

不登校と向き合う人たちのために

# ほっとLine

■今回のテーマ  
不登校支援とやる気

2022  
秋号  
vol.52

ほっとLine



学校法人 開桜学院 ひびき 日々輝学園高等学校 | 広域通信制 | 単位制 | 普通科 |

# 「やる気」を考える——

理事長・学校長 **小椋 龍郎**

不登校に対する支援方法のひとつとして、心理面にある程度落ち着きが見られるようになったところで、彼らの興味・関心などをきっかけや糸口にして、少しずつ学校に気持ちを向けさせたり、登校につなげようとする場合があります。生徒の「やる気」を生かした支援、手立てと言えるでしょう。本校でも、このような働きかけが奏功し、登校の安定化、将来への希望につながり、進路実現を果たして行った生徒たちが少なくありません。

子どもたちの「やる気」をどう引き出すか。私たち教員にとって、そして保護者の方々にとっても、教育活動や子育ての中での基本テーマのひとつです。同様に、不登校生徒への支援方法としても、中学校や相談室の多くの先生方が、「やる気」に注目し、様々な工夫しながら支援に取り組んで来られたことと思います。

一方で、「やる気」という観点からの支援には、留意し注意を払わなければならない点があると考えます。一例としては、「やる気」を感じていたことが旨く行かずに、学校から足が遠のいてしまった生徒がいることです。やる気の対象と学校に行けなくなった状況の重なりが大きいケースと言えます。また別な例としては、不登校期間が相当に長期化した場合、学校に係わることに「やる気」を見出すことがピンと来なくなってしまっている生徒がいます。このようなケースの場合、生徒の伝える意欲の対象が、本当の気持ちでないことも考えられます。いずれにしても「やる気」を生かそうとする際には、生徒の反応や変化をよく見ながら、少しずつ投げ掛け等をして行くことが肝要だと思います。

平成の初め頃から、不登校について、「学校に行きたいけれど、何らかのトラブル等で学校に行けない」との認識が少しずつ一般的になってきました。この状態像を基本に、背景や原因が様々な語られ、支援検討の中では「登校刺激」という言葉がよく使われるようになりました。しかし、「やる気」という観点から、支援等が論ぜられることは少なかったように思えます。

随分と時間が経ち、子ども達を取り巻く環境は激変し、不登校の状況や認識も多様化しています。このような中で、学びの継続や将来の生き方にもつながる指導・支援方法として、改めて「やる気」に注目し、不登校像や支援方法を掘り下げてみる必要があると感じています。

## CONTENTS

「やる気」を考える——	1
理事長・学校長 小椋 龍郎	
“好き”を登校のパワーに換えて	2
さいたまキャンパス カウンセラー 伊藤 裕吾	
人とのつながりが登校する原動力に	4
東京校 カウンセラー 河崎 純	
ピンチをチャンスに	6
神奈川校 カウンセラー 武部 匡也	
登校の「スイッチ」となった部活動	8
横浜校 カウンセラー 森田 日菜子	
学校生活への安心感をもたらした交友関係	10
宇都宮キャンパス カウンセラー 岡部 健二	
登校スタイルの変更が背中を押すきっかけに	12
塩谷町本校 カウンセラー 林 正道	

※事例は、守秘義務に配慮し修正を行っている場合があります。

生徒・保護者の方を対象に、学校説明会やオープンキャンパスを実施しています。  
また、個別の学校見学、相談も随時受付けております。  
各校舎までお気軽にお問合せください。

【さいたまキャンパス】TEL 048(650)0377   【横浜校】TEL 045(945)3778  
【東京校】TEL 04(2965)9800   【塩谷町本校】TEL 0287(41)3851  
【神奈川校】TEL 0467(77)8288   【宇都宮キャンパス】TEL 028(614)3866  
【日々輝学園高等学校ホームページ】<https://www.hibiki-gakuen.ed.jp>  
『ほっとLine』のバックナンバーをダウンロード・閲覧いただけます。

