

やってみんかね シリーズ

# 不登校児童生徒支援の ツボ



愛媛県総合教育センター

## 目 次

1	はじめに	p 1
2	不登校の初期段階（前駆症状期、断続欠席期）	p 2
3	不登校の中期段階（連続欠席期、暴力・閉じこもり期）	p 3
4	不登校の後期段階（家庭内安定期）	p 4
5	不登校の終期段階（意欲回復期、部分登校期）	p 5
6	県内の相談機関、適応指導教室一覧	p 6

## はじめに

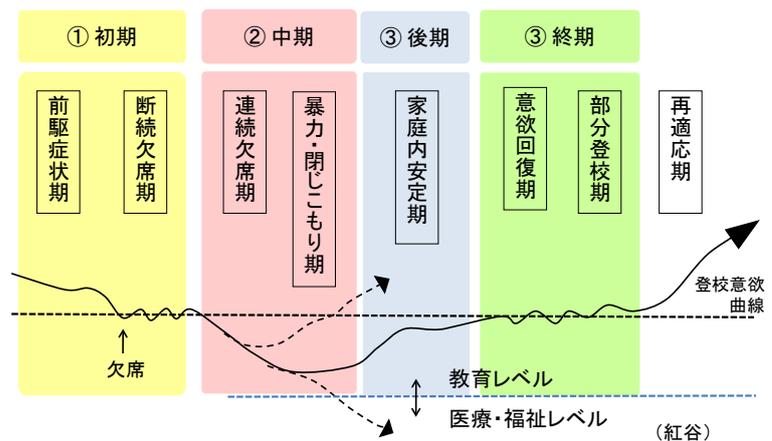
平成30年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果によると、小・中・高等学校に在籍している不登校児童生徒（30日以上欠席）数は、217,251人と報告された。特に小中学生においては前年度から約2万人増加（高校生は約3千人増加）し、1998年度以降最多となった。また、日本財団が平成30年10月に国内中学生6,450人を対象にしたweb調査から、通学はしているものの、何らかの理由で学校に通いたくないと感ずることがある「不登校傾向」の生徒が約33万人に上るとの推計結果を発表した。それらの結果より、不登校が各学校にとって喫緊の解決すべき課題であることが分かる。

不登校の要因に関しては、一人一人異なっていたり、いくつかの要因が重なっていたりすることもあり、万人に効く「これ」といった特効薬的な支援策がないのが現状である。

今回、不登校児童生徒支援の一つとして、不登校の主な要因が心理的要因の児童生徒を対象に、不登校の一般的経過を大きく4つの段階（右図参照）に分け、それぞれの段階で行う支援について、いくつかのポイントをまとめた。

先生方が抱くすべての疑問点について網羅できてはいないが、新任の先生方においては、不登校児童生徒支援の基本として、ベテランの先生方においては、注意事項の再確認として活用していただきたい。

### 不登校の一般的経過図



令和2年3月

愛媛県総合教育センター相談支援部教育相談室



## Ⅰ 不登校の初期段階（前駆症状期、断続欠席期）

### (1) 不登校の初期段階に見られる様子・特徴

何らかの理由で登校が重荷になり、「元気がない」「食欲がない」「部活動を辞める」等の活力の低下や、不安から疲労や不眠を訴え、保健室への出入りが多くなるが、本人、保護者や教員も心の異変をはっきりと意識できない。そのうち、休み明けや特定の教科があるときなどに遅刻や欠席が目立つようになっていたり、頭痛や腹痛、発熱等を訴えるなどして、欠席が2、3日続いたりする。

### (2) 気を付けたいこと

この段階では、本人が抱えているストレスの軽減を図り、症状の重度化を防ぐことを目標とします。そのためには、本人の意思（学校を休む、別室で過ごす等）を尊重するとともに、不登校の背景について、本人がどのような状態にあり、どのような支援を必要としているのか、その都度見極め（アセスメント）を行った上で、適切な働き掛けや関わりを持つことが必要です。

