

## 9月「クローバー」だより+「不登校対策セミナー」のお知らせ



\*不登校の改善を図るには、ネガティブな現況についての理解も大切だと思います。(全 P5)

**夏休み明けは、1年間のうち、子どもの自殺が最も多いとき・・・**

**それくらい2学期初めの子どもの心理は、とても不安定！**

**「夏休み明けは、1年間のうち、子どもが心理的に最も不安定」ということをご存知ですか？**

**この時期の対応をまちがうと、・・・**

子どもの心を深く追い詰めてしまうことにもなり、不登校はさらに悪化していきます。

コロナが、子どもたちの心に及ぼす「負」の影響も、徐々に浸透し、かつ深刻化してきています。

例えば、学校が本格的に再開された去年の6月以降、・・・

毎月、**子ども（18歳以下）の自殺者**が前年を大きく上回る状況が続いているという調査結果が報告されています。(注3)



**この夏休み明け、子どもの心と適切に向かい合うためには、まず、・・・**

以下でお伝えする、夏休み明けの子どもの心理とその変化について、理解を深めることが大事だと思います。4ページには、適切な対応のポイントについてお伝えしています。

### ◆「2学期からは、学校に行きなさい」と、子どもに話す前に、・・・

この夏休みに、

不登校の要因であったかも知れない、子どもの不安や悩みについて、  
いづらかでもその問題について、親子で、家族で、あるいは学校と、話し合ってみましたか。  
そして、いづらかでもその問題について、進展や改善はありましたか。

**不登校の子どもへの、そのような共感的理解やメンタルフォローがないまま、・・・**

**「夏休みはしっかり休んだんだから、2学期からは、学校に行きなさい。」**

**・・・などと、登校を促すことには、求めることには、親は、十分に慎重であるべきです。**

**なぜならば、・・・**

**もし、不登校の主たる要因が、**

**「いじめ」などの深刻で危機的な問題であったりした場合、**

子どもを登校させることは、

それが、**不安や恐怖の渦中**に送り出すことになるからです。



そのような状況を背景として、

毎年のように、**悲しい事件**が起きていることを、私たちは再認識しておくことが大切です。

**2学期が近づいてくると、・・・言葉数が少なくなる、表情から明るさが消える、行動が鈍くなるなど  
言動の変化が見られるときは、特に配慮が必要です。**

## ◆9月1日に、なぜ、子ども（18歳以下）の自殺が最多になっているのか？

下の表1は、平成30年度に、大津市内の公立小学校高学年（4～6年）と中学生7,536人を対象とした「いじめ防止に関する行動計画モニタリングに係るアンケート調査」で、・・・

「いじめを特に強く経験した月は？」という質問に対する、児童・生徒の回答です。（注1）

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	合計
件数	295	423	359	318	299	422	512	431	370	369	418	343	4,559

表1：「いじめを特に強く経験した月」（複数月の回答あり）

「いじめ」の件数は、7月は318件、8月は299件で、あまり変わっていませんが、・・・  
2学期がスタートする9月以降は、「いじめ」の件数が7月以上に増加に転じています。（表1）

