

不登校で閉じこもりの状態にある生徒への対応 (事例研究)

切 手 純 孝

Correspondence to the student in the state of shutting oneself up by non-attendance at school.

This research considers correspondence to the student in the state of shutting oneself up by non-attendance at school, based on a concrete consultation example.

When the junior high school student who entered at adolescence becomes non-attendance at school, many cases which shut themselves up in their room or become the life of a day-and-night inversion are seen. It is said that the correspondence to the junior high school student in such a state is very difficult.

It is difficult for the correspondence to the student in the state of shutting oneself up by non-attendance at school for counselor to counsel a student with a direct meeting in many cases. Therefore there is the present condition that a guardian (many are mothers) cannot but take the lead and cannot but correspond at a home.

Then, consideration was performed for how the student's shut heart should be faced through the counseling to a guardian from counselor's position based on the concrete consultation example.

Key words : non-attendance at school, shutting oneself up, adolescence, counseling, junior high school student.

1 はじめに

2007年度の文部科学省の学校基本調査によると、不登校の小・中学生は2年連続で増加し、129,254人であった。その中でも、中学生は前年度から2,388人増え、105,328人で過去最高となった。これは、中学校の全生徒数に占める割合としては、34人に1人の割合となり、小学生に比べると中学生の不登校が格段に多い。

中学生は発達段階でいうと青年期の前期に当たり、一般的には「思春期」とも呼ばれている。この時期は、身体的にも精神的にも大きな変化を迎える時期であり、その変化が劇的であるために、様々な悩みや不安が生じてくると言われている。さらに、大人に対する抵抗が顕著に表れてくる「第二反抗期」の時期も、この思春期のころである。そのために、中学生は非常に繊細で非常に微妙な年齢であるということがいえる。よって、周りの大人はそのことを十分に認識して対応に当たることが求められる。

思春期の中学生が不登校になり、その原因や理由がハッキリしない場合は、初期→進行期→回復期という経過をたどることが多い。ここでいう初期とは、学校へ行ったり行かなかったりを繰り返す時期のことである。進行期とは、完全に学校に行けなくなり、自宅から一歩も外

へ出られなくなる時期のことである。中には、自室に閉じこもり昼夜逆転の生活を送るようになる場合もある。回復期とは、以前のように家族と普通に会話をしたり生活をしたりすることができるようになり、外出も可能になってくる。そして、再登校の準備ができる時期のことである。

ここでは、不登校で自室に閉じこもり、昼夜逆転の生活を送るようになった（進行期に当たる）生徒への対応について、具体的な相談事例を基に、実際のカウンセリングの場面を再現しながら、保護者へのカウンセリングのあり方や保護者が家庭で対応するときの留意点について、カウンセラーの立場から考察を行う。

2 相談の経過と対応

〈中学2年生のA子さんの相談事例〉

（相談者のプライバシー保護の観点から、多少の脚色が加えてある）

10月の中旬ごろ、母親から電話で相談があった。二学期に入って3週間ぐらいが経過したところから、「頭が痛い」とか「気分が悪い」という理由で、時々学校を休むようになった。このような状態がしばらく続いた後、登校時間になっても布団から出てこなくなり、その後は

全く学校へ行かなくなった。そこで「どうしたの、なにがあるの?」と尋ねてみたが何も言わないで、ただ下を向いたままであった。

現在は自分の部屋に閉じこもり、ほとんど部屋からは出てこない状態にあり、生活は昼夜逆転している。また、食事は自分で勝手に台所から部屋に持って行って食べている。親として、どのように対応したらよいのか、分からなくて困っているということであった。

◎ 1回目の相談

電話での相談があつてから2日後に、母親だけが面接相談に訪れた。

家族は両親・A子さん・弟(小5年)の4人で、父親の仕事は公務員で母親は専業主婦である。

【母親との面接相談】

相談員「Aさんの家庭での様子はいかがですか」

母 親「昼夜逆転の生活で、自分の部屋に閉じこもり、家族と顔を合わせようとしません。そのために、話をしようとしてもできないし、何を考えているのかも分からないし、本当に困っています」

相談員「そうですね。部屋に閉じこもって、誰とも顔を合わせようとしませんので、困っていらっしゃるんですね」

母 親「そうなんです。何かしてあげようとは思っているのですが、直接A子に聞くことができないものですから、どのように対応したらいいの分からないのです」

相談員「そうですね。今、お母さんが一番心配なことは何ですか」

母 親「このような状態がいつまで続くのだろうかと不安になりますし、本当に学校へ行けるようになるのだろうか心配になります」

相談員「いつになったら学校に行けるようになるのか、心配になるんですね。学校の先生とは何か話をされましたか」

母 親「担任の先生も心配されて、いろいろと生徒さんたちに聞かれたそうですが、原因らしきことは何も分からなかったということでした。先生からは時々電話が掛かってくるのですが、A子は1回も出ようとはしないのです」

