

よく分かる！

不登校



制作：NPO 法人 D.Live



ドライブくん

●不登校の定義及び認識

出典：不登校に関する調査研究協力者会議

『不登校児童生徒への支援に関する中間報告』2015年

- 不登校の定義 -

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

- 不登校の認識 -

不登校はどの子にも起こり得るし、その要因・背景は多様である。不登校の児童生徒が悪いという根強い偏見を払拭し、全ての児童生徒が安心して学べる環境を実現するために、学校・家庭・社会は、不登校児童生徒に対する共感的理解と受容の姿勢が大事である。

◇ 不登校の現状と実態把握

●不登校の要因・背景の多様化・複雑化

不登校の要因・背景は多様であり、個々の児童生徒の要因に応じた効果的な支援策が求められる。

●実態把握の在り方

実態把握が適切になされなければ、支援策も適切ではなく、不登校がなかなか解消されない可能性がある。対応策を決定する前に、正確に不登校の要因を把握するため、児童生徒、保護者等と話し合う必要がある。

〈不登校に対する基本的な考え方〉

●将来の社会的自立に向けた支援の視点

不登校問題の解決目標は、児童生徒の将来的な社会的自立である。不登校対策は、学校に登校するという結果のみを最終目標にするのではなく、児童生徒が社会的に自立することを目指すことが必要である。

●個別の児童生徒に対する組織的・計画的支援

不登校児童生徒への支援は、関係機関が情報を共有し、組織的・計画的に実施していくことが必要である。

●連携ネットワークによる支援

不登校の対応には、学校、家庭、社会が連携協力し、不登校児童生徒の状態を正しく見極め、適切な機関による支援と多様な学習の機会を提供することが重要である。

●将来の社会的自立のための学校教育の意義・役割

楽しく、安心して通うことができるよう、学校教育の充実のための取組と学校に起因する問題の解消に向けた危機感を持った最大限の努力が必要。

●児童生徒の可能性を伸ばす学校の柔軟な対応

既存の学校教育になじめない児童生徒については、場合によっては、様々なツールを活用した支援を検討する必要がある。

●働き掛けることや関わることの重要性

児童生徒が主体的に社会的自立に向かうよう、環境づくりを支援することが必要である。

●学校内外を通じた切れ目のない支援の充実

学校内外全体として教育環境を整え、個々の児童生徒の状況に応じた支援の一層の推進が必要である。

●保護者の役割と家庭への支援

学校と家庭、関係機関の連携を図る際、保護者が焦ったり、自身を追い詰めたりすることがないように、教職員が保護者と課題意識を共有し、一緒に取り組む基本的な関係をつくることが重要である。



『不登校は終わらない』では、文部科学省による認識と対応の変化について3期に分けて説明しています。

第1期 1980年代以前「不登校は本人や親の異常な性格傾向が原因」

子どもたちに強制的に登校させようとしていた時代。学校に行かないことは、非社会的行動であると非難されていました。そのため、不登校の子どもをなんとかしてでも登校するように強制するという対応が取られていたのです。1980年代後半から日本の各地で不登校の児童生徒の居場所や親の会が設立され始めました。そのような場を中心にして、不登校を「病理・逸脱の問題」ではなく、「子どもたちの選択の結果」とであると主張する言説が高まっていくことになりました。

第2期 1990年代「不登校は誰にでも起こりうる」

そのような動きに後押しされ、1992年、文部科学省の学校不適応対策調査協力者会議による報告で、「登校拒否はどの子どもにでも起こりうる」という認識が発表され、学校に「行かせる」から「見守る」という対応が重視されるようになったのです。

第3期 2002年以降「不登校の子どもに積極的に関わっていく必要がある」

第2期より不登校の児童生徒数は増加し続け、2001年度には過去最高の139,000人に達しました。2002年、文部科学省では「不登校問題に関する調査研究協力者会議」を開き、対応について協議していくことになりました。そして、不登校を経験した若者の進学率が低いことから、不登校は「放っておくことで状況は改善しないという認識」に基づき、積極的に「関わる」姿勢が必要であると考えられ始めたのです。

参考：貴戸 理恵（2004）. 不登校は終わらない―「選択」の物語から“当事者”の語りへ 新曜社

●不登校になる原因

不登校になるキッカケは、様々です。ほとんどの子どもは、複合的な原因によって不登校になっています。特筆すべき点は、子ども自身が、なぜ学校へ行けないのかわからないことです。当法人へ面談に来る生徒のほとんどが「どうして、学校へ行けないのかわからない」と言います。「学校へ行こうと思うとお腹が痛くなる」「なんだかイヤだった」と言うのです。

『不登校 母親にできること』では、不登校の原因を考えるには、「引き金」と「背景」に分けて考えるべきだと書いています。

引き金とは？・・・不連続な点

例) いじめ、体罰、入院、肉親の死、離婚 など

背景とは？・・・連続した面

例) 学校、班、友人関係、部活、本人の性格、親の期待、家庭、地域社会、文化 など

不登校の子どもに関わる大人の多くは、原因を究明し、解決しようとしています。しかし、目に見える原因のほとんどは、「引き金」に過ぎません。たとえ、嫌がらせをしているクラスメイトと席を離れたところで、「背景」の部分が変わらない限り、学校がしんどい場所であることに変わりはありません。友達との関わりが苦手、集団行動が苦手、書くスピードが遅いなど、本人の特性である「背景」が課題なので、「引き金」はただのキッカケに過ぎないのです。大人は「引き金」になったことを解決すれば、学校へ行けると思っています。しかし、そうではないのです。

参考：富永 祐一（1998）. 不登校 母親にできること 筑摩書房

●不登校になる傾向はある？

京都で神経精神科医をされており、不登校の子どもと多く接している先生に聞くと「不登校になる子は、発達障害が関係していることが多いです。診断は出ていなくても、グレーゾーンにいる子は、やっぱり学校という場所が生きづらく感じてしまいます。少なからず特性を持っている子が多く、その子たちが抱えているしんどさは目に見えずらいのです」と、おっしゃっていました。

不登校になる子と接していて感じるのは、“こだわりが強い”ということです。完璧主義傾向にあり、ちゃんとすべきだと真面目に考える子が多いです。そのため、「しんどくなったら途中で帰る」「途中から学校へ行く」ことも、なかなか受け容れられません。「行くなら朝から最後までいたい」と言うのです。

「ちゃんとしないと……」「みんなと同じようにしないと……」

いい加減、良い加減にすることが難しいのです。

当教室へ通っている子は、音楽の授業のとき、人前で歌うのがイヤでした。音楽の先生は、「イヤなら歌わなくてもいいよ」と言ってくれます。しかし、彼は、先生は歌って欲しいと思っているだろうな。先生のためにも歌いたいなと思いました。でも、歌えないのです。どうしても歌えない。歌いたくない。結果、音楽の授業へ行きたくないから、学校を休むという選択をしました。歌わずに、音楽の授業に出る。音楽の授業だけ休むといったことがなかなか出来ないのです。



●不登校は、休息

不登校支援を 30 年以上おこない、登校拒否・不登校問題全国連絡会世話人代表でもあるカウンセラーの高垣忠一郎先生は、「不登校はパーキングエリアのようなもの」とおっしゃいます。

「高速道路を走っていて、後ろから速い車がやって来たら焦りますよね。プレッシャーに感じる。周りも速いと、なんとかその速度に合わせようとする。でも、ずっとそうしていたら疲れてしまう。そのまま走っていたら、事故になってしまいますよね。だから、パーキングエリアに入って休む。まさにこれが不登校になる子の状態です。学校という環境に何とか合わせようとガンバってきたけど、疲れてしまい、休息するために学校を休んでいるのです」

『不登校 母親にできること』にも、「不登校がおこるとき、子どもの心身は極度に疲労しています。その消耗から回復するのに必要な手段は個人差がとても大きいのです。その一つが不登校という名の休養なので、非難されるいわれはありません」と記されています。



●不登校は、肉離れのようなもの

不登校は、まるで肉離れのようなものだと思うのです。骨折だと、「折れている」と見た目からも分かります。大きく腫れるので分かります。でも、肉離れだと、筋肉の繊維が切れているので、外からだとなかなか分かりません。

不登校も同じ。行けなくて苦しんでいても、外からでは分かりません。家で楽しそうにしているし、「もう大丈夫」と思って、学校へ行かせると、また肉離れをおこしてしまうこともあります。完治を待たず、無理をすると悪化します。不登校も、一番時間がかかってしまうのが、断続的に学校へ行くことです。「学校へ行かなくていいよ」と言って、まずは家でゆっくり休む。そして、回復させてから、少しずつ慣らしていく。怪我と同じように、慎重に、じっくり付き合っていくのが、不登校の子への関わり方なのです。



