

不登校は「甘え、わがまま」ではない

古山教育研究所 2023年1月

不登校になり、その理由がはっきりしない子を、「甘え」「わがまま」と判断するのは間違いです。学校生活の辛さによる不登校には、次のような特徴があります。

・無表情・無反応である。

表情がない。呼びかけても反応しない。会話が成り立たない。

「甘え、わがまま」であれば、親にわかってほしいことがあるので、感情も意思も表してくる。



・ゲームしかしない。

通常であれば、一日中ゲームしかしないということはない。

学校や将来のことを話題にされるだけでも、辛くて閉ざす。

・学校に行こうとすると、朝起きられない。腹痛、頭痛、下痢などの身体症状がある。

午後になると症状が消えるので、仮病と思われがちだが、症状は現実である。

・自分の状況を説明できない。

自分でも、学校に行けない理由がわからない。ポロポロと学校での出来事を言うこともあるが、どうしてもその程度のことで学校に行けないのか、親にも理解できない。

・人と会うことを極端に嫌がる。

外出を嫌がる。人と会うことを嫌がる。特に同級生と担任を避ける。

以上のうち3つ以上あてはまるものがあつたら、不登校に特有の自律神経の不調を考えてください。

「ポリヴェーガル理論」という最新の神経生理学が、不登校の子どもたちの状態を、うまく説明してくれます。人間も含めて動物は、逃げるもならず、闘うもならずという状況に追い詰められると、仮死状態になってしまいます。不登校は、仮死状態に近いのです。これは電気のブレーカーが落ちたようなものです。

必要なのは休養です。学校に行かないことを非難されなくなり、ちゃんと休養できれば、必ず回復します。回復にはどうしても数ヶ月～年単位の時間がかかりますが、しかし、そのまますっと引きこもりになったりはしません。

不登校の段階と対応

古山教育研究所 2023

		様子	対応
1	行き渋り	むずかりが多くなる。 グズグズする。 親をこき使う。 親や下の子にあたる。 「学校に行きたくない」と言う。 異様に甘える。 無意味なカラ騒ぎをする。	心の奥を察する。 葛藤状態であることを理解する。 親の意見を言わずに聞く。 朝起きられないなどの身体症状がでたら、休ませる。
2	不登校になる	朝起きられない。 頭痛、腹痛。 本人も理由がわからない。 説諭すると暴言暴力。	「ゆっくり休みなさい」など、安全を保障する。 刺激を避ける。
3	引きこもる	ゲームしかしない 人との接触を極端に嫌がる 無表情、無反応	自分を取り戻すのにどうしても必要な休養期間。 必ず抜けるので心配ない。 ケアとコミュニケーション。
4	退屈する	ひまだ。 退屈だ。 ゲーム以外の活動が入る。 家庭では特に問題ない。	手配をあわてなくてよい。 退屈感そのものが、行動へと駆り立てるエネルギー。
5	自主的に生きる練習 やりたいことをする (一人一人のタイプがある)	スポーツタイプ 絵画的タイプ 工作、実験タイプ 料理、家事タイプ 採集、飼育タイプ 文芸タイプ パズル、ゲームタイプ など	自分らしさを取り戻す時期。 試行錯誤を認める。 学校に戻る場合もある。学校以外の場を手配したほうがよい場合もある。
	居場所、友達を求める	フリースクール、習い事、体験活動、 学校の選択登校、等	