相談員「学校の中には原因らしいものがあるかないかと担任の先生は言われるんですね」

母 親「そうなんです。成績も真ん中ぐらいでそんなに悪くないし、友達もいるし、何が原因で学校を休むようになったのかよく分からないと言われるのです。それで、こちらの相談室を紹介されました」

相談員「そうでしたか。これから、A子さんへの対応をどのように行ったらよいか、一緒に考えていきましょう。少し時間はかかるかもしれませんが、きっとAさんは本来の自分を取り戻し、元気になると思いますよ」

母親の深刻な表情が少しでも和らぐような言葉掛けを行って面接相談を終えた。

今回の母親との面接相談の中で、Aさんが幼稚園から小学校の低学年にかけてのころ、母親が病気がちで入院を繰り返していたために、母方の祖父母の家に弟と一緒に預かってもらったことがあるという内容の話があった。このことから、Aさんは幼いころに、母子分離がうまくいかなかったところが残っているのではないかと考えられた。

そこで、家庭におけるA子さんへの対応について、母親に次のような助言を行った。

○ A子さんと直接言葉を交わすことができない状況にあるので、伝えたい内容を紙に書いて、Aさんの部屋の前においておく。例えば

「何か食べたいものがあつたら書いてください」

「何か欲しいものがあつたら書いてください」

と大きな字で書いて、手紙によるコミュニケーションを行っていく。

○ A子さんのために、食べやすくしかもバランスのとれた食べ物を、冷蔵庫の中に入れておく。そして、中に入っている食べ物については、紙に書いて冷蔵庫のドアに貼っておく。

○ A子さんの対応はお母さんだけが行うのではなく、お父さんも一緒に、家族全員が協力して対応するようにする。

◎ 2回目の相談

1回目の相談から1週間後に、母親だけが面接相談に訪れた。

【母親との面接相談】

相談員「Aさんの家庭での様子はいかがですか」

母 親「早速、手紙によるコミュニケーションを実践してみました。「何か食べたいものがあつたら書いてください」と書いた紙と一緒に、何も書いてない大きな紙とマジックをA子の部屋の前に置いていたら『メロンパンとオレンジジュース』と書いてありました。とても嬉しくなりました」

相談員「そうでしたか。A子さんから返事があつたのですか」

母 親「はい。久しぶりに見るA子の文字に、感動して涙が出てきました。それ以来時々欲しいものが書いてあります」

今までは、どのように対応したらよいのかが全く分からない状態で、不安ばかりが募る母親であったが、手紙によるコミュニケーションを実際に行ってみたところ、早速A子さんから反応があり、途絶えたかに見えた親子の絆も復活したかのようで、母親には安堵の表情が顕著に表れていた。

相談員「それはよかったですね。お母さんの対応が良かったからです」

母 親「最近、今日はどんなことが書いてあるのかなと楽しみになってきました。他にも何か私にできるようなことがありましたら、教えて欲しいのですが」

相談員「それでは、A子さんのために時々お弁当を作っておあげてはどうでしょうか」

母 親「お弁当を、ですか？」

相談員「そうです。A子さんのためにお弁当を作って、居間のテーブルの上に置いておくのです。そして、手紙にそのことを書いて、お母さんは外出するわけです」

母 親「はい。やってみます。お弁当を作るのは久しぶりですから、時間がかかるかもしれませんが、A子が喜んでくれるのであれば頑張ります」

母親の顔が、また一段と明るくなった。

このように、A子さんへのカウンセリングが直接できない状況でも、A子さんの対応に当たる母親へのカウンセリングを行うことにより、母親自身が落ち着きを取り戻し、精神的に安定することによって、間接的ではあるがA子さんへのカウンセリングを行った場合と同様な結果が期待できると考えられる。

今後のA子さんへの対応について、母親に次のような助言を行った。

- 手紙によるコミュニケーションを続けながら、更にお弁当によるコミュニケーションも試してみる。
- A子さんの部屋の前に「今から出かけてきます、4時ごろ帰ります。お昼はお弁当を作ったので食べてください」と書いた手紙を置いておく。この場合に大切なことは、いつ出かけていつ帰ってくるかをきちんと書くことである。

