

学校復帰をめざした、信頼関係を築くための実践 ～不登校児童に担任がセラピストとしてかかわる試み～

安中市立原市小学校 教諭 國峯 智

はじめに

県内各学校では、不登校児童生徒に対して学校復帰のための支援を、熱心に行っているのにもかかわらず、不登校児童生徒数は、年々増えているのが現状である。要因には、家庭環境の複雑化に伴い、家庭が抱える課題の深刻化があると感じている。したがって、画一的な支援方法では、学校側も対応できなくなっている。つまり、一人一人の児童の実態に応じて支援策を立て、取り組んでいくような柔軟な対応が必要であると考えている。もちろん、各学校では、そのような考えで、チーム支援でかかわったり、家庭訪問をしたりと取り組んでいる。そのような取組の成果で、状況が改善しているケースも多いと思う。

しかしながら、改善されないケースでは、教員が、「担任と生徒」という関係の枠にとらわれ（枠が存在し、枠の外があることに気づいていないとも言える）、信頼関係を築けず、一步を踏み出せないでいるという実態があるのではないか。

ところで、私は、以前、群馬県総合教育センター生徒指導相談グループ（現生徒指導相談係）において、研究員という立場で勤務した経験がある。主な勤務内容は、不登校児童生徒やその保護者との教育相談である。群馬県総合教育センター（以下、センターと略す）では、多くのことを学んだが、その中でも特に大きかったことは、児童生徒や保護者が、学校側、つまり教師に対してどう感じているかを理解できたことである。家庭と学校との信頼関係が、その時崩れていても、児童生徒や保護者は、担任に対して大きな期待を抱いているのである。例えば、担任が、不登校生徒の家庭に訪問したが、何度訪ねても「会えない」「話ができない」「話しかけても返事が返ってこない」などの状況が続いたとする。そうすると、担任は「手の打ちようがない」、「嫌われているかな」と感じてしまう。おのずと、ここはしばらく刺激しない方がよいと考え、家庭訪問や電話での連絡などの機会が減っていく。このような悪循環に陥ってしまうと改善が難しい。先にも述べたが、表現を変えると、「親も子も、先生に存在を認めてほしい、先生に私たちのことをわかってほしい」と、決して口にはしないが、心の奥底で思っているのである。大事なことは、児童生徒と保護者の思いに沿った対応ができるかということなのである。そうすることができると、学校に対して閉ざされていた心が、少しずつ開かれていくのである。つまり、まず我々がしなくてはならないことは、家庭との信頼関係作りであると考える。

センターでの勤務を終え、学校現場に復帰し、そのような考えに基づいて、不登校問題に対して実践した結果を報告するとともに、得た成果から学んだことをお伝えしたいと考え、あすなる賞に応募した。

信頼関係を築く家庭訪問

1 基本となる考え方

担任した学級には、登校を渋りがちな児童や不登校児童（年間30日以上欠席者）が何人かいた。新年度が始まり、はじめに行うことは、前年度に不登校だった児童の家庭へ

の訪問である。家庭訪問の在り方の基本的な考え方は、群馬県総合教育センターが発行した平成 17 年度版研修資料「学校の経営」No38 に掲載された教育相談グループ（現生徒指導相談係、以下省略して「グループ」と記す）の「家庭訪問の在り方 - 訪問相談を通しての学び - 」による。グループでは、「家庭訪問は、児童生徒理解そのものに生きる資料を収集できる絶好の場である」と考えている。つまり、家庭訪問は、児童生徒理解にかかわる「宝物さがし」の場であると考えている。

- アプローチ 1 「保護者とのつながりづくり」
 アプローチ 2 「子どもとつながるための宝ものを探そう」
 アプローチ 3 「子どもの宝ものを生かした、子どもとのファーストコンタクト」

上記の 3 つのアプローチは、グループがまとめた、直接会えない子どもとのつながり作りに向けた家庭訪問の手順である。そして、このような訪問相談から学んだことを、学校の家庭訪問でも活用してほしいと提言している。

