



「不登校の要因」を、多視点から、ていねいに理解して、・・・

不登校の要因と、子どもの心理的状況をふまえた対応を！

本レポートのポイント

不登校要因を理解し、その要因に応じた手立てを講じていきたいと保護者は考える。しかし、不登校にはいくつかの要因が影響していることが多いため、ていねいな理解が必要となってくる。

NHKによる中学生を対象とした調査から、**不登校要因に関する新たな所見**が報道された。また、**コロナによる周囲環境の変化**で、子どもが不登校になりやすい状況が生まれることも分かってきた。

不登校の改善に向けては、不登校要因の理解を深めることも含め、「**子どもが今、どのような心理的状況にあるのか**」も理解しながら、適切な対応を心がけていくことが大切になってくる。

◆「どうして不登校になったのか」を、知りたい！

「**子どもの不登校の要因を知りたい**」と、多くの保護者さんは考えられます。

その訳は、・・・

「**どうしてうちの子が不登校になったの？**」という深い疑問や不安、

「**その要因が分かれば、解決の方法が見つかるかも・・・**」という期待があるからです。

◆どのようなことが、不登校の要因になっているの？

いったい、どのようなことが、**不登校の要因**となっているのでしょうか。

以下では、個人に関する要因、学校に関する要因、家庭に関する要因に分け、**様々な事例でよく浮かび上がってくる要因**をピックアップしてみます。

○個人に関する要因

- ・学習のつまずき、学習のおくれ
- ・自己肯定感の低下、自信のなさ
- ・失敗の経験（くり返される失敗経験など）
- ・進学、進路への不安や悩み（希望校に入学できず、入学校で不登校になるなど）



○学校に関する要因

- ・友人関係（いじめ、無視、仲間はずし、裏切りなど）
- ・共感者の不在
- ・教師との関係（注意・叱責、不適切な対応など）
- ・学級の荒れ、学級崩壊の影響

※NHKが不登校中学生を対象に行ったラインによる調査では、不登校の要因として、文科省調査ではあまりクローズアップされていなかった「教師との関係」が要因と回答する生徒が23%もいることが明らかになりました！（後述）

○家庭に關係する要因

- ・親子の愛着關係の不安定さ
- ・家族の不和、別居、離婚
- ・親の価値観、社会一般常識の押し付け
- ・過保護・過干渉、子どもに対する大きな期待
- ・家族への不安や心配（介護、入院、病気など）
- ・子どもの弱さの否定
- ・学力・学歴主義（成績が不調の子どもは、大きなプレッシャーを感じます）



不登校の要因を理解しようとする際、留意すべきことがあります。

それは、・・・

不登校要因は一つではなく、多くの場合、いくつかの要因が影響しているということです。

しかも、それらの要因が複雑に絡み合っているため、それらを一つ一つ紐解きながら理解していく必要があります。

◆NHK調査で明らかになった、「不登校の要因」に関する新たな所見

NHKは、2019年5月3日～9日、2018年度に「不登校」あるいは「不登校傾向」にあった中学生1968人を対象にしたアンケート調査を行いました。（調査協力：Lineリサーチ）

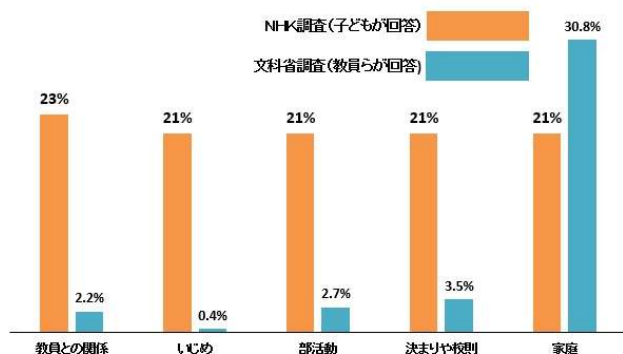
ところが、「不登校の要因」に関する結果では、その項目によって、・・・

NHKによる調査結果と、毎年、文科省が実施している調査結果との間に、大きな差が見られることが明らかになりました。（下表参照）

<https://futoko.publishers.fm/article/20440/>（「不登校新聞」より）

不登校の要因に関するNHK調査と文科省調査の比較

(編集部作成)



例えば、・・・

文科省調査において「**教員との関係**」が不登校の要因としてあげられた割合は、わずか**2.2%**でしたが、NHK調査では**23%**もの回答がありました！

