

# 不登校の子どもへの支援の在り方

## —自らの課題解決をめざして、事例から学ぶ—

長期研修員 岡本 則子

Okamoto Noriko

### 要 旨

主に小・中学生との遊戯療法やカウンセリングの実践を通して、不登校などで悩む児童生徒の心をより深く理解し、支援を必要とする子どもへのかかわり方について研究した。

また、学校における教育相談を生かした支援体制の在り方について考察した。

キーワード： 不登校、遊戯療法、カウンセリング、事例研修、支援体制

## 1 はじめに

近年、不登校を初めとする子どもたちの状況は複雑、多様化してきており、個々の子どもへのかかわりや保護者への支援においては、柔軟かつ的確に対応できる力量が学校組織や教員一人一人にますます強く求められている。筆者はこれまでに複数の不登校生徒とその保護者に会ってきた。「不登校に対する正しい認識と、子どもにとって本当に必要な支援の在り方を学んで欲しい」という、ある母親からの切なる願いを胸に深く刻んできた。そのことを、自分の課題の一つとして心に留めながら、不登校の子どもやその保護者への支援の在り方について研究し、一人の教員としての資質向上を図りたいと考えた。また、不登校が長期にわたったり、本人や保護者、家族の不安を担任一人が抱え込んだりすることによって問題がさらに深刻化することを体験し、学校の支援体制を確立することの必要性を痛感してきた。

そこで、先行文献による遊戯療法やカウンセリングの基礎理論の研究を通して、不登校についてより深く理解するよう努めるとともに、担当事例の分析を通して、不登校の子どもやその保護者への支援の在り方について考察したい。また、教員同士が連携できる学校の支援体制づくりについても考察したい。

## 2 研究目的

子どもの心に寄り添い、子どもの心をより深く理解することを追究し、不登校の子どもとその保護者への適切な支援の在り方について研究する。また、学校における支援体制づくりについても考察する。

## 3 研究方法

- (1) 先行文献による基礎理論の研究
- (2) 遊戯療法やカウンセリングなどの実践
- (3) 担当事例についての分析と考察
- (4) 学校体制での支援の在り方についての考察

## 4 研究内容

- (1) 基礎理論の研究  
ア 不登校について

文部科学省の平成15年度の調査<sup>(1)</sup>によると、不登校の直接のきっかけは、小学校では、親子関係や家庭内の不和等、家庭生活に起因するものが34.4%と高い比率を示し、中学校では、友人関係や教員との関係、学業の不振等、学校生活に起因するものが36.3%で最も多くなっている。また、不登校状態が継続している理由として最も多いのは、「無気力・不安など情緒的混乱」によるもので、行きたくても行けない、いわゆる神経症的な不登校の子どもが小学校で51.2%、中学校で39.1%をしめている。このことから、学校・家庭・社会の問題、子ども本人の性格の特徴などを背景とした多種多様な問題が複雑に絡み合って強い内面のゆれが生じているところへ、具体的な出来事が引き金となって不登校が起こり、情緒的混乱等が影響して不登校を継続させていると考えられる。

不登校になりやすいタイプの子どものついて、桑原<sup>(2)</sup>は、いわゆる「よい子」「人の気持ちがわかる子」「他人の痛みも自分の痛みとを感じる子」「家庭を動かすだけの力のある子」を挙げている。よい子や人の気持ちが分かる子は、相手にとって「都合のよい子」に自分からなってしまう、それを「いい子やね」とほめられるので、自分への「よい子」願望がエスカレートし、もうこれ以上何もできなくなってしまう。「他人の痛みも自分の痛みとを感じる子」にとっては、集団の喧騒の中で日常的にやりとりされる友達の軽口や、だれかが教員に指導されている場面でさえ直接自分に向けられている痛みとして感じられるのだから、ましていじめや体罰などの直接的・間接的体験は耐え難いものがあるが不思議ではないように思われる。「家庭を動かすだけの力のある子」が不登校になりやすいという指摘は、筆者にはとても興味深く感じられる。子どもの不登校をきっかけに、その家族は多大なエネルギーを使わざるを得なくなる。生活習慣や育て方、家族の人間関係をも含めた家族そのもの、家族一人一人の生き方までも問い直し、立て直すことを余儀なくされる場合が多いように感じる。