しかしながら、生徒指導相談係の、このような取組（訪問相談）は、相談員が不登校児童生徒とかわった実践である。そこで、担任の立場で、このアプローチの仕方をどこまで活用できるかについて、実践を通して明らかにしようと考えた。家庭訪問の実践の際に、私が配慮したポイントについて、以下の ～ で述べる。

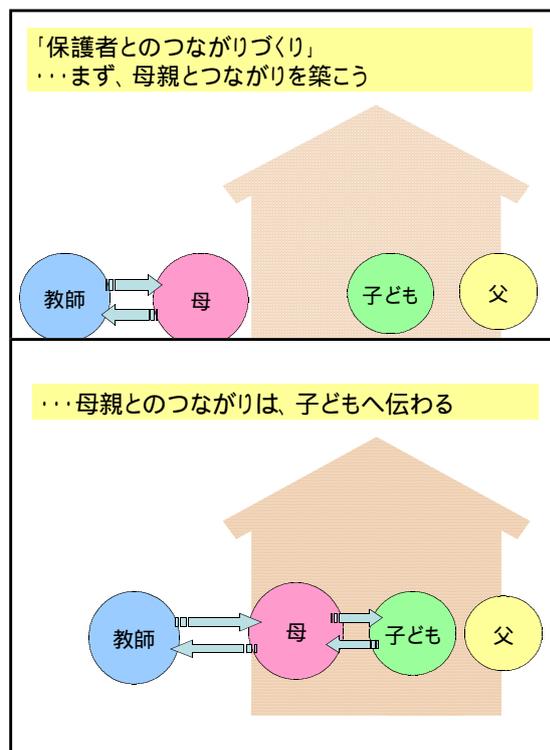
2 担任の立場でアプローチ 1 を実践する

グループが提言した家庭訪問の 3 つのアプローチに沿って、学級内の不登校児童にどうかかわったかについて報告する。

アプローチ 1 は、まずは保護者と信頼関係を築くステップである。グループでは、「教師が保護者とつながれば、やがて保護者と子どものかかわりに教師の思いが伝わる。保護者に教師への信頼感が生まれれば、教師と子どもがつながる可能性が高まる。」と考えている。

この考えに沿って、第 1 回目の家庭訪問を行った。予め「放課後家庭訪問に伺いたい」という旨の電話をかけてから行った。グループでも「家庭訪問は、実際に訪問した時の保護者や子どもと会っている時がつながりづくりの始まりではなく、訪問の意図を考えたり、保護者と訪問の約束をしたりする場面から既に始まっている。」と述べている。

図 1 「保護者とのつながりづくり」
 （学校の経営 No38 P150 より）



初めての家庭訪問の際には、子どもは警戒して「2階から降りて来ない」、「顔を出さない」といった反応が多い。母親との信頼関係を築くことがねらいなので、そのような時は、無理に会おうとしない。担任は、最初に会えないと今後ずっと会えないのではないかと不安になるものだが、そんなことはありえない。子どもが「この先生、ちょっと違うな、おもしろそうだから会ってみようかな。」と、担任が帰った後で親から話を聞いて、そのように思わせることが大切なのである。

親の気持ちを受け止め、苦労を労う。

親は、子どもの話を詳しく話してくれるはずである。「この教師、信用できるのかな」と警戒して、あまり話したがらない親もいるであろう。話そうと思っているのならともかく、あまり詳しく聞こうとする必要はない。話の端々に見え隠れする、子育てにおける親のがんばりや苦労話だけに絞って、話を注意深く聞くようにする。そして、「お母さんも、そんな時はイライラしますよね。」「お母さん、本当によくがんばってきたんですね」と、声をかけ、苦労を労うのである。不登校状態が長く続き、行き詰まって明かりが見えずにあきらめかけている親もいる。気持ちを受け止められれば、やる気を取り戻し、「今年は何とかしてみよう」という気持ちになるきっかけがつかめるはずである。

