



# 不登校 -- こどもと話して思う

方安庵 Masa Nishimoto  
COI ありません

注) 今回辻村深月さまの本をテキストに使用する事について、ポプラ社様より  
非営利の会での講演ということでしたら、  
その場での投影に限り許諾ということです。大変ありがとうございます。  
抗議の際は、直ちに削除させていただきます。



# プログラム

## 第一部 さんてんいちいち

宮古と方安庵連絡ホーム  
もっともわかりやすいのは、報告や第25回外来小児科学会口演報告  
質問うけます

## 第二部 不登校

辻村深月さんの「かがみの孤城」（ポプラ社）の電子版をテキストに

どうしても 心理学や予習にこだわりたいかたへ

方安庵リアルタイム医療情報  
の不登校やfacebookへ。そのnoteにまとめてある  
子どもの心身に関する病気まとめ  
を参考にしてください



# たちいち

- わたしのたちいちは、はっきりしています。医師？  
精神医学？ 心理学  
しいていえば、精神保健医です。ですが、
- 目の前のこどもと話す自分は、なんのしがらみもないお  
じさんで有料です。
- 本人がダメということは、親にも話さない—保護者は知  
る権利がある？ こどもの日記をみる、スマホを見る権  
利がある？
- 0才から100才の意味 例えば15-18才だけがこども  
じゃない（小児科、発達心理学の観点） 高校生だけ見  
てなにか解る？
- 擁護教諭の優位性って？

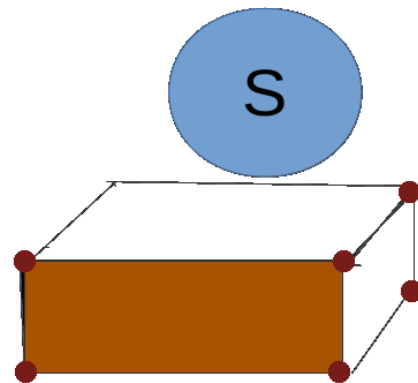


# いきなりですが確率の話から

- 数学的確率
- 統計的確率
- そして解析

# 数学的確率

```
#include <stdio.h>
int main(void) {
int n;
char a[8] =
{'s','o','n','t','a','k','u'};
char *pa;
pa = a;
printf( "naiyo ->%s\n",pa);
printf( "adress of s ->
%p\n",&pa);
return 0;
}
```



```
mariBSD1$ ./test.o
naiyo ->sontaku
adress of s ->0x7f7fffffd928
mariBSD1$
```

# 数学的確率 2

## 鳴門教育大の問題

組の夫婦合計 6 人の男女がいて、次のように横 1 列に並んだ A から F までの座席に座る。



この 6 名の座席をくじ引きによって決めるとき、ある特定の夫婦が隣り合わないように座る確率を求めなさい

# こたえは？

Hint 余事象

- 事象  $S$  を特定夫婦が隣り合わないとする
- 余事象は隣り合う 2 席の組み合わせ。まずは、
- 特定の 2 名のための席の座り方は  $6 C 2 = 15$  通り
- そのうち隣り合うのは  $AB, BC, CD, DE, EF$  の 5 通り
- だから、 $5 / 15$  で  $1/3$  それが余事象なので  $S = 2/3$
- めんどうだから、隣り合わない椅子を直接数えると、
- $AC, AD, AE, AF, BD, BE, BF$ 、さらに  $CE, CF, DF$  の 10 通りだから  $10/15$  で  $2/3$

# どっちとどれ

うちのわん せん 7歳

- 1、2、3を選択する⇒どれ
- 3つのうち2つを選ぶ⇒どっち
- かおをみず数字を見させる苦労が大変
- 1、2、3 解るまでに5年かかる
- その前にすぐにわかったことはなんでしょう？





# 統計的確率 -2x2 表

| 不登校（欠席 18 以上） | ある | ない |     |
|---------------|----|----|-----|
| 自律神経*ある       | 7  | 20 | 27  |
| 自律神経ない        | 7  | 66 | 73  |
|               | 14 | 86 | 100 |

○信頼性 = 感受性 / (1 - 特異性)  $0.5 / (1 - 0.76) = 2.08$

○ $\chi^2$  検定 =  $n(AD - BC)^2 / (A + B)(C + D)(A + C)(B + D) = 100(7 \times 66 - 20 \times 7)^2 / 27 \times 73 \times 14 \times 86 = 100 \times 322^2 / 2373084 = 10368400 / 2373084 = 4.37$

自由度は 4 分割表なので母集団 1 として  $P = 0.05$  とすると 3.87 なので  $P < 0.05$  で有意

○統計の意味 解析や メタ解析

例えば、不登校と自律神経の関係にばかり目がいく だが 100 人にアンケートしました  
みたいないな方法で、単純な解析をすると、  
いじめはいじめる奴が病気だ？ 不登校は病気か？  
一年 360 日 学校休む日に 180 日 その一割 18 日やすんだら陽性ですか？

\*腹痛、頭痛など

# ビッグデータ信仰。ほんとう？

→ この表（フェイク）から、腹痛や頭痛などの症状と不登校には、関連があることになる。→ ここで自律神経がある不登校を「本物」とすると学校に来ない子の半分は、疑陽性の「偽者」つまり、頭痛や腹痛は訴えるが本物の不登校ではないことになる。