◎ 3回目の相談

2回目の相談から約10日後の11月上旬に、母親だけが面接相談に訪れた。

【母親との面接相談】

相談員「その後、A子さんの様子はどうですか」

母 親「最近、私が居間で仕事をしていると、二階から降りてきて冷蔵庫から飲み物を取って、自分の部屋に持って行くことがあります」

相談員「そうですか。お母さんがいるところに、昼間で

も自分の部屋から出てこられるようになったのですか」

母 親「そうなんです。まだ言葉を交わすまでにはいかないのですが、時々A子の顔を見られるようになりました」

相談員「それはよかったですね」

母 親「はい。この調子で良くなってくれるといいのですが。まだ、こちらから話しかけてはいけないでしょうか」

相談員「そうですね。まだ、A子さんの状態がどの程度まで回復してきているのかよく分からないところもありますので、もう少し今のままで様子を見るのがいいと思います」

母 親「分かりました。それでは、他に何か私にできることはないでしょうか」

相談員「今の対応で十分ですよ。お母さんはよく頑張っていますよ」

母親は少し物足りないような様子であった。しかし、家庭におけるA子さんの状態はまだ不安定なところがあり、今後の対応についても十分な配慮が必要と思われる。

今後のA子さんへの対応について、母親に次のような助言を行った。

- 「お母さんは本当に変わったのだろうか、自分のことを理解してくれているのだろうか」という思いから、A子さんはお母さんの前に姿を現したのではないかと思われる。
- 閉じこもりの状態から脱出するときには、最初に『様子見』という行動が見られる場合が多い。これは自分を取り巻く環境が本当に変わったのかを確かめるための行動ではないかと考えられる。
- こちらからは積極的に話し掛けることはしないで、あくまでもA子さんの方から話し掛けてきた時だけ、返事をする程度に留めておく。決して急がないように、ゆっくりと対応していくことが大切である。
- 家族みんながA子さんの行動を温かく見守る姿勢で対応していき、少々ぐらいは自己中心的な行動があっても許してあげる。

◎ 電話による相談

3回目の相談から、4日後に母親から電話で次のような相談があった。

実は今日、A子から「インターネットをしたいので、パソコンを買って欲しい」という内容の手紙が来ました。パソコンは大変高額なものですし、どのように対応したらいいのかをお聞きしたいと思って電話をしました。これまでは先生のアドバイスの通りに、A子の望むことについてはできるだけ応えてあげようという考えでやって

きましたので、A子が欲しがっているお菓子や飲み物や本などはできるだけ買ってあげていました。しかし、パソコンという金額も桁が違いますし、どうしたものかというのが本音です。という内容であった。

A子さんのような閉じこもりの状態にあるときは、我がままな要求や自己中心的な行動が見られる場合が多々ある。今回のパソコンの件についても同様ではないかと思われる。または『様子見』の一つとも考えられるので対応には十分配慮が必要と思われる。しかし、無理な要求に対しては、きちんと理由を述べて断ることも大切である。

そこで、「インターネットをしてみたいというあなたの気持ちはお母さんもよくわかります。しかし、パソコンは高価な物だし、あなたはまだ中学生だから、もう少し大きくなったら考えてみましょう」と書いた手紙を、Aさんに渡してみたらどうでしょうかと母親に助言を行った。

◎ 電話による相談

翌日の夕方、母親から電話があった。昨日パソコンの件について返事を書いて伝えました。そのせいでしょうか、今日はまだ1度も二階から降りてきません。何か様子が変だとは思っていたのですが、お昼の弁当も食べていませんでした。という内容であった。

Aさんは以前の閉じこもりの状態に戻ってしまったようである。Aさんは自分の考えが否定されたと思ったのかもしれない。とにかく、閉じこもりの状態に戻ったことに間違いはないようである。

今後のA子さんへの対応について、母親に次のような助言を行った。

- Aさんは以前の閉じこもりの状態に戻ったと考えられるので、しばらくは見守る姿勢で対応する。焦ることのないように、相談に訪れた最初のころを思い出して、ゆっくりと対応していくことが大切である。
- 食事は、パンや飲み物などをAさんの部屋の前に置いて様子を見る。お母さんは食事の準備だけをして、持っていくのは、お父さんか弟さんをお願いする。また、冷蔵庫の中にも食べ物を用意しておく。
- 今のところは、手紙によるコミュニケーションは中止して、しばらくの間は様子をみた方がよいと思われる。

◎ 4回目の相談

3回目の相談から約10日後の11月中旬、2回目の閉じこもりの状態になってから5日後に、母親だけが面接相談に訪れた。

【母親との面接相談】

相談員「その後、Aさんの様子はどうですか」

母親「パソコンの件があってから、A子は全く姿を見せなくなりました。私たち家族が寝てから、冷蔵庫をのぞいたり、シャワーを浴びたりしているようです。すっかり以前のような状態に戻った感じです」

相談員「そうですか。以前の閉じこもりの状態に戻りましたか」

母親「せっかく部屋からも出てくれるようになっていましたから、あれぐらいのことで元に戻るとはとても考えられませんでした。少しは回復してきていると思っていたのですが、なかなか難しいものです」

相談員「そうですね。お母さんとしては気を遣って精一杯対応してこられましたから、少しがっかりされましたか」

母親「そうですね。A子のために少しでも役に立つようにと、いろいろと考えながら対応してきたのですが、なかなか思うようにはうまくいかないものです」

相談員「そうですね。しかし、お母さんのA子さんへの対応は間違っていないと思いますよ。本当に一生懸命に頑張ってこられましたからね。今回のことは、たまたまAさんのわがママが大きく出た結果だと思います。Aさんはお母さんの気持ちが全く分からないわけではないと思いますよ」