不登校コラム

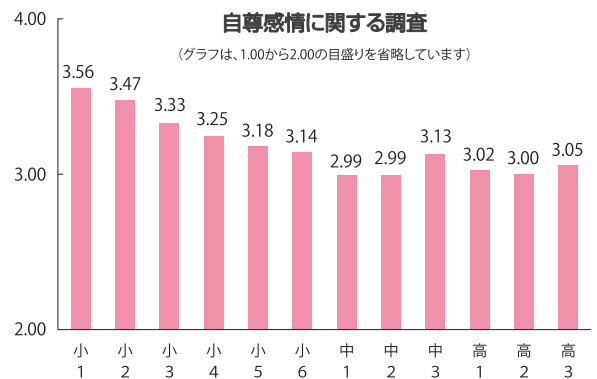
ホームスクーリングという選択

アメリカを中心に広がっている教育スタイルに、ホームスクーリング（自宅学習）があります。学校へ行かず、フリースクールなどの居場所にも属さない。有名なところというと、エジソンもホームスクーリング（ホームエデュケーションとも言います）で育ちました。ホームスクーリングのやり方に決まったものはありません。保護者が勉強を教えることもあれば、子どもが自主的に学んでいくこともあります。特性があって学校という環境になじめないなら、自分が得意なことを伸ばして生きていく。そんな学びの方法もこれからはどんどん広がっていくでしょう。

●不登校になると、どんどん自信がなくなる

上記の図表を見ても分かるように、思春期になるにつれて心は不安定になり、自信は低くなる傾向があります。それと関連するように、学校へ行けなくなる子がいます。

不登校になると、どんどん自信を失っていきます。学校に行くという“当たり前”のことができない自分への怒り。情けなさ。みんなが当然のように学校へ行っているという事実打ちのめされ、「自分はなんてダメなんだ」と思います。行けない日が続くと、「やっぱり、自分はダメなやつなんだ」と思ってしまうのです。

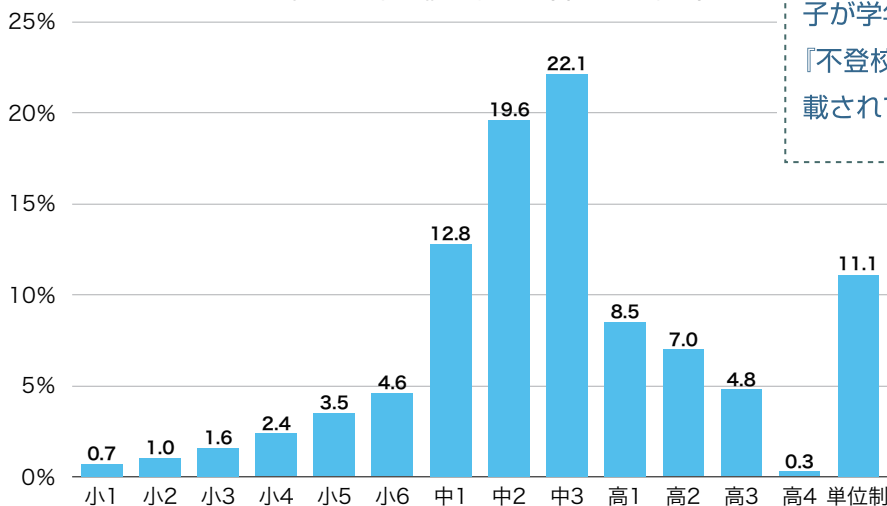


東京都教職員研修センター「自尊感情に関する意識調査」2008年

勉強がどんどん遅れていく焦りも出てきて、進学への不安もあります。「このまま一生出られないかも知れない……」という、未来が見えない状態。ガンバリたい。なんとかしたい。そう思っても、どうしたらいいかも分からない。やりたくないこともない。ただ、暇つぶしのためにゲームをして、Youtubeを見る毎日。なにもしていない徒労感のまま、毎日が過ぎていきます。ほとんどの子は、学校へ行けていない自分を責めます。「なんて自分はダメなやつなんだ」と思っています。苦しみ、もがき、どうにもならず、暴れてしまうこともあるのです。

●不登校が中学生に多い理由

不登校の学年別構成割合（平成25年度）



出典：文部科学省『児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査』2013年

統計を見ていると、中学生になって不登校になる子が学年別に見ても多く見られます。その理由は、『不登校 母親にできること』では下記のように記載されています。

不登校は、心身が不安定になる時期（中学生のとき）に多発します。「小学生は、嫌なことがあればじんましんが出たり円形脱毛性になったりと身体的にあらわれます。高校から大学の時期にかけては、自分とは何かを言葉で表現しようと苦心するし、そのための言葉もある程度は獲得しかけています。ところが、中間の中学生は、もう小学生のような身体が言葉が使えなくなっています。かといって精神の言葉、つまり普通の言葉も不器用にしか使えないのです。それに中学校では、学習内容が急に難しくなる上、はじめの一年は慣れるため、終わりの一年は受験のため、そのため中間の二年生は空っぽ。このような事情と思春期にあることと、これらが中学生の不登校多発と関係があるでしょう。



●登校刺激について

『不登校 母親にできること』には、“これだけは守ってほしい”という項目にて、「やってはいけないことの第一に挙げられるのが登校刺激です」と書かれており、具体的な種類も記載されています。

登校刺激の種類

〈暴力的〉

干したり引いたりして学校まで連行する、布団を剥いで家の外で掘り出すなど。

〈マイルド〉

親教師が「学校へ行こうよ」と優しく声をかける、「どうして学校行っていないの？」と尋ねる。

〈遠回し〉

家族の誰かが学校に関連した言葉をつぶやく、教師の声、旧友の来宅、激励なども効果は大抵マイナス。善意の有無が問題ではない。

このうち一番重要な禁句は、マイルドの項の「どうして学校へ行けないの？」です。聞いても、たいていの子は目を逸して沈黙します。なぜか？ 自分でもなぜかわからないからです。ここで返答を迫れば追い詰めることになり、子どもは罪悪感持ちます。それを防ぐには大人が聞きたいのを我慢するしかないのです。



●不登校は、カタツムリ

『不登校 母親にできること』では、不登校になった子どもたちの状態を「カタツムリのようなだ」と言います。

われわれは、閉じこもっているカタツムリの貝殻の入口から棒を突っ込むのはただ破壊的だと言うことを知っている。何に安心するのかはわからないが、安全だと思うとカタツムリがそろそろと頭を出してツノを出す。少し待ちくたびれたからといって頭をはさんで二度と閉じこもらないようにすればどうなるだろうか。そんなことはせずにしばらく見守っていると、思う方向か否かは知らず、カタツムリは動き出す。思う方向に「指導」してやればよいかもしれないが、そうすればわれわれは「カタツムリはどこへ行きたいのか」と言う情報を失う。一般にひとつ「指導」すればひとつ情報を失うと考えて良い。それにカタツムリは再び殻の中に入ってしまうかもしれない。彼は一般に用心深い。しかし崖っぷちへ行ってしまうこともあって、そのときは端的に警告し、しばしばつまんで安全なところへ戻すのが理にかなっている。つまり緊急介入はありうるのだが、その他のときは、相手がどう感じ何を望んでいるかを行動あるいは言葉の端々から汲み取って、相手の後を一步遅れてついていくのが良いと私は思う。



●不登校 4 つの時期

準備期

行ったり行かなかったりの時期。ストレスと登校刺激が一番きついで、子どもにとって一番苦しい時期。登校刺激のおとろえが回復のきっかけになります。

急性期（葛藤の前期）

頭痛や腹痛など身体の不調、原因不明の疲労などが見られます。
また、添い寝を求めるなどの赤ちゃん返り（退行）もおこることがあります。
暴力や暴言、部屋に引きこもる、夜に出歩くなどもこの時期です。
疲労による気力低下の結果、集中力低下もおこります。

慢性期（葛藤の後期）

不登校が始まり、数ヶ月から数年がたった頃。親子間に退屈、無力、窮屈な空気が漂う。
この時期は、親の手を離れて専門家の範囲になります。

回復期

「いやだ」と否定の意思表示をし、「なぜなの？」と聞くなど、自主性が再生してきます。

回復のステップ

回復期には、4つのステップがあります。

消耗回復期

戦いで消耗しています。そのため、眠って休養をとり、回復に努めます。

模索期

なにをしたらいいか手探りの時期です。
方向性はバラバラで、模索の方向は目まぐるしく変わります。

試行期

この時期になると、やりたいことが絞られてきます。
そして、始めた行動も集中して取り組みます。

収束期

大人の手を借りず、子ども本人が動きます。



不登校になったとき、どんな支援機関があるのでしょうか。
子どもや保護者は、どこへ行けばいいのでしょうか。

教育支援センター（適応指導教室）

「教育支援センター（適応指導教室）」は、約 6 割の自治体に設置されています。不登校から立ち直り、再び学校に通えるように、学校と連携をしながら個別のカウンセリングなどをおこなってくれる場所です。「教育支援センター（適応指導教室）」へ通所すると、その日数が出席日数と見なされることが多いです。学校と同じように教科学習をおこないますが、学校と違い個別指導をしてくれるところが多くあります。個別指導なので、一人一人のペースに合わせて学習を進めることができます。ただ、学校のような雰囲気があるみたいで、「ここへ行くな、学校へ行く」と言う子もいます。