これでいい？ また、そう定義すると、不登校がない子で、自律神経症状を訴えている20人は「偽偽者」つまり学校に出る不登校？

更に、100人を見て統計とると、学校に行けない子は最低で7人だが、その約3倍の母集団を持っている可能性があること、特異度が0.5なので、学校に来ないけど、さぼっている可能性の子が最低7人いる可能性があることを含んでいる→エビデンスの統計の欠点として、偽陰性つまり潜在的な不登校をかなり含んでいる可能性があるし、複数で個を見ることの落とし穴を注意。



## ビッグデータ信仰。ほんとう？ 2

→ 単純に学校に来ないからといって、サボリのように感じた指導にも、なんら根拠がない。むしろ学校に来ようが来まいが、ある A 君が自分のところに来たら、A 君自身の問題で来ていることを考える。つまり

→ 「なにしてる？いま、みんな運動会の練習だろう？」は  
**サイテー！**

# まとめると

**みえてくるもの** 複数となると数えなくなる。これ宿命です。  
例でもわかるように、人には大切な個体属性がある、文字だったり、単語だったり、数字だったり、数だと整数かそれ以外か、人だと属性を考える。男か女か、ふとっているか、痩せているか、美しいか、美しくないか、イケメンか。。。そしていつのまにか数字が一人歩き。

アドレスはアドレスでしかない。

組み合わせと順列の違い

統計の限界

→ 一人一人への回帰

個人対個人

集団の中の一人

相談者はあくまで一人

困った診断書による欠席期間の延長

私は味方であって、調整者ではありません。

# うその実例

- うそは、SKIN（S 忖度 K 改竄 I 隠蔽 N 捏造）？ これは大本営発表—改竄、隠蔽、捏造の太平洋戦争という辻田真佐憲さんの本がある。これにSを加えるか。忖度はもともと偏見と同じく悪い言葉ではないのに、今は、、、
    - 国会答弁、もりかけ事件
  - 8億円の値引きは妥当？ 国会証人喚問 検察もうごいて訴追のおそれ 検察は不起訴？ 登場人物 SさんとAさん、MさんとSさんの違いって？
  - 理財の管理のずさんさ？ 記録の書き換え 自殺者は一体どうなる
  - 当事者は払い下げする方、される方、その間に動いた人たち、など払い下げられた人のみ拘禁
  - 管理者は？ 官僚の処分のみ？ 監督責任は？ 「将来共同様にならないよう反省と努力」って？
    - 働き方 電通の事件 改革 残業の制限と免責
    - 同根 ・ 神戸県教委事件 ・ 日大アメフト事件
- 自分がどう感じるかではなく、**子どもたちはどう感じてるか**です。  
18歳で参政です。



## 「ぼっちゃん」からの忠告

私のむすめは現在、二松學舎大学2年生。二松といえは、夏目漱石です。漱石は、明治14年7月に第3級第1課を、同年11月に第2級第3課を卒業したとホームページにあります。授業内容は 唐詩選、皇朝史略、古文真宝、復文。 孟子、史記、文章軌範、三体詩、論語とあります。 英語教師の漱石明治28年（1868+28）ごろ、アメリカではフォードの4輪自動車成功前夜あたりの私小説ですが、あの「ぼっちゃんのような」平易な、江戸時代の黄色表紙のような有名な作品がどうやって生まれたか、興味あります。23歳のぼっちゃんの一節（6章直前の文章）に、

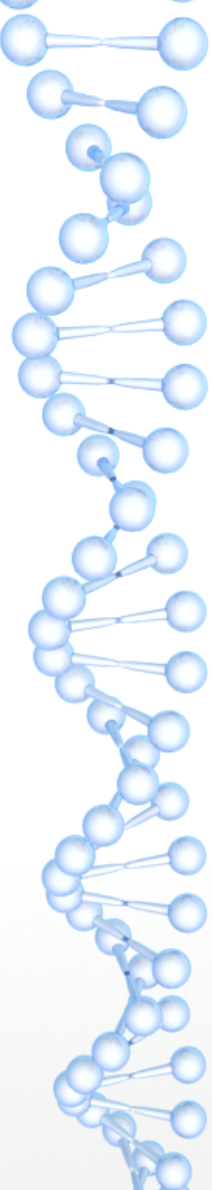
# うそは悪い？ わるいです。

「。。。これより気の付けようはありません。わるい事をしなけりゃ好いんでしょう」赤シャツはホホホホと笑った。別段おれは笑われるような事を云った覚えはない。今日ただ今に至るまでこれでいいと堅く信じている。考えてみると世間の大部分の人はわるくなる事を奨励している。

わるくならなければ社会に成功はしないものと信じているらしい。たまに正直な純粋な人を見ると、坊っちゃんの小僧だのと難癖をつけて軽蔑する。それじゃ小学校や中学校で嘘をつくな、正直にしると倫理の先生が教えない方がいい。いっそ思い切って学校で嘘をつく法とか、人を信じない術とか、人を乗せる策を教授する方が、世のためにも当人のためにもなるだろう。赤シャツがホホホホと笑ったのは、おれの単純なのを笑ったのだ。単純や真率が笑われる世の中じゃ仕様がなない。清はこんな時に決して笑った事はない。大いに感心して聞いたもんだ。清の方が赤シャツよりよっぽど上等だ。「無論悪い事をしなれば好いんですが、自分だけ悪くい事をしなくっても、人の悪くいのが分らなくっちゃ、やっぱりひどい目に逢うでしょう。

。。。。」

# 去年の高校生の相談



|   | 高校生のみ          | 年齢 |
|---|----------------|----|
| • | ♀ 腹痛 不登校       | 15 |
| • | 頭痛 不登校 リストカット  | 15 |
| • | 解離性遁走 脱力       | 16 |
| • | 不登校 学校が合わない    | 16 |
| • | 頭痛 OD          | 16 |
| • | 頭痛で 食不振        | 17 |
| • | ふらつき 幻視        | 17 |
| • | ♂ 頭痛 腹痛 パニック障害 | 16 |
| • | 頭痛 不登校 検定に     | 17 |

