

## 「不登校」を考える

臨床心理士 福田 求

(“ ののはな ” 教育相談)

### はじめに

県南西部の工業高校に社会科の教師として赴任して2年目の1974年の初夏。隣クラスの担任に頼まれて入学式の翌日から欠席している生徒の家庭訪問に同行しました。生徒の家に近づくと、「ドウドウドウドウドゥ」と忙しそうな機械音。狭い玄関に板を並べ業務用ミシンを置いて、母



麦稈真田の縫製 麦わら帽子

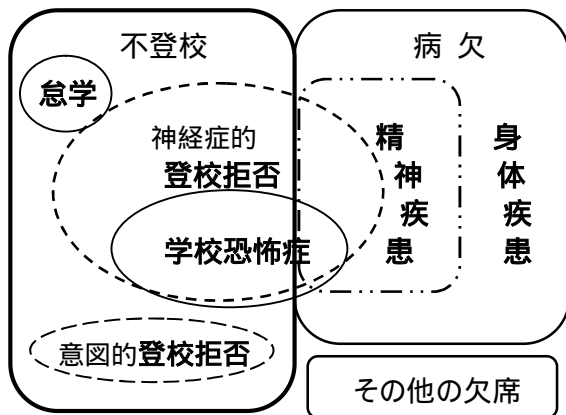
親が麦稈真田で麦わら帽子を作っているところでした。首に掛けたタオルでやつれた顔を拭きながら、私たちに申し訳なさそうに挨拶をした後、母親は薄いドアの向こうにいる息子に、「（生徒の名）先生が見えとるから出て来られえ。」と2～3度声を掛けてはみるが応答はありません。担任も声を掛けるが返事はなく、「出て来んのか。」と母親が確かめると、押し出したような声で小さく「オウ」と答えました。結局、私たちは為す術もなく、言いようのない無力感を抱きながら学校に戻りました。これが私としては不登校〔当時は「登校拒否」(参照次頁の「不登校概念の図と変遷」)〕と関わる初めての体験でした。

その頃の私は、「政治経済」や「地理」の授業、また社会問題研究部や少林寺拳法部の指導、あるいは担任としての「生活指導」(残念ながら数年後には「生徒指導」に変わりました)や学級指導などにおいて、若さをぶつけて生徒と切り結んだり、合宿で寝食や入浴を共にしたりして、しばしば悪戦苦闘はするものの充実した教師生活を送っていました。しかし登校拒否や教育相談などに関しては門外漢で、件の生徒に対しても「どうしてやることもできない生徒もいるな。」程度の認識しか持つことができない能天気な教師でした。

それから1年ほど経って、ある内向的な(今なら発達障害を疑うか?)生徒が校内でナイフを振り回す事件が起きました。生活指導主任が事情を聞こうとしても全く応えないので、「誰か話ができる先生の所へ行って話を聞いてもらえ。」と言ったら、私のところへ来たということです。話を聞いていくうちに、生徒を主として外面から指導していく生活指導ではケアできない生徒がいるということを実感する

とともに、心を閉ざしている生徒の内面に働きかけて気持ちや考え方を理解し支援していく指導法を模索し、藤ヶ鳴牧場（当時）での教育相談宿泊研修会への参加を契機として、教育相談の道に入り込んでいきました。

やがて高教研相談部会の役員や事務局なども引き受けるようになると、研修会での助言や講演などを依頼されるようになってきたので、本格的に教育相談の研究をしなければならないと考え、50歳過ぎから昼は岡山市内の高校で教師をしながら、夜は大学院で2年間、若返った気持ちで学校教育臨床を学びました。その後、1年間、カウンセリング実習を積み、臨床心理士の資格を取得したのです。



### 【不登校概念の図と変遷】

- ・ 怠学（1932年～）
- ・ 学校恐怖症（1941年～）
- ・ 登校拒否（1960年～）
- ↓
- ・ 不登校（文科省，2001年～）

その流れで教職を定年退職してからは、私設心理相談所（“ののはな”教育相談 nonohana.sunnyday.jp）を運営したり、スクールカウンセラー（以下、SC）や「子育て・教育なんでも相談ネットワーク」などで、カウンセリング活動を行っています。

