



\*日々子どもさんとの受け応えは、プラスの方向に働いていますか？（全4ページ）

**「目に見えるもの」に働きかけていても、不登校は改善しません！**

## 不登校の子どもとの受け応えで大切な**3つ**のポイント

### ◆このような言葉かけをしていて、不登校は改善するのでしょうか？

不登校の子どもさんとのやりとりの中で、例えば、朝、・・・



「〇時よ、いつまで寝ているの！」

「今日は、学校に行くの？行かないの？」

「学校に行かないと、勉強がおくれるわよ。受験はどうするの！」

・・・といった言葉かけをされているというお話をよく伺います。

さて、皆さん、

このようなやりとりを日常的にくり返していて、不登校は改善すると思われませんか？

### ◆ネガティブな言葉かけが生む、負の悪循環とは、・・・？

その答えは、もちろん、「No」です。

親の怒りや不満を伝えても、不安をあおっても、不登校は改善しません。



のみならず、そのようなネガティブ（否定的）な言葉かけは、・・・

言えば言うほど、子どもにも、親子関係にも、**負の悪循環**を生むこととなります。

このような危機的な状況を、「**負のスパイラル**」と、わたしは呼んでいます。

このスパイラルにいったん入り込むと、なかなか元の状態にもどりにくくなります。

でも、なぜか、思わず言ってしまう。（実は、それには、理由があるのですが、・・・）  
つまり、

**親は、子どものよくない所を指摘して、それが良くなるようにさせようとするのです。**

**これが、不登校の多くのケースの実態です。**

中には、毎日のように、親と子のバトルがくり返されるケースもあります。

### ◆目に見える形（行動）から変えようすると、失敗します！

では、いったい、どのように**受け応え**をしたらいいのでしょうか？

最も基本的で、はっきり言えることは、目に見える形（行動）から変えようとしなないことです。目に見える形（行動）から変えようとすると、ほぼまちががなく、失敗します。場合によっては、不登校が悪化することもあります。

心の安定を図るには、不登校の改善を図るためには、・・・  
**「不登校の本質的な要因」を理解し、その要因を踏まえた機転ある対応が不可欠です。**

ここで言う「不登校の本質的な要因」とは、心の問題です。  
**心の問題は、目に見えません。**  
ですから、「目に見えるもの」に働きかけている限り、・・・  
**それは、不登校の改善にはつなげていないと考えてよいと思います。**  
(「不登校の本質的な要因」の詳細は、11月の「不登校対策セミナー」でお伝えします。)

**分かりやすい例をあげて、お話ししましょう。**

「〇時よ、いつまで寝ているの！」という言葉かけの場合、・・・  
子どもが寝ている、起きているのは、**目に見えます。**



「今日は、学校に行くの？行かないの？」の場合、・・・  
子どもが学校に行くのも、行かないのも、**目に見えます。**

「学校に行かないと、勉強がおくれるわよ。受験はどうするの！」の場合、・・・  
**勉強がおくれるのも、おくれのないのも、テストや成績を見れば、一目で分かります。**

とても大事なことなので、もう一度お話ししますが、・・・  
このように「目に見えるもの」に働きかけている限り、不登校は改善しません。  
子どもさんに、ポジティブな変化は生まれてきません。