母親「そうですね……」 沈黙。

母親はAさんの気持ちがよく分からないというような表情であった。

今後のA子さんへの対応について、母親に次のような助言を行った。

- 前回の電話相談の中で助言した対応を引き続き実行していくこと。
- くれぐれも焦ることのないようにゆっくりと対応していくことが大切である。
- 一番苦しんでいるのはA子さん自身であることを理解し、家族みんながAさんを温かく見守る姿勢で対応することが必要である。

◎ 5回目の相談

4回目の相談から約10日後の11月下旬に、母親だけが面接相談に訪れた。

【母親との面接相談】

相談員「その後、Aさんの様子はどうですか」

母親「昼夜逆転の生活が続いています」

相談員「そうですか。まだ閉じこもりの状態が続いていますか」

母親「はい。しかし、前回の相談が終わってから家に

帰り、今までのことを色々と振り返ってみました。そうしたら、A子の今の状態があまり気にならなくなりました。と言いますのは、A子のことはA子自身でないと分からないし、理解するのも難しいと思ったからです。ですから、周りの者がいくら、何だかんだと言っても、A子自身が自ら考えて、自分から行動しなければ、今の状態からは脱出できないのではないかと考えました」

相談員「そうですか。A子さんの生活が気にならなくなりましたか」

母 親「はい。A子自身も今の生活がよいと思ってやっているのではないと思います。A子はA子なりに必死で考え悩んでいるんだと思います。ですから、A子なりの答えが見つかるまで、しばらくそばで見守ってあげようと思うようになりまりました」

相談員「それはとてもよいことだと思います。家族の皆さんも辛い思いをされていると思いますが、A子さん自身も今の状態から脱出しようと、必死になってもがき苦しんでいるところだと思いますよ」

母 親「ここまでできたら、焦らずにゆっくりとA子が回復するのを待とうと思います」

相談員「そうですね。A子さんを信じて、A子さん自身が自ら、今の状態から脱出できるように見守ってあげることが一番良いかもしれませんね」

母 親「はい。A子を信じて見守っていきたいと思います」

と話す母親の顔は、何か吹っ切れたような印象で、明るく感じられた。しかも、その態度は諦めたという感じではなく、A子さんが本来の自分を取り戻すまで待ってあげようという母親としての愛情に満ち溢れているように見えた。

今後のA子さんへの対応について、母親に次のような助言を行った。

- A子さんを信じてゆっくりと見守りながら、相談に訪れた最初のころを思い出して、家族みんなで協力しながら対応していくことが大切である。
- 母親はできるだけ外出を心がけて、A子さんが一人になる時間を意図的に多く作るようにする。これは、A子さんの生活はA子さんに任せようというメッセージを送るためである。
- A子さんは2回目の閉じこもりの状態になってから、1週間ぐらいが経過しているので、落ち着きを取り戻していると思われる。そこで、以前行っていた手紙によるコミュニケーションや手作りのお弁当を再び始めてもよいと思われる。

◎ 電話での相談

5回目の相談から5日後の11月の終わりごろ、即ち2回目の閉じこもりの状態になってから約3週間が経過した夕方に、母親から電話で次のような報告と相談があった。

今日は、午後からずっと外出してしまして、夕方遅くなってから帰宅しました。急いで、夕食のお弁当を持ってA子の部屋の前に行きました。その時、何となくA子の部屋が気になったので、しばらくそこに立っていました。

しかし、何も物音が聞こえないのです。A子が居るような気配も感じられないのです。そこで心配になり、軽くノックをしてみました。何の反応もありません。しばらく中の様子を伺ってから、静かにドアを開けてみました。すると、部屋はきちんと片付けられていて、そこにはA子の姿はありませんでした。一瞬何が起きたのか分かりませんでした。まさかと思い、お風呂場やトイレを見に行きましたが、どこにもA子の姿はありませんでした。それで、不安になり電話をしたところでした。という内容であった。

そこで、「お母さんの話の内容はよく分かりました」と母親を一旦落ち着かせてから、次のように話をした。「もう一回A子さんの部屋に行き、何か書き置きがないか確かめてください、それから、分かるようでしたら、どんな服装で外出しているか、どんなバッグを持って出たか、靴はどんなものを履いて出たか、分かる範囲でいいですから、確認をしてください。それから改めて、また電話をください」と言って電話を切った。どうやら、A子さんは家出をしたようである。そして、5分ぐらい経過して再び母親から電話があった。

そこで、今後のA子さんへの対応について母親に次のような助言を行った。

- A子さんにはA子さんなりの考えがあって、家出をしたと思われるので、あまり大騒ぎをするのは良くないと思われる。しかし、心配は大いにしなければいけない。A子さんは、家族のみんなに何かを訴えたくて家出をしたのではないかと考えられるからである。
- A子さんが今の状態で行けそうなところ、すなわち自宅の近くで親しくしているところに、それとなく電話をしてA子さんの所在を確かめてみる。
- 電話でA子さんの所在の見当がついたら、「A子が外出してまだ帰ってこないのでも心配になり、知り合いのところに電話を掛けているところです」という程度の話をする。もし、A子さんがそこに居ることがわかって、すぐにその家を訪問するのは良くない。