もちろん中学生が一番おおい。→ということは？





# しんじつの報道

2年前に怒ったやまゆり園の職員による殺傷事件。被告から手記が出版される。「障害者は存在価値がない」という主張が流布されるデメリットと、いまでもかわらない被告が存在する事を含め、「事件を忘れない、真実を可能な限り明らかにする」として出版するメリット、もちろん出版者は、被害者の人たちや専門と称するひとの意見も掲載するだろうが、U被告と同じ考えをもつものも増やすだろう。

いじめでも、びょうきでも何でも、フツーではない、恐ろしいこと、悲しいことの真実を明らかにする事は、ウソと対極だけれどハッピーエンドではない。これもまた真実だ。



## たちいちの再確認

目の前の子どもと話すたんなるおじさんは  
「医者」である必要あり？

学校の先生は例えば 30 人の子どもをみるし、  
組織の一員。学校の先生は、みんなの先生。

みんな大人のひと？ ほんとう？

こころはこころ、先生は先生、

擁護の先生は擁護の先生、

わたしはわたし、きみはきみ、

けっしてぶれない。



# 不登校を考える ---- かがみの孤城から ----

先日の講義では、実文を多数引用してお話しましたが、著作権にかかわることでもあり、このホームページでは、ダイジェストで総括文のみとさせていただきます。

辻村先生、ポプラ社編集の吉田さんありがとうございました！

# Key Words

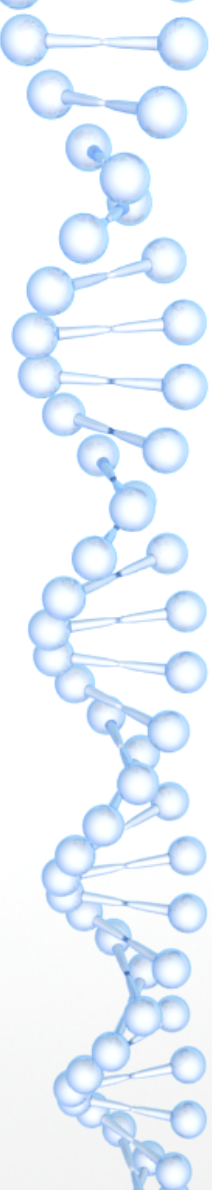
- 個人と向きあう
- 生徒の一人と向き合う
- うそは禁物嘘という名の悪党
- 義務教育 学校に行く意味
- 権利一平等
- 劣等感
- とじこもる
- せいじゃない
- 監視
- なんでじぶんだけ
- 好きになる
- 闘い
- 加害者 被害者 教師 調
- 話してみろよ
- 一緒に行こう
- バカにすること されること
- 分析 診断 診断書
- こどもは恋愛するもの 偏見
- 許される意識 なぜわたしだけ
- 普通になれない
- 集団の中の一人が出来る子、出来ない子



では、お話したこと総括しますね。

高校生だけを扱ってもわからないことが多い。こどもの成長の変化は一分一秒である。大人が持っている、これが自分というものは、ほぼない。刻々の変化。それが、自我の発達の最大の特徴ですね。

で、高校生は中学生からなるわけで、まず中学生の教材として、「かがみの孤城」を許可を得て使わせてもらいました。一回こっきりの講話というのが条件でしたので、お見せしたスライドは、総括して、お示しします。

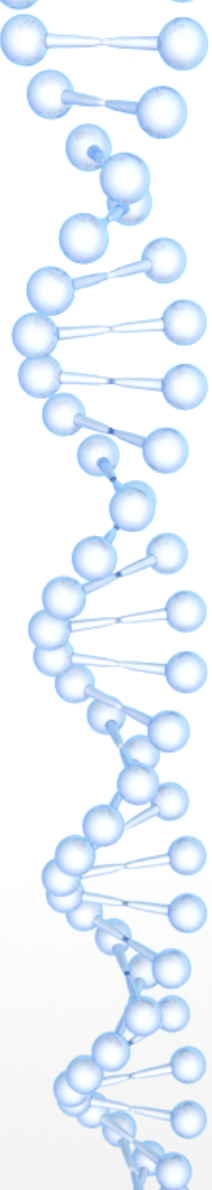


このなかで、主人公のころと、同じ学校の中学生だが年代が違うウレシノ(1年)、フウカ(2年)、マサムネ(2年)、スバル(3年)、アキ(3年)、それにハワイにサッカー留学しているが、本当は同じ中学だったはずの1年のリオンの6名と主人公の1年生のころの7人のほぼ不登校の子供達がオオカミさまという覆面の女の子と織りなす、赤ずきんちゃんのような、狼と七匹の子山羊のようなはっきりしないからみから、一年のうつろいのなかで次第にはっきり関係性をみせながら、一見パラレルワールドのように見える次元の窓を出入りしながらクライマックスに進んでいく筋立てで、その中に、それぞれの抱えた不登校ワールド(かがみの外の世界という意味、あ、これは私の表現です)問題を浮き彫りにすると言う、なかなかの名作です。ころワールドのキーパーソンとして、お母さん、いじめっ子の真田美織、転校生で理解者となる東条さん、担任と擁護教員、7人共通の次元に喜多嶋というフリースクールの先生が登場します。

