はじめに・・・

- 1 どれくらいいるの?
- 2 不登校のきっかけ(要因)は?
- 3 要因の詳細は?
- 4 国の考え方は?
- 5 理解とよりそい方は?
- 6 親は家庭の太陽に!
- 7 効果があった取り組み
- 8 体験者から学ぶ!
- 9 学びの場はどうすればいい?
- 10 未来は開けている!
- 11 一人で抱えないでいい!
- 12 おわりに・・・子供の「好き」を伸ばす

1 どれくらいいるの?

★文部科学省調査結果より(令和2年度)

小学校 63,350人(10.1人/1,000人当たり)

中学校 132,777人(43.0人/)

合 計 196,127人(20.7人/)

前年度 181,272人(8.2%↑)

★埼玉県調査結果より(令和2年度)

小学校 2,624人(7.2人/1,000人当たり)

中学校 6,310人(35.7人/)

合 計 8,934人(16.5人/)

前年度 8,275人(8.0%↑)

平成10年度以降最多 学年が上がるにつれて増加傾向 「問題行動」から「理解し、受容するもの」へ(社会の見方の変化)

2 不登校のきっかけ(要因)は?

R2年度埼玉県調査結果より

★小学校	
無気力•不安••••••	••51.4%
生活リズムの乱れ、遊び、非行・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	··12.5%
親子関係・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	··11.7%
★中学校	
無気力・不安・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	• 51. 0%
友人関係(いじめを除く)・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	•12.8%
生活リズムの乱れ、遊び、非行・・・・・・・・・・・・	· 10. 2%

- 3 要因の詳細は?(R2年度埼玉県調査結果より)
- ★学校に関する要因 (15.4/26.1) (小学校/中学校)単位%いじめ (0.4/0.1) 友人関係 (8.0/12.8) 先生との関係 (1.9/1.0) 学業不振 (3.2/6.5) 進路不安 (0.2/0.9) クラブ・部活 (0.0/0.7)
- 学校のきまり(0.4/0.7) 入学・進級等の不適応(1.3/3.4)
- ★家庭に関する要因(17.4/8.4)
 - 家庭環境の変化(3.5/1.9) <u>親子関係</u>(11.7/4.8) 家庭内不和(2.2/1.7)
- ★本人に関する要因(63.9/63.0)
 - 生活リズムの乱れ・遊び・非行(12.5/10.2) 無気力・不安(51.4/51.0)
- ★該当なし(3.3:4.2)

- ★要因は複合している場合や変化する場合がある。
- ★本人にも明確に分からないことが多い。
- ★結果として・・・

「無気力・不安」「生活リズムの乱れ・あそび、非行」につながり、大きな要因となる。

★どの子でも起こりうる!

4 国の考え方は?

不登校児童生徒への支援の在り方について

(通知:令和元年2019)より

- ・「学校に登校する」という結果のみを目標にするのではない
- ・自らの進路を主体的に捉えて、社会的自立を目指す
- ・不登校の時期が休養や自分を見つめ直す等の積極的な意味
- ・学業の遅れや進路選択上の不利益や社会的自立へのリスク留意
- ★教育機会確保法(第13条/12条)(2016)
 - ・休養の必要性、児童生徒の状況に応じた学習活動が行われること
- ・学校での学習環境整備と学校以外の場での学習活動の支援これにより、
- ☆子どもは学校を休んでも自責の念をもたずにすむ。
 ☆親は「学校を気にしないで休もう」と言える。

5-1 理解とよりそい方は?(1:予兆期)

「子どもの問題いかに解決するか」魚住絹代(ソーシャルワーカー)著・ 岡田尊司(精神科医)監修より

★不登校の状態

- ・自分らしく動けなくなり、学校や周囲とのつながりを断っている状態
- 1 予兆期の特徴○ と よりそい方★
 - ○起床が遅くなる・体調不良を理由に登校を渋る
 - ○表情が暗くなる
 - ○本当は学校に行きたいと思っている
 - ○身動きができない辛さを言葉にできない
 - ○学校に行けない自分を責める
 - ○理解してもらえない(居場所のなさ)・親の期待に応えられない不安
 - ★辛さを受け止め、本人の体調やペースを尊重しながら 焦らずに一緒に考えていくパートナーとしての関係をもち続ける

5-2 理解とよりそい方は?(2:苦悶期)

