

# 不登校・ひきこもりの理解とその対応

愛知学院大学 江口昇勇

## I 発達心理学的視点

### A. 小学校で発生する不登校（幼稚園・保育園の登園渋滞を含む）

- ① 小学校でも低学年の段階で発生する不登校、あるいは幼稚園・保育園の不登園の遷延した不登校においては家族の要因が大きい ⇒ 子どもが見せる様々な問題行動は家族病理の写し鏡という視点  
ただし、このことは親や家族が「直接の原因」であるとか、「親や家族が悪者」と言っているのでは決してない。不登校になるにはそうならざるをえないだけの複雑な要因・条件が重なっている。それらを解明することが根本的に重要である

### 不登校の要因・条件

- a. 親自身の否定的な学校体験から、学校・教師に批判的にならざるをえず、子どもが学校に行くことを快く思えない場合（反社会的・非社会的対応の基礎にあるもの）
  - b. 親が心の病理（適応困難、神経症、人格障害、精神病、知的障害）を抱えていて、自分自身を維持することに精一杯で子どものことまでかまっておられず、子どもは二回にならざるをえない状況にある場合
  - c. 虐待の世代間伝達；親自身にネグレクト、身体的虐待、性的虐待、心理的虐待等の被虐待体験がある場合、子どもに虐待を加えてしまう危険性がある、ただしその可能性は思われているほど高くはない（37%）
  - d. 親の子どもへの期待が高過ぎて、それを実現できる能力をはるかに超える場合；軽い心理的虐待
  - e. 家族の葛藤が子どもに現れる場合；
    - ア；大家族で表面には現れない嫁-姑等の隠された確執・争いから家庭内に緊張が高く、一番弱い子どもがその影響をもろに受ける
    - イ；両親の不仲、兄弟間の葛藤；兄弟がハンディキャップを持つ場合
    - ウ；両親が高学歴や社会的高位を有し、暗に子どもに親と同等の地位を得ることが常識となっている
    - エ；家族と地域との間に何らかの確執がある場合
  - f. 本人に高機能広汎性発達障害 {アスペルガー障害、高機能自閉症}、ADHD(注意欠陥多動性障害) LD(学習障害)、軽度知的障害等々があり、親がその対応に失敗したと思う場合（親の挫折）
- ② 不登校に対する子どもの態度；親の不登校への態度により子どもの不登校への状態像が異なってくる
    - a. 親が不登校を問題としている場合、不登校状態を良くないことと感じて苦しむ  
⇒ 葛藤を心の内に抱えるタイプ；葛藤を心で感じるのは高レベルである（悩むことができる子ども）  
⇒ 葛藤を抱え込めないで身体化させるタイプ、あるいは家庭内暴力等で行動化させるタイプ
    - b. 親が不登校を問題視しない場合、子どもには自分が不登校という自覚も生じなく、毎日、好きなことをしていられると思いい楽しんで過ごしている  
⇒ 葛藤を感じさせないタイプ；(家庭内でゲームに夢中になる、刺激を求めて外に出ていくタイプ)

### B. 中学で発生する不登校

- ① 中学での発生；子ども自身の要因（自我の芽生え、自己主張が顕著）が徐々に生じてくる親との葛藤を抱える場合
  - a. 親の拒否的対応から早熟な自立願望、家庭に安定的基盤が無い非行集団とつきあいが始まり、反社会的行動が徐々に顕著となる
  - b. 教師への反抗的態度（厳しい親への反抗）
- ② 前思春期～思春期危機の出現・・・変容する身体への馴染め無さ、内なる性衝動とのつきあいの困難等から思春期病理に起因する問題；性衝動の防衛として強迫行動、チックなどの神経症習癖的病理
- ③ 背後に親との葛藤や軋轢があると思われるが、親との対決を考えるとそれは抑圧されて前面には出てこなく