◎ 電話での相談

夜遅くになって、母親から電話があり、「近くの親戚の家や友達の家で電話をして、A子が来ていないか、それとなく尋ねてみました。しかし、どこにも来ていないということでした。そこで、遠くにいる私の両親のところに電話を掛けてみました。母が電話に出たので、A子のことを尋ねてみると、いつもは歯切れの良い母がはっきりとした返事をせず、何となく様子がおかしいように感じました」という内容であった。

母親の感で、A子さんは祖父母のところにいると感じたため、A子さんのことはそれ以上追求しないで電話を切ったとのことであった。母親は「A子は間違いなく祖父母のところに居ると思います」と話した。祖父母の家は列車に乗って30分ぐらいいかかる場所にあり、今の状態のA子さんが一人でそこまで行けたことに母親は驚いた様子であった。

そこで、母親に「A子さんの居場所が分かったわけですから安心していいと思います。しばらくはこのまま様子をみながらゆっくと対応していきましょう」と言って電話を切った。

◎ 電話での相談

翌日、母親から電話があり、「今、祖母から電話があり、A子はやはり来ているということでした。しかし、A子から『絶対に来ていることは知らせないで』と口止めされているということで、公衆電話から掛けているということでした。どのように対応したらいいでしょうか」という内容であった。

そこで、今後のA子さんへの対応について、母親に次のような助言を行った。

○ 今日はこのままにしておいて、A子さんを迎えに行くのは明日の午後が良いと思われる。また、突然に行くのではなく前もって電話で、心配していることと迎えに行くことを伝えてから出かける。そして、迎えに行くときにはお父さんとお母さんで行くのがよいと思われる。

○ A子さんに「何かあったの」「どうして家出をしたの」「何か不満があったら言いなさいよ」といったような言葉かけは絶対にしないこと。

「ごめんね。心配したよ」とだけ言って、後は何も話さない方がよいと思われる。

○ 家に帰ってきてからも、家出のことにはふれないで、何事もなかったかのように、今まで通り普通に接することが大切である。

閉じこもりの状態にあった生徒が自宅から外に向かって行動を起こしたときには、周りの家族はその行動に対して、肯定も否定もしないで見守る姿勢で対応することが良いと思われる。

というのは、心身の回復がどこまでできているかを見

極める必要があるからである。心身の回復が十分でない、その時の行動や発言が場当たりのになったり衝動的になったりすることがある。また、思いつきや考えつきで行動することも多い。すなわち、心の中で思っていることや考えていることと行動とが、一致しない場合が多い。

このような状況における言葉かけや対応としては、できるだけ言葉数を少なくして、短い言葉で気持ちを伝えることに重きを置いた挨拶程度の会話に留めておいた方が望ましいと思われる。

◎ 6回目の相談

5回目の相談から約2週間後、A子さんが家に帰ってきてから約1週間後の12月上旬に、母親だけが面接相談に訪れた。

【母親との面接相談】

相談員「A子さんの家庭での生活はどうか」

母 親「家出の件があつて、その後どうなるのかと心配していたのですが、何事もなかったかのように見守っていましたら、A子の方から居間に出てくるようになり、一緒にテレビを見るようになりました。

そこで、夕食を一緒に食べるように誘ったところ、すんなり食卓に来て何の違和感もなく一緒に食べました。これには本当にビックリしました」

相談員「そうですか。一緒に食事ができるようになりましたか」

母 親「はい。表情も明るくなってきましたし、元気なころのA子に戻りつつあるようです」

相談員「そうですか。A子さんは以前の元気なころの状態に戻ってきましたか。家族の皆さんとの会話の方はどうですか」

母 親「会話はそれほど多くありませんが、必要最小限のことは話すようになりました。しかし以前のようにはまだできていません」

相談員「そうですか。少しは会話ができるようになりましたか」

母 親「ですが、学校のことについては何も触れていません。A子の方からも何もありません。学校についてはどうしたらいいでしょうか」

相談員「そうですね。学校のことについては、まだ先に延ばした方がよいと思います。もう少し、A子さんの状態が改善しないと再登校の練習はできないと思います」

母 親「そうですか・・・」と少しがっかりした表情が見られた。

相談員「しかし、今の回復の状態から考えますと、再登

校の練習は無理かもしれませんが、再登校に向けての準備段階にはきていますよ」

母 親「そうですか」と少し表情が明るくなった。

そこで、今後のA子さんへの対応について、母親に次のような助言を行った。

○ Aさんは家出をキッカケに閉じこもりの状態から、自分の力で脱出することができたようである。今後は回復期に入ってくると思われるので、再登校に向けての準備段階に入ることになる。

