

Title	不登校経験者への支援とその後の適応：親子関係に着目して
Sub Title	
Author	金子, 恵美子(Kaneko, Emiko)
Publisher	慶應義塾大学教職課程センター
Publication year	2025
Jtitle	慶應義塾大学教職課程センター年報 (Annals of the Teacher Training Center Keio University). No.33 (2024.),p.5- 18
JaLC DOI	
Abstract	
Notes	
Genre	Departmental Bulletin Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN10203872-20250831-0005

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

不登校経験者への支援とその後の適応 － 親子関係に着目して －

金子 恵美子

(教職課程センター准教授)

1. 問題・目的

令和5年度の小中学校における不登校児童生徒数は346,482人となり、前年度からの増加率は15.9%と高い値を示している(文部科学省、2024)。不登校児童生徒数の前年度からの増加率は、平成30年度、令和元年度は10%台、令和3年度、4年度は20%台を示し、増加が著しいことがうかがえる。不登校児童生徒の割合は小学校2.14%、中学校6.71%と中学校の方が高いが、近年、前年度からの増加率は小学校で高く、平成30年度以降は約20～30%の増加率を示しており、不登校児童生徒への支援の必要性はますます高まっているといえる。

不登校は、個人、家庭、学校、社会背景など多くの要因が複雑に関連して生じるものであることがこれまでの研究でも数多く論じられており(清水・井上、1990; 森田、2003)、多様な要因がその背景にあると考えられる。不登校経験者や教員を対象とした調査でも、さまざまな不登校のきっかけや要因があげられている。不登校経験者を対象とした平成18年度不登校生徒への追跡調査(不登校生徒に関する追跡調査研究会、2014)では、不登校のきっかけについて、「友人との関係」52.9%、「生活リズムの乱れ」34.2%、「勉強がわからない」31.2%、「先生との関係」26.2%、さらに「親との関係」14.2%、「家族の不和」10.0%、「家族の生活環境の急激な変化」9.7%などが選択されている。また、教員が回答している文部科学省による調査(2024)では、「不登校の児童生徒について把握した事実」として、「学校生活に対してやる気が出ない等の相談があった」32.2%、「不安・抑うつ等の相談があった」23.1%、「生活リズムの不調に関する相談があった」23.0%、「学業の不振や頻繁な宿題の未提出が見られた」15.2%、「いじめ被害を除く友人関係をめぐる問題の情報や相談があった」13.3%、さらに「親子の関わり方に関する問題の情報や相談があった」12.4%などが

多く選択されている。こうした調査からは、不登校の背景には学習や友人関係、先生との関係など学校に関する要因だけでなく、心身の状態や生活リズムなど本人の状態に関する要因、親子の関わりなど家庭に関する要因などがあり、どのような要因がきっかけとなっているのか、またそれぞれの要因がどのように絡まり合っているのかは子どもによっても異なる。

不登校への支援については、平成 28 年 12 月に公布された「義務教育の段階における普通教育に相当する教育の機会の確保等に関する法律（教育機会確保法）」において、すべての子どもが安心して教育を受けられる学校環境の確保や、不登校の子どもの学習の実情を踏まえた支援の必要性、休養や学校外の学ぶ場の重要性について述べられている。また、同法第七条に基づき定められた「義務教育の段階における普通教育に相当する教育の機会の確保等に関する基本指針」や令和元年 10 月に出された「不登校児童生徒への支援の在り方について（通知）」（文部科学省，2019）では、「不登校というだけで問題行動であると受け取られないように配慮」する、「[学校に登校する]という結果のみを目標にするのではなく、児童生徒が自らの進路を主体的に捉えて、社会的に自立することを目指す必要がある」という方向性が示されている。さらに、令和 5 年 3 月には、「誰一人取り残されない学びの保障に向けた不登校対策（COCOLO プラン）」（文部科学省，2023）が取りまとめられ、不登校特例校や校内教育支援センターの設置促進などが示されている。現在では、教育支援センター、学びの多様化学校（いわゆる不登校特例校）、フリースクール、校内教育支援センターなど、それぞれの児童生徒の状況に合わせた多様な学びの場がつくられてきているが、本人への学習面、心理面、進路面などへの支援を充実させていくとともに、子どもを支える保護者への支援を充実させていくことも重要である。