欠席の理由（原因）を追求しすぎず、困難状況を軽減する支援策を本人と一緒に考えます。また、悩みを傾聴する保護者の支えが、本人の意欲を回復することにつながりますので、学校と保護者との協力関係を築くことが必要です。

#### **ツボ1** 遅刻・欠席が気になったときにしておけばよいことは？

断続的でも欠席が気になったら、すぐに電話連絡をすることが大切です。対応が遅れることのないように注意しましょう。欠席が3日間続いた場合などは要注意です。

学校でできる情報収集（友人関係、学習状況、授業中の様子、休み時間の様子、部活の様子、給食の様子など）は、なるべくたくさんして、本人の状況を把握しましょう。

#### **ツボ2** 家庭訪問にかかる時間はどのくらいがよいの？

家庭訪問は短時間でも構いません。しかしながら、保護者の子どもへの不安が大きかったり、学校への不満が強かったりする場合は、来校相談を提案し、じっくりと話を聞く機会を設けましょう。

#### **ツボ3** 家庭訪問で本人や保護者とどんなことを話したらいいの？

趣味や好きなタレントなど、本人が興味のある話題から始めましょう。その際、本人が安心感や信頼感を得られるよう、肯定的な会話を心掛けましょう。

登校については、本人と一緒に考えながら、無理のない登校の仕方を提案していきましょう。

保護者に対しては、まず不安な気持ちに寄り添いましょう。そして、子どもを責めることなく、本人の悩みを傾聴することが本人の意欲回復につながることを伝えましょう。

#### **ツボ4** 学校ではどのような対応をすればよいの？

スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー等とも連携を図り、チームで支援する校内体制を整え、学級担任だけが負担を抱え込まないようにしましょう（例：家庭訪問を学級担任、副担任、学年主任、生徒指導担当等が分担して行う等）。

また、学校内での本人の居場所を用意しておきましょう。

## 2 不登校の中期段階（連続欠席期、暴力・閉じこもり期）

### (1) 不登校の中期段階に見られる様子・特徴

心身ともに疲れ果てて、1日も登校できなくなる。学校に行けないことについていろいろと理由を言うが、因果関係は特定できにくい。子どもは学習の遅れや将来についての不安感、焦燥感等の苦悩を感じている。しばらくすると、自室に閉じこもったり、昼夜逆転の生活が始まったりすることが多い。また、家庭内暴力が見られる場合もある。

### (2) 気を付けたいこと

この段階では、本人の心理的安定を目標にします。また、働き掛けの対象を、本人から保護者に変えていきましょう。本人の生活を見守り、普段通り子どもと接することができるように保護者を支えていきましょう。必要があれば、医療機関を含む専門機関へ相談し、連携していきましょう。

#### **ツボ1** 家庭とのつながりはどうすべき？

家庭とのつながりは、持ち続けることが大切です。欠席が続くと、保護者は子どもに対する様々な不安を感じる人が多いので、問題を抱え込まないように保護者を支え、ねぎらうようにしましょう。また、本人の家庭での心理的安定のためにも、家庭訪問を行う頻度は柔軟（週に1回、月に1~2回など）に考えましょう。

#### **ツボ2** 具体的に、保護者に対して何をする（伝える）の？

本人の心理的安定を図るため、家庭での登校刺激を控えるよう提案します。本人の言動に一喜一憂するのではなく、落ち着いて接するよう話をしましょう。また、家族等との接触を避けるようになったときは、回復するときは必ず来ることを伝え、保護者の不安感を和らげましょう。もし、自室に閉じこもり、家庭内暴力があるときには、き然と説得するように伝え、暴力があまりにひどいときは、児童相談所等への相談を勧めましょう。

#### **ツボ3** 本人と話せなくてもかまわないの？

本人に会って話すことも大切なことですが、本人が面会を拒んでいるのであれば無理をする必要はないでしょう。心配していることや力になりたいと思っていることを保護者を通じて伝えてもらったり、置き手紙で伝えたりすることも方法の一つです。本人と話すごことができたなら、学校の話話を控えて、本人を元気づけることに主眼を置いて話をし、できるだけ短時間で切り上げるようにしましょう。