## “好き”を登校のパワーに換えて

さいたまキャンパス カウンセラー 伊藤 裕吾

現代の高校生が夢中になれるものはなんでしょう。やる気と希望に満ち溢れた顔になるのはどんな瞬間なのでしょう。部活動や大きな学校行事をはじめ、好きなアニメやアイドルの推し活なんかも当てはまるのかもしれませんが。「いやいや、そこは勉強ですよ」と言ってくれる生徒もいるかもしれませんね。Aさんの場合、それは創作活動でした。

Aさんは、高校入学直後の1学期にはほぼ毎日のように登校していました。それが2学期以降、徐々に学校を休みがちになり、下半期は大事な学校行事のある日以外、担任の先生と約束をしても思うように登校できない状態が続きました。そんななかでAさんのお母さんとの相談が始まり、時をほぼ同じくしてAさんは高校生活2度目の春を迎えました。4月になるとAさんは登校を再開しますが、長くは続きません。

せめて月に1度でも定期的に学校に顔を見せて来てくれたらな、そう思っていたある時、お母さんとの相談の場にAさんも来てくれることになりました。

Aさんは自身の状況を「どうにかしないと」と思いながらも、登校できない理由は自分でもよくわからないとのことでした。たしかに友人関係などに大きなトラブルがあるようには思えませんでした。また、学校には「行きたい」ではなく「行かなきゃ」と思う気持ち強いようでした。家での様子を尋ねてみると、TV・動画視聴に加え、お絵描きや工作などの創作活動をしており、さまざまな道具が家にそろっているとのことでした。どうやら、昔から絵を描くことやものづくりが好きなようです。

この次の回にもAさんは来てくれました。今までに描いてきた絵やつくり上げてきた



工作作品を披露し、さらには次回作の構想まで教えてくれました。創作活動について話すときのAさんは、各作品の出来栄に不満そうであり、でもどこか楽しそうでもあり、それだけ夢中になれるものと出会っているのだらうと思えました。そこで、過去作品の披露と次回作の進捗報告を目的に、定期的に学校に来るのはどうだろうかと提案してみました。するとAさんはパッと目を輝かせて、と言ったらいささか誇張し過ぎかもしれませんが、しかし力強い声で「行きたいです!」と即答したのです。思わず「行けそう」ではなく、「行きたい」まで気持ちが上がるんだね」と呟くと、お母さんが「好きなものには全力なんです」と教えてくれました。

不登校の生徒に話を聴くと、「学校には「行きたい」というより「行かなきゃ」と思っている」ということをよく耳にします。たしかに

定期考査や式典・行事など、「行かなきゃ」を生み出す機会はある程度自然に備わっている気がします。しかし、「行きたい」と比べて「行かなきゃ」からは、“自ら望んで”のパワーをあまり強く感じられません。やる気を外側から押し付けられるのでは、効果は限定的かもしれません。であれば、簡単にできることではありませんが、「行きたい」と思えるような、学校に行くやる気の源泉を探すお手伝いをするのがより肝要になってくるのでしょう。

その後、Aさんは約束した日に相談室を訪れ、過去や現在の創作活動について教えてくれています。今後は主に文化祭に向けて何かできることはないか、今まさに、共に創作している最中です。どんな作品になるか、今から楽しみです。



## 人とのつながりが 登校する原動力に

東京校 カウンセラー 河崎 純

この生徒は、集団の中で生活することに困難を抱えて、中学生のころから教室に入れなくなってしまいました。特にコロナの影響により、集団で黙食をしなければならなかったことにストレスを感じていました。また、教室の中で同級生の目が気になったり、部活動で人間関係がうまくいかなかったりと集団での生活に苦痛を感じていました。親子関係においても問題を抱えていて、始めのうちは学校に通えないことを両親がなかなか理解してくれませんでした。次第に家からも出られなくなり、パニック症状が現れましたが、スクールカウンセラーなどからアドバイスをもらい、不安を軽減する方法を自分なりに身につけていきました。しかし、高校に入学しても毎日学校に通うことはできず、始めのうちは、学校に行くだけで体力が消耗していました。そのため、登校