スクールカウンセラー

先生以外だと、不登校について保護者が相談しやすいのがスクールカウンセラーでしょう。スクールカウンセラーがいる学校や教育委員会は、全国で 20,310 箇所(2013 年時点)あります。2003 年は、6,941 箇所だったことを考えると、かなりの数が増えています。しかし、まだまだ人数が少ないため、「カウンセラーに予約を入れたが数十人待ちで三ヶ月程たたないと受けられない」、「週一回しか学校に来ないので、なかなか会えない」と言った不満も聞かれます。

病院、診療所

頭痛や腹痛など、身体的な症状を訴えていた場合、医者にかかることも多くあります。窓口としては、思春期外来、小児科、心療内科、精神科などが挙げられます。ただ、不登校は病気ではないため、診断が難しく、起立性調節障害と言われるケースが多いです。相性にも寄りますが、かかりつけ医になり、様々な相談を親身になって聞いてくれる先生もたくさんいます。

フリースクール

フリースクールとは、何らかの理由で学校に行けない子どもたちの居場所です。設置基準があるわけではないため、運営主体や活動は様々です。受け入れている子どもは不登校、引きこもり、軽度の発達障害、身体障害、知的障害など多様です。全国には、およそ 450 ほどフリースクールがあると言われています。ただ、文部科学省の調査によると、2015 年度の不登校は 12 万 6009 人。そのうちフリースクールなどの「民間施設」で相談・指導を受けた小中学生は 2633 人で、不登校の子に占める割合は 2%でした。フリースクールの数や経済的な課題もあり、まだまだフリースクールへ通う子は少ないというのが現状です。

参考：『不登校のほとんどがフリースクールに通わない 3 つの理由』
<https://dot.asahi.com/dot/2017062100075.html>

塾や家庭教師

不登校の子を受け入れている塾や発達障害の子を専門にしている教室もあります。また、不登校を対象とした家庭教師も多くあり、学校以外でも勉強できる場所はたくさんあります。



学校へ行けないのは、サボりだ。

ほとんどの子は、“学校は行くべきもの”と分かっています。「学校とかどうでもいい」と言う子に、私はあまり出会ったことがありません。みんな学校に行かないとダメと思っています。行こうと思っています。“行かない”のではありません。“行けない”のです。「めんどくさいし、行かないでおこう」では、ありません。行きたくても行けない状態なのです。本人は、なんとかして行こうとしています。心の中でもがいています。

「明日こそ行こう」と誓い、眠りにつきます。しかし、翌日になると行けないのです。お腹が痛くなる。しんどくなる。気持ち悪くなる。昨日、「学校へ行こうと思っている」という発言はウソではありません。本当に行こうと思っていたのです。行きたいと思っていたのです。しかし、心や体が全力で抵抗するのです。

「学校に行かないとダメだ！」という気持ちが強すぎて、行けない自分がイヤになってしまう。そんな繰り返しなのです。不登校は、サボりでもないし、わがままでもないのです。

原因がなくなれば学校へ行ける

「不登校になった原因を取り除けば、学校へ行けるだろう！」と、大人は思いがちです。どんなことでもそうですよね。うまくいかないことには原因があり、その問題を解決するためには、原因に対処するのがベストな選択です。しかし、不登校は”原因”がハッキリしないのです。

まず、本人自身がなにが問題なのか、なにが原因なのか分かっていません。そのため、原因究明が非常に困難なのです。大人は「きっと明確な理由があるハズだ！」と思うでしょう。でも、そうではないのです。

いろいろな複合的な要素が絡み、学校へ行けなくなってしまったのです。

不登校の原因は、いじめだ。

不登校の原因は、多くが”いじめ”だと考えられるかもしれませんが。しかし、実際はほとんどそんなことはありません。(不登校になったキッカケで、“いじめ”と回答した小中学生は1%ほどです)

だいたいの原因は、複合的で、「これが原因！」というのはハッキリしません。ただ、「不登校の子ども = いじめられた」という図式は成り立ちません。不登校のほとんどが”いじめ”ならば対策も立てやすい。

しかし、そうではないのが、不登校の難しいところなのです。

学校へ行かないと、将来の道は閉ざされる

不登校になると心配になるのが進路のことです。学校の出席日数が足りないと、進学にも影響します。なにより、勉強が遅れます。では、本当に学校へ行かないと将来の道は閉ざされるのでしょうか？

通信制課程の高校は、1992年には90校だったのが、2002年には128校、2012年には、217校にまで増えています。角川ドワンゴ学園が運営するN高等学校など特色ある学校もできており、学校へ行くのがしんどい子の進路の幅も広がっています。また、不登校や高校を中退した子が、海外留学へ行くケースもあります。日本の学校ではなく、ニュージーランドやフィジーの学校へ通う子もいるのです。

文部科学省の「不登校のまま中学を卒業した人を対象にした追跡調査」によると、回答した約1600人のうち、20歳時で19.0%が大学に進学しています。この数字は、2013年におこなった数値(6.6%)よりも大きく改善しております。同世代の大学進学率の平均が5割ほどということを考えると、まだまだ低い数字ではあります。しかし、不登校だからといって将来が全く見えないということは決してありません。

不登校生の大学進学率が改善 文科省調査

文部科学省は9日、平成18年度に不登校のまま中学を卒業した人を対象にした追跡調査を発表した。対象者約4万1千人のうち約1600人が回答し、20歳時で19.0%が大学に進学していることが分かった。13年前の前回調査の6.6%に比べ大きく改善したが、同世代の大学進学率の平均が約5割であることと比べると著しく低く、文科省では近く専門家会議を設置、支援策を検討する。

中学卒業時の不登校生の追跡調査は今回で2回目。それによると、回答者の20歳時の就学状況は大学のほか専門学校・各種学校14.9%（前回8.0%）▽定時制や通信制などを含む高校9.0%（同6.5%）▽短大3.6%（同1.9%）－などで、いずれも前回調査を上回った。

就学はせず就業している人は34.5%（同53.7%）、就学しながら就業をしている人は19.6%（同9.3%）、就学も就業もしていない人は18.1%（同22.8%）－だった。

進学率上昇について文科省では「高校に不登校生対象のクラスが設置されるなど、受け入れ態勢が進んでいる状況がうかがえる」と分析。ただ、不登校だった対象者の約4%しか回答しておらず、「必ずしも実態を正確に反映しているわけではない」とした。

不登校だった当時の理由を複数回答で聞いたところ、「無気力でなんとなく」が最も多く43.6%、「ぼんやりとした不安」が42.9%、「いじめなど人間関係」40.6%－と続いた。不登校のきっかけでは、「友人との関係」が52.9%、「生活の乱れ」34.2%、「勉強が分からない」31.2%－など。

一部の回答者に現在の心境を尋ねた聞き取り調査では、「逃げ出さず学校に行けばよかった」「不登校しか生きる道はなかった」などの回答が寄せられた。不登校経験が、良くも悪くもその後の生活に大きな影響を及ぼしているようだ。

出典：産経新聞「不登校生の大学進学率が改善 文科省調査」2014.7.9
<http://www.sankei.com/life/news/140709/lif1407090008-n1.html>

不登校になる原因は、ゴジラにある。

〈僕が学校で荒れていたときのほなし〉

「先生、野球部を辞めようと思っています」

中学3年生のとき。ずっと野球漬けで、プロ野球選手になりたいと思っていた僕は、先生の前に立っていた。

「えっ？ どうした？」先生は、困惑の顔を浮かべ、僕のほうを見た。「とにかく、もうちょっと考えたらどうや？」そう言われて、僕は職員室を出た。

いつからなんだろう。僕自身でもあまり覚えていない。歯車は、少しずつ狂いだしていた。中学校は、楽しかった。部活もおもしろかったし、友達関係も悪くなかった。勉強も出来たし、学校への不満はほとんどなかったのだ。

でも、どうしてなんだろう？病魔が体をむしばむように、僕の中には次第に不穏な空気が漂うようになってきていた。今思うと、予兆はいたるところにあった。塾をサボることが増えた。授業を受けず、本屋で時間をつぶしていることがあった。なぜかわからない。塾の先生がイヤだったわけでもないし、勉強がしたくないわけでもなかった。有り体で言えば、足が向かなかったのだ。「行こう」と思えなかった。