#### **ツボ4** 学校でしておくべきことは？

学級においては、学級全体への伝え方を本人や保護者に確認しておくといでしょう。学年や学校においては、チームで支援ができるように、「児童生徒理解・教育支援シート」等、情報共有のための資料を活用して、校内での情報共有を行い、継続的な支援ができるようにしましょう。また、必要があれば専門機関も交えて今後の支援計画を立てていきましょう。



### 3 不登校の後期段階（家庭内安定期）

#### (1) 不登校の後期段階に見られる様子・特徴

趣味やゲーム、動画視聴に没頭したり、マンガ本を読みふけったりするなど無為、怠惰と思われる毎日が続く。しかし、登校刺激を与えられないことや登校できなくても家族の大切な一員とされていることで精神的に落ち着いてくると、起床、入浴、食事など、日常生活のリズムが戻ってくる。また、教員や友人の訪問を受け入れられるようになる。

#### (2) 気を付けたいこと

一見、怠惰に見られる本人の行為は、心的エネルギーの充電であり、自分壊し、自分探し、自分作りの意義深い作業です。生活の全てを本人に任せましょう。外部の人間（教員や友人）との再接触が可能となってくるので、タイミングをはかって、本人の怠惰に付き合うことも、本人にプラスに働きます。

#### ツボ1 本人とどんなことを話したらいい？

登校不安から解放されることで精神的に落ち着いてくる時期ですので、登校を促すことはもとより、学校の話は持ち出しません。本人が熱中していることや得意にしていることを話題にし、それを「教えてもらう」というスタンスを取りましょう。

学習に関する内容を話すことができ、本人が望めば、簡単な宿題を1週間ごとに出してみるのもよいでしょう。

#### ツボ2 本人の好きなことを一緒にしてもよいの？

ゲームや動画視聴などに熱中することは、回復のためのワンステップとも言えます。本人の好きなことを一緒にすることで、人間関係づくりにつながります。



#### ツボ3 学級の子どもたちへの伝え方は？

保護者の了解を得て、本人の様子などを学級の子どもたちに伝えましょう。本人が友人の訪問を嫌がらないようなら、遊びに行かせてもよいでしょう。ただし、登校を促すようなことをしないように気を付けさせましょう。

#### ツボ4 保護者へどのような声掛けをしたらいいの？

家庭訪問や電話連絡による緩やかな接触を継続しましょう。

怠惰な生活が続くと保護者も不安になってきますが、本人にとって必要な時間と考え、焦らずゆっくりと見守るように伝えます。そして、家庭内での簡単な手伝いをさせ、ほめる機会を増やすように提案しましょう。また、家庭内での小さな変化を見逃さないように話しておきましょう。生活リズムが戻ってくるようであれば、簡単な日課表を作るなど、生活リズムを本人と一緒に考えてもらいましょう。いくつかの約束（起床時間や家族との夕食、小遣いなど）を決めてもらうのもよいでしょう。

## 4 不登校の終期段階（意欲回復期、部分登校期）

### (1) 不登校の終期段階に見られる様子・特徴

家庭訪問で、ほぼ安定して本人と会えるようになる。保護者からは、「本人が退屈しているように見える」「目標や計画を持って行動し始めた」といった報告がされるようになる。さらに、学校行事や特定教科への出席、保健室登校、別室登校が可能となってくる。

### (2) 気を付けたいこと

当面は登校にこだわらず、本人が元気に生き生きと生活できるようになることを目指して、小さな行動目標を探し実行していきましょう。そして、最終的には再登校を目標に、本人の意志を尊重しながら支援を進めていきましょう。その際、本人の逃げ場を残しつつ、関わり続けることが大切です。

