

不登校支援における登校刺激と適応最近接領域 —「初めてののおつかい」にみる心理的負荷の与え方—

内田 利広

Encouragement of School Attendance and Zone of Proximal Development for Adaptation in Support
for Refusal to Attend School: Applying a Mental Load Using the “First Errand” Analogy

Toshihiro UCHIDA

Accepted July 22, 2013

抄録：本論は、不登校児童・生徒への支援において、登校刺激をどのように与えるべきか、ということについて検討したものである。これまで控えるべきであると言われてきた登校刺激を、子どもたちの現実への適応を促す「心理的負荷」として捉え、その負荷をいかに与えるかについて、二つの具体的エピソードを取り上げ、考察を行った。心理的な負荷である登校刺激を、誰がどのような関係性の中で、提案するかについて、小さな子どもが親に頼まれて行く「初めてののおつかい」を参考に検討し、信頼し安心できる関係性において、負荷が与えられることの重要性を指摘した。さらに、心理的負荷の子どもたちにとっての意味を、「適応最近接領域」という視点から検討し、最終的に負荷を与える際の6つの視点を提示した。

索引語：不登校、登校刺激、心理的負荷、適応最近接領域

Abstract : In the present study, we investigate ways to handle the problem of children's refusal to attend school. We consider encouragement of school attendance, which has heretofore been discouraged, as a “mental load” that promotes the children's adaptation to reality, and discuss methods for applying this load by focusing on two specific episodes. We investigate who in what relationship should provide the encouragement of school attendance, which constitutes a mental load on children, by using an analogy involving “the first errand” upon which parents send their young children, and confirm the importance of applying a load in relationships of trust and security. In addition, we investigate the significance of mental load on children from the perspective of a “zone of proximal development for adaptation”, and ultimately identify six perspectives on the application of mental load.

Key Words : refusal to attend school, encouragement of school attendance, mental load, zone of proximal development for adaptation

1. 問題と目的

・登校刺激について

不登校支援において、登校への直接的な促し、つまり「登校刺激」をどのように与えるか、あるいは与えないでいるかという問題は、ずいぶんと以前から議論されてきており、それは現在でも大きな課題である（小澤 2011, 菅野 2007, 松川 2006）。その歴史をたどると、1980 年代、不登校の数が年々増加し、学校に行きたいのに行けないといういわゆる「登校拒否」と言われた時代においては、学校に行くのは当たり前であり、積極的に学校に行くように促して、強引にでも学校に行かせるべきであると考えられていた。実際に、朝、先生が家に行って子どもを布団から連れ出し、嫌がる子どもを車に乗せて強引に学校に連れてくるということも行われた¹⁾。その際に、子どもは学校に来ると結構普通に明るく元気に過ごしているので、先生の方もこれでよかったと思ってしまうのである。しかし、多くはその翌日にはさらに学校に行くのを嫌がり、再び迎えに行くと、今度は部屋に鍵をかけたり、トイレに閉じこもったりして出てこようとしなかったりして、結局登校につながる事は少なかった。そして、その後、やはり子どもの心に寄り添い、強引に連れ出すようなことは避けるべきであるということで、「“登校刺激を避ける”という定式は通念化し」（滝川 2005, p. 19）、無理やり登校を促すのではなく、子どもの気持ちを尊重し、心の成長や人間関係の深まりを待って、関わるべきである、というように支援の方法も変化してきた。藤岡（2005, p. 57）は、登校刺激を「学校に行く行かないということ」を話題にしたり、そのための工夫を考えたり実行したりすることと捉え、発達・成長モデルという視点から、登校刺激については、「学校無刺激」「学校関心刺激」「学校刺激」そして「登校刺激」という順番で、ゆっくりと与えていくことを重視している。また鈴木（2002, p. 70）は、「登校刺激は絶対に与えてはならない」、という認識が親や教師に広がっているが、「これは誤りである」と述べている。つまり、不登校が長期化している神経症タイプの不登校に対しては、むやみに登校刺激を与えるべきではないが、「それが過度に一般化されて受け取られているものと思われる」（鈴木 2002, p. 70）と指摘し、特に不登校の初期段階では、登校刺激を試みる価値は十分にある、と述べている。