不登校の子どもたちの最も身近にいて支援している存在は保護者である。保護者の多くは、子どもを支えようと努力しながら、先の見えない不安や孤独感に押しつぶされそうになっていることも少なくない。保護者への支援については、精神的支えになる、子どもに対する受容的関わりを促進する、本人と保護者の橋渡しをするといった支援が重要であり、保護者を支援することが本人に間接的にポジティブな影響をもたらしていることが指摘されている（藤田・則定，2018）。また、保護者をはじめとした周囲の人たちの関わりのある方が不登校経験者の予後に大きな影響を及ぼしている可能性があること（松井・笠井，2012）、保護者の不安と子どもの不安は関連しており、保護者自身が相談機関につながり、子どもを支援する力を身につけることが重要であること（伊藤，2016；南谷，2023）も示唆されている。また、原田・梶原・田原・増満・松浦（2022）は、不登校当時の家族は家族機能（家族の

状況的・発達の危機（ストレス）に対する家族システムの勢力構造や役割関係などを変化させる能力）が低下していた可能性があることを指摘している。これらの研究からは、不登校状態にある子どもたちにとって、保護者の関わりや支援は非常に重要であり、不登校児童生徒への直接的な支援とともに保護者への支援のあり方についても考えていくことが必要であるといえる。

そこで、本研究では、不登校経験者が多く通う通信制高校の卒業生（調査1）、1年生（調査2）を対象とした質問紙調査を行い、不登校時、高校進学後、高校卒業後の不登校経験者の状況に着目し、親子関係と不登校時の子どもの状況（心身の状態）との関連、不登校経験者の親子関係の変化、親子関係と高校進学後、高校卒業後の子どもの状況（不登校への今の気持ちや不登校経験への評価、自己受容、健康度、将来展望）との関連について検討を行い、不登校児童生徒への支援として保護者への支援がいかに重要であるかについて検討を行うものとする。

2. 方法

生徒の状況に合わせた選択ができるように週5日通学コースと週1～4日通学コース、多様な専門コースなどを設けている広域通信制私立高校において、質問紙による調査を行った。

<調査1>通信制高校卒業生への調査

（1）調査対象

2007～2012年度卒業生2020名のうち314名から回答を得た（回収率15.5%）。回答に不備のある10名を除いた304名の回答を分析した。

（2）調査時期

2014年6～7月。

（3）調査手続き

高校に協力を依頼して個別に質問紙を郵送、調査者の所属機関に返送する形で実施した。質問紙には、高校における教育活動向上のために使用すること、結果は全体で集計し個人の情報を残すことはないこと、回答したくない質問には無理に回答しなくてもよいことを記載した。

（4）調査内容

①不登校経験の有無 不登校経験がある者のみに回答を求めた「時期」「きっかけ」「心身状態」に回答した者を「不登校経験あり」と分類した。「不登校経験あり」は191名（61.6%）、「不登校経験なし」は69名（22.3%）であった。②不登校時の心身状態 伊藤ら（2013）の項目を使用し、「ひきこもり」「無気力（やる気が出ない）」「身

体症状（頭痛・腹痛・吐き気）」「うつ状態」「家での暴力」「昼夜逆転・生活の乱れ」について、不登校時に見られたものをすべて選択するよう求めた。③親子関係（高校入学前・現在） 7項目を作成し、「高校入学前」（回想法）と「現在」について4件法で評定を求めた。④自己受容 宮沢（1988）の自己受容性測度スケール、事前インタビュー¹⁾を参考に14項目を作成し、4件法で評定を求めた。⑤健康度 内藤ら（1986）の学校環境適応感尺度、伊藤ら（2013）の不登校経験に関する項目を参考に14項目を作成し、4件法で評定を求めた。⑤時間的展望 白井（1994；1997）の時間的展望体験尺度の18項目について5件法で評定を求めた。

＜調査2＞通信制高校新入生への調査

（1）調査対象

1年生445名のうち365名から回答を得た（回収率82.0%）。そのうち、不登校経験のある187名の回答を分析した。

（2）調査時期

2015年11～12月。

（3）調査手続き

ホームルームの時間などを利用して学級担任が調査を実施した。質問紙の表紙に、回答したくない質問には回答しなくてもよいこと、途中で回答を中止してもよいことを記載した。

