

研究所だより

第496号
2026年 3月11日
発行：土佐清水市教育研究所
TEL 82-3015

“春の小川は さらさら行くよ 岸のすみれやれんげの花に

すがたやさしく 色うつしく 咲けよ咲けよと ささやきながら ”

『春の小川』 日本の童謡・唱歌 1912年(大正元年)



“一月は行く、二月は逃げる、三月は去る”

早いもので今年度も後わずかとなりました。暦の上では、「啓蟄(5日)」「蟄」とは虫のことで、土中の虫が地面にはい出てくる季節が過ぎ、虫や草花の様子にも春の風情が感じられる頃となりました。

季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。花粉症、インフルエンザなど要注意です。引き続き健康管理に留意しながら過ごしましょう。

指導と評価 令和8年/3月号(抜粋)

～つなぐ・つながる支援～

不登校の子どもへの成長支援

こばやし まさゆき
小林 正幸

NPO法人元気プログラム作成委員会理事長・
東京学芸大学名誉教授

1 コロナ禍がもたらしたもの

2020年からの新型コロナウイルス感染症の流行期に、不登校が急増した。1,000人あたりの出現率はコロナ禍中のわずか3年間で、小学校で1.70倍、中学校で1.46倍と、かつてない上昇を示した。また、この時期、中学、高校の自殺者数は、過去最高レベルで推移した。一方、小学校の暴力行為発生件数の出現率は、コロナ禍の2021年に、中学校を上回った。他方で、中学校はコロナ禍開始年度まで減少を続けてきたのだが、コロナ禍の2年目に上昇に転じ、小学校を追いかける形で上昇している。

2 「他者を恐る感覚」を生んだコロナ

筆者は、コロナ禍を境に増加した中高校生の自殺、小中学生の暴力行為件数の変化も、コロナ禍のパンデミック災害の影響によると捉えている。災害や大事故後の被災者の追跡調査を再分析した研究によれば、被災者の約3分の1が、PTSD(心的外傷後ストレス障害)をはじめとする強いストレス症状や神経症状を示すところの不調に、3年以上苦しむとされている。それは、PTSDをはじめ、強い「不安・恐怖反応」「攻撃反応(逃避・回避を含む)」等の不快感の表出を抑制する方向の両極端の各症状を示すことに特徴がある。そのうえ、感染症の拡大は、他者との接触を回避する「他者を恐る感覚」を強める特有の性質がある。実際、2021年度には、コロナ感染回避で学校を長期欠席した児童生徒は約6万人となった。これは不登校でないといわれたが、不登校と紙一重の心理状態であったといえよう。

3 不登校の子どもに必要な成長支援

一般的に、不登校、特に欠席が長期になった場合、欠席が続くことに子どもは傷つき続ける。学校に行きたいとの願いがあり、登校できないのであれば、思いどおりに動けない。これは「こころの不調」である。

それは、自身の願うとおり、思うとおりに動けないことである。逆に、「こころの好調」は、自身の願うとおり、思うとおりに動けることである。

また、学校への忌避感や嫌悪感が弱くても欠席が重なると、学力面でも対人関係面でも、仲間から取り残されていく。自身の成長を感じとれなくなる。仲間と同じように成長しないかもしれない自分に幻滅していく。それは学ぶことへの不快感を日々強める。結果、学ぶ場を避けるようになる。以上のように、欠席日数が増加する、不登校が続く理由のいちばんは、欠席が続くからなのである。

いまの不登校の子どもたちは、コロナ感染の拡大の恐怖を体験した。これからの子どもの支援、特に不登校支援では、再登校をめざす以上に、「こころの不調」からの回復をめざすかわりが重要である。以下、いまの不登校で、保護者と支援者に置留められることを述べたい。

4 保護者・支援者の求められること

(1)居心地のよい環境での生活を保障する

コロナ禍で長期間強いストレスにさらされたいまの子どもたちは、従来の不登校以上に安心・安全の感覚を味わう体験が必要であろう。そのために、居心地のよい環境の中で日常生活を送ることが、基盤として求められる。「居心地がよい環境」とは、その場で受け入れられ、自由に話すことができ、助け合っていて、楽にいられるなどと感じることである。

