

これだけは知っておきたい「不登校支援」

認定 NPO 法人フリースペースたまりば理事長 **西野 博之**

私は34年前から不登校児童生徒の居場所づくりに取り組んできました。今もなお不登校児童生徒に対して向けられている誤解と偏見によって、子どもたちは生きづらさを抱えて苦しんでいます。フリースペースと呼ばれる学校外の学びと育ちの場や相談現場で、2000人を超える不登校児童生徒と関わってきた経験から、教職員や親御さんたちにこれだけは知っていてほしいと思うことを書いてみたいと思います。

「学校ぎらい」なのではない

今までに出会ってきた不登校の子どもたちの多くが語ります。「学校が、安全で、安心して、楽しく学べる環境ならば、学校に行きたいんだ」。学校が嫌いだから行かないのではない。この子どもたちに向かって教師たちは言います。「早く学校に戻っておいで」「早く学校に来られるといいネ。頑張れ」この言葉がどれだけの外れであるかに、気づかない教師が多いのが実情です。子どもは必死に訴えている。「そこが安全で、安心なのか」「楽しく学べる環境なのか」。私が休んでいる間に、何が変わったのか。いじめはなくなったのか。クラスの雰囲気はよくなったのか。そこになにも手が付けられていないのに、ただ私に戻って来いということは、私が悪いと言っている

んだ。みんなが来られる学校に、君は来ることができないのだから、君が強くなれば、君が変われば、学校に来られるようになるでしょう。頑張って、変わりなさい。このように、30年経っても、教師から不登校児童生徒に向けられるメッセージはかわっていません。一人ひとりが多様な背景を持つ子どもたち。学校に来られない理由も様々。家庭や本人にその要因がある場合もあるでしょう。学校が変わっても、動き出せない子どもだっています。また、誰もが楽しいと思える学級をつくることは、とても難しいことであることも理解できます。では、まず教師に求められることは何なのか。学校復帰への指導ありきから入るのではなく、まずは学校の中に居場所を見つけられずに苦しんでいる子どもの思いを共感的に受けとめようと努めること。不安で押しつぶされそうになっている子どもをつらさを理解しようと寄り添うことから始められたらと思います。

「不登校はダメじゃない」

学校に行けなくなった子どもたちは自分を責め、親も自分の子育てに問題があったのではないかと自分を責めています。その子どもたちに向かって、「今学校に来れないと、中学・高校も行けなくて、将来大学進学や就職が困難にな

る。どうやって生きていくんだ。しっかりがんばれ。」と叱咤激励する教師や親たち。不登校に対するネガティブな言動よりも子どもたちに必要なのは、「不登校をしていた時間も、意味がある時間だった」と思えるように支えることなのです。中1中2と不登校だった子どもが、中3になって「高校に行きたい」と言い出したとき、その子どもに向かって、「今からでは君が希望する高校進学は難しい」と切り出すのではなく、「今まで学校を休んでいた君が高校に行きたくなったということはすごいことだね。あの2年間しっかり休んだことで、いっぱい充電できたんだね。いつからでも学びたいと思ったら、大丈夫だよ」というメッセージを送ってあげることの方が、ずっと、子どもは元気が出ます。不登校の子どもたちが体験を語り合う座談会を開くたびにいつも教えられることは、「あの時があって、今がある」ということ。無駄にってしまったと過去を悔やむのではなく、未来に向かって希望を抱けるような支援が求められているのです。

将来的な「社会的自立」に向けて

それにしても「不登校はダメなこと」「学校に来られない子どもは悪い」と思っている教師と親たちは依然としてかなり多いことが気になります。親の中で、特に男親はその確率が高い。文部科学省の初等中等教育局長がだした平成28年(2016年)通知の中で、「不登校とは・・・その行為を問題行動と判断してはなら

ない。不登校児童生徒が悪いという根強い偏見を払拭し、学校・家庭・社会が、不登校児童生徒に寄り添い、共感的理解と受容の姿勢をもつ」ことが重要だと言っています。これがまだまだ多くの教師の自覚の中にはない。令和元年度(2019年度)通知の中でもこの考え方は継承され、学校復帰にこだわらず、将来的な「社会的自立」に向けた支援の必要を国は説いています。目先のことにとらわれず、長い目で見てその子の「最善の利益は何か」を問うことが求められているのです。平成28年(2016年)に制定された「教育機会確保法」の第13条に定められた学校以外の場における学習支援を選択肢としてきちんと認め、ICTや通信教育教材などを使った家庭学習(ホームエデュケーション)や民間フリースクール等との連携による多様な学びの機会を推進することがますます必要となってきているのです。