て、意識レベルで子どもにとって意識しやすい学校が原因と述べられることが多い（自分に責任を引き受けられない⇒責任転嫁、他罰的、外罰的）

- ④ 不登校が親と関係があるということと、親が一義的に不登校の原因で、親が悪いという認識を持つこととは本質的に違う。基本的には親も被害者、犠牲者であり、何世代も続いた家族力動が背後にあると言う認識をしっかりと持たないと親たちを孤立させてしまう。親はこれまでさんざん被告席に立たされて、非難の限りを尽くされてきた人たちである。また家族病理を理解するということと、それを相手に伝えること（解釈を与える）の間にはかなりの時間差があるべきである。（病理の読みとり）
- ⑤ 学校でのいじめが原因とされる場合・・・基本的には子どもの対人不信が深く、被害的、迫害的認知構造がそれを産み出し、共依存構造を持ち込みやすい（「同じ穴のムジナ」同士のいじめごっこ、健康な子どもはいじめには関与しない）
- ⑥ 教師の対応の拙さ・・・親の無力感、親への不信を親に向けられず教師に向ける（転移）子どもに対して、まともに反応してしまう（逆転移）、真面目な教師ほど、この落とし穴に落ち込む

### C. 高等学校で発生する不登校

- ① 親子関係がストレートに不登校に影響することは少なくなり、子どもの性格の偏り、神経症、人格障害精神病等、子ども自身の個人的病理・要因が直接的原因となる。高校生になって不登校を呈するとい場合、個人の力がそれなりにあって高校に復学したいという気持ちがあるからこそ不登校なのであってそこに個人の積極的意志（当初は無意識的であるが、徐々に意識的になっていく）が表現されている（小学校・中学校での発症と違い）。義務教育でない高校の場合、復学の意思がなければさっさと退学して不登校状態ではなくなる。また、高校生の年齢に達すると内省力が生じてカウンセラーを求めて、自己開示することができるようになる。
- ② 不登校に対して積極的意味を見いだすことが可能
  - a. 不登校を親への自立宣言とする場合・・・怠学、非行、親が厭がることを敢えて行動化する
  - b. 不登校により、親への甘えを表現する場合・・・自分の苦しみを親に共有してもらう
  - c. 結果として不登校にならざるを得ない場合；自己への不信から引きこもり、自殺、うつ病となる
  - d. リストカット、自殺企図、深刻な心身症状、精神病の深刻化など迷路に入り込む
  - e. 親の覚悟も一層、深いレベルが要求される；親もそれなりの年齢に達しており、認識にも余裕が見られるが、その一方で、病理水準の低い親はかなり対応が困難となる＝影で操作する、支配する
- ③ 思春期危機や同一性拡散危機がさらに深刻になった場合；思春期やせ症、対人恐怖（他者視線恐怖を始め、思春期病理の全てが出現する、統合失調症の好発時期でもある。深刻な個人病理に発展する（思春期妄想症、自己視線恐怖、自己臭、セネストパチー {身体違和感}、醜貌(形) 恐怖、自殺願望等
- ④ 自己愛の病理・・・「あらねばいけない自分、またはあるべき自分のイメージ、それは万能感に充ちた誇大な自己像であるが、それに呪縛され、支配され、それが実現できないと自信が持てず、生きてはいけな」と思い詰める
- ⑤ 友人関係の問題・・・自分の問題を友人に投影する、過度に同情的になる、逆に反発して疎外する
- ⑥ 青年期の自我同一性拡散の危機；対人関係に過敏となる・・・他者の目がとても気になる＝対人恐怖さらに重症対人恐怖（自己視線恐怖）へと発展する
- ⑦ 親からの自立の課題に直面化・・・甘えたいけど、甘えられない →自立したい、でも不安
- ⑧ 受験が目前に来る、自分の人生が決定される・・・存在不安が大きくなる  
→ それへの対応としてチャムシップの存在

## II 思春期・青年期における発達上の課題、試練という視点から見た不登校

### A. 親からの自立

親（社会の規範の代弁者もある）の持っている価値観・人間観・世界観を疑いもなく信じてきた状態から、自分に固有の価値観・人間観・世界観を形成する時期、しかし、即座にそれを形成できず苦しむ