いろんな問題点は、話の流れのなかちりばめてにあります。なかでも「権利」とでも言えるテーマをまず見てみましょう。

例えばマサムネは、義務教育で学校に言って、教師が教育と称して威張り散らす権利。同じクラスメートの部活希望への発言として、「らしくないよね、やめたら」と言える権利。それに、思い通りにならない家に閉じこもった、ころの家を押しかけてきて、当然のようにピンポン!ドンドン! と呼びかけに無理に答えさせようとする権利。

これなんか、学校に行けない子にとっては、自分ん家というのは、大切に家族みんなの家でもあるから、そこに、場違いな子を入れてしまった罪悪感を伴っています。それなのに、自己チューに、ころをいじめているのを分かっているながら、逆に「どうして出てこないの、ひどい」と泣き声になる美織や、それを担任に勇気を出して言っても、それだけ?みたいな、無機質な言葉で処理し、問題を矮小化して取り扱う教師像などがからめて描かれています。



それに、本人にとっては、「学校にいけない」ばかりでなく、ふらふらと遊び歩くわけではなく、家に閉じこもることは、そんな簡単な問題じゃない。一旦閉じこもってしまうと、その原因だけではなく、閉じこもり自体が、重くのしかかる。自分と同じ中学生に道ですれ違っても、胸が潰れ、そうしたいと思ったわけではないのに、顔が俯き、彼らから視線を逸らすけれどつい見ってしまう自分。ついに、近くのコンビニが怖くなったり、唐突に無力感をさとりされる自分をこどもは実感するわけです。

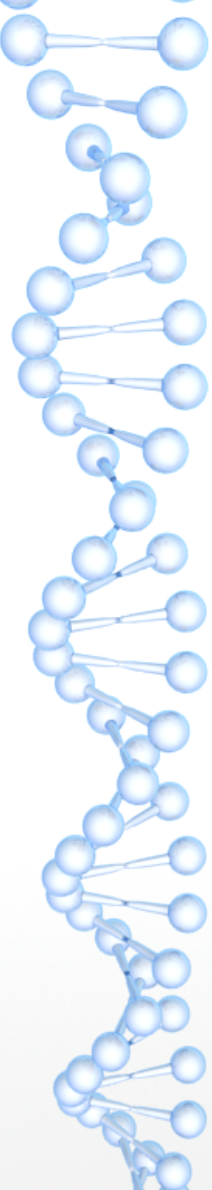
「無理」とよく子供は言いますね。「無理」の真の意味を一生件名考えないで、大人は納得したり、あるいは、「何が無理だ、努力もしないで」風に、矮小化しようとはしますが、果たしてそれでいいのでしょうか。

これも思ったより大きな権利なんですけど、「つい帰れる権利」と言うのもあります。大人って、子供に比べ、自由に行動できる。それ自体、閉じこもるこどもには、絶対的な権利、言い換えると権力なんです。つい家に心配で帰るお母さんの権利。それって権力？。物語のなかでは、孤城に行っているところは、心のどこかに、もしお母さんが帰ってきたらどうしようという焦りが常にある。それなのに、ある日本当に帰ってくるお母さん。

「お母さん、言うつもりはなかったんだけど、実はこの間、お昼に、たまたま仕事から帰ってきたの」(中略)「そしたら、ころがいなかったから」

「どうして帰ってきたの」(中略)この人は、ころを信じていないんだと思うわけです。

こう言う時、つい大人が言ってしまう、責めてる訳じゃない、という言葉。(本当はかがみの城にいたんだけど。)あんなに外が怖いのに、外に出て、ふつうの子たちと同じように平然と過ごしているなんて、思われたくない!と、ころはちよつと身勝手な反応をします。現実には、こういう時のこどもは、思わぬ激しい態度を取ったりします。

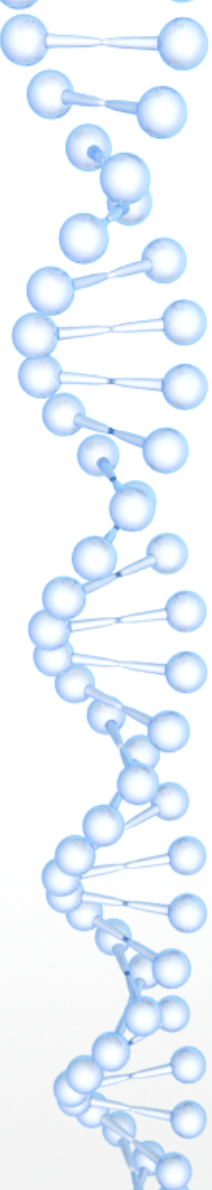


なぜ帰って来てしまうのか、ですが、こころだけではなく、ウレシノ君は、いじめで不登校です。彼は言います。「。ママも仕事してるんだけど、午前中だけは休んだりして僕につきあって、家にいたり、スクールにまで一緒についてきたり。正直、うざかった。監視されてるみたいで。別に死なねーよって感じだった」と。放置は確かに危険です。けれど、こどもが自殺とか思っていない場合は、逆に希死念慮を強化したりします。現場を抑える、的な行為って、親に限らず、相手を信用しないからとる行動なのは間違いないわけで、そのことの意味を良く考えてみたいものです。