- 2 苦悶期の特徴○ と よりそい方★
- ○本格的な不登校の始まり
- ○感情の不安定、葛藤
- ○本人も動けなくなった理由がわからない
- ○自己否定、自責の念が強まる
- ○学校のことを考えるだけで辛い
- ○部屋にこもる ゲーム漬け 昼夜逆転の生活
 - ★傷ついた気持ちを受け止め、安心感を回復する
 - ★否定しない 「あなたはあなたでいい」
 - **★親は不安がらない** 子どもを追い詰めない

5-3 理解とよりそい方は?(3:膠着期)

- 3 膠着期の特徴○ と よりそい方★
- ○傷ついた気持ちの回復⇒部屋から出る 活動の活発化
- ○自信は回復していない⇒チャレンジすることに臆病
- ○周囲の期待が高まる⇒でも・・動けそうで動けない状態
- 膠着期を短くするポイント(スモールステップ)
 - ★学校のことを持ち出さない ★得意なことや好きなことに付き合う
 - ★<u>信頼関係ができてから</u>漠然と今の気持ちや気分を尋ねる 「今の気分は100点満点で何点くらい?」
 - ★今の自分にできることを見つけていく 「あと10点上げるにはどうすればいいかな?」
 - ★「少しずつ学校のことを考えてみよう」と提案 「しんどかったら遠慮なく言ってほしい」 「無理なことは無理って言ってくれたら よくわかって助かるよ」

5-4 理解とよりそい方は?(3:膠着期)

ひきこもりの強いケースのよりそい方

- ★外に出るためにできそうなことを紙に書く
- ★難易度の低い順から表に並べ、できたらシールを貼る(達成感) 例えば・・

カーテンを開ける 窓を開ける ベランダに出る 洗濯物を取り込む 玄関で靴を履く 新聞をとる 家の周りを一周する コンビニに行く など

★膠着期には波があり、逆戻りをすることもある 周囲は落胆や不安を見せない 「そういうときもある」「無理をしないで」「休むことも大事」「今は 体が一番大事な時」・・子どものペースを尊重、共有

5-5 理解とよりそい方は?(4:回復期)

- 4 回復期の特徴○ と よりそい方★
- ○表情や気持ちに余裕や明るさ⇒外出や活動の増加
- ○現実的な問題や将来の問題についても話ができる
- ○学校の話ができる ○友人と遊べる
- ○教師と会って話せる ○学校に行ける ○教室に入れる
- ★学校に行けたときのよりそい方
 - ・「大丈夫そうだね」は× 「ぼちぼち行こう」は〇
 - ・子どもに合った関わり方の模索
 - ・親や学校のペースでなく子どものペースを尊重する

5-6 理解とよりそい方は?(まとめ1)

★どんなに絶望的でも 投げやりになっていても 周囲がもう無理とあきらめかけている子どもでも・・・

心の奥ではつながりたいと思っている

でも・・マニュアルはない

★子どもと真っ白な気持ちで向き合い

その子なりのつながりを見つけていくこと

★あれこれ試し 失敗し 人の手を借りながら

手探りで探していくしかない

- ★<u>担任(学校)とのつながりを継続</u>(戻りやすい雰囲気の醸成)
- ★学年、小中高の変わり目がきっかけ

5-7 理解とよりそい方は?(まとめ2)

- ★強引に外出(登校)させる
 - ⇒©「外出(登校)」の提案のみ、本人から言い出すまで 決めるのはあくまでも本人
- *「しっかりしろ」「もっとがんばれ」の声かけ
 - ⇒◎緊急避難行為をしているだけ 「しっかり」やっているし「がんばっている」と認める
- ★一つの課題を乗り越えた後の過剰な期待
 - ⇒◎「労う」と「認める」(挑戦→達成→<u>休息</u>→挑戦) 周囲の焦りは心理的圧力となる
- 「登校してほしい」は・・

「子どものため?」それとも「親の安心のため?」

6 親は家庭の太陽に!

- 家庭に明るい雰囲気をつくる!
- 子どもの好きな食事をつくる!
- とりとめのない 雑談をつくる!
- 子供の「好き」を伸ばす!
- 子供と適当な距離感をとり見守る!
- 親は親の好きなことをする!
- 一人で抱え込まない。「親の会」等を活用する!