この結果からは、・・・

**7月に子どもが特に強く体験した「いじめ」は、8月（夏休み）中には改善されないままで、  
2学期がスタートする9月以降も、継続していることが推測されます。**

実際、学校に行かなくてもよい8月は、子どもへの指導やサポートはしにくい状況にありますね。

同じように、不登校の要因ともなり得る、

**学習のおくれ、友人関係への不安や悩み、進路の問題、・・・なども**

8月中に、改善、解決されるケースは少なく、

**子どもの立場からすると、状況の進展のないまま、日にちばかりが経過しているだけで、  
そのため、夏休み明けの学校生活への不安や悩みは、さらに高まっていくという訳です。**



2学期が始まる9月1日に、子ども（18歳以下）の自殺が**最多**になっているのは、

そのような子どもの心理状況への、**共感的理解やメンタルフォローの欠如が、少なからず影響しているのでは、・・・と、筆者は考えています。**

## ◆子どもの心理状況は、学校の課業や休業と**呼応**しながら変化している！

「平成27年度自殺対策白書」には、過去40年間の若者（18歳以下）の累積の自殺者数がデータ化されています。（注2）

**若者（18歳以下の子ども）の自殺者数が多くなっている時期は、・・・**

4月初め、5月連休明け、夏休み明けなど、

**赤丸**をつけている**長期の休業明け前後**です。

それは、**学校生活がスタートする時期に、ぴったり重なっています。**（図1）



この結果からは、**長期休業明けの子どもの心理は、たいへん不安定であることが推測されます。**

したがって、夏休み明けには、ふだん以上のきめ細かな対応が必要とされてくると言えます。

夏休み明け前になって、いくら、あれこれ言っても、あれこれ求めても、・・・

子どもの行動変化には、容易には結びつかないというのが実態です。

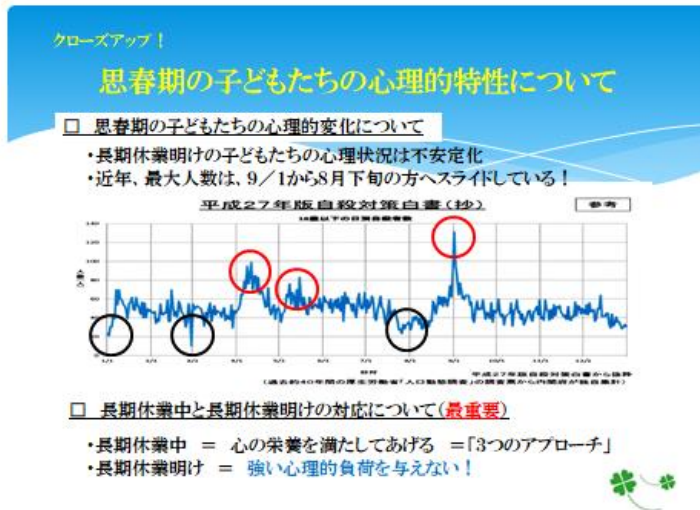


図1:「平成27年度自殺対策白書」(内閣府)をもとに筆者が資料化したもの

一方、**自殺者数が少ない時期は、・・・**

1月1日前後、2月1日前後、夏休みに入った直後の7月下旬など、**黒丸**をつけている時期です。いずれも、**学校に行かなくてもよい(行かなくてもよくなる)時期と重なっています。**(図1)

**この結果からは、学校に行かなくてもよい時期は、子どもの心は比較的安定していると考えられ、**例えば、夏休みなどは、・・・

- ・親子関係をより深めることを通して、子どもの情緒の安定化を図る
- ・子どもの不安や悩みについて、親子で話し合ってみる
- ・子どもや家族と楽しい時間を共有するなどし、より明るい家庭環境づくりを進める
- ・・・など、子どものメンタルフォローを行うのに、より適した時期と言えます。

## ◆コロナが、子どもの自殺の増加に影響を・・・

文部科学省が実施した調査によると、・・・

2020年(令和2年)の全国の小・中学生と高校生の自殺者数は、前年比140人(41.3%)増の479人となり、**過去最多を更新しました。**



学校種別では、小学生14人(前年比8人増)、中学生136人(同40人増)、高校生329人(同92人増)となっています。

高校生では、特に女子が前年の約2倍の138人と急増しているという結果です。(注3)

**この調査結果でも、月別で見ると、・・・**

**2学期がスタートする8月が前年比35人増の64人で、最も多くなっています。**

この結果に対して、文部科学省は、・・・

「前年までであれば踏みとどまっていた子どもたちが、『コロナ禍』による先行きの不透明感や社会不安によって自殺に至ってしまった可能性がある。」と指摘しています。

→ <https://mainichi.jp/articles/20210215/k00/00m/040/214000c> (「毎日新聞」デジタル 2019.2.15)

## ◆心の安定に、再登校につなげるために、最も重要なことは、・・・？

くり返し、くり返し、保護者の皆さんにお伝えしていることですが、  
**心の安定に、再登校につなげるために、子どもの生命を守るために、最も重要なことは、・・・**  
**子どもが「安全と安心」を感じられる言葉かけと関わり方を、積み上げていくことです。**

「**安心と安全**」の重要性については、「**愛着理論**」（アタッチメント理論）が根拠です。（注4）  
その理論とは、・・・分かりやすい言葉に置き換えると、・・・

**「子どもは「安心と安全」を感じることができる環境の下で、はじめて、健全に成長、発達していくことができる」というものです。**



今以上の、安定した、継続的な、「**安心と安全**」を感じられるようになると、・・・

「ちょっと、外へ出かけてみようかな。」（買い物、散歩、友だちに会う、など）

「勉強をしてみようかな。」

「ちょっと学校へ行ってみような。」

・・・など、子どもは、その歩みを一歩前に進めてみようと思うように変わっていくのです。

それは、**心理学的には**、コロナ感染対策やオリンピック観戦時に見られる人の行動と同様で、・・・

**「安心と安全」**が感じられなくなると、人の行動は**抑制**され、

**「安心と安全」**が感じられるようになると、人は**活発に行動**し始めるようになるのです。

心理学用語では、このことを、「探索行動」と呼んでいます。

**具体的な取り組み例**については、

4月「**不登校改善レポート**」にてお伝えしていますので、・・・

→ [https://counseling-clover.jp/pdf/report\\_202104-2.pdf](https://counseling-clover.jp/pdf/report_202104-2.pdf)

参考にさせていただき、各家庭において、子どもさんに応じた適切な取り組みを創意工夫し、実践し、  
**心の安定に、再登校につなげる取り組みを、積み上げていっていただきたいと思います。**

なお、具体的な取り組みについては、・・・

11月に計画している「**不登校対策セミナー**」にて、詳しくお伝えする予定にしています。

（次ページにて紹介）

**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