○ 再登校の準備段階の最初に行うことは、家から外に出て、他人との接触に慣れる練習をすることである。違和感が少なくなるまで何回も繰り返し行うことが必要である。

これは、閉じこもりの期間が長くなり、他人との接触が一時的に取れない状況に陥った場合、他人の動作や他人の目を過剰に気にする傾向が多分にみられるからである。

○ 最初は、家の近くは同級生や近所の人達の目が気になって外出しにくいので、家から遠く離れた街に車で買い物に出かけたり、遊びに行ったりすることから始める。

○ 家の中での生活も改善・工夫を行っていく。最初は、簡単にできる家事の手伝いをさせる。室内の掃除や庭掃除、食事の準備などをできるだけ母親と一緒にすることが大事である。そして、手伝いがよくできた場合は、その場で大げさに褒めてあげる。

◎ 電話による相談

6回目の相談から約1週間が経過した12月中旬のころに、母親からAさんの状態について電話で報告があった。

それによると、Aさんは順調に回復しているようである。そこで、今回の相談にはAさんも誘って一緒に来たらどうでしょうかと問いかけてみた。母親の返事は「今のような状態であれば、一緒に行けると思います」ということであった。

そこで、これまでに何回か相談に行っていたことについてAさんに話をし、Aさんの了解が得られたら一緒に来てくださいをお願いをした。

◎ 7回目の相談

電話による相談があつてから3日後に、Aさんと母親とで面接相談に訪れた。

【Aさんとの面接相談】

Aさんと直接会って話をするのは初めてであったが、思っていたより顔色もよく元気そうであった。しかし、緊張した堅い表情が見られたので、遊戯室でミニビヤードを行って気持ちをほぐしてから面接相談を行った。

Aさんは口数が少なく、まだ他人との会話には自信がないといった様子であった。学校のことは触れないようにして、一般的な話（趣味や特技、マンガや小説、テレビやゲームなど）を15分ぐらいして面接相談を終えた。

【母親との面接相談】

相談員「Aさんは元気そうですね」

母 親「はい。A子はとても元気になりました。今のところ心配なところはあります」

相談員「そうですか。心配なところはありますか」

母 親「外出も少しはできるようになり、一緒に買い物にも行ったりしています。また、表情もずいぶん明るくなってきました」

相談員「そうですか。そこまで回復してきましたか。自宅では何をしている時間が多いですか」

母 親「音楽を聞いたり、マンガや本を読んだりしています。しかし、勉強はまだしません」

相談員「そうですね。勉強の方は、まだ無理かもしれませんが」

母 親「いつになったら学校のことや勉強のことを言っているのでしょうか」

相談員「学校のことや勉強のことに触れることは、Aさんに直接登校刺激を与えることになりますから、家族の方よりも第三者が行った方がよいと思います」

母 親「第三者といますと？」

相談員「担任の先生とか、仲のよいクラスの友達がよいと思います」

母 親「それでは、これから私の方ではどのように対応したらよいのでしょうか」

相談員「登校刺激を与えるためには担任の先生との連携が必要になります。そこで、私の方から担任の先生と連絡を取ってもよろしいでしょうか」

母 親「はい。よろしくお願いします」

母親から担任の先生と連絡を取ることにについての許可が得られたので、Aさんへ登校刺激を与えるための具体的な方法と打ち合わせについて、母親に次のような助言を行った。

○ 担任の先生への連絡は相談員が電話で行う。具体的な登校刺激の内容についても、担任の先生と相談員とで十分に打ち合わせを行った後、担任の先生から家庭に連絡してもらう。

○ 担任の先生に友達との接触ができるような機会を作ってもらいをお願いをする。例えば

「友達にプリントなどを家に届けてもらう」

「友達に電話を掛けてもらい、学校の話などをしてもらう」

「仲のよい友達に家に来てもらい、一緒に遊んでも」

らう」などできる範囲でよい。

- 登校刺激を与えて、A子さんの様子を観察する。
そして、A子さんが極端に嫌がるような様子を見せたら、すぐに登校刺激を与えることは中止する。

【担任の先生との電話相談】

母親の許可が得られたので、翌日の午後に担任の先生と電話で相談を行った。

A子さんの母親が10月中旬から相談に来られていることと現在のA子さんの家庭での状態について伝えて、今後の協力をお願いした。

また、担任の先生からは不登校になる前のA子さんの学校での様子や学級の雰囲気などについて聞いた。そして、お互いに意見の交換を行った。

その中で、現在のA子さんの状態は回復期に入っており、家族と一緒に外出もできるようになってきている。そこで、再登校の練習が始められる状況にきていると思われるので、再登校の練習についての協力と援助をお願いし、具体的な再登校の練習の方法について打ち合わせを行った。

◎ その後のA子さんの経過について、母親から電話で報告があった。

担任の先生から電話がありまして、「A子さんと仲のよかった二人の友達に、明日プリントを届けてもらいますのでよろしく願います」ということでした。そこで、そのことをA子に話したら「ああ、そう」とだけ言って、別段嫌がる様子も見られませんでした。