7 効果があった取り組み

★H18年度文科省問題行動調査より

家庭訪問、学業や生活面での相談にのるなど 51.2% 電話・迎えなどの登校促し 49.2% 家族関係、家庭環境の改善 40.0%

★H26年度文科省問題行動調査より

電話・迎えなどの登校促し 50.9% 家庭訪問、学業や生活面での相談にのるなど 47.4% スクールカウンセラー等による専門的指導 41.0%

★不登校経験者が受けたかった支援

心の悩みについての相談・自分の気持ちを表現したり、人とうまく付き合う方法についての指導

8-1 体験者から学ぶ(1)

埼玉県教育委員会不登校支援サイトより

保護者(1):不登校期間 小6~中3(3年半)

きっかけ・・はっきりしたきっかけは不明。小6の担任とうまくいかなかった。

過ごし方・・最初は習い事や友達と遊んでいた。やがて部屋に引きこもってゲームを 一日中するようになり、昼夜逆転の 生活に。

- ・その時の気持ちや考えていたこと・・一生引き こもるのか?勉強の遅れは取り戻せるのか? この子はどうなってしまうのか?本人の辛さに 寄り添うことより、将来の心配ばかりに。
- ・関わり方・・子どもの本当の気持ちを聴いてからは、子どもがやりたいことをできる限りやらせた。学校のこと、こんなことがあるけどやってみないなど情報を伝えたが、不安が怒りに代わってしまうときは見守っていた。

・子どもや親の変化・・親子・家族・ママ友関係が 狂っ てくる。でも、それは親の問題。学校に行けなくなった 子どもはもっとしんどい。そのことに気づくまでに時間 がかかった。ぶつかり合って泣いて叫んで、そこまでし て初めて子どもが苦しんでいることに親が気付けた。 試行錯誤しながら、親の会、行政に頼る。本を読む。 親が変化すると子どもも変化する。会話ができるよう になる。会話ができると進展がある。焦らずじっと子ど もが動くのを待っていれば子どもは動く。よい方向に 動けるよう情報を集める。

- ・子どもにしてよかったこと(◎)、やらなければよかったこと(△)
- ◎子どもが要求することはできる限りやってあげたこと。要求をのむとエスカレートするのではという不安もあったが、子どもは親をちゃんと見ている。子どもが親を試したいときにちゃんと答えてあげれば子どもも学習する。
- △学校の情報を一番しんどかったであろう時期 に子どもに伝えたこと。

・不安を感じたときどうしていたか。

子どものことは親の会などで自分も子ども も否定しないで話を聴いてくれる人に相 談した。友達とはまったく違う話をしたり、 おいしいものを食べに行ったりしてとにか くストレスを発散した。父親とも楽しい話を して家では不安を見せないようにした。不 安な時こそ笑って過ごせる環境づくりをし た。

学校に行かなかったことついて感じていること・ 考えていること

学校に行かなかったからこそ、今の自分があ ると聞くが、私はそうは思わない。普通に過ご せることに越したことはない。しかしながら、親 としてもう一度子どもを見つめなおし、もう一度 子育てをし直し、ちょっとのことに喜びを感じ、 ちょっとのことに幸せを感じられるようになった。 子どもが楽しく生きていてくれればそれでいい。

・学校に行っていない人や行かない人に対してのメッセージ

学校にいけないことを「どうして」「なんで」と責 められるように質問されても、自分自身が一番 教えてもらいたい言葉だと思う。「どうして」「な んで」と聞かない大人もいる。学ぶ場所は学校 だけではない。勉強は学びなおしができる。自 分で動けるときが来てからで大丈夫。ただ、 「学校」も敵ではない。ちゃんと不登校の子供 のことも考えてくれる。学びの権利はあるので、 親と連携をとってもらって上手に「学校」と付き 合っていければベストだと思う。

8-2 体験者から学ぶ(2)

保護者(2):不登校期間 小1の3学期~小6 (5年3か月)

・きっかけ・・小1の2学期から行き渋り、3学期から不登校に。きっかけは不明。

・過ごし方・・毎日テレビを見てゲームをしていた。

・その時の気持ちや考えていたこと

「いつになったら学校に行くと言うのだろう」「学校へ行かず大人になれるのだろうか」と不安で、毎日苦しかったことを覚えている。

・関わり方

休ませた当初は、学校に行かないのであれば、家できちんと過ごさせなければと、嫌がる子供にいろいろさせた。しかし、いやいややる事は楽しくなく、どれも実を結ばなかった。本や講演会などで知ったり聞いたりしては、子どもに働きかけてみるが失敗するということを何度も繰り返しながらの日々だった。