おそらく、多くの教員が、不登校になった子どもに対して、無理やり子どもを学校に来させるのではなく、「子どもの気持ちに寄り添いながら」、また保護者やいろんな関係機関とも連携をとりながら、支援を行っていくというのは、最近の不登校支援においては、周知の事実であるが、ではその先に、どのような関わりが可能であるかが問題となっているのである。

現在はすべての中学校と多くの小学校にはスクールカウンセラーが配置されており、カウンセラーとの関係を通して「居場所を作る」（小川 2005, p. 26）ことが可能となっている。また教育委員会には教育支援センター（適応指導教室）という不登校の子どもたちが通って、小集団での活動を行う「日常と違う“器”」（皆藤 2005, p. 54）を提供することで、学校復帰を図っていく施設もある。そのような多くの専門家や機関と連携しながら、不登校児童・生徒への支援を行っていくのであるが、基本は子どもの気持ちに寄り添い、学校に行けるようになるのを待つことになる。そして、その子どもが不登校の間、ずっと待つだけでいいのか、たまには登校刺激を与えた方がいいのではないかと、ずいぶんと元気になり、そろそろ学校に来させたり、教室に入るように言った方がいいのでは、という思いも起こってくる。それはもっともな問いであり、では子どもとの関係を作りながら、いつどのようなタイミングで、登校刺激を与えたらよいのかということが、その後の大きな課題になってくる。藤岡（2005, p. 58）は、「学校刺激から一気に登校刺激になってしまい、再度すくみ反応を引き起こすことが少なく

ない」と述べている。学校の教員も、むやみに登校刺激を与えて、学校に来させるだけがすべてではないということはよく分かっているが、かといって、何もしないで待っているだけでいいのか、ある程度の刺激はした方がいいのではないかと悩み、混乱してしまうことがよくある。

・「ある程度の登校刺激」

上で述べた先生方の疑問に対し、筆者は、「ある程度の刺激はあってもいいのでは」とか、「程よい刺激は必要なのでは」と伝えることが多い。しかし、この「ある程度」「程よい」という表現は、非常に曖昧であり、結局は、その子どもそれぞれによって異なるので、一概には言えないということになる。ここに不登校支援における答えのなさ、難しさがあり、また教員にとっては、関わり甲斐のあるところでもある。つまり、不登校児童・生徒とその支援に関わっている人との関係性によって、どこまではほどよい刺激であるが、それ以上は強すぎる刺激であり、控えた方がいいかという判断は異なってくる。これは、細かな児童・生徒理解に基づいて、どのくらいの刺激を与えても大丈夫か、また子どもはそれにどこまで耐えられるのかということを感じ取る、関わる側の理解（アセスメント）につながっていく。生田（2000, p. 97）は、不登校でしばらく家にいて、そろそろ落ち着いてきて、外に出たくなる時期であると判断し、「朝本人には多少抵抗があっても学校へ連れ出すようにする」といった「強烈的な登校刺激」が功を奏した事例を報告している。ただし、これもいつでも“強烈的な登校刺激”が功を奏するとも限らず、タイミングが大切になる。

・心理的負荷という視点

筆者は、不登校の子どもに与える「登校刺激」を「心理的な負荷を与える」というイメージで捉えてみてはどうかと考えている。例えば、小さな木片が水に浮かんでおり、それはどのくらいの重さに耐えられて、どのくらいの重りを載せると沈んでしまうのだろうかというイメージである。子どもは、多くのストレスやしんどさの中で、何とか別室登校やカウンセリングに通っており、でもまだ教室に入ったり、クラスの友人と話したりするのは苦しくて、沈んでしまいそうになるという状況である。ここでは、一定の、程よい負荷を与えながら、でもその木片が沈まない程度の負荷である方がよい。沈むということは、溺れてしまい、自分でコントロールできなくなり、子どもは傷ついてしまい、自己評価が低下し、自信を失うことになる。

ここで、2つの具体例を取り上げて、検討してみることにする。これは筆者自身が直接関わったりコンサルテーションを行ったりした事例が基になっているが、それをかなり修正して、いくつかを組み合わせ作成したものである。