学校は相変わらず楽しく通っていた。文化祭の劇で主役を張り、体育祭のリレーでも活躍することが出来た。ハタから見ていると、絶好調だ。僕自身もそう思っていた。魔の手が迫っているなんて、まさか思いもしなかった。

中学3年生になろうとしていたとき。イヤなニュースが耳に入った。暴力沙汰で謹慎していた顧問の先生が復帰するということだった。1年生のとき、僕はその顧問の下で部活に取り組んでいた。しかし、その方針や考え方にどうしても納得ができなかった。その先生が帰ってくるなら、自分は部を去ろう。そう決心して、もう1人の顧問（当時、担任）に伝えた。

「もしかして、あの先生のことか？」担任にはお見通しだったのだろう。「いや、受験に専念したいからです」ウソをつき、僕は部活を辞めた。

それがキッカケだったのかは、自分でもよくわからない。でも、中学3年になって僕は荒れるようになる。暴力をふるったりすることはなかったけれど、誰とも話したくなかった。自分でもどうしてなのかわからなかったけれど、一人きりになりたかった。授業は、全て寝ていた。優しさで起こしてくれるクラスメイトを僕は思いっきり睨んだ。「俺に構うな！」とでも言うみたいに。当たり前だけれど、そんなヤツに対して、周りは次第に距離を置くようになる。僕は、クラスで誰とも関わらないようになっていった。寂しいという感情はなかった。むしろ、静かでほっとした。

朝、学校へ行く。寝て、気がついたらみんなが下校していることもあった。誰もいない教室で弁当を食べて、帰宅した。なにかが確実に狂っていた。自分の殻にこもり、勉強や本に没頭する。その時間だけが僕にとっては至福だった。なににも、誰にも煩わされない時間。学校に行かないという選択がなかったので、学校には毎日行っていた。

しかし、僕は高校生になって不登校になった。中学生のとき、学校に行けなくなる予兆はあったのだ。今になって、ようやく少しずつ原因がわかってきた。でも、当時の自分は全然わからなかった。どうしてこんなにイライラするのだろうか。僕は、誰にも自分がわかってもらえない苦しさで、もがいていた。親や先生が悪いというわけではない。もう、ただ「わかってもらえない」という気持ちで、いろんな場面でおこっていた。

わかってもらえないときが増えるたびに、ガックリと肩をおとす。何度も繰り返すうちに、「またか」と思い、だんだん期待しなくなる。期待は落胆に変わり、絶望になる。結果、「どうせ誰もわかってくれない」と思う。誰とも話さなかったのは、僕のストライキだった。「わかってもらえないならいいだろう、こちらにも考えがある。誰とも話すことはない」と言わんばかりに、頑なになった。そうやって、僕は心を閉じるようになり、最終的には“学校へ行かない”という選択をとることになる。

今、僕はNPOを立ち上げ、そんな不登校でもがいている子どもたちに向かって仕事をしている。外へ出られない子には、家まで行って話を聞く。行く場所がない子のために昼の居場所をつくった。不登校の保護者さんからの悩み相談は後を絶たない。僕は、もしかしたらあのまま学校にも行かず、ドロップアウトしていたかもしれない。たくさんの人に支えてもらったから、今の自分がある。その人たちにそのまま還元することは難しいから、僕はいただいた恩を“恩送り”という形で返していきたい。まるで過去の自分へ向けて書く手紙のように、僕は過去の自分が欲しかったサービスを作り続けている。自分のことをわかってくれる人が欲しかった。応援してくれる人を求めている。落ち着く場所に行きたかった。

た。だからこそ、今この仕事をしている。僕には、この仕事をしなければならない使命がある。学校へ行けなくて苦しんでいる子たちへ、手を差し伸べる義務がある。自分自身がしんどかったからこそ、不登校で苦しんでいる子どもたちの気持ちがわかる。どのようにして欲しいかもわかる。

不登校というのは、ゴジラが現れた世界でおろおろしている人々のようだと思ふ。人々は、ゴジラを見たとき、困惑する。「なんだあれは？」「なにがどうなっている？」ゴジラがまちへ侵略してくると、とにかく逃げる。もう、わけもわからず。しまいには火を吐いてくる。こうなると、もうパニックだ。人々は、命もからがら逃げだそうとする。

不登校の気持ちは、まさにこんな感じだ。まず、“わけが分からない”ところから始まる。体調の異変や心がなんだか変な感じがする。次に、わけもわからず逃げる。学校という場から逃げる。どうして逃げているのか自分自身でもわかっていない。とにかく、なんだか危険な気がするのだ。不登校になる子の気持ちを端的に表現すると、“混迷”だ。心が迷う。わけがわからなくなってしまう。学校へ行けない理由が明確にわかっている子は、多くない。僕自身も、学校には行けていたものの、どうしてあんなに苦しかったのか全くわからなかった。不登校や心について学び、子どもたちと接する中でやっといろいろわかってきた。心が迷っている子と話をし、モヤモヤがなくなるようにしていくのが僕たちの仕事だ。ゴジラが見えない人にとっては、子どもたちがなににおびえているか理解ができないだろう。「ガンバレよ！」と思うかもしれない。でも、そんなことは不可能だ。彼らの心には、実際にゴジラが侵略してきているのだから。今にもズタズタに踏まれそうになっていて、そこから必死で逃げているのだ。家でダラダラしている？バカ言っではいけない。彼らは、闘っているのだ。ゴジラから、命からがら逃げようとしている。

勇気を出して、ゴジラに立ちむかっていったらどうなるか？きっと命を落とすことになるだろう。現実にも十分にあり得る。逃げるのも1つの勇気だ。闘う選択肢だ。僕はそんな勇気ある子どもたちを守ってあげたい。一緒に闘ってあげたいと心から思っている。学校へ行けないからって焦る必要は、全くない。勉強なんて、どうにかなる。高校をほとんど行っていない僕でも、浪人して立命館大学へ入学することができた。後から取り返すことなんて、いくらでもできる。だから、今はとことんゴジラから逃げたらい。目に見えない恐怖が襲ってこない場所まで、駆けていけばいいんだ。

こんな僕でも、大学へ行って、NPO法人を立ち上げることができた。代表として、なんとか仕事をすることもできている。ほんとは不登校になんてなりたくなかったし、みんなと同じように学校に行けたらよかったと思う。でも、仕方ない。そういう運命だったのだろう。

不登校は、誰が悪いというわけでもない。たまたまなにかの要素が絡み合い、行けなくなってしまうただけだ。僕は、学校へ行けないとき、先が全く見えなかった。暴風雨の中で車を運転しているように、視界が悪く、今を生きるのに必死だった。学校の先生は、「しんどいことがあればいつでも言ってくれ」と声をかけてくれたけど、できなかった。なにがしんどいのか。どこで困っているのか。自分自身に答えを持っていなかったから。だから、ただ全力でゴジラから逃げることしか出来なかった。

あれから、16年。年齢は、高校生の倍になった。不登校になった僕は、今、不登校の子どもたちへの仕事をしている。語弊を恐れずに言おう。不登校の子どもに会うたびに僕は心が踊る。嬉しくてたまらなくなる。保護者のかたから相談を聞いていると、自然に顔がほころんでしまう。

中高生のとき、僕はほんとに苦しかった。しんどかった。つらかった。原因もわからず、ただもがいていた。今、ぼくは同じように苦しんでいる子どもたちに手を差し伸べることができる。あの苦しみから解放させることができる。犯人から人質を助け出すように、僕はゴジラから逃げている子の手を握って、安全な場所を連れて行くことができる。これってまるでヒーローじゃないか？僕が子どものときに待っていたヒーローに僕はなれているのかもしれない。そう思うと嬉しくてたまらないのだ。子どもたちを笑顔に出来ている事実が僕に勇気と自信を与えてくれる。もっとガンバろうと思える。

待っていてくれ。不登校で苦しんでいる子たちよ。今スグに僕が飛んでいくから。

不登校の子には、10 円寿司が『大トロ』に化けるくらいの可能性がある。

江戸時代のこと。マグロは、下魚（げざかな）と言われ、「下級な魚」「不味い魚」だと言われていた。醤油や冷凍技術の発達によって、次第にマグロは庶民に愛されるようになっていく。しかし、トロだけは違った。トロは人気がなく、ほとんどが捨てられていた。だから、とても安く食べることができた。10 円寿司の屋台でトロを食べていたのは、お金がない人や大学生くらい。「猫またぎ」と言われ、猫ですら食べないと言われていたほど。今では“高級”と言われる大トロは、1960 年代まで「人気がない」「売れない」食べ物だった。