できた次の日は欠席することが多く、安定して学校に通うことがなかなかできませんでした。さらに、集団の中に長時間いることを避け、遅刻して登校する日も多くありました。

この生徒が安定して登校できるようになったきっかけは、クラスメイト、先輩、先生との良いつながりを少しずつ持てるようになったことでした。部活動に入ったり、クラスの中で友だちができるようになったりしてからは、登校日数が少しずつ増えていきました。高校生活を楽しまたいという本人の意思が強くなり、勇気を出して自分からクラスメイトに声を掛けたことで、クラスの中で友だちができました。そして、彼らと一緒に勉強したり、休み時間を過ごしたりするようになりました。さらに、部活動に積極的に参加することで、先輩とも仲良くなりました。

このように、高校に入学してから徐々に変化している様子を見た担任の先生やスクールカウンセラーがこの生徒を褒めると、学校に行く意欲がますます向上したように感じます。この生徒は期末試験を受けられるかどうかについて特に心配していましたが、友だちと一緒にテスト勉強をしたり、テスト期間中に相談室に行ったりと自分なりに工夫をすることによって、すべての教科のテストを受けることができました。クラスという集団の中で長時間テストを受けられた成功体験が、本人の自信にかなりつながったようで、今は楽しそうに学校に通う姿をほぼ毎日見ることができています。

このように、中学生の時は、同級生の目が気になったことなどが影響して教室に入

れなかったり、部活動での人間関係がうまくいかなかったりして学校に通えなくなった生徒でしたが、高校に入学してからクラスメイト、先輩、先生との良いつながりが増えたことにより、充実した学校生活を送れるようになっていました。この生徒がもともと兼ね備えている挑戦心や人に話しかける勇気などの素質も大きく寄与していると思いますが、先生やカウンセラーからの承認も良い影響を与えたのだと考えます。人間関係がなかなかうまくいわずに不登校になった生徒が、日々輝学園高等学校という新しい環境で、さまざまな人と良い人間関係を築けていること。それ自体が挑戦すること、登校することの原動力になっているのだと感じています。



## ピンチをチャンスに

神奈川校 カウンセラー 武部 匡也

「進路選択」は、一般的に、多くの生徒にとってはストレスを感じる話題だと思いません。生徒だけでなく、保護者の方やその家族にとっても、高校生活における大きな心配事のひとつではないでしょうか。「ストレス」と書いてしまうとネガティブな印象が強いですが、今回は大学進学という進路の決定をきっかけに大きく成長した生徒についてお伝えしたいと思います。

その生徒は高機能自閉症とうつ病を抱えていて、中学校では不登校の状態でした。

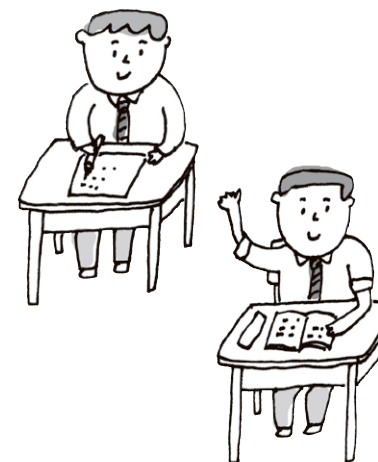


日々輝学園の入学前相談でも、初めて会うカウンセラーに対してなかなか言葉が出でず、とても緊張していることが伝わってきました。その一方で、高校は中学とは違って学校に毎日登校して授業を受けたい、友達と一緒に学校生活を楽みたい、という意気込みを本人が強く持っていることも伝わってきました。しかし、入学直後は、学校という環境に対する緊張感が拭えず、教室の中で水を飲むこともできませんでした。学校に少しずつ慣れていくことで、教室で過ごせる時間も増えていきましたが、本人の気分の波も大きく、気分が落ち込んでしまい、時には通院している病院の医者から登校を止められることもありました。

本人の理想通り、安定的に登校できているとは言えないまま、高校3年生となり転機が訪れました。それが大学への進学を

決めたことです。「大学で心理学を学びたい」という本人の強い意志がありました。2年生までの面談の中でも、心理学の本について私に尋ねるなど、心理学に興味があることはポツポツと語られていましたが、大学で心理学を学ぶといった具体的な進路と結び付いたことには多少の驚きもありました。驚いたのはカウンセラーの私だけでなく、周囲の人も同じだったようで、「大学進学ではなく、他の選択肢の方がいいのではないか」という本人の体調を心配する意見もありました。ただ、本人は「大学入試にチャレンジしてみたい」とはっきり口に出しました。入学前相談からその生徒を見ている身としては、ここまではっきりと自分の意見や気持ちを伝えられるようになったことに、最も驚きました。何かと周囲の気持ちを汲み取って、自分よりも他人を優先させる姿を見てきただけに、その生徒なりに大きなチャレンジに本気で向き合っていることを感じました。

