

不登校経験の意味づけと不登校児に対するの対応の検討 —不登校経験者の語りから—

上田 果林

(橋本 尚子ゼミ)

I. 問題

文部科学省の定義として、「不登校児童生徒」は「何らかの心理的、情緒的、身体的あるいは社会的要因・背景により、登校しないあるいはしたくともできない状況にあるために年間30日以上欠席した者のうち、病気や経済的な理由による者を除いたもの」とされている。文部科学省で示されている不登校児童生徒の推移調査では、調査が開始された平成3年から平成30年までの間で小・中学校の不登校児童生徒数が現在、過去最多という調査結果となっている。近年の5年間の小中学生の総数を比較すると、平成25年度は10,229,375人、平成30年度は9,730,373人と大幅に減少している。次に小中学生の不登校総数を比較すると平成30年度は164,528人、5年前の平成25年度は119,617人であり、小中学生の総数は減少しているにも関わらず、平成25年度から平成30年度の5年間で44,911人不登校児童の人数が増加している。(文部科学省2019)

近年では不登校児童の中でも明るい不登校と呼ばれる、不登校を悩まない子ども達もいるとされており、学びの場の多様性や教育の在り方が問われる時代になりつつある。上記のように年々不登校児童が増え続けている状態の中、不登校児の現状を知ろうという論文は多くあるが、不登校経験者の予後調査をしている論文は少ない。しかし、松井・笠井は不登校の予後調査を行っており、不登校経験の影響として「自信のなさや消極的な選択をせざるを得なくなっているというかたちで表れていた。」と述べる。「そして不登校が終了した後も、それまで抱えていた課題が解消されないまま、あるいはその課題が問題として顕在化しにくい環境の中で、その後の生活を送っている場合があることが明らかになった。」(松井・笠井2012)「家庭や周囲のかかわりのあり方が、彼らの自分

自身の問題との向き合い方に大きな影響を及ぼしていること、自分で認めている問題と、実際に問題の本質と考えられるものとの間にズレがあり、不登校が解消した後も扱えずに問題が継続されている可能性が示唆された。」(松井・笠井2013)としている。このような調査からも、不登校経験者がその後どのように生きているのかを見ることは大切であるといえる。

II. 目的

不登校経験者が増え続けている現在、不登校後の視点を増やすことは不登校中にはわからなかった子ども達の思いを知ることに繋がる。その為本論文では、松井・笠井(2012・2013)の研究を基として、不登校を経験した人たちが社会に出ていく際どのような問題があるのか、不登校経験は自身の中でどのように意味づけがなされているのか、そしてその経験を踏まえ不登校児に対する対応の検討という点に焦点を当てて調査・検討をしていく。

III. 方法

調査対象者

過去に不登校経験がある大学生、計6名(男性2名、女性4名)を対象とした。

調査時期と手続き

2019年11月初旬～12月上旬に実施。

調査の協力を配布後、協力者には質問紙かメールでの回答を選択してもらい、質問紙を選択した者には大学に設置した質問紙を受け取ってもらうか、著者が手渡しをした。メールを選択した者には著者のメールに質問内容を回答してもらった。

調査内容

不登校経験のある学生を対象とした自由記述による調査を行った。質問内容は松井・笠井（2013）を参考にし、そこに著者が必要と考える質問を付け加えた。不登校経験者にとっての不登校の意味づけが明らかになるよう以下の質問を使用し、フェイスシートには氏名、年齢、性別、連絡先を記入する欄を設けた。

- 1 生活歴
 - (1) 不登校はいつ頃から始まり、いつごろ脱したか*
 - (2) 不登校中どのように過ごしていたか*
- 2 不登校の経過
 - (1) 不登校のきっかけ
 - (2) その頃どのような事を考えていたか
 - (3) そのときどのような関わりを求めているか*
 - (4) 不登校を脱したきっかけ（不登校を脱する時に掲げた目標などがあればそれも教えてください）*
- 3 不登校後から現在にかけて
 - (1) 不登校で困ったこと（学習、進路、就職、人間関係、社会生活などについて）
 - (2) 不登校経験で得た事*
 - (3) 不登校で救われた事*
- 4 今の自分と当時の自分を比べてみて
 - (1) 当時の自分をどう思うか（不登校当時から変わったところ、変わらなかったところ）
 - (2) 当時の自分にかけてあげたい言葉*
- 5 これから
 - (1) 将来はどうなっていきたいか
 - (2) 現在の不登校について何か思うこと、考えること（自身の体験の振り返りや、今の不登校について何か思うことなど）*
 - (3) その他何か思ったこと伝えたいことなどあればご自由にお書きください*

※は著者が追加や改変をした質問である。

IV. 結果と事例の考察

事例 A（21 歳・女性）

- 1- (1) 高校1年10月～高校2年。
(2) 月1通院。週1程度の放課後登校。
- 2- (1) 病気。
(2) 学校に戻りたい。部活に行きたい。3年で高校卒業できるか。親に負担かけてる。いつ治るのか。
(3) 同じ病気の人とのコミュニティ（ただし、新たに人間関係を築く心の余裕はなかった。）
(4) 転校。
- 3- (1) 学歴コンプレックス。高校でまともに勉強していなかったため、大学の勉強で困ることが多い。
(2) 全日制高校が全てじゃない。色々な人がいることを知った。
(3) なし
- 4- (1) 活動量が増えた。気楽に考えられるようになった。
(2) 3年で卒業できるし、今の学校に通えるようになることが幸せの全てじゃない。歩けるようにも、泳げるようにも食べられるようにも笑えるようにも制服を着て電車に乗れるようになるから。今の自分を認めて許してあげてほしい。
- 5- (1) とりあえず大学卒業を目指す。
(2) 今元気そうに笑ってる人でも、実は昔不登校だったという人が案外身近に多い。
(3) 無記入