- ① 自意識の萌芽：性衝動が出現し、かつて経験したことのない「未知の自分」が存在し、それがこころを支配したり、勝手に動き出す。それが異性への関心・興味としてこころを占めることになる。

## ② アイデンティティ拡散の危機と確立の志向性：

自分自身が自分を理解できない、ころころと移り変わり、本当の自分が見つまえないために、自分とは何か、他者は自分をどう見ているか；自己と他者との「関係」が重要な問題となり、それに拘らざるをえない。

## B. 不登校＝「自分探しの旅」という視点

ナイーブな感性を持った子どもほど、思春期・青年期の発達課題は深刻で重いものとなり、真剣に、真面目にこの課題と取り組みれば取り組むほど病的にならざるをえない。不登校を悪いこと、幻のスタンダード（普通であらねばならない）からの逸脱という常識的見方が、彼らを一層追い込むことになる。そうした世間一般の常識を根本から疑うことから「自分探し」が始まる。この旅は、本当の自分、真の自己を見つける旅であり、その究極の目的は「自分を愛すること」・「自分を大切な存在と感じて、その自分をころから好きになること」であって、条件付き、つまり何かに向けて努力しているから好きであるという束縛から解放されて、「存在そのもの、生きているだけで充分」という視点に立つことである

## C. 不登校の第二段階である内閉＝「インキュベーション」の意味

「思春期内閉」・「こもり」・「無為自閉」と呼ばれる一見、無気力、無意味としか言えないような時間の過ごし方をする時期が不登校の第二段階として生じる。我々はそれを「インキュベーション（孵化）」と呼んでとても大切にす。 「インキュベーション」において彼らは堅い殻に守られて、卵から雛鳥にまで成長し、時期が満ちれば卵の中から嘴をつついて「インキュベーション」の終わりを自ら告げる。

## D. 「インキュベーション」の時期における親・教師に望まれる態度・対応

- ① この大切な「インキュベーション」の時を、いかに安全に過ごさせるかがとても大切である。親鳥が焦って外から卵をつくと、成熟していない卵はそこで死んでしまう。そして成熟できないまま何度も「インキュベーション」を繰り返さなければならなくなる。
- ② 雛鳥が自分の嘴で卵の中から殻をつついて、成熟のときが満ちたことを知らせた時に、始めてそれに呼応してあげること。
- ③ 「インキュベーション」のとき、親はわが子に対する願望（自分の果たせなかった夢を子どもが果たしてくれるのではないか、という期待＝それはどの親も持つ普遍的な願望である）を諦め、一度はここらの中で「期待した子どもは死んだ」という体験（子殺し）を経ることが要請される。それができたとき、子どもは親の期待の呪縛からやっとなんか解放され、始めて親と子どもが自由になって、双方にところが通じたと味わうことができる。
- ④ 母親だけが責任を持つことは事態をなかなか前進させない。「お父さんの出番」が必ずあり、父親が自分の意見をはっきり子どもに伝えることで子どもは安心する。母親と父親は同一の態度でなく、お互いに補完し合う関係が望ましい。

## III 遷延化する不登校・引きこもりとの長期的かかわりを可能とするコツ、あれこれ

### A. 不登校の見立て；一過性の不登校と遷延化する不登校の違い

- ① 長い準備期間の末に、ようやく発現するタイプ vs 短期間に発現してすぐに終息するタイプ
- ② 多くの要因が複雑に組み合わさって発現するタイプ

vs 1,2の要因のみで、原因が比較的はっきりしていて、分かり易いタイプ

\* 文部科学省が「登校刺激を与えても」という事例はこの一過性で健康度の高い場合を指している

### B. 処方箋；原則的には・・・

- ① 不登校・引きこもりの背後にある要因をどれだけ推測できるか { I の発達の視点を参照 }
- ② 現時点で、関係者の力で解決できるものと、解決できないものを見極める