#### イ 遊戯療法について

アクスライン<sup>(3)</sup>は、「遊戯療法は、遊びが子どもの自己表現の自然な媒体であるという事実に基づいている」「遊戯療法の治療的機能は、単に子どもと遊んでいけばよいというものではなく、信頼できる大人によって遊びの世界が保証される中でこそ発揮される」と述べている。アクスラインは、カール・ロジャーズ<sup>(4)</sup>のクライエント中心療法の原理を子どもに適用して非指示的遊戯療法を確立させ、「プレイ・セラピストの8原則」を提唱した。それは、あくまでも子どもの内面から湧き起こってくる自己治癒力を高め、最大限に生かすためのものであり、良好な人間関係の中で子どものあるがままの姿を受容することで子どもが自ら解決していくと固く信じて子どもに向き合う姿勢である。また、山崎<sup>(5)</sup>は、「遊びの表現は言葉による表現と違って、子どもが明確に意識していないこと、時には無意識の深みにそっと隠している感情や衝動、心の傷と関連することが少なくない」と述べている。

#### ウ カウンセリングについて

カール・ロジャーズ<sup>(4)</sup>は「クライエント中心療法」を提唱し、その中で、「人はだれでも自分の内部に自己を成長させ実現させる力をもっており、カウンセラーがクライエントの気持ちを受容し、共感的に理解することによってクライエントが自ら立ち直っていく」と述べている。そして、次の3点をカウンセラーに必要な基本的態度とした。まず一つは、「無条件の積極的関心をもって聴くこと」である。どんな経験も感情も態度も、無条件に受容されていると感じたクライエントは、自分自身を解放し、自尊自愛の感情をもち、成長する可能性を伸ばすことができる。二つ目は、「共感的理解をもってひたすら傾聴すること」である。クライエントは、カウンセラーに気持ちを聴いてもらうことによって、またカウンセラーが返す言葉が自分の思いと重なることによって分かってもらえると感じ、感情や考えを自ら整理していくことが可能となる。そして、三つ目は「純粋性」である。これはカウンセラー自身が、クライエントに向き合うことで起きている感情に気付いており、その感情を隠したり偽ったりしないでありのままの自分であることである。

## (2) 遊戯療法やカウンセリングの実践

### ア 遊戯療法の一事例

A男、小学校2年生（7歳）。家族や友だちへの突発的な暴力があるという相談内容で来所している。18回の遊戯療法を経て継続中。プレイ・ルーム全体を舞台にして元気よく遊ぶが、「そして、夜」という言葉を境に、遊びが急展開する。箱庭や砂場に作られた街も動物園も、丁寧に作ったレストランの料理や弁当も、優しく治療してあげた病気の赤ちゃんも、夜と共に現れる凶悪な何者かによって容赦なく破壊され殺戮されていく。抹殺されたものは何度も復活し、また無惨に踏みつぶされる。12回目からは筆者をその「夜」の世界に同行させ、その刃は筆者にも及ぶようになった。刀や鉄砲で筆者を攻撃し、倒れてうめく筆者に「まだやられてへん、また復活して」と生き返らせては再び攻撃する。そして、「夜はまだ続く」とつぶやく。一方、「夜」が来るまでのA男は、ハンモックに揺られたり、長い蛇腹のトンネルを通り抜けたり、ルームインルームで筆者に赤ちゃんの授乳や食事の面倒をみさせたりする。筆者は、初期の頃はA男が一人で「夜」と闘う姿を傍で見守り、A男の言葉を繰り返したり動作を言葉に置き換えて確認したりしながら、共感的に受容することに徹し続けた。15回目頃から、A男の遊びはおもちゃを使う恐怖感の伴う攻撃的な遊びから、筆者を相手にした身体接触の多い甘えや安楽を求める遊びに変化している。ハンモックから抱き下ろすことや、抱っこやおんぶ、肩車、「たかいたかい」などの行為を、A男は求め続けている。

### イ カウンセリングの一事例

相談者はB子、中学校3年生（15歳）。中学校1年生9月から相談室登校を続けている。前担当者との18回の相談を経て、平成16年5月より筆者が引き継ぐ。筆者との12回の相談を経て現在も継続中。「     」はB子の言葉、〈     〉は筆者の言葉を表す。