親と趣味などを話題に話をする。

不登校という課題を抱える親と呑気に雑談するのは、抵抗があるかもしれない。しかしながら、人と信頼関係を築くためには、相手の人格を認めるということが大事である。趣味や好きなことを認めることは、人格を認めるということにつながる。居間に案内してもらえれば、親がどんなことを趣味にしているのか、何が好きなのかについてわかるような「宝」が、必ず見つかるはずである。見つけたら、例えば「ところで、この写真は何をしているところですか?」とか「玄関に がありますが、どなたがされるのですか?」などと、尋ねてみる。自分の趣味の話は、誰でも大好きである。話が、はずむはずである。親とたまたま趣味が同じだったとしても、調子づいて自分の話ばかりしてはいけない。自分の話に終始してしまうと、後で「おもしろそうによく話す先生だけど、一方的な先生かもね。」と悪い印象を与えかねない。雑談のようだが、少し違うのは、カウンセリングの考え方を踏まえて行うことがポイントである、ということである。

3 担任の立場でアプローチ2を実践する

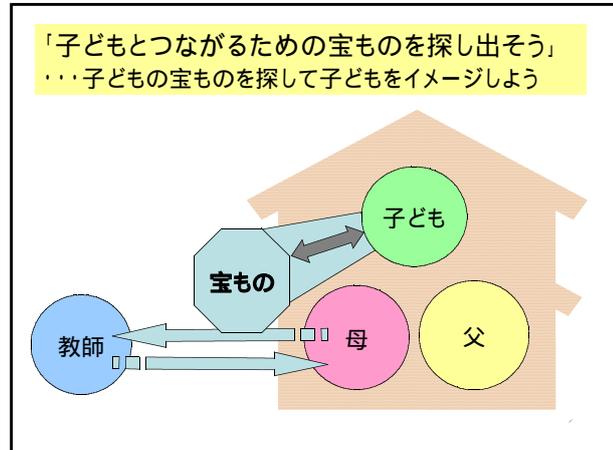
子どもの好きなものを探す。

次の家庭訪問につなげるためにも、この段階でも子どもに関する「宝」を探しておくことが大切になってくる。親に「お子さんは、何が好きなんですか?」とか「お子さんは、

何して遊ぶことが多いのですか？」

「お子さんはどんなテレビを観るのですか？」などと、質問するのもよい。例えば、その中に、自分と共通するような話題があったとしたら、儲けものである。「私も、大好きなんです。」と、親に話しておく。後で、親が「今度の先生、おまえと同じで、が好きなんだって。」と伝えてくれるはずである。「へえ～、今度の先生、もしかして話が合うかも。」と、ほんのちょっとでも思ってもらえればしめたものである。

図2 「子どもとつながるための宝ものを探し出そう」
(学校の経営 No38 P151 より)



訪問後、子どもの様子を聞く。

担任が訪問した後、親が子どもと会話するはずである。子どもがどんな話をしていたかについて親から話を聞くことは、次回の訪問の方針を立てるために非常に大事である。例えば、「昨日は、私が帰った後、お子さんはどんな様子でしたか？」などと聞いてみる。直接会っていないなくても、担任に対する印象について聞けるはずである。よい印象を与えることができれば、親から「今度先生が来たら会ってみようかなと言っていましたよ。」という話が出たとしたら、会えるチャンスである。2回目の訪問の約束をする。そんな話が出なかったとしても、次の訪問の約束をする。引き続き、親と子に関する「宝」探しに向かえばよいのである。

4 担任の立場でアプローチ3を実践する

子どもの「宝」を生かして、プレゼントを持って訪問する。

2回目の訪問時には、親から聞いた子どもの「宝」を生かして、プレゼントを用意して持っていくことにした。例えば、アニメが好きだったとしたら、そのアニメに出てくるキャラクターの写真を印刷したものなど。本でもよいが、できれば自分で作ったものの方が、さらによい。世の中に一つしかない物である。「先生が、私の好きなを持ってきてくれた。うれしい。」と喜んでくれなくても、「やさしい人だな」とか「私のこと、わかってくれそうだ」と、少しでも思ってもらえればよい。