（4）調査内容

①不登校経験の有無 不登校経験がある者のみに回答を求めた「不登校経験の影響」「不登校への今の気持ち」「不登校経験への評価」に回答した生徒を「不登校経験あり」と分類した。②家族関係 よく話をする、厳しい、私のことを認めてくれている、家にいると落ち着くなど、保護者の関わり、家庭での状況を問う16項目を作成し、4件法で評定を求めた。③不登校への今の気持ち 伊藤ら（2013）を参考に、不登校への今の気持ちについて「もう不登校時代に戻らないと思う」「いつ戻るかわからない」「考えない、考えないようにしている」からもっとも近いものを1つ選択するように求めた。④不登校経験への評価 伊藤（2012）の14項目について4件法で評定を求めた。

3. 結果

<調査1>通信制高校卒業生への調査

(1) 各尺度の因子分析

親子関係、自己受容、健康度、時間的展望について因子分析を行い、固有値 1.0 以上の基準及び固有値の減退率から因子を抽出した。親子関係は、「高校入学前（以下、「入学前」と略記）」「現在」について評定を求めているが、「入学前」は回想法による回答のため「現在」の結果を分析し、「入学前」は「現在」と同じ因子構造を採用した。親子関係については、1 因子性が確認された。自己受容は、因子分析（最尤法、プロマックス回転）の結果、いずれの因子にも負荷の低い 5 項目を除き、3 因子が抽出され、第 1 因子「周囲との良好な関係」（「同じクラスや部活（同じ職場）以外の人とも仲が良い」等 4 項目）、第 2 因子「自己理解」（「自分の性格について理解している」等 3 項目）、第 3 因子「他者への意識」（「人からどう見られるかを気にしている」等 2 項目）と命名した。健康度は、因子分析（最尤法、プロマックス回転）の結果、3 因子が抽出され、第 1 因子「相談環境の充実」（「悩みについて相談ができる」等 7 項目）、第 2 因子「心身の安定性」（「気持ちが安定している」等 5 項目）、第 3 因子「学習・仕事への自信」（「学習・勉強（仕事）に積極的である」等 2 項目）と命名した。時間的展望は、因子分析（最尤法、プロマックス回転）の結果、いずれの因子にも負荷の低い 2 項目を除き、3 因子が抽出され、第 1 因子「将来目標の明確さ」（「私には、将来の目標がある」等 7 項目）、第 2 因子「現在への満足」（「今の生活に満足している」等 5 項目）、第 3 因子「過去への否定的感情」（「過去のことはあまり思い出したくない」等 4 項目）と命名した。因子分析の結果をもとに、因子ごとに項目得点を合計し項目数で除した尺度得点を使用する。信頼性を検討するため α 係数を求めたところ、親子関係：入学前 .81、現在 .82、自己受容：「周囲との良好な関係」.75、「自己理解」.72、「他者への意識」.74、健康度：「相談環境の充実」.85、「心身の安定性」.70、「学習・仕事への自信」.84、時間的展望：「将来目標の明確さ」.87、「現在への満足」.83、「過去への否定的感情」.76 であった。

(2) 不登校経験の有無と親子関係（入学前・現在）との関連

不登校経験の有無が入学前・現在の親子関係とどのように関連しているかを検討するため、対応のある分散分析を行ったところ（表 1）、交互作用が見られた（ $F(1, 245) = 4.71, p < .05$ ）。入学前・現在の時期ごとに不登校経験の有無による差を検定した結果、入学前の時期において不登校経験の有無による差が見られ、不登校経験なしのほうが得点が高かった。

表1 親子関係得点について対応のある分散分析結果 平均（標準偏差）

	入学前		現在		主効果		交互作用
	不登校あり	不登校なし	不登校あり	不登校なし	時期	不登校経験	
親子関係	2.95 (0.75)	3.19 (0.63)	3.25 (0.65)	3.32 (0.59)	28.11**	n. s.	4.71*

**p<.01 *p<.05

（３）不登校時の心身状態と親子関係（入学前・現在）との関連

次に、不登校時に「ひきこもり」「無気力」「身体症状」「うつ状態」「家での暴力」「昼夜逆転」の心身状態が見られたかと、入学前・現在の親子関係にどのような関連が見られるかについて検討を行った。