このような経緯から、私が行ってきた学校教育相談（教師が主体。岡山の多くの高校では有名無実化している）やスクールカウンセリング（SCが主体。）などを振り返りながら、生徒やその家族にとっては非常に切実な問題である不登校について、学んだことや体験したことなどを、本紙を借りて連載させていただこうと考え

えました。前号までの「いじめを考える」と同様に、忌憚のない意見や質問などをいただければ幸いです。

## 1 不登校の定義

文科省は、なんらかの心理的、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を不登校としています（「不登校の現状に対する認識」文科省2009年以前公開）。

この定義によると、不登校の症状〔2〕(1)とよく似ている症状を呈する身体疾患〔2〕(2)1)や精神医学的問題〔2〕(2)2),あるいは学費などが払えないなどの経済的な理由による欠席は、病欠あるいはその他の事由による欠席となり、不登校には含まれません。したがって、学校としては不登校か病気・障害かを見極めて対応する必要があります。例えば次のA君の事例では、どのような病気や障害を確かめておかなければならないでしょうか。〔2〕(2)や<確かめておきたい疾患や障害>を参考にして考えてみてください。

### 事例A 高1男子生徒の不登校事例

文化祭が終わって2週間程後、高1のA君の母親に、担任から3日連続で欠席しているとの連絡が入った。母親は驚き本人に確かめたところ、「勉強や友達に嫌いではないが、何故か学校には近づけない。」と話したと言う。

A君はその後半月ほど欠席を続け、SCの学校相談日に母親に付き添われて来談し、～の苦しい胸の内を話した。

学校に行かなくてはいけないという気持ちはあるが、朝起きると頭がふらふらして吐き気がするので、午後4時頃起きています。<起立性調節障害>

気分は落ち込んでおり、親に何か言われるとイライラする。<うつ病>

授業が面倒臭く、何をしているのかさっぱりわからない。準備も何をしてよいかわからない。

最近、友達にも何か言われる(「何で来んの。」「行事だけ来んな。」)のが嫌なので、lineのアドレスを消した。<不安障害>

起きているときは小説を読んだりゲームをしたりしている。<依存症>

留年するのは嫌だが、一年下の子と一緒にいるのは構わない。<発達障害>

## 〔2〕 不登校の症状と疾病

### (1) 不登校の症状

- \* 身体的症状... 発熱。頭痛。腹痛。下痢。喘息。吐き気。食欲不振。全身倦怠感。めまい。特に朝は体調が悪く体が動かない。
- \* 精神的症状... 不安。恐怖。怒り。抑うつ反応。無力感。攻撃反応。
- \* 認知的症状... 授業や学校に行くこと自体に価値を見いだせない。
- \* 能力的症状... 授業についていけない。同年の生徒集団に馴染めない。

## (2)不登校と見誤りやすい病気や障害

### 1) 身体疾患

#### 起立性調節障害

**\* 身体的症状...** 立ちくらみやめまい。起立時や入浴時に気持ちが悪くなる。動悸。息切れ。朝、起き辛く午前中調子が悪い。顔色が青白い。食欲不振。へその周囲の痛み。倦怠感。疲れやすい。頭痛。乗り物に酔いやすい。 <日本小児心身医学会 編：小児起立性調節障害診断・治療ガイドラインより>