事例 A 考察

A は文部科学省が定義している不登校児童生徒には当てはまらないが、不登校を考えるにあたり意味がある為回答を使用した。

A は不登校のきっかけとして病気を挙げている。その為、A は病気がなければ学校に登校していたと考えるのが妥当であろう。A は『不登校で救われたこと』という質問に対して、「なし」と回答している。病気さえなければ自分は学校に通っていたのではないかという自分ではどうにもできない、学校に行くことを諦めざるを得ないと

いう気持ちである。そのような気持ちが根本にある為に、不登校だったから自身が救われたと感じることはなかったのだろう。

病気になり、自分の生活は今までとは全く違うものになっているのに、自分以外の仲間達は今までのように変わりのない普通の生活を送っている、外界と遮断されたような気持ちがあったのだろう。

Aがどのような病気なのかはわからないが、「歩けるようにも、泳げるようにも食べれるようにも笑えるようにも制服を着て電車に乗れるようにもなるから」という文から闘病中は普通の生活が送れないということに悩み、病気を患っている自分と理想の自分の狭間で葛藤していたのだろう。また、「ただし、新たに人間関係を築く心の余裕はなかった」や「今の自分を認めて、許してあげてほしい」という回答からは、当時の苦しみが推察される。

上記の内容を踏まえ、Aの不登校の意味づけは病気の治療のための時間であり、その時間があつたために自分の本来思い描いていた道筋から逸れざるを得なかった、人生にはどうにもならないこともあるという経験であったのではないかと考える。

事例 B (年齢無記入・女性)

- 1-(1) 小学2年生の春頃から小学4年生秋頃まで。
- (2) 毎日、放課後1時間程度学校へ行き先生と二人で勉強をしていた。(これを不登校になってずっとしていた。)
- 2-(1) はっきりとした理由ではないけど多分、母親は毎日仕事で夜遅く帰宅。父親は単身赴任で別に暮らしていて寂しさから、不登校になったのだと思う。
- (2) 当時の自分は何で学校にいけないのか分からず、兄や姉から責められて、つらくて死にたいと思っていた。
- (3) 習い事などは、ちゃんと行っていた。
- (4) 妹が産まれてちゃんとしないと思うようになり不登校じゃなくなった。
- 3-(1) 基礎的な学習ができていなかったので困った。

(2) 学校に行けない事はダメな事ではないということ。

(3) 不登校の子の事をちゃんと理解できるようになった。

4-(1) あまり変わってないかもしれないが、自分とちゃんと向き合えるようになった。当時は、わからなくて、自分が嫌になることばかりで、考えてもマイナスの事ばかりだったが、今は自分の欠点、弱いところ、どうしていきいたのかをわかるようになったので、あまりマイナスに考えることはなくなった。

(2) 行けない事はダメな事ではないし自分のペースで、行けると思った時に学校に行けばいいと言ってあげたい。

5-(1) 不登校の子どもがいたり、自分の子どもが学校に行きたくないなどになった時、ちゃんと向き合せてあげて一緒に考えてあげたい。

(2) 無記入

(3) 無記入

事例 B 考察

Bは不登校当時どのようなことを考えていたかという質問に「当時の自分は何で学校に行けないのか分からず、兄や姉から責められて、つらくて死にたいと思っていた。」と回答している。Bが不登校になったのは「小学2年生の春頃から小学4年生の秋頃」であり、発達段階でいえば児童期・学童期と呼ばれる時期である。この時期の心理的危機としてエリクソンは勤勉性 対 劣等感としている。日常的な勤勉さが主な課題となるが、勤勉さが成功しないと劣等感が生ずることになる時期であると言われている。その為、Bの中で不登校は大きな失敗経験であり、尚且つきょうだいから責められることで、承認が得られず自尊心が低下するなど、この経験は劣等感を生み出す要因になったであろう。

「ちゃんと」とはBが多用している言葉であり、Bの中で「ちゃんと」出来ているということは一つの基準として、重要なことであったと考えられる。「ちゃんと」という言葉は主体的というより

かは客観的な視点で使われることが多い為、きょうだいや両親、友達などからどのように自分が評価されているかを重点に置くという考え方をしているように感じられる。Bは『不登校を脱したきっかけ』について2-(4)で妹の誕生を挙げている。今までは末子として学校に行かないという我儘を通していたが、自分の下にさらにきょうだいが生まれた事により、学校に行くという選択になったのであろう。しかし、実際Bが2-(1)で述べている寂しさはようになったのだろうか。寂しさを超えるような強さが生まれたのだろうか。もしくはBの中に納まったのであろうか。

事例C (19歳・男性)

- 1-(1) 中学校1年生の5月頃から、翌年の1月に脱した。
- (2) ひたすら、寝ていた。昼夜逆転して、昼の2時くらいに起きて朝4時くらいに寝ていた。
- 2-(1) 朝起きるのがダルくなった。
- (2) 学校に行かなくて良いことに満足していた。
- (3) ほぼ人との関わりがなかった。
- (4) 単純に危機感を覚えたので学校に登校するようになった。
- 3-(1) 食べ物が家になくて困った。
- (2) 人との関わりは必要だと思った。喋る時にすごいもってしまった。
- (3) 朝起きなくて良い。ひたすら自由に生きれた。
- 4-(1) 自分のココがダメって気づいて治すことができるようになった。
- (2) もっと人との関わりを持って欲しい。
- 5-(1) 人と関わることを好きになっていきたい。
- (2) 人間関係をしっかり築かないと社会に出るときに困ると思う。
- (3) 無記入

事例C 考察

Cの場合、質問に対する回答が不明確、回答量が少なく、自身の気持ちがあまり書かれていない、その中から推察せざるを得ない。

Cは質問に対する回答に当時の自分の気持ちが

あまり書かれておらず、ほかの対象者に比べ、当時の葛藤が無いように感じられる。それが、自分が不登校選択ののち、その選択が正解だから間違いないと考えていたからなのか、自分の気持ちに無頓着だからなのか、もしくは他の気持ちがあったのかというのは不明である。岩宮(2009)はそのような葛藤の少ない不登校の事例に対して「不登校生徒についても、今までは、「平気そうに振る舞っているが、本当は学校に来られないことを悩んでいるに違いない」という見立てで会える生徒が多かったが、最近ではそのような神経症的な葛藤を抱えているふつうの不登校の割合が減ってきているのを感じる。たとえば授業を受けることなどについて、「めんどくさいだけ。ただ、嫌なだけ」などという子は以前からいたが、その言葉の裏に、「そうは言っているけど、授業もわからなくなってきたし、本当はすごく悩んでいるんだよな……」と感じさせる何かがあった。ところが最近では、どうも本当に悩んでいないらしい……と、こちらの悩みと葛藤ばかりが深まるが増えてきているのである。」と述べる。これはCの回答と似ており、自分の主体的な思いが見えづらく、葛藤の無い子が増えているということであり、そのような形の不登校は今後さらに増え続けると考えられる。

