# 連載 いのちのひろば（84）

毎月１回、中旬の水曜日に掲載

## 『不登校』はこどもの心の叫び

もみじメンタルクリニック　院長　吉江　美穂子

よしえ・みほこ　公認心理師の資格も持ち合わせプライマリケアや漢方治療にも精通している精神科医である、もみじメンタルクリニック院長。

**今月のひとこと**
不登校は、お子さんの心の叫びです。周りの大人がお子さんの気持ちをしっかりと受け取って、きちんと対応することが大事です。

ある日、わが子が、「頭（お腹や足等）が痛いから、休みたい」と言います。①「ああそうなのね、今日は具合が悪いのね、今日は学校はいかずに、ゆっくり休んで様子を見ましょうね」②「まあ、どうしたの、急いで病院に行きましょうね」③「熱がないんだからそのうち痛みはおさまるから学校には行きなさい」と、わが子の言葉に対する親御さんの反応は様々でしょう。その日、学校に行ったとしても行かなかったとしても、翌日、あるいは数日後に、再びわが子が「今日も痛いから学校に行けない」と言います。ここで、親御さんも心配して、病気では?と思い、小児科を受診することになります。しかし、異常は見つからず「様子を見ましょう」とドクターから言われます。あるいは、朝起きられなくなっていることから「自律神経失調症でしょう」と言われたりもします。そして、さらに登校できない日が3日ほど出てくると、ここで『不登校』という文字が親御さんの頭をかすめます。けれど「まさかうちの子に限ってそんなはずはない」と受容できません。そして、わが子に、学校に行くように勧めたりします。あるいは「学校で何があったの?」と聞いたりします。翌週もその翌週も学校に行けたり行けなかったりします。そしてとうとう全く登校できなくなります。登校しないのですから、身体症状（頭痛や腹痛）も訴えなくなります。いわゆる『不登校』です。

『不登校』のこどもは、私の経験からすると、真面目で感受性が強く、決して怠けて学校に行かないわけではなく、むしろ「学校はいくべきところ」と思っていて、学校に行けない自分を「ダメな子」と自分を責めていたり、「親に迷惑をかけて申し訳ない」と思っていたりします。学校には行きたいのに、なぜ行けないのかわからず困っているのです。そして、周囲の大人が動き始めます。原因探しです。確かに、「学校でいじめられている」「先生の言い方がきつい」など、学校側が配慮すべき大きな要因がきっかけであることもあります。また「忘れ物をして注意された」「授業中に先生にあてられて答えられなくて皆に笑われた」「席替えで嫌な子の隣になった」「修学旅行で嫌な男子（女子）と組まされた」という学校側には問題ない、かといってこどもの問題でもない比較的小さな要因がきっかけであることもあります。どこを探しても全くきっかけがみつからないこともあります。大きな原因がみつかって学校側が配慮した場合、あるいは見つかったきっかけが不登校の原因と大人が判断してそのきっかけを取り除いた環境を提供した場合、あるいはきっかけが見つからない場合、次に周りの大人がとる行動は、「再登校を促す」ということになります。学校に行かせたい親御さんと学校に来てほしい学校側が、学校に行きたいのに行けないこどもの心を置いてけぼりにします。

ここで皆さんは不思議に思うでしょう。学校に行きたいのなら行けば良い、なぜ学校に行きたいのに、そして、行かなくてはいけないとわかっているのにどうして行かないの?と。それは、無意識のレベルで『学校に行けない』という心理が働いているからです。だからこどもにもなぜ学校に行けないのかがわからないのです。

無意識とは、ジャネやフロイトが提唱した心の構造のことです。我々は、普段、意識的に自らが自分の意志で選択して行動していると思っていますが、我々の行動の多くは自分の無意識に支配されていて、そのパーセントは20年前は90パーセントと言われていましたが、今は95パーセントと言われています。我々が普段考えたり行ったりしていることがたったの5パーセントということになっています。そしてまだ大人ほどに知識や経験のない生まれて10年や15年のこどもが自分の無意識に気が付けるはずがなく、しかも自分の思いを言語化できなくて当然なのです。

わが子が「学校に行かない」という行動に出たときには、わが子からの大きな大きな心の叫びだと思ってほしいのです。そうです、わが子が大声で叫んでいるのです。これに応えない手はありません。

私の経験からすると、『不登校』への介入は、早かれば早いほど治りが早いです。また、小学校低学年ほど治りが早く、高学年では少し時間がかかり、中学になるとかなりの時間がかかります。また、小学校から中学校まで続いている『不登校』は、一筋縄ではいかず、とても長い時間を要します。つまり『不登校』とわかった時点で、すぐに専門家を訪れてほしいのです。

『不登校』の子が一人でもいるご家庭は、親御さんが混乱して困惑して悩みぬいておられるので、ご家庭が暗くなります。同じ問題を抱える兄弟がいらっしゃると、その兄弟もいずれ『不登校』になるので、ご家族のつらさは倍以上になります。でも、『不登校』は一人でも二人でもやることは同じです。その子その子の無意識の心理を見抜いて、親御さんや周りの大人がニーズに手を差し伸べれば良いのです。『不登校』は治ります。わが子が元気に学校に通える日が来ます！わが子が『不登校』と気が付いたら、一刻も早く専門家を受診してください。

では、ご家庭での接し方ですが、まずは、親である自分の思いをなるべく小さく小さくして、そしてこどもの思いになるべく寄り添うようにしてください。最初に書いた②でも③でもなく①の態度です。それから、朝が大変ですから、朝はもう、「この子は学校に当分行かない」と決めて、朝、「今日は学校に行くのか行かないのか」で争わないでください。もう、そんな場合ではないのですから。