僕は、不登校でいる子をこの大トロに重ねてしまう。似ているな、と思うのだ。猫ですら見向きもしなかった食べ物が、今ではみんなが「美味しい」と言って食べている。学校へ行けない子は、世間から「ダメな子」だというレッテルを貼られることがある。学校へ行けない子は、「社会に出るのも苦労するぞ」と脅されることもある。しかし、本当にそうだろうか？世間には、不登校だった人たちが多く活躍している。

エジソンは、「君の頭は腐っている」と言われ、学校を退学させられた。学校へ行かず、独学で学んでいった。アインシュタインも学校嫌いだった。HKT の指原莉乃、星野源、マツコデラックス。芸能人にも、不登校だった人は、数多く存在している。学校へ行けないというのは、本人の問題ではなく、本人の可能性に気がついていない周りの問題ではないかと、僕は思う。冷凍技術が発達したとはいえ、大トロの味は江戸時代から変わってはいないだろう。でも、「不味い」と言われていた食べ物が、今では「美味しい」に変わっている。時が経ち、トロの美味しさ、可能性に気がついたのだ。安く食べられていた魚が、今では高級だともてはやされている。

変わった子だったエジソンは、すごい人になった。「学校に来ないで」と同級生に言われた少女は、上京して、国民的アイドルになった。キミは、「この人たちは、特別だ」と思うかも知れない。でも、僕は決してそうは思わない。学校へ行けない子というのは、先生からしたら、「理解出来ない子」なのだろう。ほとんどの先生は、学校は楽しく通っていた。勉強も得意な人が多いだろう。だから、わからないんだ。不登校の子が、「どうして、学校へ行けないの？」と思ってしまう。

大学の先輩で、少し変わっている人がいた。彼女は、幼稚園のとき、先生にこう言われたという。「私には、あなたが理解できません」と。そのことを親に伝えると、お父さんは喜んで言ったそう。「よかったやん」と。なにが良いのか理解できない彼女は、理由を聞き返した。「だってやで、先生に理解できひんってことは、少なくともお前は先生よりもスゴイ人ってことやで。理解でけへんくらいの可能性があるってことや。だから、喜んだらええんや」

僕は、このエピソードが大好きだ。僕自身も、小学生のときに、先生に同じことを言われた。けれど、この話を聞いて、自信になった。「先生に理解出来ないくらいスゴイ人なんだ」と。

キミも同じだ。「学校へ行けないことが理解できない」と、先生が言うのであれば、キミはきっと先生の理解を超えているスゴい存在だということだ。江戸時代の人々は、トロの美味しさが理解できなかった。トロの可能性に気づくことができなかった。でも、環境が変わり、僕たちはトロの美味しさに気がつくことができた。やっと追いついたと言ってもいいかもしれない。学校へ行けないというのは、多くの人から見たら変わっていると思われる。学校へ行くことが当たり前の中で、異端児扱いされることもあるかもしれない。しかし、そう見られることをむしろ喜ぶべきじゃないだろうか？多くの一般的なモブキャラに比べて、キミは輝く存在だ。なんの疑問も持たず、意味もわからない宿題に取り組む。ただ、決められたレールの上を生きていく。世間という波に流されながら生きている子どもよりも、「学校に行きたくない」という自己主張ができるキミのほうが、よっぽど可能性があると思う。

聞き分けの良い子のほうが先生に好かれるだろう。黙々と宿題をする子は、「えらいぞ」と褒められる。でも、だからなんだって言うのだ？「宿題なんて意味ないし」と思うのなら、それでいいじゃないか。「学校へ行きたくない」と思うなら、それでいいじゃないか。世間とか常識とか、誰にどう思われるとか、そんなくそったれなものに心を乱される必要はない。間違いなく、キミには可能性がある。

エジソンを担任していた先生は、その可能性に気がつくことができなかった。キミの周りにいる大人たちは、もしかしたら誰もキミの可能性や才能に気がついていないかもしれない。いや、キミ自身すら、気がついていないかもしれない。けれど、信じて欲しい。大きな大きな可能性がキミには眠っている。

江戸時代の人が今、タイムスリップしてきたら驚くだろう。「え？ トロ食べるの？」と。キミも同じだ。何年後、周りの人たちは驚くだろう。「え？ あの子が？」と。キミは、余りある可能性を持っている。どうして、トロが食べられるようになったか。それは、日本人の味覚が変わったから。食生活が洋風化し、脂身を食べられるようになって、好まれるようになったのだ。トロが変わったんじゃない。食べる側が変わったから。

キミは、今の自分を変える必要なんてない。そのままのキミでいい。キミも、トロのように、美味しさが、良さがわかってもらえるときがきつとくる。

不登校の子どもたちに寄り添えるバーテンダーになりたい。

「不登校の子どもたちが行ける昼の場所を作ろう」

ある日のことだった。僕は、意を決して、スタッフに言った。不登校に関わる仕事をしていて、会うたびに保護者のかたに言われた。「昼の場所を作ってください」と。でも、僕自身は、「いや、でも……」と思っていた。コストの問題は省いても、大きく心に引っかかることがあったから。それは、「他にも居場所はあるのに僕たちが作る意味はあるのだろうか？」と思ったから。フリースクールや不登校支援をしている団体は、他にもあるので、僕たちでなくてもいいと思う。同じものを作る必要は、ない。だから、お願いされても、僕はなかなか「やりましょう」という気には、なれなかった。

でも、ある日のこと。1 人の保護者さんに、「なんとか作ってくれませんか？」と、強くお願いされた。僕は、しぶしぶ「じゃあ、考えてみますね」と言って、そのかたと別れた。正直、「やっぱり、ちょっと難しいです」と返事をしようと思っていた。けれど、さすがになにも検討をせず、無下に断るのは申し訳ない。そこで、「僕たちが不登校の居場所を作るなら、どんなところにするだろうか？」と、考えてみた。考えてから、答えを出せばいい。そう思い、紙に向き合い、考えてみた。

すると、思いついてしまったのだ。「これは、おもしろいな」という考えに。「これなら、僕たちがやる必要がある」と思い、保護者のかたに連絡した。「やります！ 4 月から昼の居場所ははじめますね」と、言った。

授業カリキュラムは、ない。タイムスケジュールも、ない。やることも、ない。

え？ いったい、どんな場所？ そう思われるだろう。でも、僕はそれでいいと思った。いや、それがいいと思ったのだ。他のところは、カリキュラムも充実している。勉強を教えてくれる時間もある。けれど、僕たちは、その全てをおこなわない。別に、勉強を教えてもらいたかったら、その場所へ行ったらいいのだ。同じものを作る必要なんて、ない。僕たちにしかできないことをするから、この居場所を作るのだ。まあ、ほんとのところで言ったら、なにをするのかわかりにくいし、誰がここの場へ行かせようと思ってくれるのだろうか、と不安になる。でも、いいんだ。

僕たちは、収益よりも、集客よりも、大事にしたいことがある。それは、子どもたちの成長だ。1 人 1 人の子どもが成長できる場所を作るためには、一切妥協をしたくない。結果、生徒が集まらなくても、仕方がない。（いや、ほんとにこないとすごく困るけれど）それくらいの気持ちで、この居場所をはじめた。

僕は、この昼の居場所を BAR みたいな場所にしようと思っている。生徒はお客で、僕たちスタッフはバーテンダーだ。バーテンダーには、優しい止まり木と言う意味がある。僕たちは、子どもの止まり木になるのだ。疲れたとき、しんどい時、イヤになったとき、いつでも迎え入れてくれるような場所。そんな居場所を作りたいと思った。この BAR には、メニューがない。オーダーはすべてお客さんに任せる。何がしたいのか、何が欲しいのか、どうなりたいたのか、すべては子ども次第だ。

僕たちバーテンダーは、お客さんにこう問い掛ける。「さて、ご注文は何にいたしましょうか？」僕たちから何かを進める事はない。メニューを用意することもない。こうしたほうがいい、これがある、こんなのはどうでしょうか、なんて言わない。

バーテンダーはあくまでも引き立て役。主役は、お客様。お客である子どもは、こう答えるだろう。

「ちょっとわからないです」

バーテンダーを笑顔で答える。

「大丈夫ですよ。では、一緒にお好みのカクテルを考えていきましょう」「甘いカクテルがお好みですか？ アルコールはお強いでしょうか？ 今まで飲んだ中で好きだったカクテルは？ 好きなリキュールのお好みはございませんか？」

相手の話を聞きながら最適なカクテルを思い浮かべる。

この人には、どんなカクテルが合うだろうか？

何を出せば喜んでもらえるだろうか？

一人一人、好みも違えばアルコールの強さも変わる。

疲れている人、悩んでいる人、泣きそうになっている人。

それぞれに合うカクテルは変わってくるからこそ、僕たちバーテンダーは、お客様のことを理解し、好みを聞き、最高の一杯を作るのだ。だから、僕たちは初めから何も用意しない。決められたカリキュラムを作らないのだ。それぞれの子に合った、最高の一杯を作りたいから。