かがみの弧城での連帯感の強化から、ある日ある時、学校に行くことにしたところ。「一緒に行こうか？」と言うお母さんを断ります。本当はそうしてほしい。こころは「大丈夫」、と答えます。思ってもいない、つい出てくる真逆の言葉は、汲み取りが必要ですがなかなか難しい。考え、考えながら、思いつめて気力を失い、ベッドに倒れこむ、そんな状態のこども。こういう時こそ思い出してもらえる大人、それは、こどもの気持ちを汲み取ることが出来た大人に限られる訳で。そんな大人は相談を受ける側としては、大変幸せな大人であり、先生です。話のなかで、喜多嶋先生は、そう言った思い出してもらえる先生として描かれています。彼女がこころに言ったという言葉「こころちゃんが学校に行けないのは、絶対にこころちゃんのせいじゃないです。」これはすごい表現です。

そんな偏ったこと出来るか、自分は、そんなこと言えるか。そう考えるあなたは、絶対的な、後戻りの効かないことば、完全にその生徒サイドに立たないと言えない言葉が言えません。と言うか、普通の大人は、相手が100%悪いなんてとか、へつらっているのじゃないかとか思われなかなんて感じて、つい玉虫的な発言をしやすいところですね。そんな、隙間をオールオアナッシング的な思春期のこどもは決して許しません。正しいか否かではなく、そういう態度を許してくれないのです。



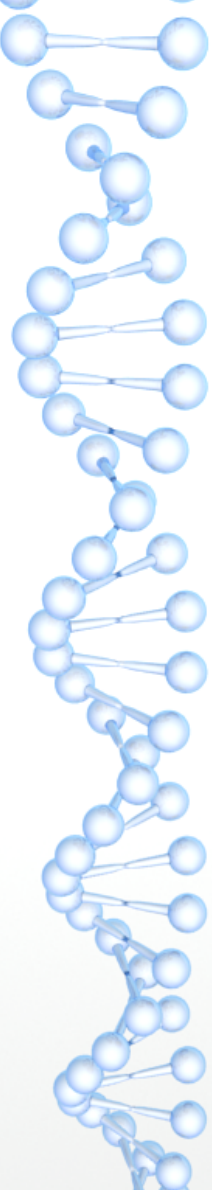


ところが、この喜多嶋方式は、担任の宣誓には出来ない。違いますか？なぜでしょう。たった一人の生徒の先生じゃないから？でも、こころの問題は、本当にこころの心の問題ですよ。喜多嶋先生は、ひとりひとりと話し合います。相手が複数でも一人一人と同様の信頼を築けます。何故でしょうか。彼女は、相談者の理想の姿で描かれています。自分もいじめ体験者だったからのようです。

「玉虫色」について。この物語でも、いわゆる「担任」は、いろんなところで登場しますが、こころに対して、「みんな、四月からも学校で待ってるからな」とか言ったりする訳ですよ。こころじゃなくても、本心？って思いますよね。相手が本当にそう思っているとは思えないことを言うっと言うシチュエーションに子供たちは敏感ですよ。先生はただ、「不登校の子の家に行った」という事実を作るために家庭訪問にただ来て、実際こころがどうするかにも興味はないのかもしれない。来たら来たでクラスの問題が減って嬉しいかもしれない。かと言って、こころが来ないなら来ないで構わない。そんなふうにしていそうですよ。だって、クラスももう替わる。自分はこころの担任ではなくなる。(。。。)そう言った、醒めた観察は、実際の相談でも良く聞かれ、大きな問題点なんです。一度なり傷ついたこどもは、さらに百倍も敏感なセンサーを持っていますから大変です。「玉虫色」それは、禁！です。先生たちは、立場上 ok ですよ。

ここの担任、伊田先生にもどりましょう。以上に加えて、不登校を引き起こすようなイジメと、急に起こりがちなクラス内のただの喧嘩。どこがちがうか分からないって言うか多分理解出来ない先生。こころの担任は、想像力をまったく欠いた先生のようにですね。喧嘩両成敗「それが教師だ」と考える鈍い先生がいるかもしれませんが、そうすると、もうその方にはこう言う問題は解決出来ないと思います。

。。季節もすすみ、1月になる。あと3ヶ月。先生は言っていた。「真田と会って、話してみないか」その言葉に、大袈裟でなく、息が止まりそうになるころ。2年になる手前の1月の一日だけこころが学校に行くのですが、下駄箱ですれ違うだけの、確か友達だったはずの転校生東条萌さん。無言で、目を合わさない。その後、一通の手紙に気づくころ。美織が、こころに手紙を書いていました。



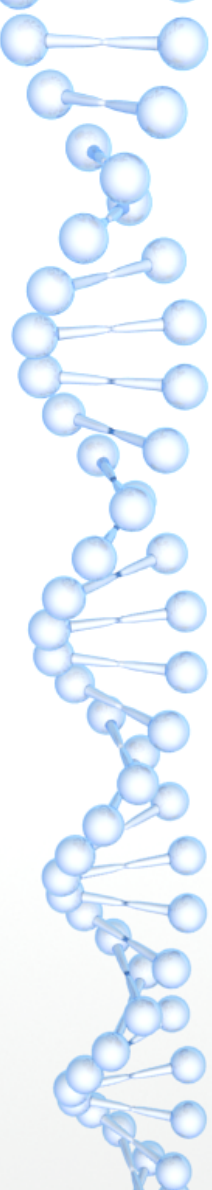
後に、担任は言います。「気が向いたらでいいけど、返事、書いてみないか」「え?」「真田からの、手紙の」名前を聞いた瞬間、気が遠くなった。がっかりを乗り越えて、生まれて初めて、誰かに幻滅する、という感覚があった。ころろはひっしにその衝動(あばれたい)に耐えます。