不登校経験者 191 名のうち、次のような心身状態が「あった」と回答した者は、「ひきこもり」113 名 (59.2%)、「無気力」156 名 (81.7%)、「身体症状」96 名 (50.3%)、「うつ状態」96 名 (50.3%)、「家での暴力」26 名 (13.6%)、「昼夜逆転」134 名 (70.2%) であった。

入学前・現在の親子関係について、心身状態の有無による相違を検討したところ（表 2）、入学前の「うつ状態」「家での暴力」で有意差が見られ ($t(184) = 2.29, p < .05$; $t(184) = 2.19, p < .05$)、いずれも状態があったと回答した者のほうが親子関係得点が低かった。現在の親子関係得点については、不登校時の心身状態の有無による差はいずれの状態についても見られなかった。

表2 心身状態の有無による親子関係得点（入学前・現在）の t 検定結果 平均（標準偏差）

	入学前の親子関係得点			現在の親子関係得点		
	心身状態あり	心身状態なし	t 値	心身状態あり	心身状態なし	t 値
ひきこもり	2.93 (0.76)	2.96 (0.72)	n. s.	3.20 (0.70)	3.31 (0.56)	n. s.
無気力	2.90 (0.77)	3.13 (0.60)	n. s.	3.23 (0.67)	3.32 (0.53)	n. s.
身体症状	2.90 (0.72)	2.98 (0.77)	n. s.	3.18 (0.69)	3.31 (0.60)	n. s.
うつ状態	2.82 (0.76)	3.07 (0.71)	2.29*	3.16 (0.70)	3.33 (0.58)	n. s.
家での暴力	2.57 (0.95)	3.00 (0.69)	2.19*	3.05 (0.80)	3.27 (0.62)	n. s.
昼夜逆転	2.93 (0.74)	2.97 (0.77)	n. s.	3.24 (0.62)	3.24 (0.71)	n. s.

*p<.05

（４）現在の適応（自己受容、健康度、時間的展望）と親子関係（入学前・現在）との関連

高校卒業後の現在の適応の指標として、自己受容、健康度、時間的展望に着目し、入学前・現在の親子関係との関連について検討を行った。

不登校経験者の親子関係得点の平均点を求めたところ、入学前 2.95 点、現在 3.25 点であり、これを基準として入学前・現在の親子関係得点についてそれぞれ高群、低群に分類した。

①親子関係の変化

まず、入学前・現在の親子関係の変化について検討する。不登校経験者の入学前の親子関係得点の高低群と現在の親子関係得点の高低群をクロス集計したものが表 3 である。入学前に高群であった生徒のうち、約 8 割は現在も高群であったが、現在は低群となった生徒も約 2 割見られた。入学前に低群であった生徒の約 35%は現在は高群に分類されたが、約 65%は現在も低群のままであった。

表 3 入学前・現在の親子関係高群・低群の
クロス集計 人 (%)

		現在 高群	現在 低群
入学前 高群		90 (81.1)	21 (18.9)
入学前 低群		26 (34.2)	50 (65.4)

②現在の適応（自己受容、健康度、時間的展望）と親子関係（入学前・現在）との関連

現在の適応（自己受容、健康度、時間的展望）と入学前・現在の親子関係との関連を検討するため、自己受容 3 因子、健康度 3 因子、時間的展望 3 因子について入学前の親子関係得点の高低群と現在の親子関係得点の高低群を 2 要因とする分散分析を行った（表 4）。

自己受容「自己理解」のみ交互作用が見られたため（ $F(3, 178) = 5.22, p < .05$ ）、入学前の親子関係高群、低群ごとに、現在の親子関係高群、低群の得点差を検定した結果、入学前の親子関係低群で有意差が見られ、現在の親子関係高群のほうが低群に比べ得点が高かった。

自己受容「周囲との良好な関係」（ $F(3, 175) = 6.41, p < .05$ ）、健康度「相談環境の充実」（ $F(3, 175) = 12.76, p < .01$ ）、「心身の安定性」（ $F(3, 181) = 6.58, p < .05$ ）、「学習・仕事への自信」（ $F(3, 183) = 9.80, p < .01$ ）、時間的展望「将来目標の明確さ」（ $F(3, 178) = 4.69, p < .05$ ）、「現在への満足」（ $F(3, 182) = 22.70, p < .01$ ）では、現在の親子関係高低群による主効果が有意であり、いずれも現在の親子関係高群のほうが低群に比べ得点が高かった。