さあ、今日もまたお客様がお越しになられた。中学を卒業すると料理の道に進みたいと言う。

さて、今宵はどんなカクテルお作りいたしましょうか？

子どもが不登校になるのは、 保護者にとって大きなチャンスだと思った一本の電話

「どうしても聞いて欲しいことがあるんです」と、保護者さんからメールがきた。

夜、21 時過ぎまで授業をしている僕は、夕方頃に仕事が終わる保護者さんと入れ違う形になってしまい、なかなか電話を受けることができなかった。

「遅くにお電話してもよろしいでしょうか？」

大丈夫と伝え、授業が終わって帰り道を歩いていたとき。電話がかかってきた。時間は、22 時を過ぎていた。まさか、その電話が想定外の喜びをもたらしてくれようとは、全く考えていなかった。

その保護者さんに初めてお会いしたとき、とても辛そうにお子さんの話をしていた。学校へ行けないこと。子どもが、人の目を気にしていること。進学が心配なこと。母親として、すごく不安なこと。

「どうしたらいいかわからないんです……」

滋賀県の教育委員会主催でおこなった講演で僕の話聞き、「この人ならっ！」と思って、連絡をくださったらしい。まさに、ワラにもすがる思いで僕たちを頼ってくれた。まずは、家からも出られない状態だったので、ご自宅まで行って生徒面談をおこなう。今の自分をどう思っているか。どうしたいのか。じっくり話を聞いて、今後の戦略を立てる。

しばらくすると、中学生の彼は、順調に変化していった。しかし、保護者さんはずっと不安を抱えていた。

「全然、勉強しないんです……」「ゲームばかりしているのです……」

一番身近で、子どものことを見ているのだから、心配に思う気持ちは痛いほどわかる。他の子どもたちは、日中は学校へ通っている。しかし、我が子を見ていると、昼間も家にいて、ダラダラしているように見える。

このままで大丈夫？ほんとに変わっているの？不安に思わないほうが不思議だ。僕は、変化したポイントや見るべきポイントを逐一、伝えていった。

家での表情は、以前と比べてどうですか？会話の量、増えていますか？言葉、変わっていませんか？

すると……

「あっ、そう言えば、前よりも表情が柔らかくなった気がします。よくしゃべるようになりましたし、“～したい”って言うようになりました」

それを聞いて、僕は説明を加える。ですよね？それが、成長です。勉強しない。ダラダラしている。ゲームばかりしている。目の前にある行動だけを見たら、全然変わっていないように思うかもしれませんが、でもね。行動が変わる前には、意識が変わります。だから、言葉が変わるし、表情も変わっている。彼、すごく、前向きに変化していますよ。

こうやって、僕は子どもの成長を、保護者さんに伝えていった。どこが変化しているかを詳しく伝えていった。我が子が不登校になると、どんな親でも不安になる。心配になる。想像できないくらいの苦しみが、そこにはあるだろう。

世間からの目。子どもの将来への不安。ゴールが見えない日々。答えが見えず、必死でもがく。

子どもが不登校になり、心を病んでしまう保護者のかたも少なくない。不登校は、長期戦になることが多い。学校へ行けることもあれば、行けないこともある。一進一退を繰り返す。カウンセリングやフリースクールへ行っても、何度かすると「行きたくない」と言う。打つ手が見つからず、途方にくれる。

僕なんかかわからないくらいに、苦しいだろう。だから、僕は保護者のかたに声をかける。
「どんな小さなことでもいいです。不安があれば、どんなときでも言ってください。いつでも聞くので！」

不登校の問題は、チーム戦だと思っている。いくら子どもだけがガンバっても意味がない。保護者の人が力んだところで、子どもがついてこなければなんにも変わらない。子ども本人と保護者、そして関わる大人たち。一体となって取り組むことで、不登校の課題に立ちむかうことができる。電話をくださった保護者さんは、はじめのうちは、とにかく力んでいた。「自分がなんとかしないと……」という気持ちが強くあった。気負ってしまい、しんどくなっていた。しかし、子どもが前向きになっていくことで、保護者さん自身も変わっていったのだと言う。「自分の子どもを信じられるようになってきたんです。今までは、“信じている”って言っていたけれど、どこかウソっぽかったのかも知れません。今は、“大丈夫”って心から思えるのです」

そして、彼女は言った。「もうね、そちらへ通うことになって、目に見えるほど変わってきたんです。今までは、学校へ行けない理由を聞いてもなんにも言いませんでした。でも、最近は話してくれるんです。実はこう思ってるねんって」

僕は、嬉しいなあと思いながら、バス停のベンチに腰掛けて話を聞いていた。

「みんな幸せになっています。子どもも私も家族も。ほんと良かった。あと、自分でも気が付いていなかったのですが、私自身の言葉が変わってきたらしいのです。発する言葉に説得力が増したみたいなんです」

話を聞いていて、僕は思わず、はっとした。今まで、疑問に思っていたことが解けたのだ。僕が今までお会いした不登校の保護者さんや不登校だった子を育てた人たちはみんな、とても強い人だった。でも、違う。“強い”のではなく、“強くなった”のだ。

不登校という課題にぶつかり、ぼろぼろになりながらも、子どもと一緒に闘ってきたのだ。そして、その過程を通して、保護者自身も成長し、強くなっていったのだろう。我が子が不登校になったら、きっと途方に暮れてしまう。
「どうして……」どうしたらいいかわからないし、不安になる。

育て方が間違っていたのか？なにか問題があったのだろうか？「ツイていないな……」なんて、思うかも知れない。「どうして、私だけがこんなしんどい思いをしないとイケないのか？」と、不運を呪いたくなることもあるだろう。

でも、もしかしたら、不登校というのは、子どもがくれた“保護者が成長するための機会”なのかも知れないと、僕は思うのだ。不登校になっていなければ、自分の子育てと真正面から向き合うことはない。血を吐くような苦しさも感じていないだろう。しかし、不登校になったからこそ、向き合うことができる。子どものことについて深く、深く、考えることができる。

「今までは、子どもに“知っている”ことを話していました。でも、それじゃあ伝わらないんですよね。今、私は心から感じたことを話すことにしています。そうすると、ちゃんと届くんですよ。言葉が。私、自分自身がすごく変わった気がします」

僕は、嬉しい報告のお礼を伝え、電話を終えた。

大学生のとき、瀬戸内寂聴さんは、僕に言ってくれた。
「辛いこと、しんどいことを経験した人ほど、人に優しくできるんですよ」

きっと、不登校の保護者さんも同じだ。しんどい経験を通したからこそ、しなやかで、芯が強い人になったんだ。

不登校の問題は、ともしんどい。でも、その先に、大きな喜びや成長があるのならば、僕たちは、歯を食いしばりながらも、笑って不登校という課題に取り組んでいけるのかも知れない。

不登校の子に必要なのは、支援ではなく、 ピアノの調律師かもしれない

「子どもが学校へ行けなくなってしまった」

こんなとき、あなたはどうするだろうか？ なんとか学校へ行かせようとする。カウンセリングへ通わせる。じっくりと待つ。いろんな方法があるだろう。ネットには情報は溢れ、知恵袋にも不登校に関する様々な質問があがっていきている。不登校経験者として、不登校の子どもたちに関わるものとして、思うのだ。大事なものは、カウンセリングや医者ではなくって、ピアノの調律師だと。

そもそも、どうして不登校になるのだろうか？ どうして、学校へ行けなくなるのだろうか。理由は、様々だ。子どもによって、いろんな理由があり、たくさんの背景がある。一概には言えないけれど、実は、物事は、そう単純ではないのだ。不登校の原因として、“いじめ”や“先生が合わない”なんて理由は、それほど多くない。“先生がキライ”というのはあっても、それがキッカケになっただけで、全ての原因になるわけじゃない。

先生が嘆いているのを聞いたことがある。
「不登校になった子が久しぶりに学校へ来ると、すごく楽しそうに、別に他の子と変わらない感じで振る舞っているんです。なのに、やっぱり、数日たつと来なくなっちゃう。どうしてなのでしょう？」

ハタから見ると、ん？ この子は、ただ休みたいだけの、ただのずる休みじゃないのかしらん、と思ってしまうこともあるだろう。楽しそうに学校で過ごしているのに、行きたくないというのは、親や教師にとってみると、ほんとうになにがどうなっているのか、ちんぷんかんぷんのように思える。

