

— 不登校の子どもへの理解と支援のリーフレット —

子どもの支援者である すべての教師のために

○不登校について理解し、子どもの状態を客観的にとらえるために

「心のエネルギー曲線」

「対人関係と行動の状態チェック表」



○子どもへの具体的な支援をすすめるために

☆基本的な支援の姿勢
「『心の窓』からの支援とかかわり方のヒント」

☆互いに支え合う連携の充実
「校内の支援体制」 「保護者への支援」

☆子どもの状態に応じた対応
「『前兆期、復帰期の子ども』の理解と支援」



○相談できる関係機関

佐賀県内及び近隣の相談できる関係機関の紹介

このリーフレットでは、相談室登校や保健室登校を含めた、不登校の子どもへのかかわり方のヒントを紹介します。

私たち教師が子どもにできる、具体的な支援を考えてみませんか。

生徒指導や教育相談関係の校内研修等で、このリーフレットも参考にして、「今、教師が学校の中で子どもにできる支援」を、一緒に考えていきましょう。

不登校について理解しよう 「心のエネルギー曲線」

多くの教師が不登校への対応を迫られている今、子どもと教師の関係をよりよいものにしていくために、まず、「不登校」に対する基本的な理解が必要です。

不登校の子どもを理解するには、子どもの「心のエネルギー」が、どのくらいあるのかを観察することが大切です。保護者や教師が子どもの現在の状態を判断できれば、子どもに対して適切な支援ができるでしょう。

子どもの状態を判断する手だてとして、「心のエネルギー曲線」があります。これは、不登校の子どもたちがたどる一般的な過程を示したものです。

「心のエネルギー曲線」では、この過程を時間的な経過に沿いながら、子どもの状態に応じて、「前兆期」「初期」「中期」「後期」「復帰期」という時期に分けています。

*この曲線は、子どもの心のエネルギーの変化を表していますが、曲線の形はそれぞれの子どもによって異なり、エネルギーの低下の程度や時間的経過などはまちまちです。

【不登校の子ども「心のエネルギー曲線」と各時期における子どもの状態・支援の方向性】

| 子どもの心の状態 | | 混乱 | | 停滞 | | 試行 | | 自発 | |
|-----------------------------|---|--|--|--|--|--|--|----|--|
| 時期 | 前兆期 | 初期 | 中期 | | 後期 | 復帰期 | | | |
| 子どもの状態 (次のような状態を示すことが多い) | <ul style="list-style-type: none"> ○朝起きられなくなる ○休み時間に一人であることが多い ○宿題など学習をしなくなる ○忘れ物が多くなる ○保健室を頻繁に利用するようになる ○身体症状を訴えるようになる | <ul style="list-style-type: none"> ○腹痛・頭痛・発熱等の身体症状がときどき見られる ○食事・睡眠時間等での生活の乱れがときどき起きる ○物や人にあたる等の攻撃性が高まる ○感情や行動のコントロールができない ○恐怖心が強く、人目を避け外出しなくなる ○学校の話に激しい拒否感を示す | <ul style="list-style-type: none"> ○部屋に閉じこもって外に出なくなる ○今までしていた手伝いをしなくなる ○昼夜逆転の生活をする | <ul style="list-style-type: none"> ○気持ちが外に向き活動の意欲が出る ○趣味や遊びに関心がわく ○気持ちを言葉で表現する ○手伝いや家族への気遣いをする ○適応教室や相談機関に通い始める | <ul style="list-style-type: none"> ○自分を肯定する言葉が出てくる ○進学や就職の話をするとき、笑顔があらわれる ○学習を始める ○担任や級友などの学校関係者に会う ○登校や進学・就職に向けて動き出す | <ul style="list-style-type: none"> ○生活のリズムが整う ○相談室や保健室への登校ができるようになる ○休日や夕方に友人と遊ぶようになる ○家族とよく話をするようになる ○好きな教科の学習に取り組むようになる | | | |
| | 支援のねらい | 不安を和らげる | 安定させる | エネルギーを貯えさせる | | 自立を支える | | | |
| 支援方針 | <ul style="list-style-type: none"> ○子どものまわりにいる支援者を把握する ○支援者と協力して、1～2週間程度登校を促す ○保護者と学校が定期的に情報交換をする ○身体症状に配慮(医療機関受診等)する | <ul style="list-style-type: none"> ○つらさに共感する ○食事の工夫や睡眠への配慮をする ○非難、強制をしない ○子どもを守る姿勢を示す | <ul style="list-style-type: none"> ○相談機関との連携 ○ゆとりをもって見守る ○じっくり聴く ○関心をもって一緒に活動する ○わずかなことでも認め、ほめる | <ul style="list-style-type: none"> ○担任や友人からの接触 | <ul style="list-style-type: none"> ○進路・学習・就職等の情報を具体的に提供する ○学校との情報交換等の連携を密にする ○子どもの活動意欲を喚起する環境づくりをする ○受け入れの態勢づくりをする(学校、進路先) | <ul style="list-style-type: none"> ○子どもの主体的行動を支援する(例)子どもが好きな教科や好きな先生の授業を受けることの支援をする ○いつ、何に参加するかなど、自己決定を促す | | | |