そして、次の日に二人の友達が学校のプリントを持って訪ねて来てくれました。そこで、A子の部屋へ呼びに行ったら、少しとまどった様子は見られましたが、自分から玄関まで行き、友達からプリントを受け取りました。その様子を見ていたら、なんだかホッとしましたと話す母親の声が明るく聞こえた。

◎ 8回目の相談

7回目の相談から4日後の冬休みに入った12月の終わりに、母親とA子さんで面接相談に訪れた。

A子さんとの面接相談は2回目ということもあり、明るい顔で挨拶もしっかりできるようになり、心身共にすっかり元気になっていた。

A子さんに学校について少し尋ねてみたが、動揺する様子もなく自分の考えをハッキリとした言葉で述べるができるようになっていた。話しをしているときのA子さんの表情や声から、A子さんは本来の自分を取り戻しているように感じられた。

【母親との面接相談】

相談員「A子さんは以前のような本来の自分を取り戻したようですね」

母親「はい。A子は以前のように明るくなり元気が出てきました。家の手伝いもよくしてくれます。しかし、学校のことについては何も話さないのので少し心配しているところです」

相談員「お母さんとしては、A子さんが学校へ行けるようになるのかということを心配しておられるのですね」

母親「はい。学校からずいぶん長い間遠ざかっているのので、実際に登校するとなると大変だろうなと思います」

相談員「そうですね。再登校するには勇気がいりますし、周りの援助も必要になってきます。そこで、慣れるという意味でも、学校へ行く練習をしてはどうでしょうか」

母親「学校へ行く練習はどのようにすればよいのでしょうか」

相談員「担任の先生と打ち合わせを行って、生徒さんがいない時間にA子さんとお母さんとで学校へ行ってみてはどうですか」

母親「そうですね。うまくいくかどうか分かりませんが、A子に話をして学校に行く練習をしてみようと思います」

そこで、今後のA子さんへの対応について母親に次のような助言を行った。

- 冬休みは再登校の練習を行うのに大変良い時期である。そこで、相談員の方から担任の先生に連絡を取って、十分な打ち合わせを行った後に再登校の練習を実施する。

- 再登校の練習については、母親からA子さんに説明をして、了解が得られたら実施する。

- 時間は短く、教室を見に行くだけでもよい。そのときは必ず、いつもの通学路を通して練習を行う。最初は車に乗っての練習だけでもよい。

◎ 電話による相談

年が明けて、3学期が始まる前日に、母親から電話による相談があった。

冬休み期間中に1回だけ再登校の練習ができたということであった。しかし、A子さんが明日から学校に行けるかどうか心配であるといった内容であった。

そこで、今後のA子さんへの対応について母親に次のような助言を行った。

- 再登校の1日目は大きなプレッシャーがかかると思われるので、学校へ行くかどうかはA子さん自身の判断に任せる。

- 明日は仲のよい友達に家まで迎えに来てもらって、一緒に登校する方がよいと思われる。

- A子さんから学校まで送って欲しいという要望があ

ったら、車で送ってあげた方がよい。

◎ その後のA子さんの経過について、母親から電話で報告があった。

三学期が始まる前日の夜は、母親は不安と期待が入り交じった複雑な気持ちでなかなか眠れなかったということであった。

翌朝、A子さんは少し緊張した顔で、何か落ち着かない様子は見られたが、友達二人と一緒に学校へ行ったということであった。A子さんが学校へ全く行けなくなってから約三ヶ月が経過して、ようやく再登校ができたことになる。

母親は話の中で「長い時間はかかりましたが、ホッとしました。まだ不安は少しありますが、これからもA子信じて見守っていききたいと思います」と語った。

そして、その後のA子さんは、ほとんど欠席することもなく登校しているということであった。

3 考 察

不登校の理由や原因がハッキリしない思春期の中学生が、閉じこもりの状態になって、そこから脱出するまでには、A子さんの事例と同じようなプロセスをたどるケースが多い。

最初は、いろいろな悩みや不安などから学校へ行きたいという気持ちを抱くようになるが、一方では学校へ行かないといけないう使命感和り、心の葛藤が大きくなり、精神的にも身体的にも疲れが生じてくる。やがて、朝起きると体がだるい、頭が痛い、お腹が痛い、吐き気がするなどといった身体的な症状が現れてくる。そうして、2～3日登校しては休むといった状況が繰り返される。

この時期は本人も自分なりに何とか問題を解決しようと一生懸命に試みる。この初期の段階に、先生や家族など周りの大人が解決のために適切な援助や助言を行い、それがうまく機能すると、悩みや不安などが短期間で解決できて、不登校にならないですむことが多いのである。