・子どもや親の変化

本当は、本人が一番つらいのだが、自分の子育てを否定さ れたように感じ、私自身が落ち込んで行き、この状態から逃 げ出したいと思うほどだった。いつ動き出すのか、どんな結果 が待っているかわからない状態だった。毎日テレビ、ゲーム の子どもを受け入れることはとても大変なことだった。親の会 に参加し、話を聴いてもらう中、子どもの理解者の一人になる ことだと思えるまでには数年かかった。「子どもを楽にして、元 気にしてあげることの大事さ」と「甘やかしたら駄目になってし まうのではないか」という思いの中で揺れていた。「子どもが 自ら学校に行くというまで待とう」と思えた頃、今まで何を誘っ てもやってくれなかった子どもが、自分から地域のミニバスに 入りたいと言い、元気に活動するようになった。

- ・子どもにしてよかったこと(◎)、やらなければよかったこと(△)
- ◎自分から「どうしてもやりたい」というので、ミニバスに 入団させたこと。夢中でやれる自分の楽しみを見つ けることの大切さを感じた。バスケットは、子どもにとっ て、自分を支え、元気を与えてくれる大切なものの1 つに今でもなっている気がする。

△嫌がる子どもを無理に学校に連れて行ったこと。

・不安を感じたときどうしていたか。

自分を支えてくれたのは「親の会」との出会いだった。 「親の会」は、解決策を教えてくれるところではない。 集まった人それぞれの不安や悩み、体験を話すだけ だが、「そうそう」「私も・・・」と自分の辛さ、不安をわ かって受け止めてくれる人がいた。気持ちが楽になり、 エネルギーをもらえる体験を初めてして、共感するこ との大切さを実感した。学校に行くか行かないかで一 喜一憂するのではなく、子どもの苦しさを受け止め元 気にしてあげることが次への一歩になるのかもしれな いと思った。

・学校に行っていない人や行かない人に対してのメッセージ

今振り返って思うことは、子どもの人生は、子 どものもので、自ら選択したときは、驚くほど頼も しく歩いていく。親ができることは、子どものやり たいことを応援し続けることだけなのだと思う。 子どもは、それぞれ素敵な力を秘めているので はないだろうか。。

8-3 体験者から学ぶ(3)

保護者(3):不登校期間 小2~中3卒業まで(7年)

- ・きっかけ・・発達障害があるかもしれないと思い始めた 頃から情緒不安定になり五月雨登校から不登校に なった。友達が作れず、集団行動が苦手で宿題も苦 痛に感じていた。これまでの学校生活でエネルギーを 使い果たしたのかもしれない。
- ・過ごし方・・テレビ、DVDを見たり、ゲームセンターに行ったりした。家の手伝いや軽い運動を一緒にやった。 夫とともに発達障害や不登校について学習し、講演会や学習会に積極的に参加した。医療機関でペアレントトレーニングを受けた。

- ・その時の気持ちや考えていたこと・・初めのころは、少しの時間でも学校に行ってほしかったが、親が望むほど子どもは不安定になり、パニックを起こすようになったので、不登校を受け入れることにした。引きこもって太っていく姿が心配で何とかしなければと思っていた。こうなったのは私の育て方のせいだと自らを攻め、うつ状態になった。
- ・関わり方・・約束を守らないと怒って説教をしていたが、ペアトレーニングで行動療法を学び、短い言葉で簡潔に伝える努力をした。低くなった自己肯定感を上げるためにできないことは注視せず、できることに注目して褒める回数を増やした。

・子どもや親の変化

子供がわりと早い段階で不登校になったの がかえってよかった。発達検査は、対応時のヒ ントになった。また、発達障害を学んだ事で人 は皆違うということを実感した。モノの見え方、 理解の仕方、肌の感じ方など、私が思う『普通』 の枠に子供も入っていると思っていたが、大き な間違いだと気づいた。人を受け入れる幅が 広がり、以前よりも寄り添えるようになったと思う。

- ・子どもにしてよかったこと(◎)、やらなければよかったこと(△)
- ◎医療機関を受診し特性がわかったこと。通級、民間の発達 支援教室、フリースクールに通ったこと。
 - 「学校に行って苦しくなるなら行かなくて良いよ」と 伝えたこと。 周りと比べるのを止めたこと。 自宅は心と体を休める場所にすると決めたこと。
- △学校に行ったらオモチャを買うなど、モノで釣るようなこと。 毎晩「明日は学校どうする?」と問うこと。学習の遅れを心 配し自宅で勉強を教えようとしたが、心が乱れている中で は難しく、親子関係が悪くなった。