子どもの状態をとらえよう

「子どもの対人関係と行動の状態チェック表」

支援者が個に応じたかかわりをするには、子どもの現在の状態を客観的に把握する必要があります。その手段の一つとして利用できるのが、「子どもの対人関係と行動の状態チェック表」です。

【「子どもの対人関係と行動の状態チェック表」とは】

- チェック表では、子どもの具体的な状態を把握することができます。
- 「できていること」を評価することで、子どもや支援者の自信につながります。
- 断続的に使用すれば、子どもの変容をとらえることができます。

※使用上の留意点

この表だけで子どもの実態をつかむことはできません。支援者のいろいろな観察による情報の一つとして利用しましょう。

使い方

- 1 「対人関係の広がり」、「行動面の広がり」の各表20問ずつについて、今できているかどうかを「YES」「NO」でチェックする。家庭の環境等に応じて、答えることができない項目は除く。
- 2 下に挙げている計算式に当てはめて、対人関係（横軸）、行動面（縦軸）の％値を出す。（答えることができなかった項目は分母からも省く）。
- 3 その値をグラフに表示して、子どもの状態の把握と周囲のかかわり方のおおよそをつかむ。

＜グラフの横軸の項目（対人関係の広がり）＞

| | 項 目 | YES | NO |
|----|-----------------------------|-----|----|
| 1 | 親（父親か母親）と会話ができる | | |
| 2 | 家族（親以外）の声かけに簡単に応えることができる | | |
| 3 | 家族（親以外）の誰かと会話ができる | | |
| 4 | 家族（親以外）のだれとでも会話ができる | | |
| 5 | 家族と同じ場所に一緒にいることができる | | |
| 6 | 家に来た親類の人と会うことができる | | |
| 7 | 家に来た親類の人と会話ができる | | |
| 8 | 近所の人と会うことができる | | |
| 9 | 近所の人と会話ができる | | |
| 10 | かかってきた電話をとることができる | | |
| 11 | かかってきた電話に出て、会話ができる | | |
| 12 | 親しい友だちと電話やメール、手紙等でやりとりができる | | |
| 13 | 親しい友だちに会うことができる | | |
| 14 | 親しい友だちと会話ができる | | |
| 15 | クラスの友だちと電話やメール、手紙等でやりとりができる | | |
| 16 | クラスの友だちと会うことができる | | |
| 17 | クラスの友だちと会話ができる | | |
| 18 | 学校の先生と電話やメール、手紙等でやりとりができる | | |
| 19 | 学校の先生と会うことができる | | |
| 20 | 学校の先生と会話ができる | | |
| | 計 | | |

