不登校からの回復過程

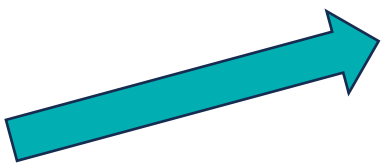
滋賀医科大学　精神医学講座　増田史

子どもが不登校になったとき

- 子どもはエネルギーが落ちている
- エネルギーが落ちると、**イライラ、攻撃的**になることも
- 子ども自身でも「**なんとかしたいけど　どうにもできない**」状態

子どもを“引っ張る”よりも
後ろから“支える”イメージに
モードチェンジ







“支える”方がたくさんの人手が必要！
ともに支える人、支える人を支える人

不登校の回復過程　①

1. 家庭の中で子どもの気持ちが安定してきている
2. **家族の気持ちも安定**してきている
3. 学校も子どもに関心を持ちつつ見守ってくれている
4. 子どもの生活に**リズム**が出てくる
5. 子どもの生活リズムと家族の生活リズムの波長が合ってくる
6. 子どもが家の中で**能動感を持ってやれること、楽しめること**を見つけている

滝川一廣　こどものための精神医学　医学書院　2017年

不登校の回復過程　②

7. 遊びや趣味を楽しむだけでなく、ちょっとした家の用事や手伝いもするようになる
8. 子どもの興味や関心が、家の**外の世界**にも伸びはじめる
9. これからどうしたいか、**学校**をどうするか、**将来**の方向性といったテーマについても、子どもが自分なりに考えてみたり、話し合ったりできるようになってくる
10. 子どもや家族が先の見通しが開けつつある実感を持ち始める
11. 先の見通しに向けての具体的な**現実模索**が始まる

滝川一廣　こどものための精神医学　医学書院　2017年

■ 心身や環境の問題なら
- ●休息
- ●環境調整（転校なども含む）
- ●カウンセリング、場合によっては内服

どんどん悪くなっていくとき

■ **そもそも治る準備はできている？**
- ●今の状態によって、何か守られているものや、注目を免れている問題はないか

家に例えると…

- 直ったら、また乱暴に扱われてしまう
- 放置していた問題を考え始めないといけない
- 住人同士の喧嘩が始まってしまう



Chat GPT作成

まとめ

- **腰を据えたモードチェンジが必要**
  - 「引っ張る」よりも「後ろから支える」イメージ
  - 子どもの気持ちと家族の気持ちがそろって安定するステップが必要
- 「そんなことができるなら学校に行けばいい」はステップを逆行
- **本人を支える人も、誰かに支えてもらう**ことが大切
- 家庭全体の問題を、その子が抱えてしまっていることもある
  - もしそうだとしても　家族は自分を責めなくて良い　そうせざるを得なかったこと
  - できることがあるとすれば、問題をなかったことにしないこと、しんどいけれども直視すること、家庭の中で抱え込まないこと