【第1期（#1～#3）】・・・思いの吐き出し「いいことなんて何もない」

初対面での印象は痩せ型で、無表情で堅い感じがした。白のタンクトップに黒の薄手のパーカーと、ジーパン姿。初回には母親と祖母（母方）のことを、「あの二人は、偏見、偏見、偏見や」と具体例を挙げて一気に話し、2回目には修学旅行での悔しさをかみ殺しながら詳しく説明し、3回目には、相談室登校について、「来る先生ごとに対応の仕方が皆違う」と、げんなりする。その後も、「母親は既成概念の固まりで、私にピンクの服ばかり着せた」「高校だけが進路やない」「進路も就職も、親の価値観とか親が敷いたルールに振り回されたくない。けど、絶対何か言われるに決まっている」など、立て続けに思いを吐き出した。

【第2期（#4～#6）】・・・自立へのレッスン「一人で来ます」

夏休みの話題になり、「長い夏休み、母親とずっと顔を合わせていくのが憂鬱」とつぶやいたB子が、次回の予約が母親の都合で3週間後ということになった時、筆者の顔をチラッと見上げた。とっさに筆者は、間が開き過ぎなのかと感じたがそのままにしてしまった。結局次の回は、塾と重なりキャンセル。40日ぶりの相談の際に、相談日の間隔についての話題になり、次の予約から母親の相談日とは別に、B子と筆者との相談日を取ろうということになった。そして予約時、できるだけ定期的に面談したい旨を筆者が申し出た時、B子は上目使いに母親を見て、「自転車で来られるから」と言い、母親は、「B子がいいなら」ということで承諾する。そこで、初めて二人で相談して、次回の予約を取った。

【第3期（#7～#9）】・・・内面の語り「私は私でやるしかない」

母親とは別日に、一人で自転車での来所が始まる。この時期、人形のドレスを次々に着せ替えてはお互いに披露し合う遊びをしながら、B子は自分のファッションセンスについてよく話した。

不登校の末、全寮制の学校へ転校した相談室仲間の話をしていた時、「以前、お母さんがおまえもそこへ行ったらって言ったけど、絶対行かせるわけないし、行きたいとも思わない」〈そう。家を離れて行きたいとは思わないだね〉「ま、私は私で思うようにするしかないし、たぶん自分のペースでやっていくんだろうし」と、さっぱりとした表情で言った。筆者は、B子の内面に「自分なりに」という意識が芽生えているように感じた。

【第4期（#10～#12）】・・・自分の進路をみつめて「勉強せんなんからなあ」

学校の相談室での生活のしんどさを早口で話した。適応指導教室のことを話すと、「いいなあ、それもありかも」と目を輝かせ、「中間テストが終わるまでは、休んだりしながらでも登校して、それからまた考える」と、初めて彼女から方向性が示された。その後も進路にかかわって、塾へ通い家庭教師にもついてもらって勉強をしていると話し、適応指導教室については「勉強せんなんからなあ」という言葉で、通う気持ちがないことを伝えた。さらに、卒業アルバムのことや卒業式のことを話し、「私学に合格した後、教室で先生を質問攻めにしたら、うるさいぞとか言われるやろな」と、いたずらっぽく話した。B子の表情に、柔らかな少女らしさが感じられた。

### (3) 担当事例についての分析と考察

事例アのA男は、遊びを通して実に様々な思いを表現する。「夜」という言葉に象徴される果てしない闇の世界から来る何者かと戦い続ける時のA男から、強い緊張感と闘争への衝動のようなものを感じる。執拗な攻撃の場面は、何か大きな怖れに打ち勝とうとしているように見える。一方、ハンモックやブランコに揺られている時は、にこやかな笑顔で筆者と視線も頻繁に合う。A男は筆者をはらはらさせる場面を何度もつくり、その度に筆者は危険から彼を守る役割を体験する。最近では、ハンモックからA男を抱き降ろしたり、抱いたまま回ったり、「たかいたかい」をしたりする場面が増えた。そんな時筆者は、A男をととても可愛いと感じる。A男が筆者との間で擬似的な母子関係を体験しているように思われる。また、非現実の世界の中で満たされる気持ちを体感しているのかもしれない。A男にとっての遊びは、何か恐ろしい心理的な体験を、遊びという形で具体的に表現して追体験することで、乗り越えようとするプロセスであり、一方で、筆者との一対一の関係を通して安心感や甘えの心地よさを体験するものであるように感じられる。