＜グラフの縦軸の項目（行動面の広がり）＞

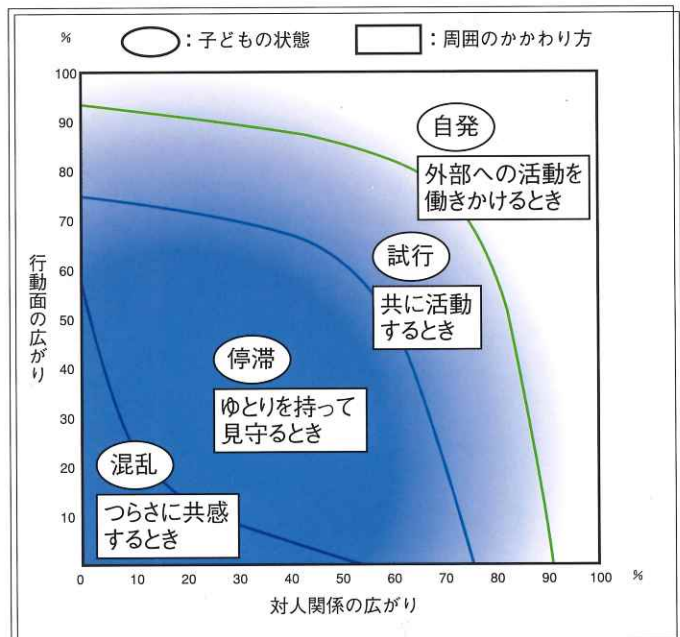
| | 項 目 | YES | NO |
|----|-------------------------------|-----|----|
| 1 | 朝、決まった時間に起きることができる | | |
| 2 | 朝、学校に間に合う時間に起きることができる | | |
| 3 | 決まった時間に食事ができる | | |
| 4 | 家族そろって食事ができる | | |
| 5 | 風呂に入る・着替える | | |
| 6 | 洗顔等、身だしなみを整える | | |
| 7 | 自分の部屋から出て家族と一緒に過ごすことができる | | |
| 8 | 自分の部屋に家族が入ることを許すことができる | | |
| 9 | 家の手伝いができる | | |
| 10 | 自分の部屋の掃除をする | | |
| 11 | 休日に一人でちょっとした外出（犬の散歩や買い物等）ができる | | |
| 12 | 平日に一人でちょっとした外出（犬の散歩や買い物等）ができる | | |
| 13 | 家族と一緒に外出ができる | | |
| 14 | 友だちと自分の家で遊ぶことができる | | |
| 15 | 友だちと外で遊ぶことができる | | |
| 16 | 学校からの連絡プリントなどに関心を示す | | |
| 17 | 制服や学用品などの準備をする | | |
| 18 | 学習に関心をもつ | | |
| 19 | 学校の近くまで行ける | | |
| 20 | 時間外に学校に行ける | | |
| | 計 | | |

$$\text{横軸の％値} = \frac{\text{YESと答えた項目数}}{\text{答えることができる項目数}} \times 100$$

$$\text{縦軸の％値} = \frac{\text{YESと答えた項目数}}{\text{答えることができる項目数}} \times 100$$

「心のエネルギー曲線」と「子どもの対人関係と行動の状態チェック表」を参考にして、子どものかかわり方について、考えてみてはどうですか。

※「子どもの対人関係と行動の状態チェック表」は、佐賀県教育センターのホームページからダウンロードできます。



基本的な支援の姿勢 「心の窓」からの支援とかかわり方のヒント

ここでは、支援者の基本的な支援の姿勢として、「心の窓」からの支援を考えます。

「心の窓」は、だれにでもあります。自分を温かく受け入れてもらったり、安心できたりする時には開きますが、逆に不安になったり、自信をなくしたりする時には閉じてしまいます。

不登校の子どもは、この「心の窓」が閉まっていることが多かったり、固く閉まっていたりしていると考えましょう。このような時は、まず、子どもの不安やつらさに共感しながら、子どもに寄り添い、子どもの「心の窓」からかかわり、子どもとの関係を深めていくことが大切です。