Cは『不登校のきっかけ』について、「朝起きるのがダルくなった」と回答しているが、学校に通うということは子供にとって習慣であり、普通と感ずることなのに対して、いきなり朝起きるのがだるいからという理由で休みが続くのは不明点である。Cは気づいていないが、怠さを訴えた時何らかの違和感があったのかもしれない。回答の中でCは人間関係に関する回答が頻出している為、不登校のきっかけとしては起床時のだるさを訴えてはいるものの、本人が気づいていないだけで実は人間関係の問題が根本としてあったのかもしれない。『不登校経験で得たこと』に対して、「人との関わりは必要だと思った」と回答しているのは、不登校になる以前は、人との関わりを必要だと思っていなかった可能性もある。『将来はどのようになっていきたいか』という質問に対して、「人と関わることを好きになっていきたい」と回答している。回答から人間関係については述べら

れているが、自身に対しての振り返りや葛藤の気持ちが見られないことから、自身の中での自分ではなく、他者の中の自分に自分の価値を見出そうとしているのかもしれない。

事例 D (25 歳・男性)

- 1-(1) 高校2年生で不登校になった。2年生の始業式には出席した。しかし、2日目から後期にかけて登校できなかった。
- (2) 不登校中は主にインターネットでオンラインゲームをしていた。また、心療内科に通っていた。夜中ではあるが、散歩もしていた。
- 2-(1) 高校での人間関係が主な理由かもしれない。高校1年生の時に友達作りで失敗したことが強く関係すると思う。
- (2) 将来に強い不安を感じていた。また、ただ消費する日常だったため、親への申し訳なさを感じていた。なんとか脱する方法を考えていた。
- (3) 基本的に関わりは求めていなかった。ただ同じ学校の所属でないならばそれだけで比較的受け入れやすいと思う。全く自分の事情を知らず、しかも勉強を教えてくれる人間との関わりが理想的と思う。
- (4) 歌手を目指し、ボイストレーニングに通った。失敗した後、医科大学合格を目指した。どちらも失敗したが、大人との関わりは多かった。また、恋人ができた。この恋人とは約1年で別れた。多くの情緒体験があったように思う。その後友達が出来なくても気にしないつもり(公認心理師資格を取得するレールのつもり)で現在の大学へ入学した。学生相談室の支援(カウンセリング)もあり、現在では学校に恐怖を感じない。
- 3-(1) 不登校の経験があると、その間は勉強が遅れます。それが学期の前半であれば、後期の内容を理解するのが難しくなるでしょう。自分はそうでした。また、不登校であった事実を知る人たち(とりわけ同級生ら)とは未だに関わら

うと思えません。彼らに非はありません。しかし、自分が憐れまれることを回避したい気持ちがあります。そのため、不登校中の時期近辺の自分史を知らない人としか主に関わってはいけません。そのような不便さがあります。

不登校真っ最中に困ったことでしたら、焦り、罪悪感です。これらは、おそらく他の質問で回答したと思います。その他困ったことは、気管の不調かもしれません。不登校の時期には、日中の外出ができませんでした。ですから、自室や自宅に引きこもるわけですから、同じ空間に居続けることになります。そうすると空気が汚れます。そのせいでしょっちゅう咳があったように思います。

- (2) とても抽象的で申し訳ないのですが、心に落ち着きを得たように思います。物事を批判的に捉える感覚ともいえそうです。悪く言えば疑り深くなりました。また、不登校の経験はとても辛いものでした。ですから、それに劣ると思われる経験は恐れづらくなりました。良くも悪くも自分を見つめる機会になったのかもしれませんが。あとは部屋の喚起をよくするようになりました。
- (3) 現在自分を担当してくださるカウンセラーに出会ったことくらいでしょうか。特別、この経験が自分を救ってくれたと感じることはありません。やっぱり、ネガティブな経験でありますから。
- 4-(1) 当時の自分は人間なら誰でも、会うだけで冷や汗が出る程度に恐怖していた。現在はそこまでではない。

当時の自分をどうも思わない。当時は苦しんだが、おかげで今の自分にはある種の落ち着きがあるのだと思う。もしかすると、いくらかの慎重さも身に付いたのかもしれない。

- (2) 心理学は面白いからやってみろ、と言いたい。しかし、その当時すぐに入学すれば現在の大学のカウンセラーとは出会えなかったと思う。その場合の大

学生活はとても辛いものかもしれない。
なので特にかけるべき言葉はない。

- 5-(1) 心理学を学びたい。まだそうはなれていないが、社会に役立つ、求められる人間になりたい。
- (2) 不登校の生徒は、今の時代けっこう教師に優しくされる。だから学校に行けなくとも彼らに勉強を教えてもらうべきだと思う。自分の場合は高校2年生の前期が一番濃い不登校の時期だった。この期間の学びもなく出席した後期の授業にはついていけなかった。後のために、教師から勉強を教わるべきと思う。
- (3) 親から聞いた話ですが、自分は刺激への反応がとても鈍い時期もあったようです。この時期には外から見て感情が捉えづらようです。しかし、自分はいつも焦りを感じていました。うつ病などであれば、当人はとても精神的な刺激に敏感なのかもしれません。

事例D 考察

Dは高校での人間関係が不登校の原因と考えている。「高校1年生の時に友達作りで失敗したことが強く関係すると思う」と回答しているが、実際不登校になったのは、高校2年生の初めと時間が空いている。