私は、登校を渋りがちだったある子の家に訪問する時は、必ずキャラクターのカードを作って行き、プレゼントした。子どもは、どんなものでも、もらえるとうれしいものである。そんなに凝る必要はないし、お金をかける必要もない。それが、子どもの宝に関係し

ていればよいのである。

セラピストとしてかかわった家庭訪問

1 基本的な考え方

センターでの勤務では、不登校児童生徒とのプレイセラピー(遊戯療法)も行ってきた。基本的には子どもに遊びたいことやその遊びのルールを決めさせ、一緒に遊ぶ。遊びながら話をすることもあるが、基本的に思う存分遊びにつきあう。子どもは、自分の思いが受け入れられる満足感を得ることができる。これが教師にとっては、意外と難しい。ルールを無理矢理決めさせたくなくなったり、バドミントンなどスポーツ系の遊びだったりすると技術を教えたくなくなったりするのである。盲目のマラソンランナーの伴走者の如く、あくまでも寄り添って一緒に行動することが大切である。

センターでは、特別なプレイルーム(遊戯室)で、このようなプレイセラピーを行う。家庭で同じようなことが本当にできるかと言えば、厳密には難しいのかもしれない。しかしながら、家庭訪問で会えるようになったとしたら学校復帰するまでは、このようなかわり方に徹してみようと考えた。ここでは、担任が、家庭訪問の際にセラピストのようにかわる時に、配慮すべきポイントについて、～で述べる。

2 セラピストとしてかかわった実践

一番はまっている(凝っている)もの(こと)を探す。情緒を安定させる。

子どもは、いろいろなことに興味を示す。だから、「好きなことは何?」と聞かれれば、その場その場で、いろいろな答えを言うこともある。信頼関係が築かれ始め、会えるようになったとしたら、次は信頼関係を深める段階に進むためのアプローチをする。

好きなゲームの話や、絵を描いたり、何回か訪問をする中で、「私、今一番はまっているのは、～なんです。」と話し始めることがある。一番はまっていること(もの)が、何であるかわかったら、担任もはまってみるのである。楽しさを共感するのである。例えば、はまっているマンガのコミックを借りて読んでみる。子どもが大事にしている場合もあるので、その時は意を決して本屋で大人買いしてしまうのも手である。何もそこまで思うかもしれないが、そんなことまで担任がしたと知れば、「すごい先生だ」とか「先生も、私の好きな～が本当に好きになったんだ」と子どもは思うであろう。例えば、アニメのストーリーやキャラクター、夢中になっているテレビドラマのストーリーなど、話が合えば、会話ははずむ。信頼関係は深まっていく。又、子どもの世界に立ちみると、見えなかったことが見えてくることもある。子どもの心も見えてくる。

約束はしない。プレッシャーをかけない。

一昔前は、不登校児童生徒に対して「登校刺激を与えてはいけない」という神話があったようだ。何を登校刺激というのかを明確にしないまま、登校刺激と言う言葉が一人歩きしてしまったようである。ある心療内科の医師の言葉を借りれば、「担任が家庭訪問をす

ること自体、立派な登校刺激である。」と言える。

家庭訪問するだけで十分登校刺激であるが、担任は、子どもが少し元気になったり、会って話ができるようになったりすると欲が出て、「明日登校してみる？」とか「好きな体育だけでも来てみる？」などと、ちょっとジャブを打ってみようと声をかけてしまう。約束を無理矢理させても、意味がない。プレッシャーに弱いから不登校状態になるのである。約束を守れなかった時に、必ず子どもは「約束させられたから仕方なく約束した。」と答える。約束を守れなかったことで落ち込み、自分を責めることになったら、もっと悪い。自己肯定感がさらに落ちてしまう。