時間的展望「過去への否定的感情」（ $F(3, 183) = 4.69, p < .05$ ）のみ入学前の親子

関係高低群による主効果が有意であり、入学前の親子関係低群のほうが高群に比べ得点が高かった。

表4 親子関係得点の入学前高低群と現在の高低群を2要因とする分散分析結果 平均(標準偏差)

		入学前 高群		入学前 低群		主効果		交互作用
		現在 高群	現在 低群	現在 高群	現在 低群	入学 前	現在	
自己受容	周囲との 良好な関係	2.97 (0.73)	2.89 (0.72)	3.23 (0.57)	2.69 (0.68)	n. s.	6.41*	n. s.
	自己理解	3.48 (0.48)	3.56 (0.40)	3.49 (0.50)	3.14 (0.63)	5.16*	n. s.	5.22*
	他者への 意識	3.11 (0.88)	3.12 (0.82)	3.00 (1.07)	3.10 (0.81)	n. s.	n. s.	n. s.
健康度	相談環境 の充実	3.11 (0.62)	2.86 (0.59)	3.20 (0.74)	2.63 (0.67)	n. s.	12.76**	n. s.
	心身の 安定性	2.69 (0.65)	2.45 (0.85)	2.78 (0.63)	2.42 (0.68)	n. s.	6.58*	n. s.
	学習・仕事 への自信	2.94 (0.84)	2.43 (0.93)	2.92 (0.76)	2.53 (0.85)	n. s.	9.80*	n. s.
	将来目標 の明確さ	3.27 (0.96)	2.89 (0.75)	3.29 (1.14)	2.92 (1.04)	n. s.	4.69*	n. s.
時間的展望	現在への 満足	3.43 (1.07)	2.55 (1.14)	3.44 (0.98)	2.67 (0.85)	n. s.	22.70**	n. s.
	過去への 否定的感情	2.69 (1.01)	2.70 (1.07)	2.88 (1.04)	3.25 (0.96)	4.69*	n. s.	n. s.

**p<.01 *p<.05

<調査2>通信制高校新入生への調査

(1) 各尺度の因子分析

家族関係、不登校経験への評価について因子分析(最尤法、プロマックス回転)を行い、固有値1.0以上の基準及び固有値の減退率から因子を抽出した。家族との関係は、いずれの因子にも負荷の低い2項目を除き、4因子が抽出され、第1因子「家の居心地の良さ」(「家にいると落ち着く」等3項目)、第2因子「コミュニケーションの良好さ」(「保護者(親)とよく話をする」等5項目)、第3因子「相互に認め合う関係」(「保護者(親)を尊敬している」「保護者(親)は私のことを認めてくれている」等4項目)、第4因子「厳しく侵襲的な関わり」(「保護者(親)は厳しい」等2項目)と命名した。不登校経験への評価は、いずれの因子にも負荷の低い5項目を除き、3因子が抽出され、第1因子「プラスの経験」(「自分自身を見つめ直すことができた」等4項目)、第2因子「家族への感謝」(「休んでいたときの家族のサポートに感謝している」等3項目)、第3因子「マイナスの経験」(「友だちが少なくなった」等2項目)と命名した。因子分析の結果をもとに、因子ごとに項目得点を合計し項目数で除した尺度得点を使用する。信頼性を検討するため α 係数を求めたところ

ろ、家族関係：「家の居心地の良さ」.94、「コミュニケーションの良好さ」.82、「相互に認め合う関係」.80、「厳しく侵襲的な関わり」.60、不登校経験への評価：「プラスの経験」.76、「家族への感謝」.80、「マイナスの経験」.63であった。 α 係数の値がやや低いものも見られるが、項目数が少ないためと考えられる。

(2) 不登校への今の気持ちと家族関係の関連

不登校への今の気持ちと家族関係がどのように関連しているかを検討するため、分散分析を行ったところ（表5）、「相互に認め合う関係」のみ不登校への今の気持ちによる差が見られ（ $F(2, 172)=6.91, p<.01$ ）、多重比較の結果、「いつ戻るかわからない」「考えないようにしている」生徒に比べて、「もう不登校時代に戻らないと思う」生徒の得点が高かった。

