

2 不登校の各段階とその対応

(1) 不登校の段階チェックリスト

実施年度：() 年度

該当児童生徒：() 年 () 組 氏名 ()

チェック実施者氏名：担任 () ・その他 ()

○が多いところが該当する段階です。保護者からの情報も得ながら、チェックしましょう。

○：あてはまる △：どちらともいえない ×：あてはまらない		月日 /	月日 /	月日 /	月日 /
初期	① 頭痛・腹痛・吐き気等を訴える				
	② 生活リズムが乱れ始める				
	③ 攻撃的な言葉等が見られる				
	④ 強迫症状がある（手洗い、確認など）				
	⑤ 親子・家族の会話が減る				
	⑥ 学校関係の話を嫌がる				
	⑦ 担任等に会えなくなる				
	⑧ 人目を気にして外出を嫌がる				
中期	① 繰り返し不安な気持ちを訴える				
	② 昼夜逆転等、生活リズムが乱れる				
	③ 攻撃的な行為が見られる				
	④ 部屋にこもる				
	⑤ 親子・家族関係がうまくいっていない				
	⑥ 学校的话题を激しく拒否する				
	⑦ 気力が著しく衰える				
	⑧ 友人や親戚などにも会わない				
後期	① 笑顔が見られるようになる				
	② 散髪をしたり、部屋を片付けたりする				
	③ 勉強やスポーツなどを少し始める				
	④ 自室から出て、家族と交流し始める				
	⑤ 親子・家族で雑談をするようになる				
	⑥ 好きなことなら外出できるようになる				
	⑦ 担任等に会えるようになる				
	⑧ 友人や親戚に会えるようになる				
再登校準備期	① 表情が豊かになる				
	② 生活リズムが整い始める				
	③ 自分の気持ちや考えを話し始める				
	④ 他者とかかわることが少しできるようになる				
	⑤ 家族関係が良好になる				
	⑥ 適応指導教室や相談センターに通い始める				
	⑦ 勉強やスポーツなどを始める				
	⑧ 登校や進学に向けて動き出そうとする				

(2) 全期を通しての対応のヒント

全期を通して、心がけたいことは次の3点です。

- ★ うまくいった対応を繰り返す
- ★ うまくいかなかった対応はやめる
- ★ 新たにしてみようと思うことは小出しにして試す

① 担任としては

- ・ 本人と仲よくなること。(これまでに得た情報から、本人との会話が盛り上がるような話題を探ろう。)
- ・ 保護者と信頼関係をつくること。
- ・ 学級づくりをしていくこと。(再登校に向けて学級の人間関係づくりをしよう。)
- ・ 学習について支援していくこと。(学習の遅れが再登校へのハードルを上げる場合もあるので、本人の状況に応じて、学習の支援も考えよう。)

② 保護者へのアドバイスとしては

- ・ 保護者自身の心の安定を図ること。
- ・ 子どもを受け入れること。
- ・ 子どもと雑談を心がけること。
- ・ キャッチボール、散歩等、少し汗ばむ程度の運動を子どもと一緒にすること。
- ・ 子どもが安心して過ごせる環境をつくること。(食事の配慮、清潔な寝具、温かい雰囲気など)