在宅の場合では家庭環境が、登校した際には学校での受け入れの場が、フリースクールであればその場が居心地がよいと感じられることをめざす。これが基盤となる。

(2)安心感が強くあり、どっしりと安定したい

不登校の子どもに接する際、まずかかわる大人自身が心身ともに安心し、安定した気持ちで落ち着くことが大切である。つまり、かかわる人にも「こころの好調」が必要である。しかしこれは理想であり、現実にはむずかしい。これを完璧に行おうとするのはかえってかかわる人を不自由にする。自身の中のこころの揺れを意識し、大揺れしないように心がけるくらいでちょうどよい。こころの安定が乱れたときに、元に復することを意識し続ける。

他者や子どもを責めない。少なくとも自身を責めることは慎む。大揺れしても元に戻せる自分にOKを出す。そのことは目の前の子どもにOKと言いやすくなり、不快な感情の上手な扱い方のモデルを示すことにもなる。

(3)感情を大切に

感情を大切にすることは、子どもの感情を受け入れていることを、子どもに伝えることである。そのためには、子どもの身体の様子や表情から感情を推察し、そこに言葉を与えるのである。「何か心配なことがあるように見えるけど・・・違う？」などと、表情から感情を捉えて言葉にする。特に、不快な感情には、子どもが訴えたい要求や願いが背後にある。感情の背後にある願いには、例えば、次の願いが潜んでいる。恐怖は「生き抜きたい」であり、不安は「よいことが起きますように」、悲しみは「助けてほしい」という具合である。

すなわち、子どもの不快な感情を否定せず、できる限り受け入れその感情が訴える願いは何かを探る。例えば、怒りには「変化」を求める願いがある。誰に対して、何に対して、どのような変化を望むのかを確認し「なるほど」と受けとめる。そして、子どもの感情の背後に見え隠れする複雑な願いの中心を探す。ただし、そこで示された願いをそのまま許容する必要はない。その願いが本人にあることを理解し、願いとして理解し、受けとめる。

(4)自己制御感を高め、主体性を育てる

そのうえで、感情の背後にある本人の願いをわかり、その願いが実現できる可能性を探る。よく不登校では「受け入れる」「見守る」「寄り添う」と言われる。これは感情を「受容」する点では正しい。しかし、背後の願いのすべてを受け入れる必要はない。そのときに求められるのは、子どもの願いの実現の道筋や到達点についての妥協点を探ることである。具体的には、複数の妥協案を示し、その中から選択するように求める。A案、B案、C案などと複数を示す。そのとき、子どもがいずれの案もダメだとしても、それも一つの選択肢として捉え、にっこり笑っていまはOKとし、結論を先延ばしにする。その後、代案を子どもと共に考える。

この方法が好ましい理由は2点ある。第1は「自己制御感」の回復である。第2は「主体性の育成」である。第一の理由は、自己制御感とは、自分が環境を自分の意志で変化させられる感覚のことである。災害などでは、被災者、特に子どもは自己制御感を失いやすい。多くの場合、災害や災難では、自身が環境を自由に変化させる機会が奪われるからである。コロナ禍では「3密回避」の言葉が示すように、生活上の制限が増えた。

さきにもふれたが、不登校は「こころの不調」を招きやすい。学校に行きたいが、行けないことは、自己制御感の喪失にほかならない。自己制御感の回復は「こころの回復」に必要であり、ていねいに願いの実現を手伝う。これが「こころの不調」の段階にいる子どもには必要なのである。自分の願いや望みをわかり、願いの実現可能性を吟味し、現実との折り合いをつける。その体験は、その後の生き方を楽にしていける方法を伝達することにつながるであろう。

以上の自己制御感の回復を促すプロセスが、主体性の育成につながる。自主性は他者の評価を視野に入れるが、主体性は、自身の願いの実現を第一に、実現可能性を吟味しながらも、願いの実現の意欲を抱くことである。このように主体性の育成は、直接「こころの好調」につながっていくのである。