対して喜多嶋先生は、ころろとの会話に、「真田さんは真田さんで、思いも、苦しさもあるんだと思う。自分と違うころろちゃんを見て、バカにされてる気になったのも本当なのかもしれないね」「でも...!」ところろ。喜多嶋先生は、その言葉を受け取り、「でも、それはころろちゃんが今理解してあげなくてもいいことだよ。真田さんの苦しさは真田さんが周りと解決するべきで、ころろちゃんが、あの子に何かしてあげなくてはいけないなんてことは絶対にない!」この持っていく方は、本人と絶対的な、1対1の信頼が築ける人以外は言うてはいけません。あなたは、本当に子供との信頼が出来ますか? 単なる「技法」でこどものころろは、欺けません。

さて、同級生では、唯一の友人の東条さん。ころろの事を先生に話してくれた萌ちゃんのことです。まあ、その結果、今の困った事態となるわけではありますが、逆にころろには信頼出来る友人だった訳で。すぐ前に書いた箇所で、ころろは、彼女にたいへん疑問を持ちます。でもそれは、後に氷解して行く。その萌ちゃんがまた転校して行く直前で東条さんのうちに久しぶりに行くころろ。ここで、彼女は、壊滅しつつあるみんなの意識をつなぐヒントを得て、子山羊たちの心の消滅をギリギリ防ぐという危険なクライマックスをなんとか乗り切るのです。

。で、彼女、萌ちゃんの話聞きながら、ころろも、彼女同様おとこの話とかばかりで盛り上がる美織達を実はバカにしていたと気づかされるのです。萌ちゃんは、たしかに、賢くて冷静な心性を持ったこどものようです。こういうこどもと話すとき、時に注意すべきは、「分析」です。

担任に、呼び出されて言われた萌ちゃん。ころろに、「東条は大人びてるから、きっと他の子たちのことが低く見える時もあるかもしれないけど、みんな、一生懸命東条と仲良くしようとしてどーのこーの」と言われた話をします。大人びてるからとか、分析するみたいに言われたことも超ムカツイタと。このことは肝に命じる必要があります。私にもこの「分析癖」があります。昔は、ずいぶんそれで患者さんたちを傷つけたと年をとってから思いだします。みなさんすみませんでした。



われわれ、「指導する立場」にいる人間は、指導する権利で、指導されるこどもをつい分析しちゃうのです。とくに知識を本で読んで、経験もなにも、すぐに適応したがるのです。これは、相手満足にならず、自己満足になります。これが、今回の講話で、私が資料を事前にお配りしなかった最大の理由です。

揺れ動き、刻々と変わる心性に、予習で得た知識は、分析に回ります。それが、信頼を壊します。それに、相手の心性を見誤ります。私は、基本的に、まず出会い、なんかその子が好きになり、助けるために勉強する、というスタンスを守っています。分からなければ「後で」勉強すればよいと思っています。まだ見ぬ君に、予習はありえませんか。算数じゃあるまいし。だから、若い先生も恐れることはないのですよ。

さてさて、最後にいじめの難しい面に触れましょう。萌ちゃんがころころにお話を続けます。。。じぶんも外されてころちゃんのようになりつつあったと話します。「もし、ころころが学校に来たら、美織たち仲良くしてたと思う」と。彼女は考えた訳です。「私をせっかく外してるのに、ころちゃんが来たら、ころちゃんと私が仲良くなるかもしれない。だったら、こんどはころちゃんと仲良くして、私のことは外したはずだよ」

これは、考えればすぐ分かることですが、現実よく使われる作戦です。これには、更に甘い毒があります。もしそうなっちゃうと、今度は、いじめられていたこどもは、じぶんの弱さを自覚します。作戦とはわかっている、仲良くされれば、どこかホットする、「自分が許される」ような気分になっていることを気づくのです。これは毒ですよ。一学期、殺されてしまうと思うほどに苦しんだのに、そんな由であの子たちは私を許してしまうのか。という思い。その葛藤に今度は傷つくんです。え、「じゃあ、勝手にしたら」って？そう思ったら、こういう仕事に執くのは止めた方がよいでしょう。そして、子供たちは、最初にしめした2x2表の大多数のように、なんとかかんとか高校へすすんで行っても、また苦しみ、先生達と会う事になるのです。

# え?、で結論はって?

え?、で結論はって?何が言いたいのか?。その答えぐらひは、高校生になれば、どんな状況であっても、すでに自分で持っています。みんな15、6才になると、こころたちより、断然賢い。ただ、それらが正しいのかどうか判断が出来ずにいます。だから答えは、相談者の青少年から先生たちが直接お聞きになればよろしい。その真剣な過程で、先生も悩んでいる子もお互いにハッピー!になれるかもしれません。こどもたちから話を聞いて日々感じる一番のこと。まずよく話を聞いてあげて。まず解決しようなんて思わないで。