2. 具体例の提示

エピソード1

まず始めは、教育支援センター（適応指導教室）での具体例である。ある中学生 A 君が、不登校になり、なかなか家からも出られなくなり、担任の先生が家庭訪問をしてもほとんど本人と会うことができないという状況であった。そこで教育支援センターと連携し、支援センターの方に通うことになる。はじめはなかなか支援センターにも通うことができず、朝が起きられないということで、支援セ

ンターの方からスタッフが朝迎えに行くということが続けていた。そして、次第にその支援センターの先生との関係ができてきて、週に2, 3日は迎えに来てもらうことで、何とか午前中に支援センターに通い、過ごせるようになった。そして、支援センターの先生と話す中で、家ではなかなか落ち着かないこと、朝が起きられず、一度起きてもまた寝てしまうこと等を語るようになった。その一方で、学習の遅れも気にしていたので、支援センターで学習の時間をとるようにした。そのような中で、本人に週に一度、学校の別室に行くのはどうかと尋ねると、始めは嫌がっていたが、支援センターの他の子も水曜日はチャレンジタイムとして、学校に行っており、その子も不安ではあるが、支援センターの先生となら行けそうであるということで、水曜の午前中2時間ほど、別室に行くことにチャレンジした。別室では、学校の方も配慮してくれて、支援員の方や担任等が関わり、2時間を何とか過ごせるようになった。そして、その後毎週水曜日には午前中2時間、支援センターのスタッフの送り迎えで、学校に通えるようになった。残りの4日は、支援センターの方に通っていたが、毎日来られるとは限らず、遅れてきたり、たまに休んだりすることもあった。つまり、まだ毎日安定して外に出て通えるというところまではいっていなかった。

そのような中で、学校の方から、水曜日にもう少し学校として積極的に関わりたいという申し出があった。つまり、学校側の方でその子の送り迎えをし、時間を決めて、別室での過ごし方を考えていきたい。場合によっては、水曜日以外も登校を勧めたいということであった。つまり、その子に対する心理的な負荷をもう少し与えてもいいのではないかと、ということである。それは、これだけ毎週学校の別室に登校し、支援員や担任とも普通に話せるようになっているので、もう少し登校刺激を与えて、学校につないでいこうということであり、もっともな考えであると思われた。

しかし、ここでその子にさらに心理的な負荷を与えることが、どのような影響を及ぼすかを検討してみる必要がある。

その子は、しばらくの間、全く学校に来られず、友達に会うのもかなり緊張感があり、ここ数カ月はほとんど学校のクラスメートとも話していないということである。そのような中で、ようやく支援センターにつながり、支援センターの先生の送り迎えで何とか通所できるようになり、さらにチャレンジとして週に一日学校の別室にも行けるようになっていた。ただ、その別室での体験は、かなり緊張したストレスのかかるものであり、チャレンジで学校に行った次の日は、疲れて支援センターを休むことがあったり、あるいは翌日来ても、昨日は疲れたとってかなりテンションが低くなることがあった。つまり、その子にとってチャレンジとして学校に行くことはかなりの心理的負荷がかかっており、その負荷をさらに強めていくことは、それに耐えられなくなり、途中で沈んでしまいそうになる感じがあった。

また、別室では、支援員の先生や担任の先生とも話していたが、担任の先生には少し苦手なところがあり、まだ自分の思いを十分に話せる関係にはなっていなかった。そのような中で、学校の方をお願いして、教員による家からの送り迎えや別室での時間を延長するということになると、おそらく担任等の勧めに対して、その時は何とか応えようと頑張るが、その後にしんどくなり、動けなくなるという可能性が考えられた。

心理的な負荷を与えたときに、最も注意しないといけないのは、その時には何とか頑張って沈まないようにしているので、表面上は順調にいつているように見えるが、その体験はかなりしんどいものであり、さらにその後に同じような負荷に耐えていくエネルギーがわいてこないことがよくあるということである。これは、足の付かないほどの深いプールの真ん中で溺れそうになりながら泳ぐことに

なると、その時には何とかできても、次の時には怖くてプールの真ん中に行って浮かぼうと思えないのと同じような感覚である。

そこで、その別室へのチャレンジについては、もうしばらくそのままの状態が続けていくように勧め、学校側からのさらなる心理的負荷については、もう少し待ってもらうようお願いした。