第3回教育研究所運営審議会

3月5日(木)に第3回教育研究所運営審議会を開催しました。

本年度の事業「1. 教職員の資質向上の取組、2. 転入教職員研修会の開催、3. 調査研究の推進、4. 豊かな心と健やかな体の育成の取組、5. 情報教育に関する事業、6. 資料収集に関する事業、7. 刊行物、8. 教育研究所運営審議会、9. 教育研究所連絡協議会」の9項目についての実績報告、協議、意見交換を行いました。

なお、下記【補助事業】(1)(2)の実績については、研究集録「清水の教育」をご覧ください。

1. 教職員の資質向上の取組

【補助事業】

(1) 教育研究推進事業：教育研究集会〔全体会（講演）、研修等〕の運営

・教研推進委員会の開催（年6回 含一日教研準備会・メール配信）

第1回4/11、第2回7/22、第3回8/1（準備会）、第4回（メール配信11/6）

第5回 12/4（推進委員・部長合同委員会）、第6回 2/12

・教研活動

①組織教研4/30 ②一日教研8/1 ③半日教研11/5 ④総括教研（部会別開催）

*代表者会（資料配付）

⑤各部会の取組（事業実績）

(2) 教育研究活動事業：研究協力校〔2校：三崎小・清水中〕の取組（事業実績）

2. 転入教職員研修会の開催〔年2回：①5/27（火） ②8/21（木）〕

①「講話：教育行政方針・じんけん行政について」 ②「講話・フィールドワーク等」

3. 調査研究の推進

(1) 「ふるさと」を探究課題とし、小・中・高12年間を通して「21世紀のジョン万次郎」の育成を目指す、探究的な学びの在り方の研究の推進

(2) 【連携・支援事業】学力向上検討委員会〔年2回：①9/25（木） ②2/3（火）〕

①全国学力・学習状況調査及び標準学力調査の結果について（分析と今後の取組等）

②高知県学力定着状況調査の結果について（分析と今後の取組等）

4. 豊かな心と健やかな体の育成

(1) 定期的な学校訪問（各学校の児童生徒の状況把握、情報交換等）

(2) 教育支援コーディネーター（あすなろネットワーク）連絡協議会の開催

「不登校等問題行動の未然防止、早期支援のためのネットワーク構築及び教育支援コーディネーターの育成」

第1回 5月16日（金）

内容 あすなろネットワークの概要 年間計画立案 講話

第2回 8月25日（月）

講師招聘（ヤングケアラー当事者、高知県子ども家庭課職員）

内容 気付け・つなげる・支える ～ヤングケアラー支援の第一歩～

第3回 11月27日（木）

講師招聘（高知県立療育福祉センター職員）

内容 “みてわかる”支援と環境づくりについて

第4回 12月 年間総括（アンケート形式にて実施）

内容 来年度に向けて、希望する内容・講師など

(3) 適応指導教室「あすなろ教室」への支援

・通室生に対して可能な対応・支援の実施

・欠席調査による児童生徒の状況等の共有

5. 情報教育に関する事業

(1) ホームページの更新等について

・教育研究所HP（研究所だより、月別行事予定）：GIGA スクールサポーターによる支援・更新

6. 資料収集に関する事業

(1) 教育資料等の購入と紹介

①市民図書館所蔵DVD（新規購入分）の紹介

②所蔵図書、資料等の紹介・展示

③令和7年度中学校教科用図書（含む採択図書）の紹介・展示

7. 刊行物

(1) 『2025年度研究所要覧』の発行

(2) 『研究所だより』の発行：4月（第484号）～ 3月（第497号予定）

(3) 2025年度研究集録「清水の教育」（ファイル・CD）の発行

8. 教育研究所運営審議会（年3回）

第1回－2025年6月10日（火）

内容：①役員改選 ②事業計画提案・協議 ③意見交換

第2回－2025年11月13日（木）

内容：①2025年度前期事業実績報告 ②意見交換

第3回－2026年3月5日（木）

内容：①2025年度事業実績報告 ②意見交換

9. 高知県教育研究所連絡協議会

・春季教育研究所連絡協議会（ライブ配信）

期日：2025年6月6日（金）

内容：所長部会、全体会（講義・演習）