表5 不登校への今の気持ちによる家族との関係得点の分散分析結果 平均（標準偏差）

	不登校への今の気持ち			F 値	多重比較
	もう不登校時代に戻らないと思う	いつ戻るかわからない	考えないようにしている		
家の居心地の良さ	3.42 (0.82)	3.33 (0.86)	3.16 (0.93)	n. s.	
コミュニケーションの良好さ	3.20 (0.67)	2.94 (0.61)	3.02 (0.76)	n. s.	
相互に認め合う関係	3.27 (0.59)	2.84 (0.72)	2.95 (0.60)	6.91**	1>2, 3
厳しく侵襲的な関わり	2.53 (0.83)	2.75 (0.74)	2.59 (0.76)	n. s.	

** $p<.01$

(3) 不登校経験への評価と家族関係との関連

家族関係と不登校経験への評価との関連について検討するため相関係数を算出した（表6）。家族関係「家の居心地の良さ」、「コミュニケーションの良好さ」は、不登校経験への評価「プラスの経験」と弱い正の相関、「家族への感謝」と中程度の正の相関が見られた。家族関係「相互に認め合う関係」は不登校経験への評価「プラスの経験」「家族への感謝」と中程度の正の相関が見られた。家族関係「厳しく侵襲的な関わり」はいずれとも相関が見られなかった。

表6 家族との関係と不登校経験への評価得点の相関係数

	不登校経験への評価		
	プラスの経験	家族への感謝	マイナスの経験
家の居心地の良さ	.331***	.466***	.068
コミュニケーションの良好さ	.301***	.507***	.016
相互に認め合う関係	.452***	.602***	.131
厳しく侵襲的な関わり	.088	-.070	.033

*** $p<.001$

4. 考察

不登校児童生徒への支援として、保護者への支援がいかに重要であるかについて検討するため、不登校の最中であつたと考えられる高校入学前の親子関係、高校進学後、高校卒業後の現在の親子関係に着目し、不登校経験者の親子関係と不登校時の子どもの状況との関連、高校進学後、高校卒業後の適応状況との関連について検討を行った。また、親子関係が不登校を経験した子どもの不登校への今の気持ちや不登校経験への評価とどのように関連しているのかについても検討した。

不登校経験の有無によって、高校入学前と高校卒業後の現在の親子関係に相違が見られるかを検討したところ、高校入学前は不登校経験のない者のほうが親子関係は良好であつたが、高校卒業後である現在では不登校経験による差はないことが示唆された。原田ら（2022）は、不登校の時期には家族の凝集性が「膠着」し、家族内での役割分担や統制がなされていない状況にあつたことを見出している。不登校の最中である高校入学前は、本人だけでなく保護者にとっても不安が高く、対応に悩む時期であると考えられる。平成5年度不登校生徒追跡調査（森田、2003）のケース分析でも、不登校経験者から不登校の時期に家族との関わりに困難を感じていた様子が語られている。本調査の結果からも、不登校の時期には子どもたち同様に保護者もストレスフルな状況にあり、親子関係に困難が生じやすいことが推測され、やはり子どもたちへの支援と同様に保護者への支援を考えていくことが必要であることが示唆された。一方、高校卒業後の現在は親子関係の良好・不調に不登校経験の有無による差は見られなくなっている。金子・伊藤（2018）は、不登校経験者の高校卒業後の適応状況を検討し、不登校時には不登校経験による差が見られるが、その後、差が見られなくなることを見出している。原田ら（2022）は、家族機能が低下したことが不登校の要因になっている場合もあれば、子どもが不登校になったことの不安感で家族関係が不調となり、家族機能が低下した状態になっている場合の両方の可能性が考えられることを指摘している。本調査における高校生活を経て親子関係が変化するという結果も、親子関係が良好になることが支えとなり、不登校経験者が適応的になっていくとも考えられるし、高校生活を経て不登校経験者の状態が適応的に変化していく中で親子関係が良好になっていくことの両方の可能性が考えられる。

次に、不登校時の心身状態と親子関係について検討した。思春期の不登校は、不登校状態に加え、身体症状、不安、焦燥感、強迫症状、家庭内暴力、摂食障害、ひきこもりなどの諸現象をとまなうものが多いことが指摘されており（内閣府、2010）、不登校経験者からも、頭痛や腹痛など体調が悪くなったこと、外出が難しくなった