エピソード2

二つ目の具体例は、筆者がスクールカウンセラーとして関わっていた中学校の保健室登校の例である。同じように不登校で半年ほど学校に来ることができなかった女子生徒 B さんが、養護教諭の働きかけで、何とか保健室登校ができるようになり、数ヵ月して、保健室に毎日登校できるようになった。はじめは保健室の奥に引きこもり、誰とも話したり接しようとしなかったその子が、次第に保健室の環境に安心感をもって、養護教諭と自然に話せるようになって行った。それでも、調子の悪い日は遅れてきたり、他の生徒に会いたくないとカーテンの奥に引きこもったりすることもあった。そのような保健室登校を1年近く続けていたときに、養護教諭の方から、自分の不登校の体験を、中学生の体験報告会において発表してはどうかという提案がなされた。筆者は少し驚き、今それだけの負荷を与えるのはかなりつらいことであり、沈んでしまうのではないかと心配になった。ただ、養護教諭としては、その負荷に彼女が耐えることで大きな自信を得ることになるのではということであり、何とか彼女にそのような体験をさせてやりたいということであった。筆者もその思いには賛同できるものがあり、何とかその願いを達成させてやりたいという思いであった。

このように、心理的負荷というのは、確かに負荷でありストレスではあるが、一方で子どもたちが成長する上では必要なものであり、時には乗り越えるべきものであったりする。その負荷に耐えて、乗り越えることで大きな自信を得ることも考えられる。

そこで、筆者がその養護教諭に伝えたのは、まずは彼女の意思を尊重すること、またその負荷を与えることにするが、それが耐えられないほどつらいということであれば、いつでも中止するようにと伝えた。つまり、その子自身がその負荷にどれだけ耐えられるか、それには周りのサポートが非常に重要であり、また本人が無理をしないということであり、無理そうであればいつでも伝えてもらって中止するということである。

その方針を確認し、養護教諭は本人に話をした。彼女は非常に戸惑い、不安を示したが、養護教諭の熱心な誘いと、微かな可能性にかけてみようという思いで、引き受けることになった。そこから、発表までの数ヵ月は大変な道のりであった。まず、どのような内容を伝えたいか、それをどのように言葉で表現し、発表するか。毎日養護教諭と原稿作りに励み、そのうちに文章の細かな表現についてはやはり国語の先生に見てもらう方がいいのではということになり、国語の教科の先生に空いた時間に保健室に来ていただき、その原稿に目を通してもらい、丁寧に添削してもらった。自分でも全く分からない不登校という体験が、周りの先生と話す中で少しずつ言葉になり、人に伝えられるようになっていった。不登校の体験を語るのは、実際はかなり難しいことだと思われる。そして、原稿もほぼ出来上がり、あとは発表の練習を何回かして本番の準備をするところまでいった、ある日、その子が朝しんどいと言って、パタリと学校に来なくなった。養護教諭は相当に落ち込み、ショックを受け、少し無理をさせていたのではないかと、やはり人前で発表とか無理だったのではないかと悩んだ。その時筆者は養護教諭と話をし、「確かにいま彼女に相当の負荷がかかっていること、それは彼女を押しつぶしてしまうほど重いものであり、無理そうであれば中止することも必要である。しかし、彼女と

じっくりと話をし、彼女がまだやりたい、やれるのではと思っているのであれば、その思いを少しでもサポートし、発表させることも可能なのでは」と伝えた。養護教諭は相当に悩んだと思われる。各学校からの代表として発表するのであるから、ここで中止となると周りにはかなり迷惑もかけてしまうことになり、また協力していただいた先生方にも申し訳ない思いもあった。しかし、ここで無理をさせて彼女がさらに傷つくことは一番避けなければならないことであり、難しい状況であった。養護教諭は、数日して登校してきた彼女に正直に話をし、発表のことがかなりプレッシャーになっているのではないか、無理そうであれば辞退することも可能であると伝えた。彼女もじっくりと考え、確かに発表は相当のプレッシャーであり、逃げ出したいという思いもあり、ここ数日はしんどかったが、でもみんなが応援してくれているので、何とか発表してみたいと語り、発表することになった。それから発表までの間は、養護教諭にとっては、ドキドキの毎日であり、いつ彼女が来なくなるか、またちゃんと発表できるだろうかと不安でいっぱいであった。当日は、無事に発表ができ、また先生や友人も聴きにきてくれて、みんなよかったと言ってくれたということで、彼女も喜んでいた。おそらく彼女にとっても大きな経験になったのだろうと思われる。