- ・不安を感じたときどうしていたか。
- 家族やフリースクールの先生に相談したり、カウンセリングを受けたりした。学習会では発達障害や不登校の子供を持つ親の集まりなので経験者の話を聞いて参考にした。
- ・学校に行っていない人や行かない人に対してのメッセージ 子供も私も壊れてしまいそうなほど苦しい日々を過ごしま したが、命をかけて子供が伝えたかった事を必死で受け 止めようと頑張った日々でもありました。真剣に向き合い 続けることで、少しずつ未来が明るくなってきます。 今までにない新しい価値観を手に入れるためには、多く のエネルギーと時間が必要です。苦しみ悩んだ先に、きっ とかけがえのない大切なモノが得られると信じてください。

8-4 体験者から学ぶ(4)

本人(1):不登校期間 小5~小6(約2年)

- きっかけ・・引っ越ししてきたばかりの時期で、周囲の生徒と 人間関係があまり上手くいかなかったこと、塾で疲労していた ことなどが原因。
- ・過ごし方・・勉強、読書など。
- ・その時の気持ちや考えていたこと・・特に何も思わなかった。漠然とした不安はあった。
- ・保護者や先生にしてもらってうれしかったこと・・ 親がいろいるな本を図書館で借りてきてくれたことがうれしかった。この時期はかなり本(主に小説)を読んでいたと思う。
- ・友人や大人(保護者・先生以外)にしてもらって嬉しかった事引っ越す前の友人と遊んだときは素直に楽しめた。

・学校に行かなかったことについて感じていることや考え

小学校での学習に意味があったとは思っていないので不登校についてまったく後悔はない。中学、高校では数学や物理について議論し合える友人を得ることができ、非常に楽しんでいたので学校に通う意味は大いにあったと思う。自分は現在大学生だが、勉強において大切なのは先生に教わることよりも学生同士で教え合い、議論することだと感じているので、不登校の状況にある人たちでもその恩恵が享受できるような環境整備が必要であると考える。

・学校に行っていない人や行かない人に対してのメッセージ

各人に様々な事情があるので、必ずしも学校に行くことにこだわる必要はないと思う。勉強自体は非常に面白いものであり、本来決して強要されるようなものではないので、自分の興味に基づいて自由に学んでほしい。

8-5 体験者から学ぶ(5)

- 本人(2):不登校期間 小2、中2~3、高2(計4年間)
- ・きっかけ・・小2:担任の先生に精神的に追い詰められる。 中2:学校の雰囲気に嫌気がさした。中3:最初のころは登 校したが、染みついたさぼり癖が抜けず再度不登校に。 高2:将来に対する不安と葛藤に耐えられなくなった。やる 気の喪失。
- ・過ごし方・・小2:覚えていない。中2~3:ゲームを中心とした生活。休みの日はボーイスカウトに参加。高2:ゲームをしたりしていたが何もしない時間が多かった。

・その時の気持ちや考えていたこと・・

- 小2: 覚えていない。家族の話では感情が喪失していたらしい。
- 中2:ほぼ何も考えていなかったが少しやばいなと感じていた。
- 中3:やばいことに気づき高校に進学することを決意。
- 高2:前半はやばいなとか焦りがあったが、後半は何も考えられ ない状態だった。また、うつ病に近い精神状態だった。

・保護者や先生にしてもらって

【感謝していること】見捨てることなく最後まで自分という人間 を尊重してくれていたこと。

【いやだったこと】期待されること。変に構われたりしたとき、こう した方がいいと考えを押し付けられたときは 腹が立った。

- ・友人や大人(保護者・先生以外)にしてもらって 【嬉しかったこと】出会っても普通にしていてくれたこと。(高校) 【いやだったこと】大勢で相談室に来た時のこと。(中学)
- ・学校に行かなかったことについて感じていることや考え 間違った行動だとは思っていないが、後悔が強く残っている。 特に感じることが多かったのは高3に進級したタイミングだった。
- ・学校に行っていない人や行かない人に対してのメッセージ 自分は3回も不登校になりました。しかも全て違う要因です。そん な自分でも今は普通に大学生として生活しています。今不登校 でも問題ないとは言い切れませんが、とりあえず周りの目なんて 気にしないでいいと思います。無理なら無理でいい。とりあえず今 を生きましょう。それでやりたいようにやればいい。今すぐ無理に 変わろうとしないでいいんです。今を楽しんじゃいましょう。ただ、 必ず変わらなければならない時が来ます。その時に力を出せるよ うに今は力をためる時期だと思って生活してみるといいかもしれま せんね。