【「子どもに寄り添う」ための 支援者の基本的な姿勢】

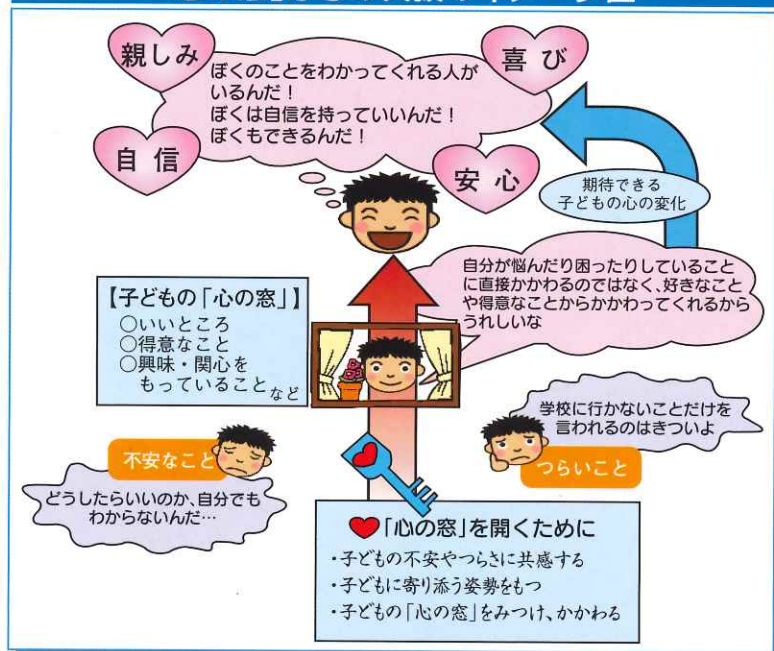
- 子どもの主体性を大事にする
- 子どもに関心をもち、信頼する
- 子どもの自発性を尊重する



【子どもの「心の窓」を開く鍵】

- 支援者との関係づくりから始めること
- 安心して過ごせる居場所づくりを考えていくこと
- 活動に取り組む過程やできたことを認めたりほめたりすること
- 体験的な活動を取り入れてかかわっていくこと

「心の窓」からの支援のイメージ図



かかわり方のヒント

子どもに対して、「この子はこんな子だ」と固定したイメージだけで、子どもを見たり、子どもにかかわったりしていませんか？

子どものよさに気づこうとすることで、子どもとの関係をよりよい方向に変えていけるかもしれません。

★子どもが活動する 場面を多くつくって

活動場面が多くなると、いろいろな姿が見られ、その子らしさやその子が力を発揮する場所が増えてくるのでは…

★子どもに寄り添う姿勢で

子どもがリラックスしている時間を共に過ごしながらか、おしゃべりしたり、一緒に作業をしたりして、子どもを見てみると…

★いろいろな場面から

家庭で、学校（授業、休み時間、部活動等）で、地域で、また、かかっている人の違い等で、いろいろな場面で見ると…

★できていることに 目を向けて

現時点で子どもができることやできないことを、兄弟姉妹や同級生と比較するのではなく、その子の成長過程として感じとってみると…
また、「いつもできていないのか」と思い直してみると、意外とそうでもないことに気づくかも…



★子どもの思いに耳を傾けて

「あなたはどう思ったの？ どう思っているの？」等、やさしく問いかけると、「この子はこんなふうに思っていたんだな」と感じられ、そこから、その子らしさが見えてくるのでは…
また、感想文、作文や絵などの作品からも、その子の内面を感じることができるのでは…

★いろいろな人の目から

自分の目だけで見た子どもの姿を、その子のすべてだと思わないで、家族、学校、地域の人の話などにも進んで耳を傾け、自分が見えない部分の子どもの姿を知ろうとすると…

★見方を変えて

例えば、「消極的」と思っている子どもを、「落ち着きがある」、「冷静」といった、違った角度から見守れないかと考えてみると…

支援者を支えよう 支援体制を充実させるために

実態に目を 向けて…

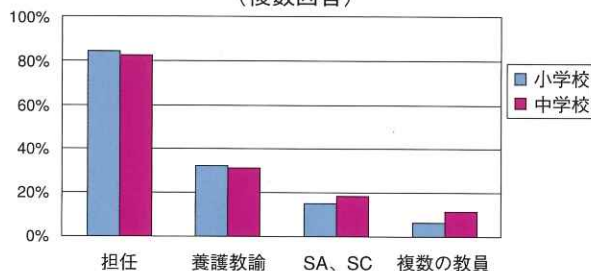
不登校児童生徒（年間30日程度以上の欠席を目安とする）が登校してきた時にかかわっている教師等の割合は右の表のようになっています。

