6月からは分散登校が始められたが、それでも週の半分は「登校してはならない日」とされていたために、生徒達にとっては、「学校へ行かない」ということが常態化してしまったのだ。

このように「人と交わることを制限され、強制的に「登校してはならない」と言われ続けてきた生徒達が、コロナによる登校制限が解除されたからといってすぐに元の状態に戻るとは考えられない。予想通り、登校制限解除後の不登校者数は、うなぎ上りに増えてしまった。

表面上は「普通に登校している」ように見える子ども達の中には、「いつ不登校になるかわからない」というギリギリの精神状態で登校している生徒もいる。彼ら／彼女らは「隠れ不登校」と呼ばれている。

NPO 法人カタリバの代表理事を務める今村久美は、「隠れ不登校」を、「基本的に教室以外の場所で過ごす『教室外登校』」、「基本的には教室で過ごす、授業に参加する時間が少ない『部分登校』」、「基本的には教室で過ごす、皆とは違うことをしがちであ

り、授業に参加する時間が少ない『授業不参加型仮面登校』」、「基本的には教室で過ごし皆と同じことをしているが、心の中では、学校に通いたくない、学校が辛い、嫌だ、と感じている『授業参加型仮面登校』」の4つに分類し、このような「不登校予備軍」と言ってもいいような生徒が、不登校生徒の3倍は存在していると指摘している(「不登校—親子のための教科書」)。

ただでさえ SNS によって自己肯定感を低下させている生徒達は、「コロナによる一斉休校」によって登校することを禁じられ、「リアルな空間での関係づくり」というものを体験できなくなってしまった。レジリエンスは、「リアルな体験」を通してしか身に付けることはできない。しかし「コロナによる一斉休校」は、そういう力を身につけるチャンスを、「不要不急」という名の下に奪ってしまったのである。

現代の若者への対応

ここからは、そのような「SNS 世代の若者」への対応について記していこう。

1 登校している生徒への対応

SNS 世代の若者の特徴として「自信のなさ」と「レジリエンスの弱さ」を見てきた。だから、基本的な対応は、「自信を育てていくこと」と「レジリエンスの力を育てていくこと」になる。

まずは、登校している生徒への対応について考える。彼ら／彼女らは登校しているのだから、教師は、直接対応することができる。そこで、「開発的・予防的対応」によって「自信を育てること」「レジリエンスの力を育てる」ことを考えていく。

1) LHR 等の時間を使った計画的な対応

不登校対策の基本は「不登校に陥らないような空間作り」をしていくことだ。換言すれば「予防が最大の対策」ということである。では、「不登校に陥らないような空間」はどうしたら作れるのだろうか。そのための方策として、私は、ふたつの方向性があると思っている。

ひとつは「安心・安全の場を目指す学級経営」である。不登校は、環境の影響を大きく受ける。教室

に心を許せる人が誰もいない。誰も自分に関心を示してくれない。自分がいなくても誰も困らない。そんな空間では、決して心を休めることなどできない。そんな空間に居続けていたら、いつか心が壊れてしまうだろう。自分の心が壊れるのを防ぐために、そういう空間に身を置くことをやめる。これが不登校だ。だから、そういうことの起こらない「安心・安全の場」を作っていくことを目指すのである。

「Q-U」という「学級満足度尺度」を開発した早稲田大学の河村茂雄は、その要素として「ルール」と「リレーション」をあげている。換言すれば「基本的なルールが守られている」ということと「子ども同士の温かい触れ合いがある」ということである。このふたつの要素を満たしていくということで、教室は「安心・安全の場」となる。

それでは、具体的には、どのようなことをやっていけばいいのか。明治大学の諸富祥彦は、次のような集団指導をしていくことを提案している。

- ①構成的グループエンカウンター (SGE) (注2)
- ②ソーシャルスキルトレーニング (STT) (注3)
- ③ピアサポート (注4)
- ④アサーショントレーニング (注5)
- ⑤グループワークトレーニング (注6)

2) 授業を通して「自己肯定感」を高める

最近の高校生は、基本的に「自分はダメだ」と思っている。その思いが「努力してもムダ」「自分にはこれが精一杯」という思いに繋がっていく。

授業は「知識の伝達」を目指して行われる。しかし、それだけを目的として行われるだけでは勿体ない。同じ空間に一同が揃っているのだから、「関わり合う」「支え合う」ということを通して「自己肯定感を育む」ことも目指したい。河村も「子ども同士の温かい触れ合いがある学級」の大切さに言及しているが、授業を、そのような雰囲気作りのために活用していくのである。