ここで大事なことは、決して登校をあきらめるのではないということです。まずはこどもの「学校に行けない」という気持ちに寄り添ってあげるのです。そして一刻も早く受診ください。

けれど、そんなことをしたら、怠け癖がついてしまってそれこそ学校に行かなくも良いと思うのではないか、と心配なさる親御さんがいらっしゃいます。また、学校に行っても行かなくても、朝は起こしてきちんとした生活をさせたほうが良いのではないか、とおっしゃる親御さんもいらっしゃいます。ここでよくよく考えてみていただきたいのです。学校にいかなくなると心配しているのは誰か、きちんとした生活をしてほしいのは誰か、ということです。そこで、もう、こどものこころよりも自分を優先してしまっているのです。

先ほどのようなことを書くと、世の中の親御さんすべてを敵に回すようでとても心苦しいのですが、ですがしかしなのです、こどもは困っているのです。そのこどもの一番の助けになってあげられるのは、親御さんです。そして、「不登校」のお子さんに対する有効な支援ができるのは、専門家だけです。専門家が親御さんやこどもに適切な指示指導をすることが大事です。こどもは、山あり谷あり、ときには艱難辛苦の人生を、歩み始めたばかりです。これからもたくさんのあらゆる「きっかけ」に遭遇します。学校側が環境を整備回線することは良いことではありますが、環境が整ったからと言って不登校は治りません。それで治るようなら「不登校」ではなかったといえるくらいです。

「不登校」は治ります。「不登校」に気が付いたら早くご受診を。

次回は4月中旬に「女性のウエルネスについて」を掲載予定です。

---

# 小田原医師会より住民の方々へ

## 小田原市休日夜間急患診療所の体制について

**小田原市休日夜間急患診療所**

休日や夜間に急に発症した方の診療を目的とした一次救急の医療機関です。軽症の患者様を対象としていますので、症状によっては、重症患者様を受け持つ「二次救急病院」へ受診していただくことになります。応急処置を目的としていますので、受診後はかかりつけ医を受診するなど適切な医療を受けてください。

〒256－0816　神奈川県小田原市酒匂2－32－16
☎0465－47－0823　駐車場（第1～4）あり
https://www.odawara.kanagawa.med.or.jp/nighttime/

診療科と受付時間　※ 12月29日～1月3日の6日間は休日の診療をします。

| | 平日（夜間）<br>午後７時～同10時 | 日曜・祝日（昼間）<br>午前８時半～同11時半<br>午後１時～同３時半 | 土曜・日曜・祝日（夜間）<br>午後６時～同10時 |
|---|---|---|---|
| 内　科 | ○ | ○ | ○ |
| 小児科 | ○ | ○ | ○ |
| 耳鼻咽喉科 | | ○ | |
| 眼　科 | | 当番日のみ | |
| 歯　科 | | 日曜・祝日（昼間）<br>午前９時～同11時半<br>午後１時～同３時半 | |

## 小田原市・箱根町・真鶴町・湯河原町の方対象

**3月**

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | 1<br>14:30～15:30<br>産婦人科 |
| 2 | 3<br>13:00～14:00<br>内科<br>循環器科 | 4<br>13:00～14:00<br>整形外科 | 5<br>13:00～14:00<br>内科 | 6<br>13:30～14:30<br>内科 | 7<br>13:00～14:00<br>小児科 | 8 |
| 9 | 10<br>13:30～14:30<br>腎不全<br>循環器科 | 11<br>13:00～14:00<br>内科 | 12<br>13:30～14:30<br>内科 | 13<br>12:00～13:00<br>内科<br>神経内科 | 14<br>13:15～14:15<br>内科 | 15 |
| 16 | 17<br>13:30～14:30<br>耳鼻科 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25<br>13:30～14:30<br>内科 | 26 | 27 | 28<br>13:15～14:15<br>皮膚科 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |

**4月**

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1<br>13:00～14:00<br>整形外科 | 2 | 3 | 4<br>13:00～14:00<br>小児科 | 5 |
| 6 | 7<br>13:00～14:00<br>内科<br>循環器科 | 8 | 9<br>13:30～14:30<br>耳鼻科 | 10<br>13:00～14:00<br>内科 | 11<br>13:15～14:15<br>内科 | 12<br>14:30～15:30<br>産婦人科 |
| 13 | 14<br>13:30～14:30<br>腎不全<br>循環器科 | 15<br>13:00～14:00<br>内科 | 16 | 17 | 18<br>13:30～14:30<br>内科 | 19 |
| 20 | 21 | 22<br>13:30～14:30<br>内科 | 23 | 24 | 25<br>13:15～14:15<br>皮膚科 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30<br>13:30～14:30<br>内科 | | | |
| | | | | | | |

**小田原医師会地域医療連携室では、医師による電話相談を行っています。無料です。事前にお電話ください。**

## 地域医療連携室の活動

小田原市・箱根町・真鶴町・湯河原町の病院・診療所について、つぎのようなお問い合わせにお答えしています。このような時には小田原医師会地域医療連携室までお電話ください。

〈上記の問合せ先〉
**小田原医師会地域医療連携室**
**☎0465-47-0833**
月曜～土曜（日曜、祝・休日、12/29～1/3休み）
午前９時～正午／午後１時～午後５時

**医療機関検索は小田原医師会のサイトから利用できます**
https://www.odawara.kanagawa.med.or.jp/