(3) 段階別の対応のヒント

不登校の段階チェックリストを実施したら、次のヒントを参考にして段階に応じた対応をしていきましょう。

	担任等教職員の対応のヒント	保護者や家族の対応のヒント
初期	<ul style="list-style-type: none"> 定期的に家庭訪問しよう。 [参照：4 不登校の子どもへの家庭訪問について] 保護者も辛い時期なので支えが必要となる。話し相手になろう。 スクールカウンセラーや相談機関等と連携を図る。 身体症状（頭痛や腹痛等）が長引くときは医療機関を勧める。 	<ul style="list-style-type: none"> 昼夜逆転の兆しが見え始めたら、「いったん起きようね」と伝え、生活のリズムを整える。 攻撃的な言葉は不安が高まっているサインととらえる。 強迫症状は、「そうすると落ち着くんだね」と伝え、見守り、長引くようなら医療機関に相談する。
中期	<ul style="list-style-type: none"> 保護者や本人の意向を考慮しつつ、家庭訪問を行う。 生活リズムを整えるように伝える。 引き続き保護者を支える。 本人の状態により、医療機関や関係機関等の利用を勧める。 	<ul style="list-style-type: none"> 無理に連れ出したり、何かをさせようとしたりしない。 不安や攻撃が治まらない場合は医療機関や関係機関等に保護者だけでも相談する。
後期	<ul style="list-style-type: none"> 家庭訪問では、本人が望めば、本人と会う。 学習や学校生活への適応を促すような情報を提供する。 本人の意向を確かめ、友人に遊びに行ってもらおう。 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもの好きなことや関心のあることに誘ってみる。 再登校に向けて、安心感が得られるような具体的な状況について話し合う。 再登校への後押しとなるような子ども思いや様子を担任に伝える。
再登校準備期	<ul style="list-style-type: none"> 学級の様子等をさりげなく伝える。 放課後等の登校を勧めてみる。 再登校に向けて、校内で綿密な計画を立てておく。 [参照：5 再登校に向けて] 	<ul style="list-style-type: none"> 再登校の兆しが見えたら、子どもの様子について担任と連携しつつ、登校の準備を進める。

3 不登校の子ども・保護者との基本的なかかわり方

(1) 本人とのかかわり方のポイント

子どもは解決するための力を持っていると信じてかかわっていくことが大切です。

- ① 信頼関係を築いていこう
 - ・ 普段のさりげない言葉がけを大切にする。
 - ・ 本人の思いをじっくり聞き、感情に寄り添う。
 - ・ 雑談のできる関係をつくっていく。
- ② 本人についての理解を深めよう
 - ・ 本人の話聞くことから情報を収集する。
 - ・ 会話の合間にうなずきや相槌を入れて、話しやすい状況をつくる。
 - ・ 聞いた話を繰り返して、話の内容を確認していく。
- ③ 解決の方向を探ろう
 - ・ 解決したらどうなっていたいのかについて会話をする。
 - ・ 解決に向けての一步として、小さなことで実践できることについて会話をする。
 - ・ たとえうまくいなくても、解決の道筋においては貴重な体験であると伝える。

(2) 保護者とのかかわり方のポイント

保護者と信頼関係を築くことが不登校の解決につながります。

- ① 普段から人間関係をつくっておこう
 - ・ あいさつをしよう。
あいさつをきっかけとして、保護者とのかかわりを深めよう。
 - ・ 保護者の思いに寄り添おう。
子どもの不登校に責任を感じている場合や育てにくい子どもである場合、家族に問題がある場合等も考慮する。
- ② 安心できる会話を心がけよう
 - ・ 子どもがよくなっていることは必ず伝える。
子どもをよく見て、小さなよい変化を見逃さない。
 - ・ 元気になるような話題を見つける。
 - ・ できていることを認める。
 - ・ 将来に向けた具体的な目標について共通理解を持つ。
子どもの状態に応じた小さな目標について話し合う。
- ③ 専門家につなごう [参照：＜参考資料＞4, 5]
 - ・ 様々な専門機関と連携することで解決に結びつくことを伝えていく。
 - ・ 今後も専門家と連携して学校がかかわっていくことを伝える。

4 不登校の子どもへの家庭訪問について

不登校の子どもや保護者に学校の取組を理解してもらい、よき協力者・支援者として、信頼関係を築くことが家庭訪問のねらいです。

(1) 家庭訪問の仕方

不登校の本人も保護者も、学校に行けない自分やわが子に否定的な気持ちを抱いて元気をなくしています。そんなとき、人に会うということはたいへんなエネルギーがいるので、配慮が必要です。

- 保護者に希望を聞き、訪問曜日、時間、頻度（1～2週間に1度程度）等を相談して決める。
- 決めている日以外の訪問の場合は、必ず保護者に連絡をとって承諾を得てから訪問する。
- 訪問時間は、しばらくは連絡と配布物を渡すぐらいの短時間（5分程度）で行う。
- 本人の状態や本人との関係性を考慮して、徐々に訪問時間を増やす。
- 本人が好きなことに教師自身も興味を持ち、つながれる部分を見つけるようにする。
- マイナス面には触れず、プラス面のことのみ会話する。
- 少しでもよくなっていることを必ず伝える。
- 本人と会えなくても保護者と会い、信頼関係をつくっていく。保護者と親しく話ができる場合でも、長居をして本人に不安を持たせることにならないように配慮する。
- 保護者の苦勞に寄り添った会話の仕方をする。
- さりげなく家庭の状況を把握する。
- 本人と会えていない場合は、本人の状態により保護者から会うことを勧めてもらう。