進路を決めてからは、登校する機会や教室で授業を受ける時間も増えて、私との面談にもはっきりとした目的意識をもって臨むようになりました。大学入試に向けた準備があるからそういった変化は当然、という見方もあると思います。しかし、本人の意志



で大学進学を決めたことが、その生徒の能力の発揮を後押ししたのは間違いないと思います。

スポーツでは「ピンチはチャンス」と言われることがよくあります。その生徒を見ると、その言葉が浮かびます。基本的には、人間にとってストレスがかかることはピンチな状況が多いでしょう。ただ、それが何かを変える、もしくは、何かが変わるきっかけになることは、特に思春期の子どもたちで多い気がしています。「変わりたい」という本人の意志があり、家族や学校、その他の機関などがそれを支える体制をつくることができれば、今回紹介した例のように、どんな状況にあってもピンチをチャンスに変えることが可能なだろうと感じさせられました。

## 登校の「スイッチ」となった部活動

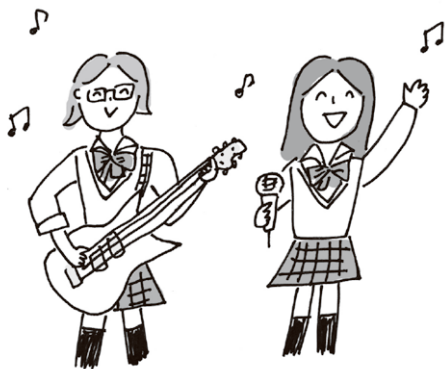
横浜校 カウンセラー 森田 日菜子

私とAさんとの面接が始まったのは、Aさんが高校2年生のときでした。Aさんは、中学時代にクラスメイトから強くあたられたことをきっかけに、周囲と馴染めないと感じるようになり不登校になりました。「学校に行かなくては」という気持ちから一度はがんばって登校したものの続かず、気疲れから再び登校できなくなってしまいました。Aさんの不安定な登校は高校生になっても続き、困ったときにすぐ相談できるようにと担任の先生がカウンセラーと定期的に会うことを勧めました。

Aさんの第一印象は、ふわふわとして少し風が吹けば飛んでしまいそうな生徒というものでした。そんなAさんとの面接は非常に不安定な状態から始まり、1ヶ月以上面接の間隔があくこともありました。登校できる時期は「スイッチが入った」ため登校できる

一方で、なかなか登校できない時期は「学校が学校じゃない感じ」がすると語っていました。

そんなAさんでしたが、部活動では精力的に活動していました。Aさんは音楽系の部活動に所属しており、調子が悪くても放課後に登校して部活動には参加しようと、練習も人一倍がんばっていました。そしてAさんは部活動で起きた出来事や発表する



曲について私との面接の中で教えてくれました。その時のAさんはうれしそうで生き生きとしていました。Aさんがここまで部活動に熱心になるのは、Aさんの将来の夢が音楽系だったことが影響しているようでした。

高校3年生になり高校卒業後の進路を本格的に考える時期になると、Aさんは夢を叶えるために学校外の団体でレッスンに参加して技術を磨くようになりました。そして私との面接で、将来についての具体的な計画やレッスンの様子などについて生き生きとした表情で語っていました。また、部活動では最高学年として後輩を引っ張っていったり、顧問の先生にも頼られ活動について一緒に相談したりすることで部活動内でも存在感を増していました。すると登校頻度も少しずつ上がっていき、授業に参加できる日が増えていきました。

周囲に馴染めなかったことがきっかけで不登校になり、「学校が学校じゃない感じ」と感じるほど学校に根づいている感覚がなかったAさんにとって、部活動内で音楽を通して自分を表現することはAさんが学校という場に根づき、居場所をつくることに大いに役立ったのだと考えられました。また、私との面接の中で音楽や将来の話を生き生き



