

学校再開後の不登校予防対応の指針

1. これまでの情報の確認・共有

- これまでの不登校歴の有無、特別な支援の必要性の有無などを確認しておきましょう。適宜、前年度の担任等からの情報を収取しておきましょう。気になる児童生徒がいる場合には、事前に電話連絡をして、登校のモチベーションを高める声掛けを提供することも有効です。

2. 再開後の対応

- 学校再開後、気分の落ち込みやイライラ等の様子が認められる可能性があります。それが、昨年度までも認められた様子なのか、今年度新たに認められるようになった様子なのか、確認しましょう。「今年度から新たに」の場合の方がより注意が必要です。
- 授業の遅れ、学級づくりなど、先生方もやりたいことがいっぱい浮かぶと思います。ただ、一度に全部をこなすこと、解決することは困難なので、「課題リスト」のようなものを作成しましょう。1つ1つ、落ち着いて進めていきましょう。

【課題リストの例】＊課題や優先順位はあくまで「例」です。

＊先生方の手の出しやすい、学校での課題を優先順位の上位に置きましょう。

優先順位	課題	取り組む場所・場面
1	学級経営のための役割分担、友だち作り	学校（主に日中）
2	学習計画の作成と理解度に応じた調整	学校（主に放課後）
3	特別な支援の必要な児童への対応	学校（主に授業中）
4	生活リズムの確保	家庭

3. 不登校の兆候への対応

- 登校再開初日、登校しなかった児童生徒には、電話にて、様子をお伺いいただくことが良いでしょう。単純に忘れていた場合もあるかもしれません。叱責するのではなく、登校を促すような、楽しい雰囲気でも連絡いただくと良いでしょう。
 - 欠席が2日続いたら、日中の様子を少し詳しく聞き取りましょう。特に、生活リズムに注意していただくと良いでしょう。
- 起床時間からコントロールすることが効果的と言われています。朝起きるための作戦を児童生徒と相談してみましょう。食事を3食とれているか、お菓子の食べ過ぎがないかの確認も大切です。児童生徒が自分で問題に気づけるよう、生活の振り返りを促すような質問が有効です。
- 欠席が3日続いたら、要注意として、ケース会議等を設定していただくと良いでしょう。スクールカウンセラーなどとの情報共有も重要です。
- 情報収集、共有の視点として、「何を避けているか・不安に思っているか（友だち？勉強？先生？）と「何を得ているか・どんないいことがあるか（好きなだけ眠れる？ゲームできる？親と過ごせる？）」の主に2つを整理できるように情報収集しましょう。また、保護者の様子（子どもの様子をどうとらえているか、保護者自身が困っていることはないかなど）を確認することで、学校との信頼関係の構築につなげていきましょう。

4. 積極的な支援・対応

- 不安、緊張、焦り、怒り、憂うつなどが混在し、どのように自分の感情を表現したらよいかかわからない状態になっている可能性もあります。また、頭痛、腹痛、パニック症状などの身体症状としてのストレス反応が出現しやすくなる可能性もあります。叱ったり、説得したりしても、不安などの解決には至りません。まずは生活リズムを整える、環境の変化への対応、心理教育、学校にある楽しさを見つけるなどが確保できるように関わりましょう。症状が重い場合や、なかなか効果が出ない場合はスクールカウンセラーや病院と早めに連携をとるよう働きかけましょう。

参考：新川・杉山・小関ら（2020）「不登校当事者の主観的観点から見た回復過程における記述的検討」 ストレスマネジメント研究。

対応方法などについてご不明な点がございましたら桜美林大学小関研究室（skoseki@obirin.ac.jp）までご連絡ください。