最近では、教師が一方向的に知識を伝達する一斉授業は少なくなってきた（高校では、まだ「知識伝達」に重きを置いている授業が目立つ）、それに代わって「グループ学習」が多くなってきている。そのような「グループ学習」を通して、「ふれあい」を感じられるようにしていくのである。

「ふれあいを感じられるようにしていく」と言っ

ても、ただ単にグループ学習をさせるだけでは、そのような結果にはならない。何も準備せずに「グループ学習」に取り組ませても、「自分の考えを言って、メンバーから褒められたらどうしよう」と思って何も言わない。誰かが何か言うのをひたすら待って、それに同調しようとする。これが最近の高校生の「学びの姿勢」である。

まずは「何を言っても大丈夫」という雰囲気を作っていくことが必要である。そのためには教師が、そこにいる生徒を丸ごと受け止めるという姿勢を持つことが出発点となる。さらに、「グループ学習への参加態度には、個人によって温度差がある」ということも押さえておかなければならない。教師がこういう姿勢を貫くことで、生徒も少しずつ安心感を覚えてくる。安心感を覚えた生徒がグループの中で発言し、自分の意見を言えない生徒は、そばで聞いているという状態を作っていく。いきなり、グループのメンバー全員が同じように活動できるようになることを求めてはならない。最終的には、グループ学習によって、それぞれのメンバーが共同性を確立し、深い学びに至ることを目指すのだが、そこに至るまでには、細かなステップをいくつも踏んでいく必要がある。まずは、「間違ったことを言っても大丈夫」という安心感を醸成していくことが必要なのだ。「安心感」を感じることができれば、自分の考えを口にすることができるようになる。自分の考えを口にできるということは、主体的に生きていくための入り口である。こういう姿勢が、「学校も満更ではない」という思いに繋がっていくのである。

3) 日常の活動の中で「自己肯定感」を高める

「『褒められる』ことは、そのまま『圧力』になる」ということを記した。だがそれは、「皆の前で褒められる」時に限定される。人前でないところで褒められることに対しては抵抗を示さない。彼ら／彼女らには、強烈的な「承認欲求」があるのだから、まずはそれを刺激する。つまり、「誰も見ていないところで、個別に褒める」ことを行っていくのである。

「自信」のない人に「自信」を持ってもらうためには、まずは誰かから「ありのままを認めてもらうこと」が必要だ（これをワンネスと言う。簡単に言

えば「共感」のことである)。「〇〇ができたから」という条件付きではなく、「存在そのものを認める」ということだ。このような関わりを日常的に行っていくことが、「自信」を回復させる上で必要なことなのである。

日常的にこのような活動を続けていくことによって、集団の中に「仲間意識」を育てていくようにする。これが「ウイネス(アドラーの言葉で言えば『共同体感覚』である)」である。そういう意識を持っているのは、その場が「安心・安全の場」になっているからだ。「安心・安全の場」を実感できると、「アイネス(『千万人と雖も吾往かん』の精神のことである)」を発揮する勇気を手に入れることができる。

人は「他者からの承認」を求めている段階では、まだ自分に「自信」を持つことはできない。本当に「自信」を持つためには、「自分で自分を認める」ことができるようになることが必要である。「自分で自分を認める」と書いたが、これも「〇〇ができたから」という条件付きで「認める」ことではない。「ダメな所もたくさんあるけど、そんな自分でもいいじゃないか」と、「不完全である自分」を認めるということだ。

この「自己承認」は、自然にできるようになるものではない。「失敗してしまったけれど、周囲の人に支えられて何とかくぐり抜けることができた」という体験が必要なのだ。「たくさんの失敗をし、その度に、誰かの助けによって何とかすることができた」という「リアルな体験」を積み重ねていくことが絶対条件なのである。

赤ん坊がこの世で最初に出会う他者(=親)から「十分に愛される(十分なレスポンスをもらう)」ということが「愛着」の出発点であると言われる。「承認欲求」についても、同じことが言えるのではないだろうか。「承認欲求」は「自己承認」によって安定していく。しかし、その出発点は「他者承認」にあるのだ。「他者承認」という外発的なものをたくさん積み重ねていくことで、次第に内発的な「自己承認」を増やしていくことができるようになるのである。