また、「いじめ」についても、文科省調査では0.4%となっていますが、NHK調査では21%でした。

「部活動」「きまりや校則」などでも、両者の結果に大きな差が見られました。

ここで、より重要なことは、**誰が調査に回答しているか**ということです。

NHK調査では中学生が直接回答し、文科省調査では学校の教員が回答しています。

いくら中学生の調査対象者が少ないとは言え、中学生の回答を軽んじることはできません。

◆コロナによる周囲環境の変化で、子どもが不登校に・・・



最近、

コロナ対策等が不登校に影響していると考えられるような状況も出てきています。

例えば、・・・

- ・学校で、勉強のことやコロナ対応（朝の検温、マスク、手洗い、友だちとの距離など）について指導されることが増え、イヤになってくる。
- ・コロナ対応のため、友人関係が制限されたり、楽しみにしていた学校行事が中止になったりして、学校が楽しくない。
- ・学校休業の期間中に、クラスの友人関係がガラッと変わっていて、「一人ぼっちになってしまわないか」と、強い不安を感じた。

- ・コロナの影響で、家庭環境や雰囲気が変わった。
例えば、職場のストレス、経済事情等で、親が心理的に不安定になり、子どもにきつくあたってしまったたりすることが増えた。
家庭内の会話が乏しく、雰囲気も暗くなってしまったりした。・・・等々

具体的な事例についてお話することはできませんが、・・・

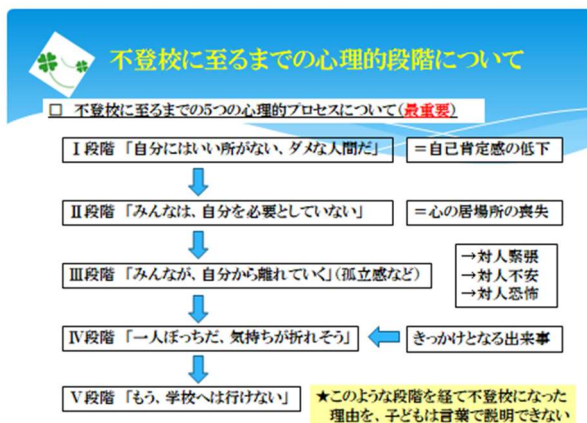
実際、コロナによる周囲環境の変化で、不登校傾向になってしまった子どもさんの相談もお聞きしました。

保護者さんご自身も、コロナ対応等で大変だと思いますが、・・・

コロナの影響による、子どもの心の変化があることもふまえ、子どもさんとの適切な対応を心がけていていただきたいと思います。

◆知っておきたい！ 子どもが不登校に至る「5つの心理的段階」

以上、お伝えしてきたような様々な要因によって、
子どもが不登校に至るケースでは、概ね以下のような「5つの心理的段階」を経由します。



- 1段階：自己肯定感が低下し、自信を失っていきます。
- 2段階：気持ちがさらに落ち込みます。学校や家庭に、心の居場所がなくなります。
- 3段階：周囲から孤立化し、対人緊張、対人不安、対人恐怖を感じるようになります。
- 4段階：今にも、心が折れそうな状況になります。
- 5段階：4段階のように、心がギリギリの状態のときに、さらに心理的負荷が加わるような出来事に遭遇するともう耐えきれなくなり、学校に行けなくなってしまいます。

不登校に至る多くの子どもたちは、このような心理的段階をたどるのですが、・・・

「自分がどうして学校に行けなくなってしまったのか」その訳がよく分かりません。あるいは、言葉でうまく説明できません。ですから、ますます不安になってくるのです。

したがって、不登校の改善に向けては、・・・

不登校の要因の理解を深めることも含め、

「子どもが今、どのような心理的状況にあるのか」も察しながら、適切な対応を心がけていくことが、とても大切になってきます。



カウンセリング&セラピールーム

「クローバー」代表 西村明倫

一般社団法人日本 TFT 協会診断レベルセラピスト

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

◆「クローバー」不登校改善レポートについて（お知らせ）

不登校の改善に向けての「学び合いの場」として、毎月 1 回発行しています。

本レポートのメール配信を、ご希望の方は、・・・

reg@counseling-clover.jp へ空メールを送信してください。

送信後、メール配信登録用のメールが届きますので、URL をクリックしてください。

右上の QR コードによる空メール送信でも OK です。（料金は発生しません）



◆Zoom による「子どもへの対応相談」について（お知らせ）

不適切な対応は、子どもの不安や悩みを増幅し、不登校を悪化させます。

保護者の皆さんが、今、なさっている対応は、不登校の改善にプラスに働いていますか？

子どもさんへの対応について、いろいろとご思案されている保護者の皆さん、

「クローバー」では、**オンラインによる「子どもへの対応相談」**も行っています。

相談を希望される方は、・・・

Zoom「オンラインカウンセリング」（初回無料、約 45 分）をご利用ください。

→ <https://counseling-clover.jp/moushikomi/>

カウンセラーとして、個人の情報は厳守します。また、カウンセリングの継続をお願いしたりすることは、ありません。