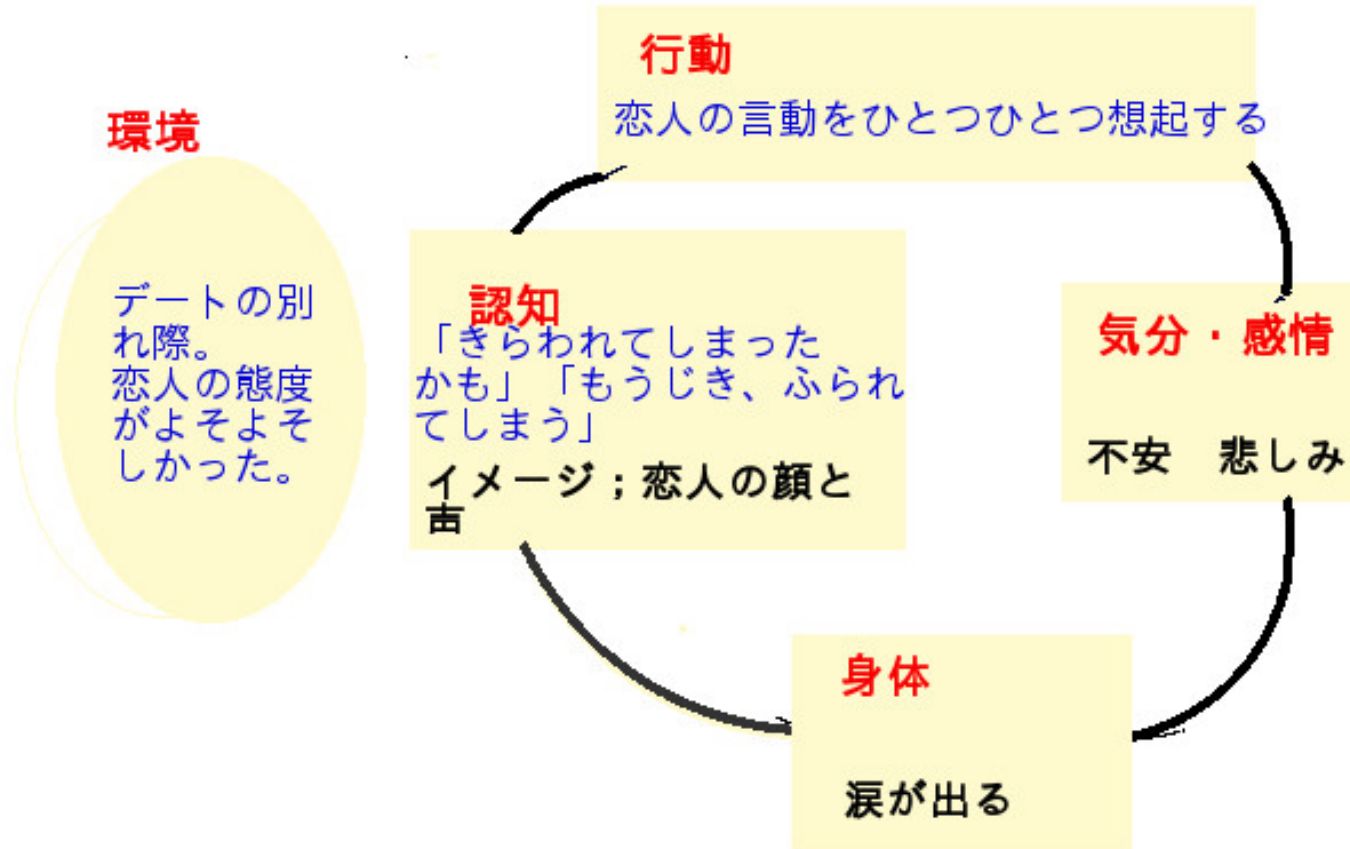
それに、彼女、彼を好きになってあげてください。そしたらいつのまにか味方になれます。またまた困った癖がでますねえ。「それを感情移入」って分析しない。

最後に、知識は教育のベースですから、アップデートしましょう。当院のホームページやフェイスブックでもあるていど解説していますし、昔手に取った本やなんでも、ちゃんとしたところから、時折アップデートしてください。思い出してください。小さい頃のご友だちとの記憶。良いことばかりじゃないですか。記憶は都合良く塗り変わって脳のひきだしに貯蔵される。この子は、基本にアルペルガーがある?って考えたら、いくら一年前覚えたことも、かならずアップデートします。記憶なんてそんなもんです。体験 -> アップデート -> 体験 -> アップデート。見透かされないように私もやっています。新人は、知らない事もたくさんある。当たり前です。そういうとき、正直に「相談されたおにいさん、おねえさん」であることをはっきりしてやって一緒に考えてやってください。それで良いと思います。とにかくこどもに嘘をつかないこと。その場しのぎをしないこと。

ほんとに最後に、繰り返します。勉強したことは、切り売り、つまり分析につかわない。ゼーンブ終わりますよ。あんたはこうだ、という分析は、知識の切り売りに過ぎない。そうやっても売れるのは、先ほども言ったように答えがひとつの学問だけです。こどもを馬鹿にするには止めましょう。

# 認知行動療法 CBT

第一章 認知行動療法の基本モデル 11



環境—行動—認知—気分・感情—身体  
の関連を内省して  
もらう。  
これがかければ、  
あとはコーピング(対  
処)をまずは  
一緒に考えてみる。  
そのうち、一人で出来  
るようになる。

図1-4 基本モデルの例 (文献2より転載)

# CBT 実例



中2から相談に来ている女の子。  
主訴は、〇〇。3学期からCBT  
を試用。  
2回目でほぼ完全にやり方を理解  
した。賢い！

# いただいたご質問へ

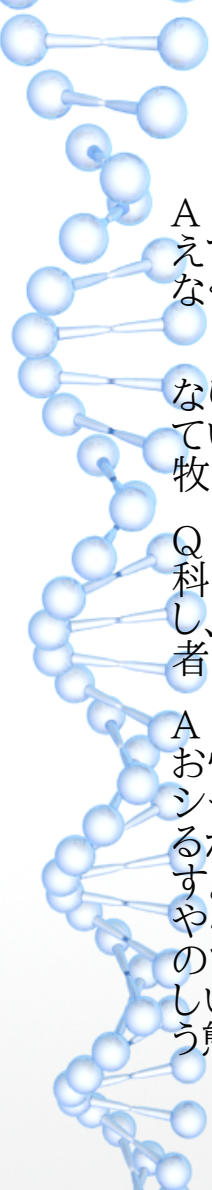
Q 心療内科を受診させながら保護者への対応

A それは、当たり前のががします。じぶんの子供をそうしたいでしょうか。自分がしたくないだろうことを相手にすすめても。それと、タイミングの問題。良く話を聞いて、一緒に考え、本当に困ったときに、お互いに思いついたら、言わなくてもそうなさるでしょう。最後の質問への回答も合わせて考えてみてください。