#### 自律神経失調症 <e-ヘルスネット厚生労働省>

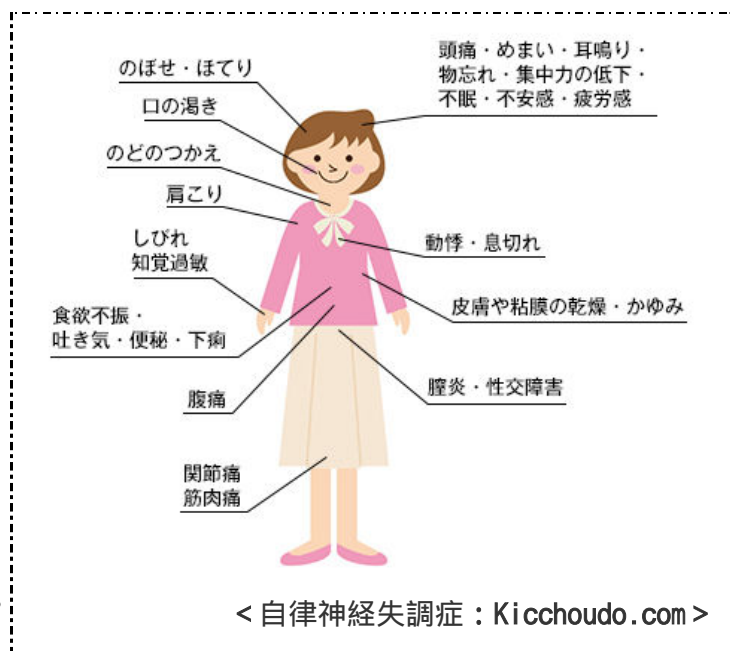
**\* 身体的症状...** 倦怠感。疲労感。熱っぽい感じ。手足のしびれ。動悸。息切れ。めまい。頭痛。不眠。寝汗。食欲不振。胃痛。吐き気。肩こり。背中痛。腰痛。腹痛。下痢。便秘など

**\* 精神的症状...** 情緒不安定。いらいら。不安感。

月経前症候群(PMS) <DSM-5, 2014>

**\* 身体的症状...** 頭痛。腰痛。むくみ。のぼせ。食欲不振。過食。めまい。倦怠感。腹部・乳房の張り。

**\* 精神的症状...** 著しい情緒不安定。著しいイライラや怒り。抑うつ。不安。集中困難の自覚。睡眠障害。



### 2) 精神医学的問題 <DSM-5, 2014より>

#### 適応障害

適応障害の診断基準... “ストレス因により引き起こされる情緒面や行動面の症状で、社会的機能が著しく障害されている状態” <ICD-10(世界保健機関の診断ガイドライン)>

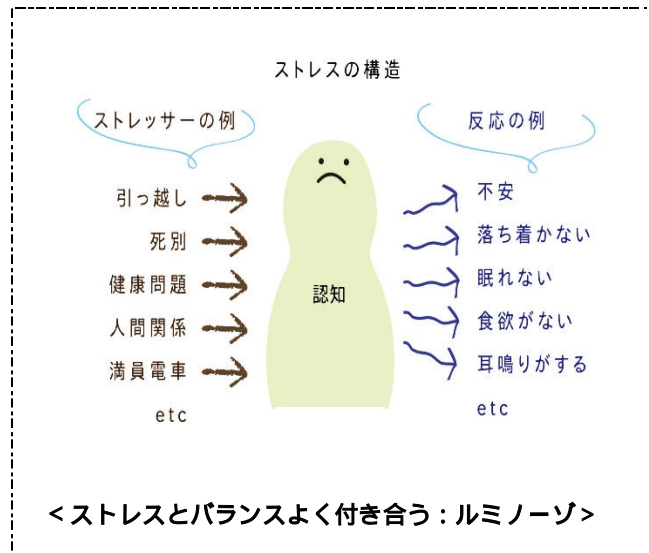
**\* 情緒面の症状...** 抑うつ気分や不安感、感情の高ぶり、集中力の低下など。