3. 考 察

・心理的負荷を誰が与えるか

この2つのエピソードを通して、考えてみたいのは、子どもたちがなぜこの心理的な負荷に耐えていったのかということである。そこでまず考えないといけないのは、この心理的な負荷を与えているのが最も信頼のできる支援センターのスタッフや養護教諭ということである。これはとても大切なことで、誰が登校を促し、負荷を与えるかといったときに、基本はその子どもと直接に関わり、最も関係がとれており、よくわかっている人である。

登校を促す、つまり心理的な負荷を与えていくのは、その子どもとの間に安心できる関係が持てる人であり、いやな時は嫌と言える関係であり、また一方で非常に頼りにしており、依存できている関係であると言える。そのようなある程度安心して依存できる関係がある中で、敢えて、現実という負荷を提示するという形で、その子どもに少しずつ現実的な課題を与えて、自立を促そうとすることが、登校刺激を与えるということである。つまり、登校刺激を与えるというのは、「関係性の中で心理的負荷を与える」ということである。

・関係の深まりと心理的負荷の二律背反

安心して依存できる関係として、先述のエピソードの例でいえば、支援センターの先生であり、養護教諭との関係がある。

ここでひとつ留意しないといけないのは、子どもはある先生やスタッフと関係がとれてくると、非常に安心し、頼りにして近づいてくる。場合によっては、依存的になり、すねたり、他の子と比べられるのをひがんだりして甘えてくることもある。つまり、二者での関係の深まりであり、親密な愛着関係が形成されてくる。そうになると、大人の側も可愛く感じられ、慕ってくるとそれを受け入れて、その関係の中で甘えさせてやろうという気持ちになる。それは、その子の思いを受けとめる上で、ある時期必要なことではあるが、それだけで十分ということではない。二者の関係の深まりの中で、少し

ずつ力をつけていく子どもに対して、その子に耐えられるだけの心理的な負荷を与えていく必要がある。しかし、関係が深くなればなるほど、現実の厳しさを提示するのが難しくなり、このままでもいいのではと感じて、負荷を与えるのがつらくなってしまうことがある。つまり不登校の子どもを抱え込んでしまう可能性がある。これは大人の側の自己満足であり、自己愛が満たされる体験でもあるが、子どもの成長という視点から考えると適切な関わりではない。つまり、不登校支援においては、子どもとの関係を築き、信頼関係を作っていく必要があるとともに、一方で心理的な負荷を与えるという二律背反するような事態に陥ることがある。この事態をうまく乗り越えるためには、あまり深い二者関係を避けて、複数のスタッフや教員が関わるようにしておく方が、後々に心理的な負荷を与えるときにいくつかの側面から支えてもらえることになり、うまくいくことが多い。

・心理的負荷と「初めてのおつかい」

頼ってきたりして、安心感を求め可愛いと感じる子どもに、敢えて負荷を与えていくという非常に矛盾した関係は、「初めてのおつかい²⁾」に似ていると考えられる。初めてのおつかいでは、母親といつも行っているお店に、3、4歳の子どもが初めて、一人で買い物に行くというもので、TVでよく放送されている。まだ荷物もきちんと持てないような小さい子どもに、敢えて一人で買い物に行かせる、つまり負荷を与えるというものである。どうしてそんなことをわざわざさせるのかと思われるが、これはそれほど特別なことではない。どのような子どもでもいつかは一人で買い物に行く日は訪れるものであり、テレビでは、それを一つのドラマとして子どもの様子を追跡する形で取り上げているだけである。子どもが泣きそうになりながら、何とかその負荷に耐えて頼まれた買い物をするのは、感動的であり、子を持つ親としては、つい泣いてしまいそうになる。それは、子どもにとって出来るか、出来ないかのギリギリの挑戦であり、一步間違えば事故や事件につながるし、あるいは怪我をするかもしれないというリスクがあるが、それでも子どもは母親に頼まれたことを最後まで果たそうと健気に頑張るのである。これは、子どもと母親との関係がしっかり作られており、守られた空間の中で甘えてきたという安心感がベースとなっており、また毎日母親と手をつないで、お買い物に行っているという体験が重要である。その上で、子どもは、大好きな母親から頼まれて出かけ、「家でこれを買ってくるのを待っているだろう」、「母親が行けないので自分で行くしかない」と思って、何とかその課題をやり遂げようとするのである。そこには母親に喜んでもらいたい、褒めてもらいたいというささやかな願いがあり、親の役に立ちたいという自己効力感につながるような思いもある。