行事への取組は、このような力を身につける上で、とても効果がある。また、元小学校教員であった菊池省三の実践は、大いに参考になる。(注7)

4) ストレス耐性を育てる学級経営

ふたつめは、「ストレス耐性を育てる学級経営」である。生きていれば、楽しいことも辛いことも経験する。楽しいことだけを経験して過ごすことはできない。

しかし、「狭い関係」の中で「いいね」をもらうことに血眼になって生きてきた SNS 世代の若者は、「否定」されたらそこからどう立ち直っていったらいいのかわからない。そのために「否定されない」ように、常に気を使って生きているのである。これが彼ら/彼女らの「不安の正体」なのだ。「不安と闘う」という経験が圧倒的に少ないことが、彼ら/彼女らの「ストレス耐性の低さ」に繋がっている。だから、「失敗に向き合い、それを乗り越える」ということを体験させることが必要になってくる。

「失敗を体験させる」といっても、ただ失敗だけを体験すればいいというものではない。それでは自信をなくすだけである。まずは、「失敗しても受け入れてくれる仲間」の存在が必要である(これは、「自己肯定感を高める取組」の中で記した)。そういう人と一緒に挑戦し、支え合いながら「失敗を克服していく」という経験を積み重ねていく。このような積み重ねが、「自信」を育てていく。自分自身の中に「自信」が育っていかなければ、「他者依存」の状態から抜け出すことはできない。ここでも「他者から助けてもらう」という外発的なものから、「自分自身で何とかする」という内発的なものに移行させていくことが必要である。勿論、全てを自分だけで解決していくなどということは不可能だ。自分で挑戦し、必要な時には他者に助けを求めるということをバランスよく行えるようになればそれでいい。そのバランスの中に存在していることで、安心感を感じることができれば、ストレスにも耐えることができる。

このようなことを「リアルな体験」として積み重ねていくことが必要なのである。

2 「隠れ不登校」の生徒への対応

「隠れ不登校」といっても、前述したようにいろいろなタイプがある。教室に行くことができていない生徒に対しては、「予防」というよりも「具体的なサポート」をしていくことが必要になるが、それ以外のタイプに対しては、「登校している生徒」への対応と同

じ対応をしていく。但し、心の状態は脆くなっている
ので、より慎重に、細かく対応することが必要になる。
さらに、個別面談を通して、「寄り添う」姿勢を見せ
ることも大切である。特に「授業参加型仮面登校」の
場合には、「学校に通う意味を見いだせない」気持ち
をじっくり聴く必要がある。教師は「聴く」ことが下
手で、すぐに「こうしたらいい」とアドバイスをして
しまうのだが、そんなアドバイスは「百害あって一利
なし」と心得て、ひたすら「聴く」ということに徹す
る。そして、そういう気持ちに「共感」していくので
ある。これが「寄り添う」ということである。

3 登校できないでいる生徒への対応（その1）

私たちは「不完全な人間」だから、以上に記したよ
うなことを目指して学級経営を行ったとしても、完璧
な学級を構築できるわけではない。どんなに「不登校
を防止する取組」を行ったとしても、不登校生徒の出
現を100%防ぐことはできないのだ。

その時には、個別に対応していかなければならない。
文部科学省は、不登校のタイプとして、「学校生活の
影響」「あそび・非行」「無気力」「不安など情緒的混
乱」「意図的な拒否」「複合」などを挙げているが、
多くの場合、不登校の原因は一つに絞れるものではな
い。本人に「学校に行けなくなった原因として思い当
たることはない？」などと訊いても、本人はほとんど
答えることができないのである。本人にも「なぜ行け
ないのかわからない」からだ。

そのような生徒に対して「原因」を見つけてそれを
排除しようとしても無意味である（「いじめられて学
校に行けない」などのようにはっきりとした原因を訴
えている場合は別だ。そういう場合は、早期に「いじ
め解決」に取り組む必要がある）。

さて、「自分でもなぜ学校に行けないのかわからな
い」「ある日突然、身体が砂袋のように重くなって動
けなくなってしまった」ということで登校できなくな
ってしまった生徒に対して、私たちは、どのように対
応していったらいいのだろうか。