基本的には、自分から「登校してみようかな」と言わない限り、担任から誘うことは避けた方がよいと考える。元気にしているようでも、まだ登校できる心の準備が整っていないことが多い。じっくり腰をすえて待つことが望ましい。ましてやセラピストとしてかわっている段階ではタブーである。

学校の様子を伝えることは大事だが、落ち着くまでは必要以上は話さない。

学校で何が今流行っているかとか、どんな行事をする予定だとか、学校の様子を伝えることは大事である。印刷物は、家庭訪問の際に必ず渡す。しかし、登校できる力がついていない段階で、詳しく話しても効果はない。「まだ当分は学校行かないよ」と思っている時に、いくら伝えても無駄であるばかりでなく、せっかく築いた信頼関係が崩れることにつながりかねない。親を通して話せばよいことや印刷物をみればわかるようなことは、そうすることで十分である。

それよりも、大事なことはプレイセラピーを通して、達成感や満足感を得たり、「生きてて良かった。」「先生が来るのが楽しみだ。」などと思えたりすることである。自分の好きなことを認められ、元気になってきたとは言え、「自主性」や「我慢する力」「がんばる力」「学ぼうとする力」がすぐに、身に付くはずがない。それらを十分持っているようだったら、不登校にはならないはずである。

親との信頼関係を深める。親を支える。

不安定だった子どもの情緒が落ち着いてくるためには、親への支援も欠かせない。子どもが元気で落ち着いてくるだけでも、親はホッとして安心する。担任への信頼感も増すであろう。しかし、理想的には、センターが行っているような、平行面接（親と子、それぞれにカウンセラーがつき、別々にカウンセリング又はプレイセラピーを行うこと）ができることがより効果的である。不登校が続いて一番つらいのは、子ども自身であるが、親もイライラしたり愚痴をこぼしたいと思ったりする。親に対して、学校のスクールカウンセラーや教育相談員等との面接を、定期的に受けるように勧めたい。

学校復帰

1 学校復帰の道筋

担任という立場にこだわらず（とは言っても、子どもは担任として見ているが）、セラ

ピスト的にかかわることによって信頼関係が深まると、不登校だった子どもがやがて動き出す。この段階での関わり方のポイントを から に述べる。

登校が続かなくてもよい。課題を認識できたと考える。

自分で決めて続けていること（がんばり）を認める。自主性を育てる。

情緒が安定してくると、修学旅行に参加したり、友達に誘われて朝から一日登校したりできるようになる。しかしながら、がんばりすぎて3日間で又欠席。そんなことを繰り返すかもしれない。それでいいのである。そこで、自分自身の今の課題が明らかになる。「友達と話せない」「勉強が難しい」など。それらの課題をクリアできるように力を伸ばしていく。あせることはない。最終的な目標は、自立である。例えば、放課後登校など、続けていることがあれば、同じ状態をさらに続けることが大事である。子どもにとっては大きな自信になる。担任が、急いで「では、明日から午後だけでも授業に出てみようか」などと言わないことが大事である。声をかけるなら、「もう2週間も続いていてすごいね、がんばっているね。」と、がんばりを認める言葉かけがいい。次のステップを担任の方から一方的に促すと、「もっとがんばれ」というメッセージを送っていることになる。子どもは「こんなにがんばっているのに、もっとがんばれと言うのか」と不満に思い、せっかく築いた信頼関係が崩れるだけである。

断続的に登校するようになっても家庭訪問を続ける。

登校したり登校しなかったりする機会が続くような状態の時になっても、続けるべきことは家庭訪問である。登校するようになると、家庭訪問の回数が減っていく。子どもにとってさみしい気持ちにもなる。「先生は、ずっと家に遊びに来てくれていたのに」と。欠席した日はできるだけ家庭訪問をして、お便りを渡しに行く。どんな状態か確認できるだけでよい。「明日は来れるかい？」などと、約束はしない。声をかけるとしたら、「元気そうよかった。」「会えてよかった。」「毎日 さんの顔を見たいんだ。」「学校来ると緊張するのにがんばっているよね。」くらいのことを話すだけで、長居はしない。子どもが、「先生は私のことを気にしてくれているんだ。」と思ってもらえるだけでよい。