8-6 体験者から学ぶ(6)

- 本人(3):不登校期間 中1後半から(2年半)
- ・きっかけ・・最初は部活内の環境が嫌になって学校を休みがちになり、それから病気(起立性調節障害)にかかり、学校へ行かなくなった。
- ・過ごし方・・一日中寝ているか、ゲームをして過ごしていた。
- ・その時の気持ちや考えていたこと・・
 - 将来のことや学校のことを考えれば考えるほど不安になったり、体調が悪化したりするので、できるだけ現実逃避できることをして、気を紛らわしていた。
- ・保護者や先生にしてもらって感謝していること 親はずっと見守ってくれて、先生も授業のプリントやお便りを毎 週家まで持ってきてくれて学校の様子などを話してくれたりす ることが心の支えだった。

・友人や大人(親・先生以外)にしてもらって嬉しかったこと

不登校のことを気にせず遊ぼうと誘ってくれたり、ゲームを一緒に やってくれるのがうれしかった。

・学校に行かなかったことについて感じていることや考え

今この環境(高校生活)が楽しいって思えるのは、ある意味不 登校のおかげでもあるし、不登校を経験したからこそ学んだこと もたくさんあったので、「良い経験をしたな~」程度の気持ちです。

・学校に行っていない人や行かない人に対してのメッセージ

後ろ向きな気持ちにならず、今を楽しんでほしいと思います。 今、辛かったり、将来のことが不安で考え込んだりすることは良いことだけど、まだ人生長いし、どうにでもなると思っているので、 気軽に生きて行ってみませんか。

8-7 体験者から学ぶ(7)

本人(4):不登校期間 小2から(8年間)

- ・きっかけ・・集団が苦手だった。感覚が敏感だった。
- ・過ごし方・・ 寝る。SNS。親の仕事についていく。
- ・その時の気持ちや考えていたこと・・罪悪感とかなかった。しばらくしたら気が楽になった。
- ・保護者や先生にしてもらって
- 【うれしかったこと】電話や直接話すのが苦手だったから、 交換日記は嬉しかった。

【いやだったこと】家に来られるのが嫌だった。

- ・友人や大人(親・先生以外)にしてもらって嬉しかったこと【られしかったこと】いろいろ教えてくれたこと。【いやだったこと】時々学校に行った時、気を遣われること。
- ・学校に行かなかったことについて感じていることや考え 今考えると、行かなくて本当に良かった。
- ・学校に行っていない人や行かない人に対してのメッセージ 学校に行かないのは失うこともあるけど、行かないことで得られる こともたくさんあると思います。学校が世界の全てではないし、一 生続くものでもないので、行かない自分を責めるのではなく、行か ないという選択ができた自分に自信をもってみてください。

8-8 体験者から学ぶ(8)

本人(5):不登校期間 中1の3学期から卒業まで(約2年間)

・きっかけ

自分でも何故か分からなかったが、学校に行きたくないと思い出した。朝、気持ちが悪いなどと言って登校を拒否した。

・過ごし方

一日中ベッドで過ごし、**昼夜逆転**していた。中2の10月頃から フリースクールに通っていた。

・その時の気持ちや考えていたこと学校の人にはとにかく会いたくなかった。何もする気が起きなかった。

- ・保護者や先生にしてもらって嬉しかったこと・嫌だったこと
 - ◎兄弟が何も言ってこないでくれたのが有り難かった。
 - △担任が家に来るたび「いつから来られるようになるのか」「テ ストは来週だぞ」等と言ってくることが苦痛だった。
- ・友人や大人にしてもらって嬉しかったこと・嫌だったこと
 - ◎友達が連絡をくれるのは嬉しかった。
 - △学校に行っていない自分が何を言ってよいのか分からず、 返信するのがつらかった。
- ・学校に行かなかったことについて感じていることや考え 今振り返ってみて、どうしたってあの頃は学校に通うことが出来 なかったので、自分にとって必要な時間であったと思う。引きこ もっていた頃に、自分が20歳になっても生きていて、大学に 通っていると知ったら驚くだろうと思う。