お家を訪ね、「大丈夫か？ ガンバって学校へおいで！」と励ます熱心な先生もいらっしゃるけれど、僕から言わせてもらおうと、とんだお門違いだ。

不登校には、大きく分けると2種類いる。
“行きたい子”と、“行かない子”。

前者は、学校へは行きたいと思っているけれど、どうしてもわからないけれど、行けない。
後者は、もうただ学校が嫌いだったり、学校が合わない、学校に行く意味がわからない、という子だ。

不登校と呼ばれている子の多くは、前者だ。学校へ行かないとだめなことはわかっていて、そこまで学校が嫌いというわけじゃない。でも、“行けない”のだ。“行かない”のではなく、“行けない”のだ。もう、ただ、ほんとうにズル休みのように思ってしまうけれど、ちがう。

本人がなによりツライ。自分は、なんとか行こうと思っていて、「今日こそは！」と意気込んだものの、いざ行くとなると、足がすくむ。お腹が痛くなる。頭が重く感じる。励ましたところで、行きたくても本人は行けないのだ。骨折している人に「ガンバって歩くんだ！」と言うようなもので、本人としては、もう、どうガンバったら良いのかもわからない。

うちの教室に通う生徒で、学校に行かないでずっと家でゲームばかりをしている中学生がいる。そんな彼に、自己評価アンケートをとったところ、自己採点がすごく低かった。理由を聞いてみると、「学校へ行っていないから」だと言う。

もしかしたら、この子は学校なんてどうでもいいと思っているのかもしれないなと思っていたけれど、そうじゃなかった。学校に行けないことを気にしていて、心の中では「行かないとダメだよなあ」と思っている。サボっているのではなく、ただ、ただ純粋に、“行けない”のだ。

僕は、学校に戻る、学校へ行けるようになることが、ベストな選択だとは思わない。楽しく学校へ行けるようになれば、それはきっとベターなんだけど、全員がそうなるのはやっぱり難しい。不登校になり、学校へ行けないと悩んでいる子が、楽しく生きられる、毎日を気持ちよく過ごせるようになったらそれでいい。

今の学校に通い続ける、フリースクールへ行く、ホームエデュケーションをおこなう。選択は、その子が決めたらいい。学校へ行けなくて苦しんでいる状況から抜け出すために、必要なのが調律師だ。

僕がまだ小学生だった頃。大阪の実家にはピアノがあって、たまに知らないおっちゃんが来ていた。親に聞いてみると、「ピアノの調律をしているの」と、教えてもらった。オーケストラに入って、バイオリンを弾いていたときも、はじまる前には音合わせがあった。調律、いわゆる、チューニング。楽器は、音が変わりやすいから、はじめにチューニングをおこなう必要がある。1人でも変な音を奏でるものがいたら、オーケストラでの演奏も聴くに堪えないことになってしまう。

学校でも同じ。学校では、みんなと同じ音を出すことが好まれる。違う音を奏でる者がいたら、みんなの迷惑になってしまう。同調圧力のようなものをイメージすると、わかりやすい。自分が気持ちよく、みんなと同じ音を出せるなら、それでいい。でも、そうじゃない場合が問題だ。みんなの音と合わすのが苦手、自分の音を出したい子にとっては、学校はとてもシンドイ。

僕は、学校では、誰にも理解されなかった。ずっと“異端児”だった。同級生にも先生にも理解されず、変なヤツ、で生きてきた。みんなと同じ音を出すこと拒み、自分の音を出すことを貫いてきた。自分で切り開くしかなかった。しかし、誰にでも、こんな孤高のような生き方ができるわけじゃない。

不登校になる子は、同調圧力に苦しみ、いつの頃からか自分の音が出せなくなる。なんとかして、みんなの音と合わせようとするあまり、気がつけば、自分の音を見失ってしまう。先生が言っていた、不登校の子がたまに学校へ行ったとき、楽しそうに見えるのは、もう、ただ、必死で、みんなの音に合わせようとしているから。だから、学校から帰ってきたら、しんどくなる、翌日から行けなくなる。カラオケでずっとキーの高い曲ばかりを歌っていると喉を痛めるように、周りに合わせていると、しんどくなってしまう。

今、僕たちは、不登校の子たちに向けて、個別面談や教室運営をおこなっている。と、言う、「ああ、不登校支援なんですね」と言われるんだけど、別に助けてあげているというつもりでやっているわけではない。不登校の子は、疲れていることはあっても、別に弱っていることはない。(もちろん、中には精神に不調をきたしている子もいる)

僕たちがやっていることは、ただ、その子のチューニングをしているだけだ。面談で2時間ほど話すと、その子のどこが、音程が合っていないのかわかる。不登校の子たちは、弱っているのではなく、うまく自分の音が出せないだけ。話を聞き、どんな音を出したいのか、なぜ音が出せないのか原因を探す。まるで、何度も、何度も鍵盤を叩きながら、音を合わせるピアノの調律師のように。

学校へ数ヶ月行けなくなってしまった高校生がいた。彼は、とても優秀で、勉強が良くできた。進学校に入り、次第についていけなくなった。面談で彼と話をしていると、僕は1つ腑に落ちないことがあった。親御さんからは、「うちの子、勉強が苦手で学校へ行けなくなったのです」とご相談を受けて、本人と話していただけれど、どうもおかしい。どう考えても、彼は勉強が嫌いな子ではないのだ。好奇心も旺盛で、意欲も高い。

学校へ行けない理由に、“勉強”がどうして入ってくるのかわからなかった。詳しく聞いていくと、やっと、答えが見えた。彼は、“自分のやり方で勉強がしたい”と思っていた。自分の音を出したいものの、“課題”という名のもとに、毎日膨大な量の宿題がでる。自分のやり方など関係なく、うむを言わず課題が出される。なんとか耐えていたものの、ついに、彼のカラダと精神は、悲鳴をあげた。

僕は、学校で異端児として生きてきた。だからこそ、僕ができることがある。自分の音が出せないならば、自分の音が出せる環境を自分で作ればいいのだ。彼に聞いてみた。
「先生に話して、課題は出さないでもらおう。授業中に当てられることも禁止にしよう。それだったら、学校に行けるかい？」

「うん。それなら、大丈夫だと思う」

「よし！でもね、課題も予習もしない代わりに、自習ノートを出そう！それで先生に許してもらえないか確認をとるんだよ。そして、1つ。テストではちゃんと点数取ろう！自分のやり方で、キチンと結果を出そう」

「うん。大変そうだけど、ガンバる。そのほうがきっと楽しそう」

別に、無理をして、我慢して、学校へ行く必要なんてない。学校へ行けない理由があるのなら、その原因を消せばいい。学校はマジョリティ向けのサービスで、それに合わない子もいる。僕がそうだったように、彼もまた、学校という環境には馴染まなかった。でも、だからといって、じゃあ学校を辞めましょう、という話ではなくて、自分が生きやすいように、交渉すればいいのだ。

近頃、ふとすることがある。実は、不登校というのは、それほど難しい問題ではないのでは、と。医者にかからないといけない子もいるし、精神的に参ってしまって時間がかかる子もいる。一概に、“簡単”とは、もちろん言えないのだけれど、不登校の子と接していると、思う。不登校になる子も、学校へ行っている子も、それほど大差はない。残念ながら、他の子よりも音を出すのが苦手だったり、同じ音を出すのがしんどいだけなんだ。

僕たちは、そんなちょっとうまくいかない子たちにたいして、面談や教室（TRY 部）をおこなっている。自分の音を知るために、有料の面談をおこなう。みんなに合わせるのではなく、自分の音を出せるように、教室をおこなっている。自分の音を見つけ、自分が心地よい音色を奏でられる安心出来る空間で、子どもたちは少しずつ、自分を取り戻していく。

僕は思う。

不登校の子に必要なのは、支援ではなく、ピアノの調律師かもしれない。と

〈著者 プロフィール〉

田中 洋輔（たなかようすけ）

NPO 法人 D.Live 代表理事／立命館大学文学部卒業。

プロ野球選手を目指しも、強豪の高校へ入り挫折し不登校に。自身の経験から、自分に自信が持てず苦しんでいる子がいる現状を変えたいと思い、大学生のとき（2009 年）に団体を立ち上げる。自尊感情（自己肯定感）についてまとめた『子どもの自信白書』の発行、子どもの居場所や自信を育む教室運営。不登校や自尊感情についての講演・研修もおこなう。最近、不登校の子どもへの個別面談もおこなっている。主な活動場所は、滋賀県草津市。



団体紹介

最後までお読みいただきありがとうございます。

NPO 法人 D.Live では、不登校の子や自尊感情に関するサービスをいくつもおこなっております。



〈TRY 部〉自分と向き合い、やりたいことを見つけていく教室（毎週月・金）[草津]

〈昼 TRY 部〉やってみたいことに取り組めるお昼の居場所（毎週月・水・木）[瀬田]