## ◆では、その「目に見えないもの」とは、・・・？

では、その「目に見えない」心の問題とは、いったい何なのでしょう？  
・・・という話になりますが、・・・

**その手がかりとなるものが、例えば、次のような・・・**  
どこのご家庭にでもありそうな、子どものさり気ない一言の中にあります。

もし、皆さんが、子どもさんから、・・・

**「お母さん、雨が降ってきたね。」**

・・・と話しかけられたら、どのように受け応えをされますか。



例えば、このような一言にも、**大切なポイントをおさえ、**  
ていねいに対応されていくと、子どもさんの不登校は改善に向かって動き始めるはずです。

## ◆不登校の子どもとの受け応えで大切な3つのポイントとは、・・・？（重要）

不登校の子どもさんとの受け応えで大切にしたいポイントは、いくつかありますが、今月のたよりでは、3つ、お伝えします。

### ★1つ目は、即応性です。

子どもに話しかけてこれたら、**すぐ**に応じることです。

返すのがおけると、・・・子どもは不安を感じます。

例えば、・・・

「今、忙しいから、後にして」という受け応えは、親にそのつもりはなくても、

「あなたのこと（気持ち）より、今やっていることの方が大事です。」

・・・というメッセージで伝わってしまうことがあります。



いつまでたっても、子どもに何も返さないのが、**無視**です。

無視は、子どもの心の健全な成長・発達に悪影響を及ぼすことが、様々な調査研究により明らかにされています。

### ★2つ目は、利用可能性です。

分かりやすい言葉に置き換えますと、・・・

親は、子どもの今の気持ちを**正しく受け止め**、その気持ちに**正しく共感**できているかということです。

そして、**子どもの側からすると**、自分が求める欲求を満たしてもらえているかということです。

「お母さん、雨が降ってきたね。」

・・・という一言は、子どもの、どのような気持ちから生まれてきた言葉なのでしょう？

雨が降ってきたことをお母さんに伝え、「よく気づいたね」と、ほめてほしかった。

明日は遠足なので、「雨が降ると困るよ」という気持ちを、お母さんに伝えたかった。

「庭で育てているアサガオが、雨が降って喜んでいるよ」と、お母さんに伝えたかった。

など、いろいろな心情がイメージされますが、・・・

いずれにしても、

子どもは、自分の今の気持ちを正しく受け止めてもらい、正しく共感してもらえれば、・・・

「**やっぱり、お母さんは、わたしの気持ちをよく分かってくれている！**」

と、とてもうれしい気持ちになるものです。

そして、その受け応えから、子どもは、安心と安全を感じ取ることができるのです。

### ★3つめは、安定性です。

親の気持ちが**安定**しているかどうか、ということです。

笑顔で返すときもあれば、不機嫌そうな表情で返すなど、・・・

子どもとの受け応えに波があるのは、いけません。



一番いけないのが、「切れる」対応です。

例えば、突然、大声をあげて、激怒する、あるいは罵声をあびせるなどの対応です。

思春期になると、その発達特性上、

子どもは、自分の心内（こころうち）を親に話さなくなるものですが、・・・

**この安定性がないと、子どもは自分の思っていることを、ますます親に話さなくなります。**

**子どもの心の安定を図るためにも、不登校の改善を図っていくためにも、・・・**

以上、お伝えした3つのポイントを参考に、子どもさんとのていねいな受け答えを積み上げていていただきたいと思います。

### ◆不登校対策セミナーについて（お知らせ）

コロナ感染状況が全国的におさまりつつあります。

そこで、11月上旬に計画していた「不登校改善セミナー」を開催に向けて準備を進めていきたいと考えています。

セミナーを開催の際には、・・・

**日本海新聞の「カルチャーコーナー」等にてお知らせします。**

セミナーは、コロナ感染対策のため人数を限って行います。

募集人数に達しましたら、受付をメ切とさせていただきます。

本セミナーは、「愛着（アタッチメント）理論」をベースとし、次の3つのテーマにそってお話をいたします。

- 不登校の本質的な要因（**最重要**）
- 安定した「愛着関係」が不登校の改善を図る（**重要**）
- 不登校でやってはいけない不適切な対応（**重要**）

なお、今後、コロナ感染が再拡大したり、クラスターが発生したりした場合には、参加される皆さんの健康と安全を考え、中止とする場合がありますので、予めご了解ください。



**文責** 西村明倫（「クローバー」代表）  
公益社団法人日本心理学会認定心理士  
メンタル心理カウンセラー  
一般社団法人日本 TFT 協会診断レベルセラピスト

### 主な参考文献・資料

「愛着障害 子ども時代をひきずる人」 岡田尊司 光文社書院 2011.9.20  
「思春期とアタッチメント」 林もも子 みすず書房 2010.2.19  
「アタッチメント障害とその治療」 カール・ハインツ・ブリッシュ 著 数井みゆき 遠藤利彦 北川恵 監訳 誠信書房 2008.5.30