県内全ての学校を対象に調べたものではありませんが、担任や養護教諭の先生方の頑張りが見て取れます。

子どもへのよりよい支援のためには、複数の教職員等によるチーム支援をすすめ、担任や養護教諭をサポートする必要があります。



不登校の子どもの登校時にかかわっている人
(複数回答)



対象：教育センター利用教員
SA、SC：スクールカウンセラー、スクールアドバイザー

子どもを支援しようとしている人たちを温かく支えることが、不登校の子どもへの支援体制の充実につながります。

学校全体の子ども支援の在り方や、保護者への支援等について見直してみましょう。

【校内の支援体制】

<ポイント>

不登校の状況改善には時間がかかるため、子どもに最も近い支援者である担任のストレスが高まります。できれば、チームを組み、情報連携だけでなく、行動連携ができるようにしましょう。

- 子どもの**状況把握**については、多くの人の目で観察し、いろいろな場での支援に生かすことができる情報を集めましょう。
- 定期的な教育相談の**連絡会**を開き、子どもの状況の変化等を報告しましょう。そして、支援者同士、理解や対応のずれを生じないようにしましょう。
- SC、SAと職員とが、子どもの**支援方針**について共通理解を図るための連絡会を開きましょう。
- 子ども一人一人に行き届いた支援を行うために、場に応じて**複数の支援者**を付けるようにしましょう。
- 子どもの理解やかかわり方について、SC、SAを講師として**研修会**を開きましょう。
- コミュニケーション能力を育むための取り組みを行いましょう。そのために、校内の職員間で研修し**実施上の留意点**などをつかんでおきましょう。

【保護者への支援体制】

<ポイント>

保護者は、子どもの状況にとっても敏感になっていたり、他者に対して心を閉ざしがちになっていたりします。「親の気持ち」を押し量り、温かく接しましょう。

- 学校内に数名の不登校の子どもがいる場合は、校内でも**保護者の会**を開き、子どもの家庭での様子などだけでなく、保護者の求めている支援や悩みを把握しましょう（SC、SAの司会等も効果的です）。
- 担任の家庭の電話番号を伝えるよりも、学校で**対応**できやすい時間帯を伝え、対応する人を決めておくと、保護者も安心できるでしょう。



【関係機関との協力体制】

- 関係機関を利用するときは、その機関が**相談したい内容**に対応しているか事前に調べましょう。
- 関係機関の担当者や担任等との**連携の会**を開き、学校でできるかかわり方について情報交換を行い、子どもにかかわっていきましょう。

【家庭訪問時の心得】

<ポイント>

「子どもや保護者との『よりよい関係作りのため』に訪問する」という気持ちが大切です。子どもや保護者も、毎日悩んでいると考え、家庭での過ごし方や養育について責めることがないようにしましょう。

- 訪問時間は**前もって伝え**、基本的には、短時間で済ませるようにしましょう。
- 子どもの状態によっては、定期的な訪問を計画し、子どもに伝えましょう。
ただし、約束した日時が**守れない時は**、きちんと伝えられる工夫もしておきましょう。「**訪問を待っている子ども**」もいます。
- 子どもの部屋に**ずがずがり込まない**ようにしましょう。
- 自分の**思惑で**、無理に外出をさせるようなことは慎みましょう。
- 次の日の登校の約束等は、**こちらからはしない**ようにしましょう。
- 子どもと話ができないときでも、訪問したことが分かるような**簡単な手紙やメモ**などを書いて、家の人に渡しておきましょう。



「前兆期」の子どもの理解と支援

「前兆期」(不登校の傾向を見せ始める時)には、「不安を和らげる」かわりが必要で

この時期は、学校生活の学業や友人関係などで、不安になりやすく、心のなかで葛藤が起こります。日常場面では、活動性(心のエネルギー)が低下し、次のような行動が起こりやすくなります。