体験者から学ぶ(まとめ)

- ◎不登校の時期のもつ意味
 - ・様々なストレスから回復するための休養
 - ・進路選択など自分を見つめ直す機会(自分の「好き」の発見)
- ・新しい価値観の獲得・動き出すためのエネルギーの補充
- △現実問題としてのリスク
 - ・学業の遅れ・進路選択上の不利益・社会的自立へのリスク
- ★379人の不登校経験者のインタビュー調査

(不登校に関する調査研究協力者会議より)

肯定的回答:行かないことにも意味があった 32.6%

否定的回答:行けばよかったと後悔している 39.4%

中立的回答:仕方がない又は考えないようにしている 28.1%

9 学びの場はどうすればいい?

・教育支援センター

(蓮田市教育センター適応指導教室「エコー」)

- ・不登校特例校(全国で17校)
- ・ICTを活用した学習支援(出席扱いになる場合もあり)
- ・フリースクール(出席扱いになる場合もあり)
- •夜間中学校
- ・地域人材による学習支援
- •通信制高校•単位制高校•定時制高校(高校卒業資格取得可)
- ・サポート校・フリースクール(高校卒業資格取得不可)
- ・文科省で実施する「高校卒業程度認定試験」(高卒資格取得不可だが、大学・専門学校等受験資格取得可)

10 未来は開けている!

- ★進路の状況・・・文科省「不登校に関する実態調査」より
 - ○高校進学率(H 5年度⇒H18年度)

```
65.3\% \Rightarrow 85.1\% (19.8% 増加)
```

○高校中退率

```
37.9\% \Rightarrow 14.0\% (23.9\% 減少)
```

○大学・短大・高専への就学率

```
8.5\% \Rightarrow 22.8\% (14.3\% 增加)
```

○専門学校・各種学校への就学率

8.0% \Rightarrow 14.9% (6.9% 增加)

- ◎進路状況の改善
- ◎学力保障・教育支援体制の充実・多様な入学者選抜の実施(不登校枠)など支援が充実している高等学校の増加

11-1 一人で悩まない・抱えない!

相談しやすい人に悩みを話し聞いてもらうことが元気のもと!

【相談できる人・機関】

- ・学校(担任・学年主任・部活顧問・養護教諭・管理職など)
- ・スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー
- •家庭教育学級
- •子育て講座
- ・不登校への理解を深めるセミナー 埼玉県では「保護者と教員のための不登校セミナー」を実施
- ・蓮田市教育センター適応指導教室「エコー」

11-2 一人で悩まない・抱えな

い!

・埼玉県「よい子の電話教育相談」子供用 0120-86-3192 保護者用 048-556-0874

> 「メール相談」 soudan@spec.ed.jp 「面接相談」 048-556-4180(保護者より予約)

- ・SNSを活用した教育相談(中学生・高校生対象)
- ・埼玉県「子どもスマイルネット」 048-822-7007
- ・さいたまチャイルドライン 0120-99-7777
- ・埼玉県教育委員会不登校支援サイト
- ・埼玉県精神保健福祉センター 048-723-3333
- ・埼玉県こころの電話 048-723-1447
- ・埼玉県ひきこもり相談サポートセンター 048-971-5613
- ・埼玉県発達障害総合支援センター 048-601-5551
- ・保健所・保健センター・児童相談所
- ・「親の会」(インターネットでできる会もあり)
- よりそいホットライン 0120-279-338

12 おわりに・・子供の「好き」を伸ばす

子供に寄り添い・・ 子供の「好き」を伸ばす・・・

子供をリスペクトし 子供から教わること! 学校に行かない時間を 子供の「好き」を伸ばす時間に! 「好き」の芽が伸びると 子供に自信の花が咲く!

絵本 谷川俊太郎作 「あな」から学ぶ こんなふうに子供に寄り添えたら・・・ 子どもの心の成長を見届けられたら・・・ 「あな」を掘り始めた息子に 「あせるなよ。あせっちゃだめだ」 「いいあなができたな」というお父さんのように 子供の「好き」を認め、応援することが一番大切なんだと・・・ 「これは ばくの あなだ」と満足してあなを埋め始める息子・・・ そこには、成長した姿があります。 子供の可能性を信じて待つ・・必ず、明るい未来がやってきます!

~明るい未来につなぐ"今"を大切に~

ご清聴ありがとうございました