児童が「登校したい」と思っている時間帯に登校させる。

登校できるようになると、学級や同学年の子どもたちと接触する機会が増えてくる。その子にとって、どの時間帯に登校しやすいかが問題になってくる。常識的に考えれば、初期の段階では放課後など他の児童生徒と接触しない時間帯の方が抵抗が少ないであろう。しかしながら、登校の仕方について強いこだわりを持つ子もいる。例えば、翌日欠席することになると、「登校すると決めた日は朝から放課後まで丸一日いなければ気が済まない。」と考えている子もいる。本人の気持ちを受け止め、その通りに行動させることが

大事である。担任が、その子の実態（その時の力）とかけ離れていると感じても、この段階では、本人の意志を尊重することが大事である。でも述べたが、本人が課題を認識することができればよいのである。

少人数の友達とかかわる（遊ぶ）機会を設定する。社会性を育てる。

不登校児童生徒にとって大きな課題には、人間（友人）関係の問題がある。それにはまず少人数で遊べる機会を設定することが大事である。例えば、担任が家庭訪問している時間帯に、多少でも仲が良く趣味の合う級友がいれば、遊びに来させるのも手である。担任と級友が同時に行くのは不自然なので、級友は後から来させる。担任は、子どもと級友をつなぐ架け橋となり、一緒に遊ぶ。そのような仲の良い級友が見つからない場合は、まずは同じ趣味を持つ子を探すことから始まる。

最後に残る課題は、学力である。勉強したいと思い始めた時を逃さない。

自主性・社会性が少しずつ育ってきても、登校につながらないケースがある。多くの場合、最後に残る課題は、学力である。友達と仲良くなれたとしても、「勉強についていけない」という不安で、登校に踏み切れないことがよくある。そんな訴え（つぶやき）を、直接本人からでも、親を通してからでも聞いたら、チャンスである。家庭訪問した時に勉強をみてやったり、放課後教室で勉強をみてやったりする。あくまで、本人が勉強したいと思うようになってからである。続くようになれば、放課後登校も目的を持って取り組めるようになる。

2 セラピストと担任（教師）の両面を併せ持つ

担任と勉強できるようになると、担任はセラピストとして子どもとかかわることが難しくなる。

時にはセラピストとして、時には担任（教師）としてかわる。

学習すれば自ずと評価する立場にかわる。それまでずっと受容したり共感したりしていたのに、学習するようになったら指示的になることもある。しかしながら、そのことを心配する必要はない。それまで築いてきた信頼関係は、この時のためでもある。それまでに「こんないい（信用できる）先生が言うことなら従おう」と思わせるように、信頼関係を築いておくのである。もともと、子どもはセラピストと会っていた（プレイセラピーを受けていた）とは思っていない。学習する時以外は、セラピストとしてかわればよい。その側面を忘れてはいけない。学習するようになると、趣味の話をする時間が少なくなるが、信頼関係を深めるためには必要なことである。こんな話は「先生と私との秘密」と思えることは、大事なことなのである。

3 まとめ

不登校児童とかかわることを通して学んだことを、～に整理してみた。幸いにも私自身がかかわった子ども達は、みな学校復帰を果たした。子どもたちが、学校復帰するために必要な力をつけるお手伝い（支援）が、わずかであるができたと自負している。しかしながら、一番がんばったのは、子ども本人である。先も述べたが、不登校状態が続くことで、一番つらいと思っているのは子ども本人である。親でもなければ、教師でもない。そのことは紛れもない事実であろう。不登校状態から抜け出せずにいる子ども達が、学校復帰そして自立に向けて歩み出せるように、教師がどう支援していけばよいか考える手助けになるように、自分の実践から学んだことを、「16の秘訣」としてまとめてみた。活用できることが一つでもあればありがたい。