Dは高校での経験で人間関係に対して否定感がある為、不登校当時、人とあまり会わない、辺りも見えづらい夜中の散歩をしたり、2-(3)の質問に対して「基本的に関わりは求めていなかった。」と回答するなど、人との接触に対して否定感を示している。特に同じ学校に所属するなど、Dの事情を知っている人に対してはより否定的である。「自分が憐れまれることを回避」するために「不登校中の時期近辺の自分史を知らない人としか主に関わってはいけません。」などの自分ルールを作り、なるべく人に接触しないようにしており、Dの人に対する恐怖は深かったように感じる。しかし、「同じ学校の所属でないならば、それだけで比較的受け入れやすいとおもう。全く自分の事情を知らず、しかも勉強を教えてくれる人間と

の関わりが理想的と思う。」と回答しているように、Dのことを憐れであると思わないような他者であれば、関わりが持てたのではないだろうか。実際「求めていなかった」というのは、不登校中関わりを持とうとする第三者がいなかったというように捉えることもできる。回答を見ていると、人間関係に対して否定的なようで「友達ができなくても気にしないつもり」や「インターネットでオンラインゲームをしていた」と書かれており、何かしらの人間関係は欲していたのではないだろうか。しかし、自身の過去の経験が根底にある為、自ら人間関係を求めるといった行動を起こしづらくなっているのではないだろうか。

エリクソンは青年期の発達段階の心理・社会的危機として、同一性対同一性拡散を示している。その形成の過程に対して、周囲の友人や先輩など、同年代の仲間がモデルになることが多い。(斉藤 1996) そのためこの課題の失敗は人間関係、および社会への適応に対して重要な課題であると考えられ、Dの友人関係を作ることに失敗したという経験は、Dの根底に存在しているのではないだろうか。しかしDは「当時は苦しんだがおかげで今の自分にはある種の落ち着きがあるのだと思う」などと回答しており、高校の時には失敗したと認識されていた友人関係も様々な経験や人間関係を経て、今の自分に合った生き方や考え方が徐々に作られているのではないだろうか。

事例E (22歳・女性)

- 1-(1) 小3夏頃から中3卒業まで。(中1時入学から夏まで登校、夏休み終了後不登校再開)
- (2) 小学校の教室に行きにくい子がいるような場所に通ったり、フリースクールに通ったりするが、続いたのは週一大体一時間のカウンセリングのみ。いつから行き始めたのか詳細は覚えていないが終わりは高校入学直後まで。不登校中の昼夜逆転は無く、家族とも喋ったり、習い事に行くこともあった。日中も家にいることが多いが中学は学習室に行きその後部活に行ったりしてい

た。勉強は小学生の時は通信教育でやっていたが中学になってからはあまり覚えていない。

2-(1) 正直、不登校になったきっかけは覚えていない。でも明確に一つの事柄で行かなくなったわけではなく、色々と嫌だと思ふ面があったのだと思う。先生の好き嫌いや給食が残せず、昼休みまでずっと食べてるとか、意味わからん事ばかり言うてくる男子も嫌いで勉強もそこまで好きなわけではなかった。体調不良で吐いちゃう子とかを見るのがすごく嫌で、不安な気持ちになってたように思う。一度夢か現実かわからないけど保健室に入ったら知人が吐いててそれを見て苦しくなって、逃げ場がないように感じた。その時汚染されてると思った。その頃から外食ができなくなる。

(2) 不登校になって半年ぐらいと、それを終えてからもたまに死にたいとかそういう自己否定をしていた。進路の事とか勉強ちゃんとしなければみたいな事はあまり考えてなかったように思う。ただ通信教育は前からやってたので、その続きで小学生の間はやってた。親から言われたのか、自分からやりだしたのかは覚えてない。

学校に行かない事に対してというより、学校に行かなくて、それを周りの人が批判しているのではないかという事はずっと気がかりだった。だから高校に入ってそのルール内で上手くできると、多少時間はかかったけれども一人で外に出ることも出来るようになった。

(3) 小4時クラスの子たちと私を繋ぐ交換ノートを先生が作ってくれた。日替わりでクラスメイトが書いてくれて、学校に行けてないけど、クラスの子たちにクラスメイトとして受け入れられているように感じていた。そうゆう関わりが欲しかった。

でも何か、今の現状を認めてくれるような何か欲しかったと思う。多分

カウンセリングがずっと続いたのはそういう意味があったからなのではないかと今は感じる。

(4) 通信制高校入学。目標は三年で高校卒業。

自分でもみんなと同じ時間で卒業できるんだぞと示したかった。

3-(1) 進学先を探すとか、勉強面とかは困った。小・中は通信教育や学校の学習室などに通い勉強した。と言っても量をやっていないのであまり役に立っているとも言えないようなもの。通信制高校だったのでレポートの内容などはさほど困らなかった勉強も大学入学のための入試試験はやり方、内容で困った面があったように思う、やはり通信制の学校に行ってもやれることは限られているから塾に行ったりして、勉強していた。勉強面で困る事と言えばもう一つ、小学校、中学校で教わるような社会や理科の内容はさっぱりわからない。例えば日本地図とか、歴史的な事象とか公民的なルールでさえ把握が出来ていない。

そしてもう一つ不登校だったことの弊害なのか、ただ単に自分の性格なのかは不明だが人に対して能動的に話しかけるのは得意じゃない。

(2) 自分で自分のペースを作る。人のペースに合わせるとしんどいと感じる時がある為、無理をしない。生き方に間違いはないから、自分がだめだと思ったらやめたい。

(3) 学校に行きたくないという当時の自分の気持ち。

4-(1) 特に明確な問題があったわけではないのに行きたくないと感じるタイミングができてしまって、正直家にいる方が疲弊しないし、楽やし、一時的にそっちに逃げてしまって、そうしている間に他の子達とのあいだに隙間が出来て、変わり者扱いされるようになったり、めんどくさがられたりするの嫌になって…というように最初の欠席の原因とはまた違った事で学校に行かなくなった。ただ学校に行ったら違う人生だった事はまちがい