#### **ツボ1** 再登校に向けてどのように対応していけばいいの？

家庭では、家の手伝いなどの役割を持たせたり、安心できる場所で勤労体験をさせたりするとともに、本人から学校に接近することを段階的に促しましょう（例：着替えて+勉強して+頻度アップ）。教員は、週に1回、家庭訪問を行い、本人と会って短時間話をします。本人と会えなくても、保護者から本人の様子を聞きましょう。簡単な課題を与えたり、学校行事に誘ったり、放課後に学校へ来ることを提案してみたりするなどのきっかけを与え、再登校のチャンスをのがさないようにしましょう。学校では再登校の受け入れ体制を整えておきましょう。

#### **ツボ2** 再登校に向けて家庭（保護者）と確認しなくてはならないことは？

初めは登校すればよいとして多くの期待をかけないこと、本人にとって登校することは心身が著しく疲労すること、本人に登校プランを作らせるなど本人の意思を尊重すること、部分登校と小さな挫折、小規模の「山あり谷あり」を繰り返しながら回復していくことなどを保護者と確認しておきましょう。

#### **ツボ3** 登校し始めたらどのように対応していけばいいの？

学校では、学級へ入ることや長時間いることが難しい場合、心身の疲労が著しい場合の対応として、保健室あるいは別室（学校内での居場所）で過ごさせたり、早退させたりすることができるよう配慮しておきましょう。また、関係教員は細かく温かい気配り（宿題の量など学業の遅れへの配慮や友達づくりの援助なども含む）を欠かさないようにしましょう。ただし、他の子どもの前では特別扱いしないようにします。

#### **ツボ4** 別室（学校内の居場所）に関して、注意する点は？

どの部屋なら安心して過ごすことができそうか、本人に決めさせます。そのときの本人の心理状態に適した部屋で対応しましょう。別室での対応の仕方については、関係教員で適宜打ち合わせをしておきましょう。

#### **ツボ5** 「再登校に向けての目標」ってどんな目標？目標を立てた後はどうするの？

登校に向け、本人が合意できる（学校ができる配慮と本人の自発性の折り合いがポイント）目標を立てます。その際、具体的で実現可能な行動や数値を目標とします。そして、定期的に目標の達成状況を振り返り、目標を見直し、新たな目標を立てます。これを繰り返すようにして再登校に向かわせましょう。

## 5 県内の相談機関、適応指導教室一覧

### (1) 県内の相談機関

機関名	連絡先	住所
愛媛県総合教育センター教育相談室	089-963-3986	松山市上野町甲 650
愛媛県心と体の健康センター	089-911-3880	松山市本町 7-2
チャイルドライン	0120-99-7777	

### (2) 県内の適応指導教室（令和元年11月20日現在）

設置者	適応指導教室名	連絡先	住所
愛媛県	こまどり教室	089-963-3986	松山市上野町甲 650
四国中央市	キトリ(休級)	0896-58-1980	四国中央市川之江町 4071-1
四国中央市	ユームールーム	0896-28-6166	四国中央市下柏松町 749-2
四国中央市	はあとふるDoI	0896-28-6355	四国中央市土居町入野 178-1
新居浜市	あすなろ教室	0897-37-7474	新居浜市繁本町 8-65
西条市	いしづち	0897-52-2355	西条市檜木 53-1
西条市	ひうち	0898-64-5399	西条市周布 349-1
今治市	コスモスの家	0898-22-3309	今治市天保山町 3-2-1
松山市	松山わかあゆ教室	089-943-3205	松山市築山町 12-33
松山市	松山市自立支援教室	089-943-3205	松山市築山町 12-33
松山市	北条文化の森教室	089-993-2366	松山市河野別府 941
伊予市	はばたき	089-989-5022	伊予市尾崎 3-1
内子町	ふれあいルーム	0893-43-1261	内子町平岡甲 185-1
大洲市	おおずふれあいスクール	0893-24-1414	大洲北只 1086
宇和島市	わかたけ	0895-22-1642	宇和島市文京町 2-2

※ 受入対象児童生徒の学年に関しては、各適応指導教室に確認してください。



本資料をより良いものにするために、皆様の御意見をお聞かせください。

E-mail [soudan@school.esnet.ed.jp](mailto:soudan@school.esnet.ed.jp)



令和元年度愛媛県総合教育センター調査・研究事業  
相談支援部教育相談室