——セラピストとしてかかわり学校復帰をめざしたアプローチ(16の秘訣)——

親の気持ちを受け止め、苦勞を労う。

親と趣味などを話題に話をする。

子どもの好きなものを探す。

訪問後、子どもの様子を聞く。

子どもの「宝」を生かして、プレゼントを持って訪問する。

一番はまっている（凝っている）もの（こと）を探す。情緒を安定させる。

約束はしない。プレッシャーをかけない。

学校の様子を伝えることは大事だが、落ち着くまでは必要以上は話さない。

親との信頼関係を深める。親を支える。

登校が続かなくてもよい。課題を認識できたと考える。

自分で決めて続けていること（がんばり）を認める。自主性を育てる。

断続的に登校するようになっても家庭訪問を続ける。

児童が「登校したい」と思っている時間帯に登校させる。

少人数の友達とかかわる（遊ぶ）機会を設定する。社会性を育てる。

最後に残る課題は、学力である。勉強したいと思いだめた時を逃さない。

時にはセラピストとして、時には担任（教師）としてかかわる。

終わりに

本実践は、不登校児童やその親と、直接かかわっているのは担任だけのように思われるかもしれないが、実はそれは間違いである。医師や相談員、校長、教頭、学年主任、専科の教員...など。かかわり方に違いがあるが、大勢の大人がチームで支援をしている。

しかしながら、ここで改めて考えたいことは、家庭訪問など主にかかわる教師は、やはり「担任」にこだわるべきであると考え。チーム支援を行い、大勢の大人がかかわることは、よい方法であり、効果的である。しかし、その中で、主にかかわるのは担任でなくてもよいという指導方針が出てくるかもしれない。例外は、確かにあると思う。担任以外に一番話しやすい教師が存在するケースもある。また、担任との関係がこじれすぎて、修復するには時間がかかりすぎるケースもあるだろう。ですが、もう一度、「担任としてもっとやれることはなかったか？」と振り返っていただきたいのである。もちろん、担任が一人で背負えばよいということではない。

担任にこだわる理由は、センターで勤務していた時の経験からである。ある不登校の生徒が、「担任との関係がこじれている。」と話してくれた。担任は、数ヶ月に一回程度家庭訪問に来てくれるが、来てもほとんど話さないで帰って行くと言うのである。学年通信を届けたり、電話をかけてくれたりすることも、こちらから催促しないとしてくれないと言う。担任としては、その親子の表情や態度で、嫌われていると感じ、その家の敷居が高くなっているのである。しかし、その生徒が、「先週、担任の先生が来てくれたんです。」と、はにかみながら話してくれたことを、今でもはっきり覚えている。どんなにこじれていても、それでもやはり最後は、担任の力が大きいと思ったのは、その時からである。本当にうれしそうなの微笑みを忘れられない。こじれていても、子どもは、先生に期待しているのである。わかってほしいと。

相談機関で出会うカウンセラーやセラピストと信頼関係が作れることは、とても大事なことである。人に認められ情緒が安定し、自信にもなる。しかし、もっとうれしいのは、担任と信頼関係を築くことなのであると悟った。担任の存在とは、想像以上に大きいのである。学校復帰を始めた時に、【学校で信頼できる先生がいる場所】＝【自分の学級の教室】であれば、安心である。

そのためには、今回の実践で紹介した「セラピスト」的にかかわることを、頭の片隅に入れておいていただきたい。熱心な指導も、がんばりすぎでは続かないことがよくある。教師の「枠」を越えるという、ちょっとした発想の転換で、思わぬ成果が期待できるのである。

最後に、これまでの実践を一つにまとめるきっかけを与えていただいたことに感謝するとともに、今後も、子どもたちが自立するための支援がしっかりできる教師になれるよう、努力していきたい。

<参考文献>

- 『平成 17 年度版研修資料 学校の経営 No38』 群馬県総合教育センター (2005)
『児童心理 61 - 4 こんなとき、どうする?』 金子書房 (2007)