事例イのB子は、初回から12回目の相談で、少しずつ変化が見られた。第1期には、たくさんの否定的な感情が吐き出された。母に対する不満、進学への不安、相談室担当教員への不信感などを話し、笑顔もほとんど見られなかった。筆者は、担当者が変わったことが負担にならないことを願いながら、彼女のありのままを受容し、ひたすら傾聴することを心がけた。第2期に、B子は一人で来所する意向を示し、母親とは別の日に予約を取り一人で来所するようになる。これはおそらく、彼女自身の判断で何かを決めた数少ない経験の一つであろう。第3期からは、自分自身の内面にかかわる話題が多くなった。自分自身の価値観に対する母親からの影響や、ファッションセンスへの劣等感、自分の感性への迷いや気付きなどを語った。その後、「自分なりに」という言葉とともに、相談室登校や進路のことに話題が移っていった。第4期の話題は、ほぼ進路のことに集中する。進学する自分のイメージが固まると同時に、学習への意欲と焦りが湧き起こり、受験から卒業までの自分のイメージが語られた。母親とも進路の話をしたり、学校見学に廻ってきたりしているらしい。進路をめぐって親子が心を通わせる機会をもてるようになってきていると思われる。

B子は、幼児期の反抗期もなく小学生時には成績も上位で、母親の言うことを素直に受け入れる「優等生」だった。ところが4年生の時、友達に服装を批判され、母親の価値観に対する疑問

をもち、初めて「買ってきても絶対着ない」と反旗を翻した。中学生になり規則破りをする生徒の実態に触れ、B子の母親から植え付けられた常識はやすやすと崩れ落ち、母親の価値観への信頼が薄れた。同時に、同年齢の子どもとの違和感から孤立感をもち、教室に向かうことが難しくなったのではないかと考えられる。さらに、そういう状態であることを分かって欲しいという思いは自分でも言葉にすることが難しく、受け入れられない苦しみは怒りとして募り、自分の周囲に起きる出来事を否定的に感じるようになったのだろう。その怒りを筆者に話す中で気持ちを整理し、自分自身の弱さも未熟さも自分の問題として受け止められるようになり、ゆっくりと自立していく過程をたどっていきけるのではないかと思う。

「思春期の重大な仕事は、外から学んだ既成の価値観を脱ぎ捨て、内なる自分自身を発見し再構築することだ」と河合<sup>(6)</sup>は述べている。B子の思いの根底に流れている、固定観念で敷いたレールへ乗せようとする母親への抵抗と、そこから逸脱することへの挑戦と不安、その上に、進路への焦りがさらに大きな不安として重なった心の揺れは、まさに、思春期そのものだといえる。B子の話を受容しながら傾聴する中で、彼女の心の中に秘められた様々に交錯する思いを共感的に受け止められたように思う。「自分らしさ」の自己受容を経て、進路に対する意思を語るまでにエネルギーを回復しつつあるのではないだろうか。B子と母親が進路決定への道程を共通のテーマとしながら母子関係を再構築することを願いながら、この後の一回一回の出会いを大切にしていきたいと考えている。

#### (4) 学校体制での支援の在り方について

##### ア 学校現場に生かす

学校現場で子どもと接するとき、ロジャーズのクライエント中心療法や、アクスラインの「プレイセラピストの8原則」の精神を心に留めながら接することが、教員にとって重要な資質となると思われる。思いが言葉にならない時、ましてや不登校や問題行動などという形を取った時、問題を解決することだけに囚われないで、子どもが発する様々なサインを的確に受け止め、子どもの気持ちを理解しようとする支援者としてのかかわりを忘れてはならないと思う。カウンセラーの基本的態度は、個別的な支援のみならず、そのまま学級担任の学級指導における姿勢にも通じ、さらに、子どものことで悩む保護者の心情への共感的姿勢にもなるのではないだろうか。まず、個々の教員がその資質を高めるための研修を積み、子どもへの個別の心理的な支援ができる力量を備えることが、教員としての責務の一つではないか考える。