ないと思っている。でも良いか悪いかはあまり決めたくない。というか分岐先の自分がどうなっているかは視えないし、今の自分も今後どうなるかわからないから。学校に行かなかった事に対しての善悪ではなくて、“行かなかった”という事に今めちゃくちゃ後悔をしているというわけでもないから、自分にとっての不登校は自分が回復して自分を考える為の機会やったと考えている。ただ当時の自分はあまり好きではない。

(2) ぼちぼちいこう。

5-(1) 不登校だったということに固執せずにその時の自分の思うままにやりたいことが出来ればいいと思う。

(2) 子供の時期は何かと敏感で、でも自分が今まで経験してきたことしか知らなくて、多感な時期だと思う。今では些細な事だと思うけど子供にとっては大きなこと。

子どもの目線になって考える事が出来るようになりたい。

(3) 私は元々アトピーを患っており、皮膚が荒れがちな子供だった。不登校開始～今までも帯状疱疹やクローン病など様々な体の不調に悩まされた。全体的にストレスが原因ではと診断されており、ストレスを自分の中に溜め込みやすい性格だったのかなと思っている。

事例 E 考察

E は今回の対象者の中で、一番不登校歴が長い。小3夏頃から中3卒業まで、途中中学入学時から半年間していたが不登校になった小学3年生の時と同様に夏から再度不登校になっている。Eにとって不登校になる原因は一つではなく多数存在しており、一つ一つは小さなことだが、Eにとってはその一つ一つが積み重ねられていったのであろう。きっかけが多数あるということは、学校生活の中で多くのことが苦痛と感じていたのかもしれない。その他の回答には「ストレスが原因」とされるような病気を複数患っていた経験があり、その経験からか自身でも「ストレスを自分の中に

溜め込みやすい性格」としている。『現在不登校について何か思う事』という質問にも「子どもの時期は何かと敏感で、でも自分が経験してきたことしか知らなくて、多感な時期だと思う。今では些細な事だと思うけど子供にとっては大きなこと。」というように回答していることから繊細な性格であることが読み取れる。Eの不登校期間がここまで長くなったという事の要因として、学校に戻ろうとしても学業や友人関係など様々な考えが頭をよぎってしまい、結果的に学校に行かないという選択をとるという背景があったのではないだろうか。Eは回答の中で、「あまり覚えていない。」や「不登校になったきっかけは覚えていない。」「一度夢か現実かわからないけど…」というような曖昧な言葉をよく使用しており、解離的な面が多く感じられる。不登校である時間が経つにつれて、Eの気持ちが更新され事象が曖昧になっているのではないだろうか。

Eにとって不登校の意味づけは「自分にとって不登校は自分が回復して自分を考える為の機会やったと考えている。」と回答しているように、多くのストレスに晒されない自宅に避難することで、自身を守り、向き合うための時間であったのだろう。

事例 F (21 歳・女性)

1-(1) 高校1年生の夏休み明けから始まり、高校2年生になる4月に脱した。

(2) 最初の頃は週に3回ほど学校に行き、遅刻などしながら教室で授業を受け、精神的にきついと感じたら保健室で休んでいた。部活動には顔を出していた。その後、家族全員に不登校だと認識されてからカウンセリングに通うようになり、週に2度ほどはカウンセリング先で過ごし、あとは自宅で過ごしていた。部活動も続けることが精神的に難しくなり退部した。冬になり、隣の通信制高校に通う事を決めた後は、また週に3・4回ほど出席する授業を決めて学校に通っていた。

2-(1) 高校1年生の夏休み、自分でも驚くほ

ど課題が進まず提出日である登校日にも終えることができず、仮病を使い学校を休んだ。それが引き金になってずるずると休みがちになり、それが不登校に繋がった。その時は、課題を終えていない自分の状況が許せなかったと共に先生に怒られるのが怖くて休んだので、課題を終えて提出したら元のよう学校に通うつもりでいた。しかし、課題は思うように終わらず、結果学校自体にいけなくなった。その後、先生が私の状況に配慮して課題は少しずつ出してくれたら良いと言って下さったが、その時には既に学校に行くこと、教室に入ることが怖くなっていた。

- (2) 「自分の招いた状況から逃げたい、いなくなりたい」といった事を考えていたように思う。私の不登校の場合、自分で不登校になった理由・原因はわかっていた。課題をやりたくない、勉強から逃げたいという怠惰だ。最初はほんの少しのつもりでやっていたことが取り返しのつかないことになり、ひいては家族を傷つけることになった。昼は現実逃避をしてやり過ごしていたが、夜になると自分を責めて「なんで自分はこうなんだろう」と自己嫌悪にはしり、こんな娘なんていない方がいい、消えたい、自分は生きていても仕方がないとぐるぐる一人で考えていた。
- (3) 私の事を知らない、新しい人(新しい友人)を求めている。消えたいと思う一方でやり直したいと思う気持ちもあり、今までの自分を知らない、新しい自分として接することのできる人を求めているように思う。
- (4) 高校2年生から転学を検討し、隣県の通信制高校へ見学に行ったことがきっかけ。転学という事を視野に入れ始めてから気持ちが前向きになりつつあったが、隣県の通信制高校に見学に行った時、生徒を受け入れてくれる暖かく自由な雰囲気と、私の状況を否定せずそっと共感してくれた優しさに惹かれ

て、ここでならやり直せるかもしれないと自分の未来に希望が見えた。ここなら自分の居場所があるかもしれないと思えたことが、不登校を脱するきっかけだったように思う。

不登校を脱する時に掲げた明確な目標というものはないが、もう逃げない事、もう母を泣かせないようにしようとは心に決めた。

- 3-(1) 勉強面で困ることが多かった。中間試験は受けた方が良く先生から言われて受けたが、授業を受けていないので解けない問題が多く成績も悪かった。また、高校の時に学んでおくべき学習の基礎をほぼ1年で放棄したも同然だったので、大学受験をする際に自身の学力不足を痛感した。
- (2) 自分という人間に深く向き合う機会を得たと思う。