Q ここ数年、突然不登校になる生徒がいます。何かサインとなることや予防できることがあれば、教えていただきたいです。

A これは、相談される側なのでお答えできません。ですが、石巻で中学にいったときも、渡波の小学校や苦小牧の明德小で学級観察をしたときも、「しずかに浮いている」こどもは必ずいるものです。「?なんで、この子は、このタイミングで笑わないんだ」とかそういう観察ですよ。だから来ている子供の場合は、まず、観察。もっと問題なのは、最初からいない子です。この時は家庭の経済問題が多いとその中学の教頭が話していました。で、どうやって、直接観察されますか?ひごろから、担任の先生や、単科の先生たちと先生たちが、チームにならないと、困難でしょうね。

Q 鬱等の不登校で退学をした場合、どのような形で社会とかかわりを作っていったらよいか。苦小牧であれば、どのような支援機関があり、どのようにかかわってもらえるのか。実際に、そのような機関とのかかわりから、社会人として自立した例があれば聞きたいです。



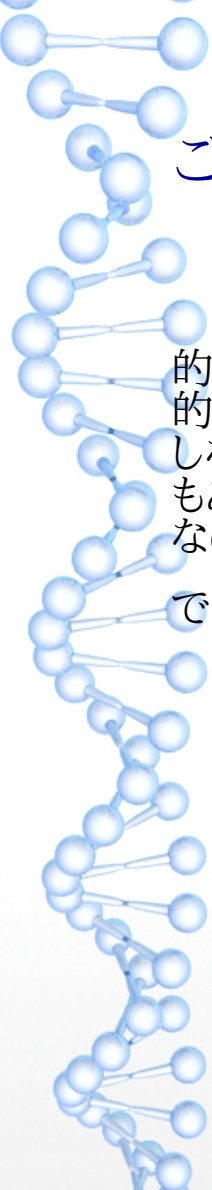
A 退学した子のこともなんとかしたいということですか？それはすごいですね。退学をするほどのうつを抱えていれば、当然相談をうけているから、その方にまかせましょう。でも、もし、その子がなんの受け入れ場所もなくやめていき、先生個人が気になるなら、先生が、勇気を持つしかないですね。

不勉強ですみませんが、症状も軽快し、社会に再デビューするときは、詳しくないですが、いろんなNPOなり、公的には社会福祉協議会や、一部自治体、東京なんかでは、医療福祉連携モデル事業なども行われているようですが、はっきり知りません。いわゆる「障害者」と定義されてしまった子どもたちについては、苫小牧市にもあるようですね。NPOでは講話の最後にふれたCBTの理論を応用したものがあるようです。

Q 抑うつ傾向の強い生徒に対する、医療機関受診のすすめ方について。生徒・保護者ともに精神科、心療科等への抵抗が強いのですが、生徒は連日、不眠、食欲不振、教室に入るとめまいがする等の症状で来室し、そのまま保健室で放課を迎えることもあります。何度か受診は勧めているのですが。改めて、生徒や保護者に伝えるべきこと、また配慮すべきことがありましたら教えていただきたいです。

A みんなに当てはまる解決法はないということでしょうね。どこかに線を引いてないでしょうか。ここまでは、お悩み相談で私、こっからは病気とか。私どものような通常診療科の延長で相談している小さなところでも、シーズンに入ると、週に2名ぐらいは依頼ありますが、他の方から伝え聞くか、親御さんや本人がネットで知るか、精神科や職安の心理士の方からの紹介がほとんどです。先生から直はあまり記憶ないです。不思議です。相談された時、どうしても公的な「キツクリ」した所に、というのを匂わしてないですか。みなさん、それがいやなんでしょうね。きっと、そっと聞きたいのです。第一、1でお答えしたように、先生が他の「専門家」にわたすのではなく、生徒さんと一緒に相談してみるか？的な「なにげな」ちよいと安心できそうな、態度が基本ないと難しいのでは。一緒に聞いてみよう！みたいな態度ですよ。ね。「かがみの弧城」のフリースクールの先生もそういう態度で書かれています。





## ご質問の終わりにちょっと一言

大変申し上げにくいのですが、これらの質問、まず自分がこうしてみたけど、うまく行かないー！的な感じが伝わってこなかったの、ちゃんとお答え出来ません。すみません。私、医者なんで、具体的な悩み以外興味持てなくて、シミュレーションとかロールプレイ的、机の上的な要素にはうまく反応しない体質なんです。こどもみたいなんで、だからこどもにわりとすかれるかも。そういえば、高校時代もあまり成績は良くなかったです(あ、言い訳でした)。で、困ってない人を、助けるのは大変苦手です。なので、本当にこまっぺいらっしゃるようでしたら是非ご連絡ください。一緒に考えてみます。

では長文につき、お疲れ様でした。ありがとうございました。



# 文献

## ○ 文献

- 1) 辻村深月 (2017の電子版) : かがみの孤城、ポプラ社 (東京)
- 2) 伊藤絵美 (2005) : 認知療法・認知行動療法カウンセリング、星和書店 (東京)