以下に記すのは、本人も保護者も再登校できるよ
うなることを希望し、再登校することが本人にも利益
をもたらす場合の対応である。

1) 初発の対応

それまで元気に登校していた生徒が、3日連続で
休んだ。「初発の対応」としては、この「最初の3
日間」が勝負になる。

一時期「登校刺激は与えてはいけない」というこ
とが、まことしやかに語られていた。しかしそれは、
「初発の対応」の時期を過ぎてしまった時のこと
だ。「初発の対応」の時期には、「登校刺激」を与
えなければ、どう転ぶかわからない。

中学校では「3日連続で休んだら家庭訪問」とい
うことが常識となっていると聞く。通学範囲が広範
となる高校では、そこまでやるのは難しいと思
うが、3日連続で休んだ場合、「風邪で休みます」と
いうような保護者からの連絡をそのまま受け取る
のではなく、「何かあるな」と思って、電話でも構
わないので、詳しく話を聴くが必要になる。こ
の対応がうまく機能した場合には、以前と同じよう
に登校することができるようになる。

2) 初期対応

初発の対応がうまく行かなかった時（功を奏さ
ずに、登校することができなかった時）は、次の対応
を考える。その時にまず行うことは「対応チーム」
を組織することだ。「対応チーム」のメンバーは、
当該担任、当該学年主任、生徒指導担当、教育相談
担当、養護教諭（必要に応じて SC や SSW）など
である。

「対応チーム」が編成できたら、「正確な情報」
と「対応の目標」を共有する。この会議のファシリ
テーターとなるのは生徒指導担当（または教育相談
担当）がいい。ファシリテーターの運営のもとに、
具体的な対応策を考えていく。「具体的」というの
は、情報を共有するだけでは動けないからだ。「誰
が、いつまでに、どんなことをするのか」というこ
とを、会議に参加したメンバーが共通理解し、それ
を実施していくというのである。こうすることで、
具体的に動き出すことができるようになる。「いつ
までに（長くても1週間）」ということが明確にな
るので、その時がきたら、再度「対応チーム会議」
を開き、結果報告と今後の対応について協議する。
そして、これを繰り返していくのである。これが「チ
ーム会議」であり、「チーム支援」を支えるものとな
る。

初期の段階では、まだ本格的な不登校になってい

るわけではないので、「ゆるやかな登校刺激」を与えるようにする。これが奏功すれば、登校できるようになる。

3) 中期対応・長期対応

初期対応がうまく奏功しなかった時には、本格的な不登校に突入していくことになる。多くの場合、私たちは、この段階になってやっと「不登校らしい。どう対応して行こうか」と考えるようになるのだが、残念ながら、この時期以降は、教師としてできることは殆どない。精神的にも肉体的にもゆっくり休ませ、「身体が砂袋のように重くなって動けなくなってしまった」という感覚が緩やかになっていくことを待つことくらいしかできない。

しかし、何もできないからと言って、ただ時間が過ぎていくのを待っているわけにはいかない。この段階で教師にできることは、子どもや保護者に「見捨てられ感」を抱かせないことである。「見捨てられ感を抱かせない」と言っても、家庭訪問しても本人は会ってくれない。電話をしても、本人が電話口に出てくれることもない。そうして、そのような行動は、場合によっては「強い登校刺激」となって本人を傷つけてしまう。そう考えると、何もできず、お手上げという感じになってしまうのだ。

一体、どうしたら「見捨てられ感を抱かせない」ようにできるのだろうか。

私たちにできるのは、「保護者を支える」ことである。学校からの配布物を定期的に届け、保護者と話をするということだ（家庭に伺うことが本人にとって強い刺激となるような場合は、保護者に学校に来ていただくか、家庭以外の場所で会うようにする）。

最近の保護者は、「不登校」についての情報をたくさん持っている。どのような対応をしたらいいかよく解っているのだ。保護者から「『学校へ行ってほしい』ということには言わないようにしている」「一緒に過ごす時間を持つようにしている」「学校以外のことで話をするようにしている」などと言われると、教師は安心してしまう。安心した結果、旧来の対応から抜け出せていない教師は、「学校のことも話してください」などと、保護者を追い込むような発言をしてしまうかもしれない。心の中に「早く解決して楽になりたい」という思いがあるからであ