と語れたことも学校に根づく一助となっていたのかもしれませんが。さらに、わずかな刺激でも登校の「スイッチ」のオンオフがすぐに切り替わってしまうAさんにとって、憧れの職業に関連のある部活動は大きな登校「スイッチ」になっていたと考えられます。

授業に出席しないのに部活動だけ参加することに抵抗が大きい方もいるかと思いますが、Aさん自身、授業などの「やるべきことをやらずに」部活動にだけ参加することに後ろめたさがあったと話していました。ですが、Aさんのように自分の好きなことをきっかけにして登校できるようになる生徒もいます。植物が地面に根ざして葉を広げていくように、自分の好きなことから学校に根づいているという感覚を得て、そこから学校やその先の世界へ広がっていけるよう支援していくというアプローチもあるのではないのでしょうか。

## 学校生活への安心感をもたらし交友関係

宇都宮キャンパス カウンセラー 岡部 健二

小学校から不登校傾向があったその生徒が不登校になったきっかけは、小学校4年生の運動会で体調不良を理由に欠席してしまったことでした。もともと運動が得意ではなく、練習時にもあまり乗り気でない様子が見られていましたが、周りの誘いもあってなんとか練習には参加していました。本人が言うには、前日夜にはしっかり参加しようという気でいたとのことですが、翌朝になって腹痛が強く、トイレから出てくることができなかつたそうです。そこで「糸が切れてしまった」ように学校に通えなくなったと言います。その後小学校卒業までは別室登校で過ごしました。

中学校入学後は同じく別室で過ごしていた児童と仲良くなっており、入学直後は一緒に通えていましたが、夏休みを過ぎると再び不登校化しました。その後は適応

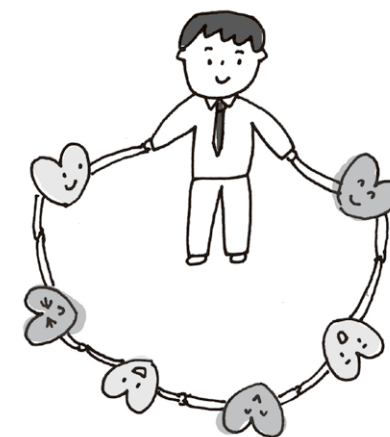
指導教室に足を運んだり、別室登校をしたりなどして過ごしていたそうです。

本校入学後は春の大型連休明けぐらいまでは活動的に過ごしており、クラスの中では中心的人物と過ごしていましたが、6～7月にかけて、週に2日程度欠席が見られるようになりました。夏休み中に参加する予定だった補講には参加できず、そのまま夏休み明けから完全に不登校となりました。スクールカウンセラーとは夏休み前からつながり、補講期間も含めて家庭訪問などで定期的な面談を行っていました。

この時点で本人の口から語られた理由としては、「友人たちと顔を合わせづらい」とのことでした。具体的に交友関係でなにかあったというわけではないようですが、直接顔を合わせることを避けていました。しばらく面談を続けていると、本人からは『でき

ないところを人に見られたくない』という感じがある様子が見られました。小学校時代の経験もあって、『一度ダメだったらどうせなんどやっても無駄なんだ』という物事のとらえ方があるようで、自己効力感…自分ならできる、自分はやり遂げるだけの力を持っている、という感覚が弱く、また『傷つきたくない』という思いの強さから、物事に挑戦することに対する不安感が強い生徒であると考えられました。こうしたことの背景にあったのは、もともと本人が持っていた不器用さからくる『人と同じように物事ができない』という自己肯定感の低さと、先行きを見通すことの苦しさ(新しいことへの不安感の強さ)があるようでした。そうしたこともあって、本人の不安感を低減させていくことをまずひとつ目の目標としました。そしてもうひとつ、この生徒にとってのキーワードは『友人』にあると考えられました。本質的には、彼がうまく交友関係を安心して切り結べる相手(状況)を待つことが必要と思われました。