一方、おつかいに行かせた母親の方も、実は子ども以上に心理的負荷がかかっているのである。子どもが出かけるのをベランダから身を乗り出してずっと眺めていたり、家で用事をしていてもほとんど何も手につかず、うろうろしたり、玄関まで様子を見にいたりして、待っている母親の方が子どもよりもさらにエネルギーを使っており、泣き出してしまいそうになることがある。子どもに負荷を与えているのは母親であるが、果たして子どもがその負荷に耐えて、買い物に行けるのか、やっぱり駄目だ行って引き返してくるのではないかと常に気にしながら母親は待っているのである。つまり、子どもに心理的な負荷を与えつつ、実は母親にも相当な負荷がかかっているのである。このように、関係性における心理的な負荷には、双方に相当な負荷がかかり、お互いにそのぎりぎりの負荷に耐えながら、共に時間を過ごすことが重要になる。もし親に全く心理的負荷のないままに、小さい子どもにお使いを頼むのであれば、それはまさに虐待に近いものである。

・「初めてののおつかい」と登校刺激

このように「初めてののおつかい」に見られる子どもと親の関係は、不登校児童・生徒に対して負荷を与えて、少しずつ現実を提示し、自立を促していくときの教員と児童・生徒との関係と共通しているところがある。

つまり、子どもは、心理的な負荷を、これまで関わってくれて、信頼している先生との約束事や先生に促されたものと捉え、何とかその思いに応じて頑張ろうとし、多少の負荷に対してもやり遂げようと踏ん張れるのである。関わって、気にかけてくれている先生に少しでも喜んでもらいたいし、二人で話し合っただけで決めたことでもあるし、またそれは子ども自身の自尊心や自己効力感にもつながるものである。負荷を与える先生は、その負荷が子どもに対して重すぎはしないか、途中で倒れてしまうのではないかと常に心配し、帰ってくるのを待っているのである。このようなお互いの思いの中で、心理的な負荷が与えられるとき、それは負荷であると共に将来につながる大切な課題であり、未来への一歩であるともいえる。

これは、何も学校に登校させるとか、不登校の体験を発表させるというような大きな負荷だけではなく、日常の小さな負荷においても同じである。斉藤（2006, p. 133）は、不登校の回復過程について述べ、外界への一歩に貢献した要因としていくつかあげの中で「適度な高さのハードルたる社会的活動の場がタイミングよく出現したこと」を取り上げている。そして、その際に「その活動との結びつきを仲介してくれる人や機関が存在していたこと」の意義を指摘している。

保健室で過ごしている生徒に、養護教諭が上手に話をもっていく、「先生、今ちょっと手が離せないのです、この書類を職員室にいる教頭先生に届けてきてほしいのだけど」とお願いすることもある。まずは、上手に話しをして、その気にさせることが大切である。そして、もう一つ大事なものは、それを受け入れる側の姿勢である。保健室から書類を持って職員室にやってきた子どもは、入ろうかどうか躊躇し、教頭先生になかなか話しかけられずに、まごまごしてしまう。その時に、教頭先生がさっと気づいて、どうしたのかと尋ねると、ゆっくりと封筒を差し出すので、保健の先生からおつかいを頼まれたのだなと瞬時に察知し、「そうか、これを持ってきてくれたのだな、ありがとう、助かるよ」と一言言ってやると、その子の自己効力感はぐんと高まり、この負荷を超えたことで少し自信もついていく。