〈TudoToko〉ひとり親家庭の中学生向けの居場所づくり事業（毎週木）[草津]

〈不登校メンタリング〉しんどい自分から抜け出すための個人面談（日時や場所は、応相談）

〈子どもの自信白書〉自尊感情の統計をとり、専門家のインタビューなどを掲載した冊子

HP やブログ、Facebook などにも詳しいことは記載しておりますので、ぜひご覧ください。

「不登校で困っていて、どうしたらいいか悩んでいる」

「知り合いの子が不登校になってしまった」

「不登校について講演をして欲しい」

ご相談や講演のご要望は、下記までご連絡ください。

Mail : info@dlive.jp

滋賀県草津市

NPO 法人 D.Live（ドライブ）

2009 年に設立。2012 年に法人化。滋賀県の教育委員会フォーラムで先生向けに講演をおこなったり、草津市の委託事業として中学生の居場所も実施。大学の教授と共に研究をおこない、冊子『子どもの自信白書』（無料）も発行している。

HP : www.dlive.jp

Facebook : NPO.D.Live

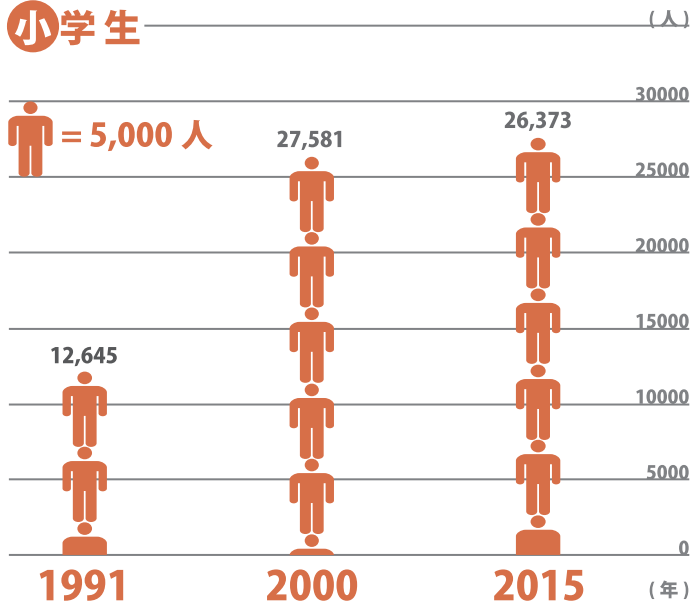
ブログ : <http://www.blog.dlive.jp/>

TEL/Fax : 077-543-5771

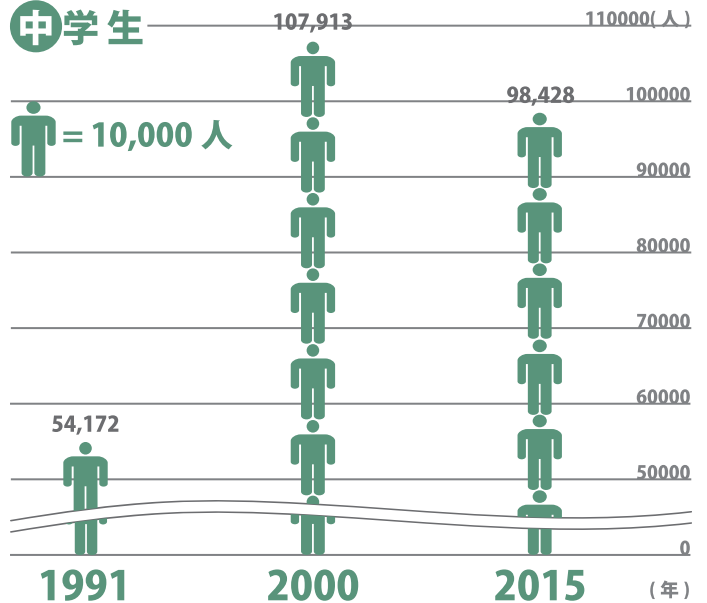
統計からみる不登校

過去と現在の全国の不登校数

小学生



中学生



文部科学省「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」2016年

全国の学校に不登校の子どもが在籍している割合

小学校



中学校

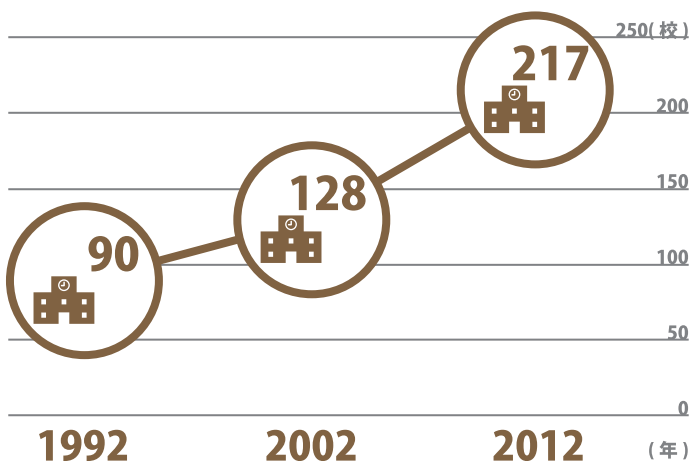


高校全体



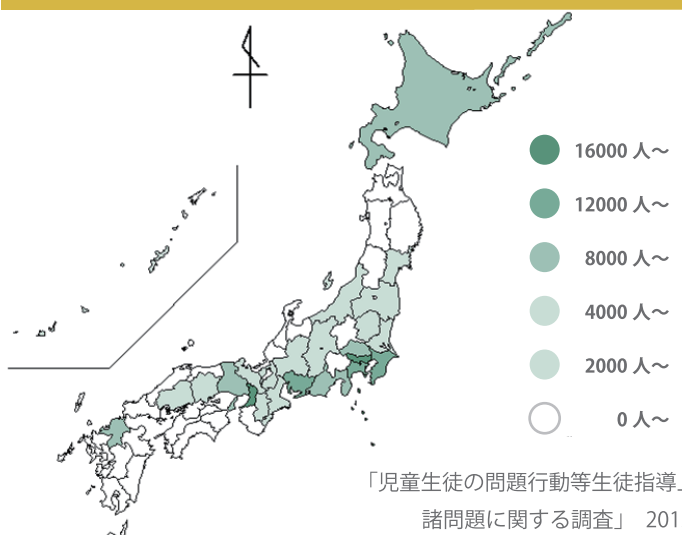
文部科学省「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」2016年

全国の通信制課程の学校数



文部科学省調べ

小中学生の不登校



「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」2015年

滋賀県の不登校児童数（人）

小学生

全児童に占める割合

0.58%
大津市

0.43%
全国



115

大津市

2015 年

中学生

全児童に占める割合

2.64%
大津市

2.59%
全国



237

全児童に占める割合

2.59%
草津市

2.70%
全国



85

草津市

2012 年

全児童に占める割合

0.73%
草津市

0.32%
全国



54

全児童に占める割合

0.48%
滋賀県

0.40%
全国



395

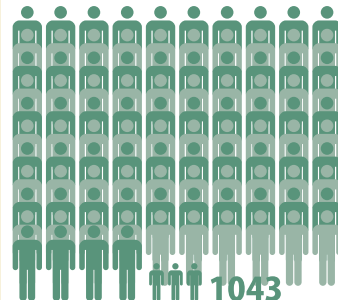
滋賀県

2014 年

全児童に占める割合

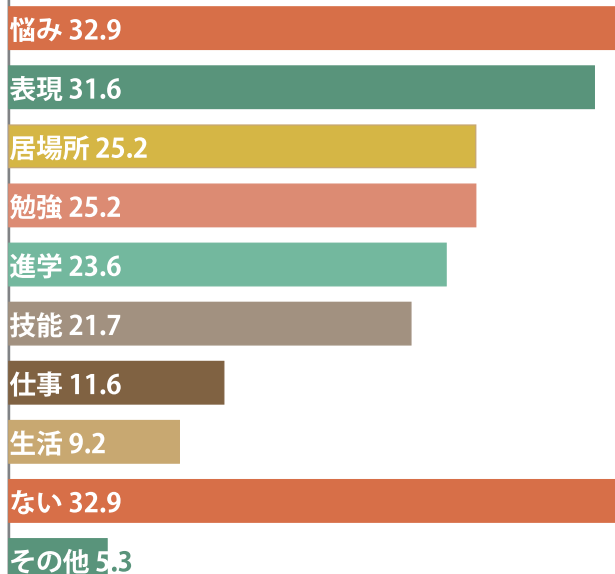
2.54%
滋賀県

2.88%
全国



1043

中 3 時にあればよかったと思う相談・手助け



中 3 時に利用した施設・人

