



たんぽぽ

八代市教育サポートセンター
子ども支援相談室だより
令和6年 6月号
文責 古杉 敬子

6月になりました。

みなさん、体の調子はどうですか？

そして、心の調子はどうですか？

「元気～」、「まあまあ～」、「体も心もだるい」

なんて声が聞こえてきそうです！

もうずっと、体も心もだるいと感じている人がいたら、とても気になります。早くその不安を取り除いて楽になってもらいたいものです。そういうときは、不安なことや気になることを誰かに話して、聞いてもらうだけでも楽になります。そして、生活リズムの乱れを整えていくことで、少しずつ心も体も回復していきます。

しかし、きつい状態が長引いてしまうとなかなかそう簡単には体は動かないものです。



ところで、相談室への相談内容も様々ありますが、不登校での相談が多くあるようです。不登校は、誰にでも起こりうることです。そして、さまざまな要因が複雑に絡み合っていることが多く、対応も様々です。不登校の子供の状況をできるだけ正しく把握することは、適切な対応をする上でとても大切なことです。そこで、今回は不登校についてお伝えしたいと思います。

対応策の一つを以下に紹介します。

子どもが学校に行かない状態が続くと、不登校のことに目が向いてしまい、早く解決しようと焦ってしまいます。しかし、そのような焦りはよい方向に展開していかないだけでなく、逆効果になってしまうこともあります。

それには、理由があって子どもの気持ちにそった対応になっていなかったり、子どもに負荷がかかる対応だったりするからです。不登校解決に向けた適切な対応をしていくためには、まず、不登校の子供の心理状態を正しく理解しておくことが大切です。右図の5つの欲求の説明です。最もベースとなる欲求である1段目の「**生理的欲求**」とは、食事、睡眠、排泄など生命を維持するための欲求で

(マズローの「欲求階層構想」)

それぞれの欲求の内容とは、…



す。例えば、虐待・ネグレクト下にある子供たちは、「生理的欲求」さえも危うい状況にあり、人格的成長、精神的成長、自尊感情の獲得、社会的成長といった面に様々な問題を引き起こすため、早急の対応が必要です。

2段目の「安全の欲求」とは、安全で安心できる空間や命の保証を求める欲求です。子供の生活の基盤となる場合は、安全で安心できる空間でなければなりません。安全で安心できる家庭、安全で安心できる学校（学級）のことです。命の保証を求める欲求を妨げる事例としては、いじめ、虐待などの問題が挙げられます。安心・安全を感じられない所に進んで行きたいと思う子供はいません。例えば、いじめを受けて悩んでいる子供は、学校に登校しないことによって自分を守ろうとします。



3段目の「愛情・所属の欲求」には、愛情や所属の他に自己肯定感と承認（友だち、先生、親から認めて受け入れてもらう）の欲求があります。愛情とは、深く理解され、深く受け入れられたいという欲求です。不登校の子供たちの多くは、この3段目の欲求の充足につまずいています。子供にとって家庭や学校（学級）でこの愛情、所属、承認が満たされていないと、不安を感じます。自己肯定感とは、自分の長所やよさを自覚することです。不登校の子供は、自己肯定感が低くなる傾向にあります。自分に自信がもてず、「周りから、自分はどう見られているのだろう、どう思われているのだろう」と不安を感じやすくなっています。このようなときに、学習のつまずき、友人関係のトラブルといった負荷が加わると、子供はますます不安定になります。

そういったことから、不登校の解決を進めていくためには、子供に満たされている欲求、満たされていない欲求をしっかりと見極めながら、「生理的欲求」、「安全の欲求」、「愛情・所属の欲求」といった欲求を順番に満たしていけるような働きかけや環境づくりが必要となります。

出典：「西村 明倫（日本心理学会心理師 メンタル心理カウンセラー 不登校訪問支援カウンセラー）著冊子」

* 次回は最も大切なこと、『愛着関係』についてお伝えします！



子育て相談（不登校など）

こどもでもそうだんができます！



●相談方法

- 電話 0965-33-6145（相談室直通）
- メール kodomo-sien@yatsushiro.jp（または、上のQRコードから）
- 面談 やつしろ子ども支援相談室（八代市役所4階教育サポートセンター内）

●相談時間 月～金曜日 午前9時～午後2時