る。

しかし、ここに落とし穴がある。そのように言う保護者は、実は「いい親を演じようとしている」だけで、本音を隠しているのだ。以前の親だったら「どうしたらいいかわからない」と取り乱したものだが、不登校について勉強している今の親は、「そうすることはダメだ」と自分の感情を押さえてしまうのだ。書店（あるいはネットの中）に溢れている「保護者の不登校対応のマニュアル」に書かれているようなことを一生懸命にやろうとしているのである。しかしそれは、裏返せば、「自分の本心を見ないようにする」ことに他ならない。ずっと、自分自身を緊張の中に閉じ込めてしまう行為なのだ。

人間は決して強い生き物ではない。「いい親を演じよう」という思いは、知らず知らずの内に大きなプレッシャーとなり、親を追い詰めていく（そのように振る舞っていた私の知り合いの親は、鬱病になってしまった）。

そんな親を支えていくのだ。親の話を聴くということを通して、心の中にある本音を吐き出させることによって、親は潰れずに済む。親が心身共にリラックスできることで、子どもも動き出すことができるようになっていくのである。

私が定年前に勤務した最後の高校で、前年度から不登校の生徒を引き受けたことがあった。一切接点のなかったその生徒は、もちろん私と会ってくれることはなかった。私がやったことは、母親（その家庭は母親と本人の2人暮らしだった）とSCを繋ぐことと、母親の辛い気持ちを聴くことだけだった。だが母親が本心を語ってくれたのは、私が定年となってその学校を去らなければならない日だった。

「私だって苦しいんです」と言って涙を流した母親の姿を見て、「ああ、これで本人も動き出してくれる」と思った。そして、私とその学校を去ってから半年後、「息子が、専門学校に進みたいと言ってくれました」と、母親から私にメールが届けられた。

5) 再登校の対応

このように、引きこもり状態になってしまった時には、回復するまで長い時間が必要になる。高校の3年間で回復することはめったにない。そのため、そのような状態になってしまった生徒に対しては、「環境を変える（別の学校への転校など）」という

対応をする場合が多い。

しかし仮に、子どもがエネルギーを回復して「登校しよう」と思った時には、「やわらかな登校刺激」を与えるところから始めるようにする。ここで行われるのが「行動理論」のシェーピング（スモールステップ）である。「学校へ行っている時に起きていた時間に起きる」「制服に着替える」「朝食を摂る」「鞆を持って玄関まで行く」などのように、「登校に向けた行動」を小さく分けて、少しずつクリアしていってもらうという方法である。

細かなことを積み重ねて「保健室登校」ができるようになった時が鍵である。多くの教師が「保健室まで来られたのだから、教室にも行けるだろう」と一足飛びで教室に戻そうとする。しかし、そういう対応によって本人は、再び登校できなくなってしまう。不登校の生徒にとっては、それはとても大きなハードルだからである。その時に行くことは、本人を教室に向かわせるのではなく、クラスの中で本人が会うのに抵抗感の少ない人から、少しずつ保健室にきてもらうことだ。そこで短い時間で構わないので、雑談してもらうようにする。こういうことを繰り返して、保健室という安心できる場所でクラスの生徒に会い、少しずつ慣らしていくようにする。クラスの殆どの生徒と保健室で過ごすことができるようになってから、教室復帰を考えるようにすると、本人のプレッシャーは少なくなり、教室復帰の可能性は高まっていく。

私たちは、生徒が「不登校」になった時、「その生徒を変えよう」という対応をしがちである。確かに本人が変わることは必要かもしれないが、周囲が変わらない中で、本人だけに変わることを求めるのは酷である。まずは環境を変えて、その後少しずつ本人が変わっていってもらうようにするのが筋なのだ。保健室に、一人ずつ訪れて雑談するという取組は、その「環境の変化」をもたらす取組の第一歩なのである。

6) 再発防止の対応

教室復帰できたからと言って、それで解決というわけではない。本人は、まだ緊張状態の中にいる。ちょっとしたことですぐに心が折れてしまう状態にあるということだ。だから教師は、本人のことを常に意識して学級経営を行っていくことが必要に

なってくる。

教室復帰した時には、本人は、誰も知り合いがない学校に入学した時以上の緊張感の中にいるということ意識し、入学直後に実施したこと以上の「人間関係作り」のプログラムを実施する。これを、教室復帰してから3日以内に行う。また、「安心・安全の場づくり」のために、授業や日常の活動の中に「ふれあい」や「たすけあい」を実感できるような活動を再構築していく。本人の様子を常に観察し、定期的に「話を聴く」ということも行っていく必要がある。