しかし、心の悩みや不安などが大きかったり短期間では解決できなかったりすると、葛藤が一段と大きくなる。そして、頭では学校に行かなくては行けないと分かっているが、体が動かないという状態になり、登校時間になっても起きることができず、結局は学校を休むことになる。このような状態が3日間連続すると、多くの場合は進行期に入ったと考えてよい。このような状態にあるとき、無理矢理登校させようとしたり登校刺激を与えたりすると、泣いたりわめいたり、中には暴力的になったりすることもある。そして、やがて自室に閉じこもり昼夜逆転の生活になっていく場合が多い。

一旦このような状態になると、学校の先生による対応

は難しくなってくる。そこで、学校外の相談機関やカウンセラーによる援助が必要となる。しかし、いきなりカウンセラーが生徒と直接会ってカウンセリングを行うことは難しい。そこで、家庭で生徒と生活を共にする保護者（多くは母親）への支援が重要となってくる。というのは、カウンセラーが保護者にカウンセリングやアドバイスをを行うことが、ひいては閉じこもっている生徒への間接的なカウンセリングにもつながると考えるからである。保護者への継続的なカウンセリングを通して、保護者自身が落ち着きを取り戻すと、生徒への対応も冷静に行えるようになってくる。その結果、生徒自身にも良い影響を及ぼすものと考えられる。

保護者が閉じこもりの状態にある生徒へ対応するときの留意点として、カウンセラーの立場からは以下の6つが大切であると考えられる。

- ① 登校刺激を与えないようにして、見守る姿勢で対応すること。
- ② 十分に休養がとれるように、ゆっくり休むことができる環境を作ってあげること。
- ③ 食事には十分気を配りながら、食べやすいように工夫すること。
- ④ 本人の行動に対しては、何も条件を付けずに、本人の思うようにさせること。
- ⑤ 我がままな要求にも可能な限り応えてあげる。しかし、金額が高額なものは理由をきちんと説明して、柔らかに断ること。
- ⑥ 自己中心的な行動に対しても、多少は大目にみてあげること。

以上の留意点は、通常であれば甘やかしのよう思えるかもしれない。しかし、今は閉じこもりという特別な状態にあるため、精神的にも不安定な状態にあり、我がままや自己中心的な行動が時には見られるということを理解する必要がある。そして、周りの人々はそのことを十分に考慮して対応することが求められる。

また、閉じこもりの状態にある生徒を無理矢理に外へ引っ張り出そうとしないことである。この時期に大切なことは、例えば今は夏休みのような長期休業期間と考えて、ゆっくりと休ませて体調を整えさせることである。その上で、いろいろと工夫をしながらコミュニケーションを取り、親子の信頼関係を再構築することである。

その際、生徒と保護者とが直接それぞれの考えを伝えたり、言葉を交わしたりすることができない状況にある場合も多いので、お互いの考えや気持ちを伝える方法として、手紙による間接的なコミュニケーションは簡単で有効である。

その他に、自分を取り巻く環境や状況が本当に変わったかを確かめるための「様子見」、さらには自分に対する周りの人々の考え方や見方が変わったかを確かめるた

めの「ためし」などの行動が見られる場合が多いので、周りの人々はそれに対応するための心の準備をしておくことも大切である。

「様子見」の場合は、周りの人々は生徒の行動に対して、できるだけ意識しないように遠くから見守る姿勢で対応することが良いと思われる。良かれと思って周りの人々の方から声を掛けたり近づいたりすると、逆に良くない結果を招く場合が多いので十分に気をつける必要がある。

「ためし」の場合は、生徒が考えていることと実際の行動とが必ずしも一致しているとはかぎらない。そこで、現在の生徒の状態を考慮して、実行可能な要求であれば、何も条件を付けずにすぐに応えてあげる。しかし、理解できなかったり、よく分からない場合には、肯定も否定もしないでそのまま受容してしばらく様子を見る対応を行う。また、実行不可能な要求や高額な要求に対しては、理由をハッキリと説明して柔らかに断る対応を行う。あくまでも、目の前にいる生徒は閉じこもりという特別な状態にあるのだということを忘れないで対応することが大切である。

生徒が閉じこもりの状態になると、結果として保護者も大きな葛藤を抱えることになる。親としての自分を責めたり、我が子の現状を嘆いたり、マイナスのイメージばかりが大きくなっていく。しかし、生徒が閉じこもりの状態になった時に必要なことは、今は本人にとって大事な充電期間であると考えて、ゆっくりと休養が取れる環境を整えてあげることである。

生徒は本来、自分の頭で考え自分の足で歩む力を持っている。何らかの理由で一時立ち止まったとしても、十分に心と体の休養が取れて、本来の自分自身を取り戻すことができる。また自分なりのペースで歩き出すことができるのである。生徒を信じて焦らずに、ゆっくりと時間をかけて対応することがなによりも大切である。

参 考 文 献

- 1) 京都府総合教育センター 登校拒否の予防と援助・指導 1989
- 2) 清水将之 思春期のころ 日本放送出版協会 Pp.9-33. 1996
- 3) 関口 宏 ひきこもりと不登校 講談社 新書 Pp.150-158. 2003
- 4) 文部科学省 2007年度の学校基本調査 2008