**\* 身体症状...** 不眠やめまい・動悸など。

**\*行動面の症状...** 普段のその人らしからぬ発言や素行の障害（すぐに怒る、容易に感情的行動をとるなど情緒的不安定さ）。摂食行動の異常。遅刻や無断欠勤など。これらのさまざまな症状は、**ストレスがなくなると改善されるのが特徴。**

### 不安障害

不安障害の基本症状は、払拭できない**過剰な不安**を感じる。不安が持続することから自分自身をコントロールできなくなり、自分が不安と思う対象や状況を回避してしまうことで、仕事に対してのパフォーマンスや学業、人間関係などに支障が生じる。



a) パニック障害・・・さらなる

**パニック発作**を恐れ、**予期不安**に怯える。

**\*身体的な症状...** 動悸や発汗、身震いや呼吸困難。胸痛・吐き気、めまい、寒気または熱感などの症状を何度も発作的に繰り返す

**\*情緒面の症状...** 現実感消失。離人感。自分が死ぬことに対する恐怖。どうかなってしまうことに対する急激に高まる不安や恐怖。

**\*行動面の症状...** パニック発作で過去に生じた状況を避ける。抑制力を失う、生活全般への支障を引き起こす。

b) 全般性不安障害... 特定の状況に対する不安ではなく、多数の出来事や活動についての過剰な心配と不安（予期憂慮）を抱え、その不安を抑えることが難しい。

**\*身体的症状...** 疲れやすい。睡眠障害。神経の高ぶり。緊張。発汗、めまいなど

**\*情緒的症狀...** あらゆるものや活動に漠然とした不安や心配を抱く。怒り易い。

**\*行動的症狀...** 落ち着きのなさ。集中困難。生活全体に支障を引き起こす。

c) 社交不安障害

他者の注視を浴びる可能性のある社交場面に対する著しい恐怖や不安を感じる。

**\*身体的症状...** 動悸や赤面、震えなど

**\*情緒的症狀...** 異常な不安や緊張感

**\*行動的症狀...** 不安になる状況を回避しようとするため、業務を遂行できない。

## うつ病

\* **身体的症状**... 不眠や食欲低下、頭痛、消化器症状などの身体的不調。食欲の減退または増加。不眠または過眠。

\* **情緒的症狀**... 強い悲しみや気分の落ち込み（抑うつ気分）。興味や喜びの著しい減退。さまざまな感情を感じにくくなり、生きている実感がわからない

\* **行動的症狀**... 動作が緩慢になったり落ち着きがなくなったりする。怒りっぽくなる。疲労感や意欲の減退。思考力や集中力の減退。決断困難。無価値感または過剰な罪責感。自殺念慮または自殺企図。

## 統合失調症

\* **身体的症狀**... 疲れ易い。睡眠障害。神経の高ぶり。緊張。めまいなど

\* **認知的症狀**... 集中力や記憶力の低下。幻覚（幻聴、幻視）。妄想（被害妄想、誇大妄想、関係妄想など）。思考の障害（考えたことが他人に知られていたり抜き取られていたりするなど）。

自我の障害（自他の境界が曖昧になる。させられ体験など）

\* **情緒的症狀**... 異常な興奮や焦燥。意欲や自発性の低下、あるいは感情鈍麻など

\* **行動的症狀**... まとまりのない発語（脱線、滅裂）。緊張性病の行動。病前と比べて仕事・対人関係・自己管理などの面での著しい機能レベルの低下。自閉。

### 【統合失調症の一番のサイン】

「これまでできていた普通のことができなくなる」ことです。朝起きて身支度をする、朝食を食べて学校に行く、友達づきあいをする、などのことが急にできなくなり、ふさぎ込むようになったら、「病気の前兆かもしれない」ということを念頭に置いてください。

子どもが学校に行かなくなる原因は様々ですが、統合失調症の可能性もあることも知っておくと、対応がしやすくなるかもしれません。

<NHKきょうの健康テキスト 2020年7月号>

## スマホ依存症

\* **身体的症狀**... 肩こり。腰痛。ストレートネック。眼精疲労。猫背。ドライアイ。便秘など

\* **精神的症狀**... 抑うつ。イライラ。不安。

\* **行動的症狀**... ラインなどの頻繁なチェック。風呂やトイレ、ベッドなどへのスマホの持ち込み。歩きスマホ。

（「不登校」を考える につづく）