それまで、自分は世間一般に順調と思われる道をずっと進んでいたつもりだったがけれど、不登校を経験して自分がいわゆる「普通」から外れた事を実感した。そこで、立ち止まって自分とはどのような人間か、普通とは何か、人間とはどのようなものなのか、初めて深く思考を巡らせた。不登校中はもちろん脱して転校した後も、そして今も、私はこれらについて考えている。

不登校を経験して良かったとは言えない。周りの期待を裏切り、家族を失望させ、傷つけてしまったから。けれど、不登校を経験して私は明らかに変わった。それは常にこれらの疑問と向かい合い、思考を巡らせることで思慮深くあろうとすることが出来ると知った。これは、不登校を経験し、自分の思い描いていた自分が一度壊れたことによって分かった事である。

- (3) 不登校になり、転学した先の学校でかけがえのない先生と友達に出会えたことは、不登校を逃げと捉えてしまいたくなる私を支えている。その事実は今も私を救っている。

4-(1) 当時の自分はとても自分中心で、理想が高く、他人に優しく出来ない人間だった。不登校になった時も、最初は自分の事ばかり考えていた。そして案外不器用な人間だったと思う。不登校になって初めてカウンセリングを受けたとき、「なんでも話して、相談して」と言われたが、私は相談の仕方が分からなかった。

不登校を経た今の自分は、当時より自分を許せるようになった。不登校になったことをきっかけに自分自身について色々と考えを巡らせてみて、私は私自身を否定することに疲れているのだと気付いた。そして、この生きづらい世の中で私ぐらい私の価値を認めてあげなければ、私自信がかわいそうだと思い、自分の悪いところも受け入れて許すことにした。だから、当時よりも理想に囚われていない今の方が少し生きやすい。他人に優しくできていくかは分からないが、当時よりも家族と友達のことを大切にしたいという思いが強い。

次に、変わらなかったこと。③の2項目で「不登校を経験して私は明らかに変わった」と書いたが、根本の性格は当時とさほど変わっていない。高校2年生の頃、私は自分の性格を変えたくて様々な本を読み、様々な方法を実践した。それを通してわかったことは、性格は変えるものではなく積み重ねるものだという事だ。根本はそのままだが、その上に新しい考え、経験、感情を積み重ねていくこと私という人間が総じて変化するという事に気づいた。だから、私は当時と変わったが、ある意味では変わっていないのである。

(2) これはあなたの人生だから、あなたの思うように生きて。

不安が大きいかもしれないけれど、案外どうにかなるものだよ。

家族に迷惑をかけたと思うなら、自立した後にその恩を返していけばいい。

お父さんも、お母さんも、優しい人

だよ。

普通から外れることを、そんなに怖がらなくていいよ。どうにかなるから。

大丈夫だよ。

5-(1) 不登校になったことを自分の人生の転機と戒めとして、思慮深く穏やかな人間になって、小さな幸せに囲まれながら生きていきたい。

(2) 不登校という選択が、もっと偏見のないものになれば良いと思う。私那不登校という話が近所でも妹の学校でも広がって、私も家族もやるせない気持ちになった。他人の人生を好きなように野次って冷やかして、自分のその発言には何の責任も持たない人間の多さと愚かさを思い知った。これは不登校というものが物珍しく且つマイナスのイメージを持たれているという証拠だと思う。私も、経験するまではマイナスのイメージを持っていた。しかし、実際に経験すると不登校は人生における選択の一つに過ぎないことが分かった。精神的・肉体的に限界を感じ、どうにもできない最悪の状況になる前に不登校という選択をためらわずとることの出来る環境・世の中になればと思う。

(3) 無記入

事例F 考察

廣崎・瀬戸(2013)では、「学校への適応感に対し、高い目標設定と先生の期待が有意に正の影響を及ぼし、ミスへの懸念と親の批判、友人関係が有意に負の影響を及ぼすことが認められた」と述べられている。Fは、高校一年生の夏休みの課題を終えることが出来ず、その状態の自分が許せなかったと共に先生に怒られるのが怖かったと答えている。「理想が高い」「相談の仕方がわからない」「課題を終えていない自分の状況が許せなかった」と答えており、自分の状況をよく理解しようと考え続けるその姿勢の背後に、完全主義傾向があったのかもしれない。Fにとっては課題が完成できなかったということは、親や先生からの期待を裏切ったと感じられ、自身に対する信頼が薄れ

たのではないだろうか。

Fは2-(2)で不登校の原因は「課題をやりたくない、勉強から逃げたいという怠惰だ」と言っているが、実際はFが気づいていないだけで、課題を進められなかった何かがあったのかもしれない。課題を進められなかった何かとは、「学校に対して過剰適応を続けていく自分」ではないだろうか。

Fは不登校経験に対して、3-(2)で「不登校を経験して良かったとは言えない」と言っているが、悪いとも言っていない。回答の内容からFは自身の過去を良い悪いで判断をせず経験として受け入れているようである。Fは当時、自身の不登校経験のせいで家族に対して強い罪悪感があったとしているが、今のFの考えは「不登校は人生における選択の一つに過ぎない」としており、人生という長い時間軸の中で考え、自分の選択に対して罪悪感を持つ必要はないと考えている。その為、Fにとって、不登校経験は自身の価値観が変わるきっかけになったのではないだろうか。

V. 全体考察

① 不登校中の焦りや不安について

「ちゃんとしないと」「危機感を覚えた」「なんとか脱する方法を考えていた」というように、不登校当時は苦しい気持ちが伺える回答が多かった。元々学校は行くものであるという固定概念がある為、行かなければ普通ではないと感じるものである。それは世間一般の共通の考えとして通用しているものであろう。その為、その「普通」から外れることは世間一般の共通の認識から外れることになり、悪い事であるという認識になってしまう。そのような共通の認識はそこから外れたものからすれば強い精神的苦痛を感じ、自分がした行動に伴う責任という考えよりも先に、周りからの評価の価値に囚われてしまうのだろう。