- ③ そのためにも、家族の健康度を査定（アセスメント）する
- ④ これらの条件が整い、関係者がそれぞれの役割を無理なく遂行することができれば、子どもは次のステップへ足を踏み出すことが出来る
- ⑤ そこまでに至るプロセスでは、子どもに関わる全ての人が、各々、内側を見つめて、各々の健康さを回復していくことが必要である。（自分の病理を自分で引き受けて、他者にぶつけない）
- ⑥ その際、父親の果たす役割の大切さに注目している。
  - a. 子育てから逃避している父（仕事が忙しいが口癖＝予防線を張っている）
  - b. 母親の言いなりになる父（表面的に服従することで最低限の役割を果たしていると思っている）
  - c. 子どもと没交渉の父（子どもも既に相手にしなくなり、空気のように影の薄い存在）
  - d. 半年間、介護休暇を取り、子どもに邪険にされながらも根気よく相手をしていき、最後に子どもからの信頼を得た父のエピソード
  - e. 夫婦でとことん話し合い、二人で子育てをしていく両親；子育てから夫婦の成熟へ、豊かな老後

### C. 長期化する不登校・引きこもりとのつき合い方

- ① 見守りと放任（放置）の違い；親との長年の付き合いの中で、いつも問題となるのが、「お子さんを見守りましょう」と言うと、それは放任とどこがちがうのですか、という質問である。そこに親の焦りを実感させられる。親は子どもに働きかけて、何からの行動、アクションを起こさせることに夢中となり、子どもがその時、どんな気持ちであるかは、無頓着である。もともと共感性が薄いから子どもに、不登校 や引きこもりを生じさせざるを得なかったのであるが、ここは我々専門家も勝負所であると思っている。
- ② 精神障害の発症の疑いについては、時々チェックする必要がある（かかりつけの専門家を持つ）
- ③ 本人が社会・他者に関心を持つ機会、契機を創出する努力は怠らない方が良い、たとえそれがタレントの追っかけであろうとも、親から見たら、馬鹿馬鹿しいこと（その場合が多いが）でも。
- ④ 親自身が守られていること、癒されていること、この前提がないと安心して子どもを見守ることはできない（自助グループの大切さ；私の十年の取り組みはここにある）
- ⑤ どうしたら親が安心して子どもと付き合っていけるのか；「生きていてくれたらそれで充分」と開き直ること。そこに至るには地獄の苦しみを通過しないと本物にはならない。
- ⑥ 子どものところに寄り添うとは？＝自分と子どもは別の存在であり、子どものころはどうてい分かるものではない。子どものころを分かっているといけなと思うのは、自惚れ、傲慢となる。
- ⑦ 別人格であるから分かりっこない、それだからこそ、しっかりと子どもの言い分に耳を傾けよう。子どもが必死に伝えようとしてきたことは何か、それを聞かないで、親の不安や恥ずかしさや、子育てに失敗したことへの怒りなど、それらが先に立って、子どもが話す前にこちらが言い立ててきたことはないか。
- ⑧ 近づき過ぎと遠ざけすぎ；分かるうとして近づきすぎて、呑み込もうとしたり、距離を置こうとして遠ざけすぎて、子どもが見えなくなったりする。これも適度な距離を維持するための試行錯誤と考える。
- ⑨ 子どものころに変化が起るとき。「反転現象」；地獄の底まで辿り着き、死と再生のイニシエーションを何度も繰り返す中で、これまで自分を呪縛してきたものの正体が判明して、そこから脱出できたり、臨死体験に近いものを味わって解脱を遂げたり、さまざまな体験を味わうことになる。
- ⑩ しかし、子どもがそこにいたるには、親自身が諦めないこと、子どもを信じ切って、子どもに関心を持ち続けることが前提である。長引く引きこもりの中で、親が子どもを直視することが出来ず、子どもを見ているふりして、別の所をみていることが多い、しかし、それも許される。親は神様ではないので、全知全能ではない、失敗もあれば、子どもから逃げ出すこともある、それでも最後に戻ってくればそれで十分。
- ⑪ 子どもも傷ついているが、親も十分に傷ついている。自分の傷つきに敏感になっていないと、知らないところで、その傷を第三者にぶつけていたり、子どもに八つ当たりしてしまうことが多い。おかしいことが起こっているとしたら、自分の傷つきと関係していると考えたと見えてくる。
- ⑫ 日常的に、自分の傷つきを感じて、その都度、癒しの作業を行うこと。自助グループや気楽な仲間の中で怒りを思う存分、ぶついたり、愚痴を吐き続けることが大切、子どもに向けなければ大丈夫。
- ⑬ 信頼のおける専門家（臨床心理士・精神科医・スクールカウンセラー）を持っていること。気軽に相談できる人がいることの安心感