「もう少し頑張ってみよう」の落とし穴

不登校の子どもたちが口をそろえて言う教師への不満の中で特に多いのが、「給食だけでも食べにおいで」と先生から誘われ、断れずに出かけたところ、「給食を食べられたんだから、せっかくだから5時間目の授業にちょっと出てみないか」と促され、断れずにずるずると最後まで残ってしまった子ども。先生はご満悦で「よく頑張ったね。すごいぞ。もう大丈夫だ。明日も待ってるよ」と子どもに声をかけます。当の本人は、家に帰っ

てからどっと疲れが出て、動けなくなってしまう。「だまされた。給食だけといったのに、教室で授業まで受けさせられた。先生のウソつき。もう絶対行かない」。こんな失敗をした先生はいないでしょうか。このような話は何人もの子どもから聞いています。先生の「良かれ」があだとなって、子どもの気持ちは反対の方向を向いてしまっている。また一方で、先生は私のためを思って言ってくれているのにそれに応えられない自分を責め、よけいに動けなくなってしまう子もいるのです。今日はここまでできたというところで、すっきりと気持ちよく帰ることができた方が、のちのちずっと動きやすくなるのです。

学校に行けない理由は自分でもわからない

今まで34年間にであってきただけの不登校児童生徒の9割近くは、学校に行けない理由は自分でもわからないのです。母親に聞かれば、いじめられるから行きたくないと言い、父親に問いつめられると先生が怖いからと言い、カウンセラーには勉強がわからないからという。相手の大人が納得してくれそうな理由を探しているのです。でも丁寧に話を聞いていくと、例えば過敏症が原因の一つに入っていることもある。みんなが立ち上がってあいさつするときの机とイスがずれる音が、大きな地震のように聞こえてきて頭を抱えてしまう子や、給食時間が近づいてくると食べ物の匂いで気持ち悪くなり、トイレに駆け込む子にも出会

ました。DV家庭でいつも父親が母に向かって暴言・暴力を繰り返しているのを見させられている子は、私が学校に行っている間に母さんが家出をして、もう二度と会えなくなったらいやだ。私母さんの傍に居ると言って行かなくなることもあるのです。その他にも、そもそも集団で一斉に行動するのが苦手な子や「発達障害」が背景にある子、部活の人間関係等々、あげたらきりがないほどある。実は学校に行かないということは単一の理由というよりは、これらが複合的に混ざり合っただけで起きている場合がほとんどで、原因探しに多くの労力を使っても、あまり効果的とは言えないのです。ただ、今は学校に行けないという状態にあることを、そのまま受け止めるしかない。まずはここが基本です。

からだに反応が出たら、からだの声を聴くしかない

学校に行こうとするとお腹が痛くなったり、目をパチパチと瞬きを繰り返したり、せき払いをしながらのどを鳴らしたりといったチック症状が出始めることがあります。脳からは、さあ学校に行こうと何度も指令を出しているのですが、どうしてもからだは反応して、思うように動けない。こんな時は休むしかないので。今はウィズ・コロナの時代でわかりにくいですが、何度も手を洗ったり、何時間もお風呂から出てこられなかったりといった強迫神経症の症状が出ていたら、相当ところが弱っている。

こんな時は、からだの声を聴くしかないのです。それを無理やり布団をはがして、力づくで登校させようとしても逆効果。その後長くメンタルの状態を崩したり、ひきこもりにつながることもある。おとなの多くは、そのような目の前の子どもの状態を受けとめられずに、おどしのような叱咤激励で登校を促したりしがちですが、まずはその子の言葉にならないSOSを受けとめようと傍に居て、子どもの声に耳を傾けることが大切です。