不登校経験を得て、今ではそうではないが、当時は行先の視えない焦りや不安があり、対して現在の視点は、不登校であった自分に対しての許し、もしくは当時の自分を受け入れるような語りをしているようにも見える。それも、当時の自分をどう思うかという質問に対して「今は自分の欠点、弱いところ、どうしていきたくないかをわかるよう

になった」「不登校は自分が回復して自分を考える為の機会」「自分自身について色々と考えを巡らせてみて」という文面からもわかるように不登校当時自分について様々な事を考え、自分に向き合い、理解しようとしたことで、過去の自分がおかれていた状況を客観的に捉えたうえで受け止め直し、前に進んでいこう、というような印象である。自分に向き合う事で「気楽に考えられるようになった」「あまりマイナスに考える事はなくなった」「当時は苦しんだが、おかげで今の自分にはある種の落ち着きがあるのだと思う」「今の方が少し生きやすい」というように語られているのも自分の中で不登校当時の自分を認め、許し、自分の中に収めているような印象を持つものが多い。

② それぞれの語りから見えてくるもの

前述したが、不登校経験を当時の悩みや葛藤などから、その当時は辛く苦しいものだったのだと捉えることができる内容が多かった。今回の回答の中では覚えていないという内容も存在しており、その理由として不登校当時は学童期や青年期の子ども達の為に思春期特有の語れないようなモヤモヤした気持ちなどがあったのかもしれないと推測することが出来る。岩宮(2009)は思春期の子どもが内面を話す際の表現として「すごくびみょ〜」という言葉をよく使用するとし、それに対して「極端に矛盾をはらんだ気持ちがそこにはあるのだと思う。」としている。そのような気持ちは当時確かに存在している思いであるが、今となっては思い出せないような経験として蓋をされているということもあるかもしれない。しかし、その当時のことを振り返り、尚且つ他者に語れるということは自分の中で不登校経験としてまとまりを持っているということであり、それが自身の中で不登校を生き抜いてきた経験として意味づけされ、今後の人生を支える一つの芯となるのではないだろうか。

今回の対象者の語りからは不登校を経験したことにより、自分への理解が深まったという点が見出された。これは不登校を経験したからこそ得られたものであり、自身の中で不登校経験への意味づけとしての役割を果たしているであろう。それは意味のある経験だったのではないだろうか。

③ 不登校で困ったこと

不登校で困ったことについては協力者6人中5人が「学歴」や「勉強」といったような学習に対する内容を挙げており、「人間関係」については2名が書きこんでいた。想像以上に学歴や勉強の問題が感じられていたと言える。では学習面でのような事が困るのか、というのは学校に行っていないという観点から自分の学年で得るべきであろう学びが得られないというところが大きいであろう。その為通信教育や動画教育、夜間学校等の学び方を確立することが出来ると、子ども達の選択肢も増えるのではないだろうか。

二つ目には人間関係の希薄さが問題としてあげられるだろう。子どもたちの社会のほとんどは学校で作られているため、学校に行かなくなることで、人間関係が絶たれてしまうためである。

④ 諦めるということ

不登校経験者にとって諦めるという事が大きな事象になっていると感じた。

本論文では「諦める」の定義を菅沼(2013)ののっとり「自らの目標の達成もしくは望みの実現が困難であるとの認識をきっかけとし、その目標や望みを放棄すること」とする。不登校経験者にとって、あらゆる場面で諦めなければならないという決断を迫られる。まず学校に行くことを諦め、その中学校で行われる勉強や、友人関係なども諦める必要がある。その中で自らが思い描いていた道をも諦めざるを得ない場合もあり、それは大きな失敗経験として自身の中で位置づけられる。菅沼(2013)では「諦める」という行動の中に数パターンする方法があり、【目標の妥協】【現状の許容】【目標の放棄】は回避的な対処法略で【目標の再選択】【戦略再設定】は次の目標に向かおうとする能動的な側面と表現している。しかし、諦めるという行動そのものに負の感情が付随することも示されており、そのような状態が不登校はネガティブなもののだと感じさせる要因なのであろう。では逆に諦めることでもたらされるものとして、【目標の再選択】と【戦略再設定】があるのではないか。これらは、諦めたことが本人の中で良い意味づけをされる可能性があり、【さらに目標の妥協】と【現状の許容】に関しても、文脈に応じて精神的健康に対する機能が異なる

可能性も示唆された。それを踏まえて、「上記の【目標の再選択】【戦略再設定】【目標の妥協】【現状の許容】に関して、諦めることが短絡的には精神的健康に負の影響を及ぼしても、長期的には精神的健康に正の影響を及ぼすといったことも十分に考えられる。」(菅沼2013)と述べている。この菅沼の言葉は、まさに不登校経験に合致するように思われる。

諦めるという行動により、自分の理想を一度碎かねばならないという負の体験をせざるを得ないが、そこからどのように立ち直るかという行動により、精神的健康は変化するということである。本調査では、不登校経験者にとって一度自分の理想を碎かれたことによって、気づいたことがあるというような回答が見られており、諦めることは負の感情だけを作り出すのではないことを示唆しているのではないだろうか。

⑤ 葛藤がない不登校

協力者の中で一番回答のニュアンスが異なったのがCである。彼は回答者の中でもネガティブなイメージが一番少なく感じた。最近、不登校でも悩んだり、罪悪感がない子どもが増えており、そのような子どもを明るくない不登校というように書いている記事を見かける事があるが、Cのような子はそのように捉えられるのではないだろうか。少なくとも今回の協力者の中では彼が一番その要素があると感じられる。学校に行かないことに対して、葛藤がなく、悩んだり、罪悪感が無いというような書き方をすれば、誤解を生んでしまうかもしれないが、Cは学校に行くことに対して価値を見出せなかったのだと考えられる。学校で行う勉強に関しても、学校内で人間関係に関しても記述されておらず、淡々と自分に起こった出来事のみが記述されている。その出来事に対して「学校に行かないこと」「自由に生きれること」に満足しているのみで他に感じていることが無い、その結果今も不登校をネガティブでもポジティブでもない経験として捉えているような印象である。