# 問題解決の処方箋

## 実現は極めて難しいが心がけておくと失敗しない秘訣

- ① 悪者さがしをしない(多罰化、責任転嫁は自分の弱さを隠蔽するもの)。  
原因を外に見つけて、そこを攻撃することで自分は潔白であると示すことは問題解決の本質から遠ざかるだけ。しかし、人間は弱い存在であり、そうすることでしか自分を支えられないことも事実であって、それを責めることも無理である。責めたいときは責めたらよい、ただし効果は薄く、後で自分が惨めになるか、更に人を攻撃することになってさらなる悪循環は避けられない。カウンセラーの仕事はそこを辛抱強く聞き続けること。自分が絶対に攻撃されないと安心できたとき、始めて本音を語るができる。現実には、親は学校、教師に責任を押しつけ、教師は親に責任を押しつけあって互いを批判、反目し、相互不信の悪循環に陥り、いたづらに時間が過ぎ去っていく、それは不毛な構図である
- ②「誰もが傷を受けており、皆が被害者である」という視点を持つこと。  
大切なことはまず、一番ひどく傷ついている人から優先的に癒しの仕事を施すこと。関係する全ての人の傷つきに敏感になり、その人々を丁寧に癒すことを考えることで、自らの内にある「優しさ」を感じる事ができ、余裕を持つことになる。内なる「優しさを耕すこと」が「魂の声」に耳を傾けることにつながる。
- ③ 障害者元型の受け入れ  
我々は誰もが神様でなく、失敗し、挫折し、無気力になり、弱気となる。そうした弱い、駄目な、どうしようもない部分を静かに認めて、引き受けることはもっとも崇高なことである。それはウンチが黄金に変容する奇蹟を意味する。苦労してそれを体験した人(例えば、障害児 を持った母親、癌を宣告されて、それを受容した人、不登校で苦しんだ人たちは)、それを実感として深く味わっている。
- ④ 問題をハウツーで対応しないこと  
問題が生じるにはそれなりの理由があり、それは何世代もかかって作られた根の深い内容だったり、差別などの社会構造が関与していて、簡単に解決がいかない場合が多い。その際、自分の無力感に直面し、それに耐えられないと「打出の小槌」を専門家に求め、それでも駄目だと、悪者を捜して、それを非難することで事を済まそうとする。問題の背後にあるその家の神話、物語を冷静に、客観的に把握し、理解すること。それが相手への共感性を深め、相手と共同して、問題解決に当たる姿勢ができてくる。
- ⑤ 自分のコンプレックスと直面することは辛い、逃げるも自由、それも認める姿勢が重要  
いつも逃げ道を準備して置いて、相手が限界を感じて、その問題から離れたがったらそれを認めること。どこまでも逃げて良いし、何度逃げても構わない。やり直しをするには時間はたっぷりある。この世で癒せないものは来世で癒すことも考えられる。
- ⑥ 問題解決を決して焦らない。  
時間だけが問題解決の唯一の武器であり、その時間を安全に過ごすように見守ることが我々のできる精一杯のことである。
- ⑦ 自分を大切な存在だと実感でき、自分を好きになること、自分を愛することができること  
長い時間を生き抜くためには、自分を愛する能力が一番求められる。自分を愛し、自分を大切にできる人だけが人を愛し、人を大切に出来るのであり、人のために自己犠牲する人はいつかは相手を恨むことになか、最後は「ぼろ雑巾」となって摩耗する。自分に優しくなれた人間だけが、本当の意味で人に優しくできる。優しさのレベルはどこまで深く自分に優しくなれたかにかかっている。