小さな子どもは、まだ他者（特に大人）とどのように接して、誰に話しかけていいかわからず、一人でおつかいに行くのはいやであるが、母親に上手に促されてその気になるのである。これは、日常生活でもたまに見られる光景であり、小さい子どもが親と買い物に行っている時、頑張って親に代わって一人でレジに並んだりすることがある。また逆に、中学生でも、母親と一緒にないと買い物ができず、レジに一人で並ぶのが怖くて、なかなか買い物もできないという子どももいる。このような子どもは、適度な負荷、つまり母親に上手に促されて、一人でレジに並んでみるというような体験が少なかったのだろう。

・「現実」としての登校刺激と適応最近接領域

ここで、そもそも心理的負荷としての登校刺激とは何なのかということについて、少し検討してみたい。問題と目的で見てきたように、現在の不登校支援においては、まずは子どもの話に耳を傾け、その思いを受けとめ、子どもが安心できるような関係や場所を提供し、その中で子どもは少しずつ成長し、対人関係を学び、社会に適応していくと考えられている。このように不登校の子どもにとって、学

校や友人関係は非常に脅威であり、不安を感じる対象である。したがって、学校やクラスから少し離れた場所で、学校（教員）とは異なる関係（相談員やカウンセラーとの関係）を作ることが大切になってくる。その関係の中で、安心して、これまで受けとめられることの少なかった自分の思いを話せるようになり、さらに自ら表現できるようになっていく。

このように、守られた、安心できる関係の中で、子どもたちが少しずつ成長していくことはよく理解されていると思われるが、その先の、「現実社会に適応していく」ということについては、それほど議論されていないと思われる。不登校支援の基本的な方向性は、一人の大人としての自立であり、社会への参加である。しかし、その社会とは、現実の世界であり、学校生活そのものである。学校での生活は多くの心理的負荷に満ちあふれており、不登校の子どもたちが普通に学校生活を送ろうと思うと、必然的に負荷がかかる事態が起こってくるのである。つまり、不登校の子どもにとって、少し元気になって、日常の学校生活を他の児童・生徒と同じように過ごそうと思うと、そこには必然的に心理的負荷がかかってくることになる。

しかし、不登校への支援において、心理的負荷のかかる現実から少し退去し、安心して、あまり現実を見ないような関係を持つようになると、逆にそこから抜け出せなくなり、なかなか現実に向き合おうという意欲が出てこないことがある。そこで、心理的負荷としての登校刺激を、子どもの耐えられる範囲で提示していくことになる。それは子どもにとって、周りからの少しの支えがあれば耐えられるのではというぎりぎりの負荷であることが大切である。ここで、発達心理学における、発達最近接領域という考えが参考になる。これは、子どもが自力で解決できる水準に対し、「大人の援助や指導によって解決が可能になる“成熟しつつある水準”」があり、この二つの水準の差の範囲をヴィゴツキーは発達の最近接領域として捉えた（内田，1995, p. 562）。この考えにならって、筆者は、登校刺激を与える際に、「適応最近接領域」とでも呼べる、まだ一人では耐えていけないが、何とか周りの支えがあれば、耐えて解決が可能になる現実的な課題があると考ええる。

その子にとって、周りの大人の少しの支えによって解決が可能になるような課題があり、それを初めてのおつかいに行く子どもを見送る母親のような姿勢で、学校の先生や教育支援センターのスタッフが提案することが重要である。登校への刺激（心理的負荷）は、このように、子どもにとって、あと一歩で達成できそうな、でもまだ一人で実行するには不安であるというようなぎりぎりの課題である。そして、お互いがその負荷について十分に話をし、何とか耐えて、現実に一歩でも近づいていくことに合意することによって、はじめて登校刺激というのは可能になる。このように、登校刺激を与えるということは、適応最近接領域を敏感に感じ取りながら、まさに「関係性の中での心理的負荷」を与えるということである。