その後2年生の夏休み明けまでは教室に入ることができませんでしたが、行事に向けた学習に向けて学習を進めている際、同じところを担当する生徒と関わるこ



とことができました。そこからは劇的な変化がありました。登校は月に2～3回程度、それもほとんど面接のために来ていた状況でしたが、準備活動のために学校に来て作業し、別室で作業・打ち合わせをするために足しげく登校するようになりました。行事以降は毎日登校して教室で普通に過ごすようになっています。

生徒本人が学校生活を楽しく、満足感を持って過ごしていくうえで、友人の存在はとても大きいといえます。過去の傷つきもあって、うまく交友関係を築けなかったところを、その機会が訪れた際に機を逃さないよう、面接を通して本人と一緒に準備を手伝ったというのが今回のケースだったと思われま

## 登校スタイルの変更が 背中を押すきっかけに

塩谷町本校 カウンセラー 林 正道

この生徒は発達障害を持ったお子さんで、自閉スペクトラム症(ASD)と診断されていました。自閉スペクトラム症は主に社会性やコミュニケーション能力の独特さ、強いこだわりなどから生活上の困難さを感じることが多い発達障害で、かつては自閉症、アスペルガー症候群等と呼ばれていたものを統合する形でつくられたものです。彼の場合は、勉強の苦手が多少ありつつ、明文化されていないものを読み取ったり、人の感情を読み取ったりすることの苦手さ

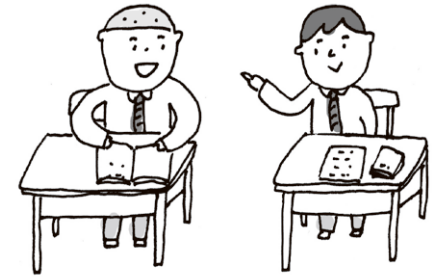


…言い換えると、いわゆる「空気を読むのが難しい」と言われるような特徴がある生徒でした。

もともと中学校では特別支援教室に在籍しており、個別・少人数教室で学校生活を過ごしていましたが、本校に入学すると、クラス人数(20人前後)の多さを訴えて不登校化してしまいます。よくよく話を聞いてみると、「人と一緒にいると、嫌がられないように気を使わないといけないので疲れる」ということを話してくれました。本人にとってみると、これまで少人数環境でなら、「なんとか」やってこられた、ということなのでしょう。本人にとってみると、現状は“キャパオーバー”という感じでした。その後は週2回程度登校し、担任の先生とカウンセラーと話をする時間を取りました。行事は離れたところから見るだけでも、参加するよう

整え、長期休みの際は補講に参加していく形で1年生は過ごしました。補講には不思議とすんなり参加することができていたのですが、苦手な科目にはなかなか足が向かず、補講を受けにとりあえず登校はしたものの相談室で過ごす、ということも度々ありました。補講は少人数であることが本人にとってのハードルを下げた様子でしたが、本人にとって“嫌な印象”というものは非常に強く残る感じが残り、なかなか切り替えられないということも生活上の難しさのひとつだったのだと思います。

そうした本人の様子を受けて、進級のタイミングでのコース変更について相談します。現状本人にとって、週5日制のコースは荷が重いと思われていました。本校では3DAYSコースという、週3日登校スタイルのコースもあり、こちらへのコース変更を提案したのです。当時でも先生と話し合った上で、実質的に週3日登校とそう変わりはないペースでの登校となっていました。しかし『この日は休んでもいい』という話になっていいたとしても、生徒本人の心情としては『本当は登校しなくちゃいけないのに休んでいる』という思いがあって、しっかり休むことができない場合があります。彼についても、



切り替えることの難しさから『本当は登校日』という部分に引っかかっていたようです。

2年生になっていざ週3日登校のコースが始まると、すぐに毎日通えるようになっていきました。もちろん先ほど述べたような、本人に合わせた支援の方策を考えたこともありますが、加えて1年生期間で“日々輝学園での1年間”についての見通しを持つことができた、ということも、本人の全体的な不安感を少なくするということにつながり、ちょうどタイミングとして符合したことが、本人の背中を押す絶好の機会となったものと思われます。1年生の間は本人からすれば上手くいかない、暗中模索の期間でもあったと思われますが、『完全にできていない』からといって、『何もかもができていない』という訳ではないと、本人と一緒に確認していくことも重要なのだと思います。