昼夜逆転にも意味がある

夜遅くまでゲームをしたり、YouTubeを見たりして朝起きられない子どもがいます。こんな生活しているから、学校に行けないんだ。生活リズムを整えなさい。こんなアドバイスや説教なら誰でもできる。間違っていない。でも長年不登校の子どもとの関わりから気付かされたことがあります。必ずしも怠惰でだらだら起きているわけではない。結構まじめな性格の子にもこの昼夜逆転はしばしばみられるのです。朝起きて制服に着替え、カバンの中の準備も終わっている。朝食も食べ終わった。テレビのアナウンサーが「今日も一日お元気で」と声を張り上げている。お隣のおうちからは、「行ってきまーす」「ハンカチ持ったのー」と親子の楽しそうな声が聞こえてくる。あとは私が一步玄関から外へ足を踏み出すだけ。でもどうしても鉛のように足が重くて動けない。「どうして私はみんなができることができないんだ。私は

できそこないだ。生きてる価値がない」と自分を強烈に追いつめています。このまま考え続けたら、こころが壊れてしまうというところまで来たときに、人間のからだはよくできていて、朝起きられないからだをつくり出すのです。「あら、いやだ、もう午後3時。昨日お母さんに明日は学校行くって約束したのに、今からじゃあもう間に合わない。あーまた行けなかった。でもしょうがない今日はお休みだ」こうしてかろうじて、諦められる。現実を受けとめられる。それ以上自分を精神的に追い詰めるところから逃れることで、メンタルな病気を発症する危機を回避しているのではないかと思うようになりました。34年間の子ども・若者との関わりの中から気付かされたことは、問題行動のように見えることでも全て生きていくために必要なプロセスなのだということです。ひきこもりの若者たちからも教えられました。あの時間があったから生きてこられたと。生きるためにひきこもっていたのだと。

ゲームを取り上げたからと言って、学校に行けるわけではない

ゲームばかりしているから学校に行けないんだ。ゲームさえなくしてしまえば、学校にいけると親や先生が考えることがある。でもそれほど短絡的なことではないのです。多くの子どもたちは学校に行かない時間をゲームに費やしていることは多いです。でも学校休んでゲームしていることを、心の底から楽しんで

いる子をほとんど見かけません。自分を責めながらも、今はゲームくらいでしか気を紛らわせるものが見つからない。ゲームより夢中になれるものがないのです。みんなから遅れてしまう、置いてきぼりになって、孤立してしまう恐怖におびえながら、かろうじて誰かと繋がっていることを実感できるコミュニケーションツールとして、とても大事なものであると感じています。

「生まれてくれてありがとう」を届けよう

私は今年還暦を迎えましたが、からだ動く限り、不登校児童生徒の支援を続けたいと考えています。それはなぜなのか。それは、救えなかったいのちがあるからです。それも片手では足りません。「たかが学校に行けないくらいでいのちを落とすことはない」。誰もが頭ではそう思いますが、いざ学校に行けなくなると、本人も親も追いつめられる社会です。「不登校問題」は命にかかわる問題なのです。どうしたらいいのか。長い年月悩みながら、たどり着いたことはとてもシンプルなメッセージです。「生まれてくれてありがとう」「あなたがいてくれて幸せだよ」これを届けよう。これは学校に行っていない子はもちろん、行っている子にも十分あてはまります。日本の子ども・若者の特徴ともいえる自己肯定感の低さ。家庭で、学校で、地域の中で、子どもと関わる大人のまなざしが変わること。学校に行けるとか行けないとか、そんなことで一喜一憂するのではなく、

目の前の子どもがこの世に生まれてきてくれたこと。今日まで生きていたことの奇跡を実感しながら、子どもの「いのちを真ん中」に考えること。おとなにできることは「だいじょうぶのタネ」をまくことだけ。たっぷりの休息を経て、周りの大人たちの肯定的なまなざしのもとで「こんな私でもだいじょうぶだ」と思えた子どもたちは、自然と欲が湧いてきて、自分の頭で考え、自分の足で歩きだすのです。私はそのことを子どもたちから教えられました。

プロフィール

西野 博之
(にしの ひろゆき)



認定 NPO 法人フリースペースたまりば理事長

1960年生まれ。1986年より不登校児童生徒の居場所づくりにかかわる。

91年、川崎市高津区にフリースペースたまりばを開設。不登校児童・生徒やひきこもり傾向にある若者たち、さまざまな障がいのあるひとたちとともに地域で育ちあう場を続けている。2003年にオープンした川崎市子ども夢パーク内に、公設民営の「フリースペースえん」を開設、その代表を務める。

現在、川崎市子ども夢パーク所長。

もと文部科学省「フリースクール等に関する検討会議」委員。精神保健福祉士。