(2) 家庭訪問を受け入れてもらえない場合

さまざまな理由で家庭訪問を受け入れてもらえない場合についても学校とのつながりを切らないように工夫することが大切です。

- 担任による家庭訪問を受け入れてもらえない場合には、管理職を含めて対応策を検討して専門機関（こども女性相談センターや福祉事務所等）とも連携を図っていく必要がある。
- 不登校が長期化しているにもかかわらず、電話も家庭訪問も拒否する場合は虐待の可能性も考えた対応が必要となる。

5 再登校に向けて

再登校に向けて特に注意するポイントです。

- ★ 本人の緊張感や不安感を理解する
- ★ 焦らない
- ★ かかわりながら見守る
- ★ 保護者と連携する
- ★ 学校全体で組織的に対応する

(1) 再登校準備

教室復帰に向け、段階的に支援することが大切です。本人・保護者の要望を聞き、本人に配慮した学級・学校環境づくりに努めましょう。

① 本人へのきめ細かな対応

- ・ 学校的话题を少しずつ増やす。嫌そうならすぐに話題を変える。
- ・ 学習の遅れがある場合、学習プリント等を届け個別に教える。
- ・ 本人と話し合い、無理のない達成可能なステップを設定する。
- ・ 部活動や放課後など、行けそうな場所や機会を提案する。
- ・ 登校する服装に着替えるなど、できるところまで取り組めるように励ます。
- ・ 登校については、本人の要望を尊重し、話し合っで決める。本人が言いにくい場合は、保護者の協力を得る。(登校する時刻、学校で過ごす時間、誰と登校するか、どの教室に行くか、どこから校舎に入るか、友達の迎えはいるか等)

② 学級・学校での環境づくり

- ・ 級友から手紙を書いてもらったり、学級の様子を知らせたりする。
- ・ 学級全体へ温かく接するように働きかける。「どうして休んだのか？」など、負担となる言葉がけはしないように話しておく。
- ・ 教室での座席位置は、本人の意見を聞き、配慮する。

(2) 再登校段階

① 再登校段階での支援

- ・ 担任等の一部の教職員だけでなく、全教職員やスクールカウンセラーの共通理解のもと支援していく。
- ・ 登校しても教室へ入れない場合は、本人の最も安心していられる場所で、つながりのある教職員が対応する。
- ・ 本人が安全・安心を感じられるような学級づくりに努める。
- ・ 予定を変更するときは、保護者と相談し連携を図る。
- ・ 別室（保健室、相談室、図書室等）での対応も検討する。

② 本人に対しての配慮

- ・ できるところからゆっくり取り組めるように声をかけ、再登校できたことを認める。
- ・ 調子がよさそうだからもう少しと欲張らない。
- ・ 本人の不安な気持ちを受けとめ、緊張を和らげるような配慮をする。
- ・ 休んでいた間の学習の遅れを取り戻すために、必要に応じて課題を用意するなど可能な範囲で配慮する。

6 自立に向けて

中学校卒業後に進路が定まっていなかったり、高等学校不登校生徒で中途退学してしまった者については、社会との接点が少なくなるとともに、支援の手も行き届きにくくなり、どこに相談すればよいかわからずに家族が抱え込んでしまうケースも多く見られます。

不登校及び引きこもりの青少年が学校復帰・社会復帰できるよう、長期の自立支援を行うためには、行政・相談機関・民間支援団体のネットワーク化等により、それぞれが連携した幅広い取組を推進していく必要があります。

また、その取組について、学校の教職員が十分把握しておくことが大切です。在学中の児童生徒の支援も含めて、卒業後や高校中途退学後の若者への支援を進めるためにはナビゲーターとしての教職員の存在が極めて重要となってくるのです。