・心理的負荷の与え方について

以上述べてきたことを整理してみると、不登校の児童・生徒に対し登校刺激つまり心理的負荷を与えるには、以下の6つのポイントが考えられる。

- ①一定の信頼関係（NOが言える関係）ができた中で、負荷は与えられる方がよい。
- ②負荷を与える前に、十分に話し合いをして、子どもをその気にさせることが大切である。
- ③負荷を与え、子どもが了解しても、あくまでも無理をさせないようにし、無理そうであれば、子どもに、無理そうであるとか、いやであると言えるようにしておく。
- ④中止しても、また次の機会があるので、チャンスはいくらでもあることを伝える。

⑤ 1 回その負荷（登校刺激）を乗り越えられたからといって、いつでもできるわけではなく、次にできるとも限らない。

⑥ただし、1 回でもその負荷に耐えられたという体験は大きな一歩であり、評価し、次につなげる。

このような視点を少しでも意識しながら、子どもに関わり登校への促しとなされるときに、子どもにとって「初めてののおつかい」にも匹敵する大きな一歩が踏み出せるのである。小さな子どもがいつも行っている近所のスーパーまで、一人で買い物に行くのは、よくあるのではないかと思われるが、しかしそれは子どもにとっては、途方もない冒険であり、大きな成長である。斉藤（2006, p. 133）は、不登校の子どもが踏み出す一歩について、「この一歩が意味するものは、子どもとそれに関わった周囲の人間たちがそれまでに育てあげてきた感情や人間関係や能力などの実にデリケートで微妙なバランスがピタリと決まった瞬間なのである」と述べている。

このように、不登校の子どもにとって、1 時間でも学校の別室に行ってみることや、職員室までモノを届けることは、たやすいように思われるが、子どもたちにとっては、非常に緊張し、エネルギーを消費する体験である。そして、その負荷に耐えて、達成できたということは、これまではなかなか自分一人ではできなかった領域、つまり現実の日常生活に向き合い、社会につながっていこうという大きな一歩になるのである。

注

- 1) 例えば、田上（1990, p. 77）は、不登校の子どもに登校行動を形成するために、登校強制法という方法を用い、子どもの気持ちを認めつつも、「絶対に子どもを学校に行かせる」という断固とした態度をつらぬくことである、と述べている。
- 2) これはTV（日本テレビ系）で20年以上前から放送されているものである。3, 4 歳ぐらいの子どもが、親の願いで、初めて一人で買い物に行く様子を、複数のカメラで追っていくというドキュメントタッチのバラエティ番組であり、子どもの自立や親子関係の在り方、育児の在り方を改めて考えさせる内容になっている。現在は、年に2回ほどスペシャル番組として放送されている。

引用文献

- 生田純子（2000）：学校教育相談の進め方—スクールカウンセラーや教育相談コンサルタントを経験して—。東海女子大学紀要 20. 89-103.
- 内田伸子（1995）：発達最近接領域（岡本・清水・村井監修「発達心理学事典」）。ミネルヴァ書房。
- 小川幸男（2005）：SCにおける不登校の臨床—居場所とネットワーキング—。臨床心理学 5（1）。22-26.
- 皆藤靖子（2005）：適応指導教室における取り組みの実例。臨床心理学 5（1）。51-56.
- 斉藤万比古（2006）：不登校の児童・思春期精神医学。金剛出版
- 小澤美代子（2011）：効果的な登校刺激—アセスメントと対比の実例—。児童心理 65（9）。67-75.
- 鈴木康之（2002）：第5章 不登校の理解と対応（一丸藤太郎・菅野信夫編著「学校教育相談」 pp. 61-75）。ミネルヴァ書房

- 菅野 純 (2007) : 特集 不登校の対応の仕方ー登校刺激はした方がよいかー. 心とからだの健康 11 (9). 14-17.
- 田上不二夫 (1990) 3 相談と治療の原理を探る (坂野雄二編「登校拒否・不登校」 pp. 73-144). 同朋舎出版.
- 滝川一廣 (2005) : 不登校理解の基礎. 臨床心理学 5 (1). 15-21.
- 藤岡孝志 (2005) : 不登校臨床の心理学. 誠信書房
- 松川幸子 (2006) : 不登校ーかかわりに詰まったとき, どう対応したか「登校刺激を控える」かかわりで行き詰まったとき 月刊学校教育相談 20 (5). 66-69.