4 登校できないでいる生徒への対応（その2）

「登校できないでいる生徒への対応（その1）」では、「本人も保護者も再登校できるようになることを希望し、再登校することが本人にも利益をもたらす場合の対応」について記した。しかし、本人や保護者が希望しても、再登校できるようにはならない場合の方が多い。ここでは、そのような生徒への対応について記していく。

1) 他校への転校

まだ完全に引きこもってはいないで、学校と繋がっていたいという希望を持っている場合、通信制に転学していくことが多い。但し、通信制といってもいろいろなタイプがあるので、本人が実際に足を運び、自分で確かめる必要がある。

スクーリングの回数、学びの内容、課外活動など、その学校の教育の様子に自分がついていけるのかどうかを、自分で判断して決めていく。この「自分で決める」ということが、動き出す上ではとても重要だ。主体的に活動していくことの第一歩となるからである。

多くの通信制高校には、スクーリングという登校日が設けられているが、基本的には、自分でレポートを提出し、テストを受けることで単位を取得するようになっている。しかし、不登校という理由で通信制に転学する場合は、基本的にそれまで「学校の授業」には出席していない。だから、通信制高校から出された課題に自分だけで取り組んで単位を認定してもらうのは、とてもハードルが高いのだ。そこで、サポート校との併用で単位を修得するという

ことが多くなる。

2) フリースクールへ通う

高校の場合はフリースクールへ通うということは殆どない。高校は、義務教育ではないからだ。但し、小中学生の時から通っている場合、高校生の年齢になっても受け入れてくれるフリースクールはいくつか存在する。しかし、フリースクールに通っているだけでは高校卒業の資格は得られないので、高卒の資格を得たい場合には、フリースクールに通いながら、高卒認定試験を受けなければならない。

ここでは、高校卒業資格を得るためではなく、義務教育段階でフリースクールに通う意味について考えてみたい。

フリースクールには「学校復帰を前提とせず、元気回復を目指すもの」「学校復帰を望む子供に対する学習サポートをするもの」「学習障害や発達障害が原因で不登校になった子供を支援するもの」「医療機関と連携したサポートがあるもの」「自宅でサポートを受けられるもの」「自然の中で共同生活するもの」「通信制高校やサポート校が小中等部として開設しているもの」「オルタナティブスクールと呼ばれるもの」など、いろいろある。これも、実際に自分の目で確認して、自分で決めることが大切だ。

個人的には、不登校児童生徒は、学校に行けないことで疲弊してしまっているので、本人の居場所を作り、精神面・生活面を安定させる支援や学習意欲の回復を応援する場となっているものがよいと思っている。

フリースクールを運営している人の中には、元教師という人もいる。彼ら／彼女らは、通ってくる子ども達が「学校的なもの」によって傷つけられていることを知っているので、できる限り「学校的なもの」を排除して「目の前にいる子ども」に寄り添おうという姿勢で関わっている。

彼ら／彼女らを悩ませているのは、運営資金の問題である。運営資金は、基本的には寄付金と保護者負担で賄われている。保護者の負担額は2万円～6万円程度と言われている（この金額を負担できないと、通いたくても通えないということになる）。この金額は、保護者にとって大きな負担となる。

行政の運営する公的な不登校支援施設は基本的に

無料だが、子ども達は、そういう施設に通いたがらない。なぜなら、まだ「学校復帰」ということを考えられる状況ではないのに、「学校復帰」を目指した指導が行われているからだ。

民間のフリースクールも、行政からの支援があれば、保護者に負担をかけずに運営していくことができるのだが、行政から支援を受けると、行政から「学校への復帰」を目指した指導を求められる。それでは、傷ついている子ども達の支援にはならない。

民間のフリースクールの運営者は、この矛盾の中で苦しんでいるのである。

3) 情報を提供する

自分の息子の不登校をきっかけに「びんずネット」という「親が楽しく学べる場、気づきの場」を立ち上げた金子あかね・純一夫妻は、不登校をテーマにしたインタビュー事例集「雲の向こうはいつも青空」を定期的に出版している（注8）。

第9号の事例集には、不登校を経験しながらも、現在「人材派遣会社の営業担当として働く女性」「携帯電話のショップ店員として働く男性」「オーガニック茶農家として働いている男性」など、7名のインタビュー記事が掲載されている。