【不安を和らげるための支援】

<ポイント>

子どもの表面的に見える問題行動を、解決しようとするのみにとらわれないことが大切です

視点 ⇒ 支援方針

- | | |
|---------|---------------------------------------|
| ○子どもの見方 | ○子どもの気持ちを受容的に受け止め、行動を否定的な目で見ない。 |
| ○学習支援 | ○子どもが不安に思っている学習について把握し、それに応じた手だてをとる。 |
| ○友人関係 | ○心を許せる友だちと、安心して過ごせる時間と場を用意する。 |
| ○居場所 | ○子どもの属する班や学級での、その子どもを受け入れる雰囲気づくりに努める。 |
| ○身体症状 | ○疾病の確認をしたり、成長に関する不安につきあったりする。 |

【相談室等での支援】

<ポイント>

相談室が、子どもにとって安心して過ごせる場になっているか、子どもにかかわる人がいるかについて、いつも気を配りましょう。

視点 ⇒ 支援方針

- | | |
|---------|--|
| ○子どもの状態 | ○子どもの状態を見ながら、つきあい方を工夫する。 |
| ○かわり方 | ○子どもが自分の気持ちを言葉で表せない時は、無理に聞き出そうとしない。非言語的なかわり(スポーツやゲーム、コラージュ等)を工夫してみる。 |



【担任の先生へ】

- 子どもが心を許している人の把握をしましょう。
- 電話連絡や家庭訪問を行い、登校を促してみましょう。(1, 2週間程度続けてみますが、力ずくの登校刺激は逆効果)
- SCやSAへの相談を促してみましょう。(早期にかかわりを持ってもらうことが有効)
- 学級での役割を与えることも、子どもの自己有用感を高めるのに有効です。
- 保護者との関係づくりを早期に行いましょう。(保護者も不安になり始めている頃なので、言動に配慮)

【担任以外の先生へ】

- 子どもが保健室・相談室に登校しているときは、「よくきたね」と本人の頑張りを温かく認めましょう。
- この時期は子どもに対して説得や過度の励ましは意味がないばかりでなく、子どもの心を閉ざすことにつながりやすいと、心がけましょう。
- 子どもの気になるサインや行動等の情報を担任に伝えましょう。
- 担任が出張や休みの時の協力体制を確認しておきましょう。
- 子どもの興味を持っている事柄で接するようにしましょう。

「復帰期」の子どもへの理解と支援

「復帰期」(学校で少しずつ過ごせるようになる時)には、「自立を支える」かかわりが必要です

この時期は、支援者が協力して子どもを支えることによって、子どもの不安が軽減し、その子どもが本来持っているそのらしさが回復(自己否定から自己肯定へ)して、次のような行動が起こりやすくなります。

[生活]

- ・登校の時間に合わせて起きるようになる
- ・家族とともに食事をする
- ・相談室や保健室へ登校できるようになる
- ・少しずつ給食が食べられる 等

[健康]

- ・身体症状を訴えることが少なくなる
- ・他人の言動に過剰に反応しなくなる 等

[学習]

- ・教科書を見るようになる
- ・好きな教科の学習に取り組むようになる
- ・テストを受けてみようとする 等

[対人関係]

- ・外出できるようになる
- ・休日や夕方に友人と遊ぶようになる
- ・家族とよく話をするようになる
- ・不登校になる前の友人関係とは違う友人関係が見られるようになる 等

【自立を支えるための支援】

＜ポイント＞

登校が始まり出したとしても、揺り戻しもあります。性急な復帰を望むよりは、余裕を持ってかかわることが大切です。

視点 ⇒ 支援方針

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ○興味・関心 ○主体性の尊重 ○成長の承認 ○学習支援 ○友人関係 ○進路情報 | <ul style="list-style-type: none"> ○子どもが興味・関心を持っている(取り組みやすい)活動(授業、行事)から集団に適応させていく。 ○様々な選択肢を準備しておき、子どもと相談しながら、具体的な活動内容等を決めていく。 ○以前と比べてできてきたところを具体的にほめる。 ○子どもの不安に思っている学習について把握し、それに応じた手立てをとる。 ○友だちとの交流の時間・場を用意する。 ○具体的な進路情報を提供する。 |
|--|---|