また、個々の課題に対する個別的な支援をより有効なものにするためには、校内における支援体制の確立が必要となるであろう。子どもにかかわる複数の教員がチームを組み、役割を分担してかかわっていくことが大切であると考え。必要な情報を交換し合う中で子どもの置かれている状況を深く理解し、問題解決の方針や方向性を共通理解した上で連携しながら支援していく。そのことによって、担当者が一人で抱え込むことなく、不登校の子どもや保護者に対する様々な立場からの支援が可能となるであろう。さらに、必要に応じて、専門機関との連携を図りながら、より的確な支援の方向性を検討することも重要であると思われる。

##### イ 事例研修の有用性について

今回の長期研修で筆者は20人を超える子どもたちと相談を通して出会うことができた。日々の相談実践はまさに何物にも代え難い体験であった。さらに、この貴重な一回一回の相談経過の記録を資料にした事例研修が非常に勉強になった。特に、自分の担当事例について様々な立場の方からの意見や専門家の先生からの指導助言を頂いた事例研修会では、本当に多くのことを学んだ。

相談の経過を振り返って全体の流れの中で子どもの変化をとらえ、支援の在り方の是非を検討することで、今後の支援の方向性をもつことができた。知識や技法への示唆はもちろんのこと、共感的理解の程度の差異や子どもを理解することのベースになる感受性（センス）の深さにまで及ぶ、教育者としての人間性についての内省を含む研修であった。学校内の教育相談に関する研修会に、この事例研修の実施はおおいに有用であると考えている。

## 5 研究の成果と課題

遊戯室でたくさんの子どもに出会う中で、筆者は子どもたちにたくさんのことを教えられた。子どもたちは、十人十色の遊び方や筆者との一対一の関係を通して、一人一人が皆違うということ了自己主張し、かかわりは個別的でなければならないと教えてくれた。さらに、子どもはありのままの自分を無条件に受け入れてもらえる人間関係の中でこそ、本来もっている自分が自分であることを思う存分に発揮しようとするということを実感できた。また、子どもは大人に多くの問題点と共に、多くの解決策を示唆してくれている。子どもが表出するサインは、子どもが自分自身の本来の命の輝きを取り戻すためのみならず、周囲の人間関係を再構築させようとする営みにつながる場合もある。子どもが身をもって訴えているサインに、親や教員という最も身近な大人がまず気づき、共に考えていく姿勢が重要であると思われる。つまり、教員として不登校の子どもの支援するとは、子どものありのままを理解しようとする人間関係の中で、子ども自身が本来の自分を取り戻すまでのプロセスにじっくりと付き合うことだということを実感した。

また、不登校の子どもへの支援は、一人の教員の個別的な支援だけで成立するものではなく、学校の教育活動としてチームを組んで組織的にかかわっていくことが、子どもや保護者をよりの確に支援していくうえで重要であり、またそのことが、一人一人の教員を支えることにもなると分かった。そして、このことは不登校の子どもへの支援だけにとどまらず、すべての子どもへの支援に生かされると深く感じた。

## 6 おわりに

今回の研究を通して、子どもの幸せを願って止まないはずの大人が、実は条件付きで子どもにかかわり、その子ども本来の「自分が自分であること」を傷付けゆがめているかもしれないという自戒と、心の支援を渴望している子どもにかかわる教員としての責任の重さを痛感した。

たくさんの事例から得た学びと気づきを学校現場で役立てられるよう、自校の学校教育相談の体制づくりの具体的な方策についての研究を、今後の課題としたい。

なお、事例の記述に当たっては秘密保持の立場から、事例の本質を損なわない限りにおいて事実に加え、本児名をアルファベットで表記した。

## 参考・引用文献

- |     |                        |               |            |      |
|-----|------------------------|---------------|------------|------|
| (1) | 平成15年度における生徒指導上の諸問題の現状 | 文部科学省         | 2004       |      |
| (2) | 桑原知子                   | カウンセリング・マインド  | 日本評論社      | 1999 |
| (3) | アクスライン                 | 遊戯療法          | 岩崎学術出版社    | 1972 |
| (4) | 諸富祥彦                   | カール・ロジャーズ入門   | コスモスライブラリー | 1997 |
| (5) | 山崎晃資編                  | プレイ・セラピー      | 金剛出版       | 1995 |
| (6) | 河合隼雄                   | 大人になることのむずかしさ | 岩波書店       | 1983 |