「同調圧力」から自由になれず、「マジョリティの中にいることで安心感を感じる」私たちは、「不登校」というマイノリティになってしまったことで、将来を真っ暗なものと感じてしまう。そのような「不安」が、私たちに、不登校に陥ってしまった子どもに対して「学校復帰すること」を急がせて精神的に追い詰めるということをしてしまう。

何度も記しているように、そういう対応は「百害あって一利なし」なのである。しかし、そういうことを口を酸っぱくして言っても、そういう行動を改めることはできない。「未来が見えない不安」でいっぱいになっているからである。

この「不安」を弱めていくには、「不登校経験者が、その後どうなっていったのか」を知ることが有効である。金子夫妻によって出版された「雲の向こうはいつも青空」は、そのような情報を提供してくれている。

荒井裕司を代表とする「登校拒否の子どもたちの進路を考える研究会（登進研）」が定期的開催しているセミナーの資料に、不登校を経験した人の

「その後」が報告されている場合がある。

高校生の時に不登校になったが、高卒認定試験を受けて大学受験をする資格を手に入れる。大学で教職科目を修め、教員免許を取得する。そのようにして現在、教壇に立っている人のことも紹介されていた。

このような情報を手に入れることで、不登校に陥っている本人もその保護者も、将来に希望を抱きやすくなる。

おわりに

ここまで「現代の若者」の状況を分析し、私なりの「現代の若者」への対応について記してきた。不登校に陥っている本人や保護者に「学校復帰」の希望がある場合の対応についても記してあるが、その場合は、本人が現在どのような精神状態にあるのかを見極めることが必要である。本人の状態を見極めることをせず、一般的なマニュアルに沿って対応していても、本人は追い詰められるだけになってしまう。

一番必要なのは、本人の心を休ませることである。そのためには、今の状態をそっくりそのまま受け入れることが必要になる。それを蔑ろにして、焦って「学校復帰」のために奔走しても何の意味もない。

私たち自身が、「不登校でも、将来が閉ざされてしまったわけではない」ということを心の底から信じて、目の前の子どもを丸ごと受け止めるところから始めていくことが大切なのである。

注1：2022年「令和3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」（文部科学省HP）による。以下の高校のデータも同じ出典である。

注2：SGEとは、リーダーの指示した課題をグループで行い、そのときの気持ちを率直に語り合うことを通して、徐々にエンカウンター体験を深めていくものである。

注3：SSTとは、さまざまなプログラムを通して対人関係など社会生活に必要なスキルを学んでいく支援のことである。

注4：ピアサポートとは、同じような立場や境遇、経験等を共にする人同士の支え合い活動のことである。

注5：アサーショントレーニングは「自分も相手も大切にコミュニケーション」のことである。「周りの空気に合わせる」という文化の中で育ってきた日本人は、なかなか自己主張することができない。そのために「息苦しさ」を感じてしまう人もいる。そういう「息苦しさ」から抜け出すためにも必要なものである。

注6：GWTとは、グループメンバーが、ワークや活動を通してお互いの言動に気づき「協力することの意義」を感じ、「協同で問題解決に向かう」ということを行う活動のことである。私は現役の時「バスは待ってくれない」「白樺山荘はどこだ」などをよく行っていた。

注7：「ほめ言葉のシャワー」「価値語」などの実践で知られる菊池省三の著作はたくさん出版されている。具体的でわかりやすく、彼がどのような「観」を持って児童と向き合ってきたかがわかる。菊池の実践を参考にして、自分なりの「観」を作っていくことが必要である。形だけ真似しても成果は得られない。

注8：一般には販売はされていない。「びんずネット」のリンク先URLから申し込むことができる。

参考文献

- 2022「令和3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」（文部科学省HP）
- 2020 石井光太「43回の殺意」（新潮文庫）
- 2022 金間大介「先生、どうか皆の前でほめないで下さい」（東洋経済新報社）
- 2017 小林琴美「承認不安と現代の若者」（早稲田大学文化構想学部現代人間関係岡部ゼミ卒業論文）
- 2020 原田曜平「Z世代」（光文社新書）
- 2022 齋藤環「『自傷的自己愛』の精神分析」（角川新書）
- 2023 今村久美「不登校—親子のための教科書」（ダイヤモンド社）
- 2022 諸富祥彦「不登校体験の本質と予防・対応 学校に行けない『からだ』」（図書文化）
- 2023 金子あかね・純一「雲の向こうはいつも青空 Vol.9」