【相談室等での支援】

＜ポイント＞

子どもの主体的な活動を支えると共に、教室で過ごした後の緊張を和らげる場であるように心がけましょう。

視点 ⇒ 支援方針

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ○主体性 ○計画性 ○かかわり方 | <ul style="list-style-type: none"> ○子どもの主体的な活動や、過ごし方を認めたり、提案したりする。 ○子どもが、登校してきた日のスケジュール(何をやるのか)等を、一日単位・一週間単位でわかるようにする。 ○子どもが相談室に登・下校した時のあいさつや翌日の連絡は、確実にできるように職員間で調整する。 |
|--|---|

【担任の先生へ】

- クラスの友だちからの励ましが有効な時期なので、ノートなどを活用し、本人との交流をはかりましょう。
- まだ教室には入れなくても、子どもの座席を教室の後ろの入り口側に確保しておきましょう。
- 教室の様子などを見たいと言いついたら、友だちが下校した後には教室の中や側まで行って見てみることも必要です。
- 本人の座席の確認や友だちの席等の情報、本人の作品の展示については配慮しておく必要があります。
- いつでも授業に参加できるように、本人の学用品や体操服などの準備が整っているかどうか確認しておきましょう。

【担任以外の先生へ】

- やっと登校してきたばかりの時は、周りの気遣いが大切です。
- 保護者との連絡に協力しましょう。
- 相談室等で直接かかわった事柄を、担任の先生に伝えましょう。
- 本人を取り巻く人的環境が大きく拡がり出す時期です。多くの先生方のかかわりが大きな力になります。声を掛けるなどの支援を行ってみてはどうでしょうか。
- 相談室にこもりがちなときは、授業時間内に図書室等に行かせ、人とかかわるような時間帯を創り出すようにしましょう。

関係機関を紹介します

相談したいけれど、どこに相談していいのかわからない。



専門的なアドバイスがほしい。

県内及び近隣にもいろいろな関係機関があります。関係機関がどのような相談に対応しているかを表した一覧ができました。教育センターのHPからご覧になれます。関係機関と連携することにより、専門的なアドバイスをもらうことができ、より大きな支援者の輪ができます。

保護者は、教師には家庭内の複雑な事情等をなかなか話しにくいものです。学校を離れ、第三者機関だと相談しやすい場合もあるようです。

ただし、保護者に関係機関を紹介するときは、教師に見放されたと思われないように、「これからも一緒に考え、かかわっていきます」という姿勢は崩さないようにしましょう。



いろいろな関係機関があるんだね。



このリーフレットで紹介した内容については、この他にも詳しい資料等が佐賀県教育センターのHPに載っています。

教育センターのトップページ <http://www.saga-ed.jp/> から、次の順でクリックしてください。

○ **研究調査** ⇒ 「授業に役立つ実践研究」 ⇒ 「不登校を考える(教育相談・生徒指導の研究)」

または、

○ **子ども支援** ⇒ 「教育相談」

【「佐賀県内及び近隣の相談できる関係機関」のHP】

※すべての関係機関を網羅しているわけではありません

関係機関一覧表

佐賀県内及び近隣の相談できる関係機関を網羅！子ども(未就学児から学齢児童・生徒)のことを相談できる関係機関

関係機関のさがし方
佐賀県内やその周辺にあるいろいろな関係機関を、相談内容や機関別にまとめています。関係機関の名称や連絡先の他、ホームページを作成している機関についてはリンクを貼っています。

- 悩みや困っている内容別にかがす
 - 相談全般(いろいろな相談に応じます)
 - 学校教育-いじめ・不登校
 - 学校教育に関すること以外の相談全般
 - 発達の違いや心身の障害
 - 非行や犯罪など
 - 電話相談
 - 福祉(障害者相談、母子相談、家庭児童相談)に関する相談
- 教育支援センター(学校適応指導教室)
- アリススペースなど
- 関係機関一覧表からさがす
県の機関、教育委員会、国・県立学校、福祉事務所、保健所、国の機関、医療機関、大学がどのような相談内容に対応できるかがご覧になれます。

平成17年3月

佐賀県教育センター

佐賀県佐賀郡大和町大字川上字西山 電話(代表)0952-62-5211