他の協力者と比較をするとCのネガティブ要素の無さは印象に残るが、しかし学校を休むという選択をしている行動面では他の回答者と一致している。しかし、同じ不登校でも同じ対応をすることに対しては疑問である。多様性について話が

頻繁に上がる昨今では、自ら選択して学校に行かないという選択も受け入れていく必要があるのではないかと考えられる。しかしその多様性というのは、多様な人を受け入れる学びの場というような意味合いであり、今後社会に出て生活していかなければならない子ども達を多様な考えや学びで支援する、ということである。その為、不登校だからと言って学びを無くすのではなく、学校ではない他の選択肢を選び、学びを深めていくということが重要であると考えられる。そしてその選択肢があることが普通だと考えられる世の中になると、不登校という言葉もなくなり、学び方自体も選択できる時代になるかもしれない。

話が飛躍しているが、今回の協力者の中でこのようにネガティブな要素を感じられない協力者は6人中1人という人数であり、現在不登校として認知されている子ども達の中での割合としてはどうなっているのか今後の研究課題となろう。

⑥ 学校に求められる役割

学校に求められる役割とは何だろうか。その一つは、おそらく子ども達が社会に適応できる大人になる事であろう。しかし、社会に適応するというのは一体どのような事を指すのであろうか。まず、適応という言葉は基本的に今おかれている状況に合った行動をしているというように受け取られる。学校内で不適応とされるのは、不登校やいじめ、加害行為等、学校の役割に依拠していない行動の事を言う。

しかし、単なる状況への従属ではなく、子どもが集団の中で個性豊かに勉学や人間関係、社会のルールなどを学ぶことは現在の学校が十分果たしているだろうか。学校という場では学校という集団の場にはそぐわない個性は排除される傾向にあり、一人一人の個性の尊重が出来にくいシステムになっている。それがなぜそうなるのかというと、30人から40人程の子どもが教室に入り、全員で同じカリキュラムをこなさなければならないという学校の授業形態になっているからである。子ども全員が同じ方向に向かって同じ並びで走っていかなければならないという学校の形式は、それが難しい子からすれば非常に肩身の狭い思いをせざるを得ないものになる。ではそれがなぜまかり通っているのかとなると、それをするのが普通

だと考えられているからで、子ども達は皆と合わせなければ普通ではなくなり、それができなければ悪い子とされるため、過剰適応を生み出しやすいのではないだろうか。本来であれば子ども一人一人、成長の度合いや速さは違うものである。それも個性として認められるべきであるが、子ども30人～40人に対して大人1人もしくは2人で見つめるためにそのようなことは難しい。その状態の中で使われる個性という言葉は本当に子ども達一人一人を尊重した言葉であるのか疑問であり、個性の尊重というのはこれからの学校の方針として考えていかねばならない課題なのではないだろうか。このような学校の仕組みを変えるのは困難を極めるだろう。だからと言ってこのままの状況を放置しておくのは問題であり、子ども達のためにどのような措置が必要になるのかを真剣に考える必要がある。

⑦ 不登校経験者への対応として

今回の回答を読んでいると、実際にどのような助けが欲しかったか、どのような関わりが欲しかったか、という面で大人や学校からのサポートは特に述べられてはいない。不登校の子ども達は皆自分の中で本筋があり、不安や葛藤がありながらも自分がどのようにしていけばよいのかを常々考えて動いているようであった。しかしそのような考えがあることは他者には伝わらず、子どもたちの苦しみや葛藤よりも、「可哀想」などの周囲の大人や社会からの、人と違っていることに対する無意識的な偏見ばかりが押し付けられているように感じる。そのような偏見があることで、不登校経験者はじめ、マイノリティの立場にある人は苦勞している面があるだろう。その為、不登校になったことに対して、その子は学校に行かないという選択をしたのだ、もしくはせざるを得ない心境だったのだということを受け入れ、そこからどのような道に進み生きぬいていくのかを邪魔せず見守り、迷っているようであれば、選択肢を与えるなど一緒に道を作る事が周りにいる大人のできる事なのではないだろうか。学校に行っていない、行かなくても、一人一人の個性を尊重し、この社会を生き抜いていくのを支えるということが子どもに寄り添った行動なのではないかと考える。

VI. 本調査の反省点

この卒業論文について、「不登校のその後についての調査」と銘打って調査をしていたが、不登校当時のことを振り返る力のある人の方が答えやすいものであった可能性がある。不登校がすでに自分にとって過去のものになっている人にとっては振り返りやすかったのではないだろうか。そこに回答の偏りのある可能性もあり、今後の課題であろう。

引用文献

- 廣崎陽 瀬戸美奈子 (2013) 青年期における完全主義が学校への適応感に及ぼす影響 三重大学教育学部研究紀要 第64巻 239～246頁
- 岩宮恵子 (2009) フッターの子の思春期—心理療法の現場から 岩波書店
- 河村照美 (1999) 親からの期待と青年の完全主義傾向との関連 日本青年心理学会 第7巻 31～32頁
- 松井美穂 笠井孝久 (2012) 不登校を経験した青年の育ちを抑制するもの—不登校経験の意味づけと影響— 千葉大学教育学部研究紀要 第60巻 55～62頁
- 松井美穂 笠井孝久 (2013) 不登校経験者の不登校経験の意味づけとその影響—「問題」のとりえからみる支援のあり方— 千葉大学教育学部研究紀要 第61巻 77～86頁 (2013)
- 文部科学省 (2004) 不登校への対応の在り方について
- 文部科学省 (2019) 平成30年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果 https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afieldfile/2019/10/25/1412082-30.pdf
- 齊藤誠一 (1996) 人間関係の発達心理学4 青年期の人間関係 培風館
- 菅沼慎一郎 (2013) 青年期における「諦める」ことの定義と構造に関する研究 教育心理学研究 61巻 265～276頁
- 吉田俊和 (1991) 「きょうだい関係」 新・児童心理学講座第12巻『家族関係と子ども』金子書房 108～136頁