こと、昼夜逆転が起きたことなどが語られることが多い。本調査においても、不登校経験者のうち、「家での暴力」は約1割と経験している者は少なかったが、「無気力」「昼夜逆転」は約7～8割が、「ひきこもり」「身体症状」「うつ状態」は約半数が経験しており、多くの不登校経験者が何らかの心身症状を経験していることがうかがえた。特に、「うつ状態」「家での暴力」の有無によって高校入学前の親子関係には差が見られ、不登校の時期に「うつ状態」「家での暴力」があった者のほうが高校入学前の親子関係が不調であることが示唆された。斎藤（2000）は不登校の予後に関する研究において、不適応群は不登校の随伴症状として抑うつ症状、家庭内暴力等を示した者の比率が高いことを指摘している。不登校時に「うつ状態」「家での暴力」など対応が難しい状況が生じることで親子関係がより不調になる、または親子関係の不調さのために不登校時の子どもの心身状態がより深刻になっていることも推測される。不登校時に深刻な心身状態が見られるケースについては、困難な状態が長く続く可能性も考えられ、特に本人や保護者への支援が重要であると思われる。

次に、親子関係の変化と現在の適応状況について検討した。高校入学前に親子関係が良好であると考えられる高群であった者のうち約8割が高校卒業後である現在も継続して良好な親子関係であったが、約2割は現在は親子関係が不調になっていた。また、高校入学前に親子関係が不調であると考えられる低群であった者のうち約35%は現在は親子関係は良好になっていたが、約65%は現在も不調であることが示唆された。不登校時の親子関係が不調であっても、その後に良好な状態へと変化しうる一方で、良好な状態へと変化することには難しさもあることがうかがえる。保護者を対象とした支援には、個別のカウンセリングから、グループで行われる認知行動療法に基づくプログラム（南谷、2023；高橋・南谷、2020）や保護者が語り合う親の会等（伊藤・森下・山本・栗本、2022；伊藤、2016）などさまざまなものがあり、ファシリテーターや参加者同士の交流によって保護者自身の不安感や孤立感などストレスを緩和して心身の状態を向上させるとともに、子どもを理解したり、さまざまな情報を得たりする機会になることで、今後への希望や展望を持ち、安定して子どもを支えることができるような取り組みも行われている。そうした取り組みを今後さらに充実させていくことも必要だろう。

さらに、現在の適応状況の指標として、自己受容、健康度、時間的展望に着目し、高校入学前と現在の親子関係の良好・不調との関連について検討した。健康度が良好であり、時間的展望を持てていることと現在の親子関係が良好であることが関連していることが示唆された一方、時間的展望の「過去への否定的感情」のみ高校入学前の親子関係の良好・不調と関連が見られた。「過去への否定的感情」は、「過去

のことはあまり思い出したくない」「自分の過去を受け入れることができる（反転項目）」といった項目から構成されており、不登校後に自分自身の過去を受容できるかどうか、不登校の最中である高校入学前の親子関係の良好・不調が関連していることが示唆された。また、調査2における不登校への今の気持ちと家族関係との関連、家族関係と不登校経験への評価との関連について検討した結果からは、もう不登校時代に戻らないと思うという安定した状態にあることと保護者と相互に認め合う関係を築いていること、不登校経験をプラスの経験として捉えることと家での居心地の良さやコミュニケーションの良好さ、保護者と相互に認め合う関係を築いていることには関連が見られることがうかがえる。伊藤（2009）は、不登校の生徒は自己否定や自己嫌悪感、自信のなさ、居場所感のなさを感じていることを指摘している。今回の結果からは、そのような状態にある不登校時に周囲の人からサポートを得られるかどうか、特に最も身近な存在である家族・保護者との関係が良好であるかどうかは、不登校時の子どもたちを支えるものとしてだけでなく、不登校のその後に不登校経験をどのようにとらえていくかとも関連するものとして、非常に重要であることが考えられる。金子・伊藤（2019）は、不登校経験のある生徒の回復については、不登校経験後の高校での登校状況が良好であっても意識面では不登校に戻るかもしれないと考えている不安定な生徒が少なくないことを指摘している。また、日潟・齊藤（2007）は、過去・現在・未来のすべてに肯定的な時間的展望を持つ者は精神的健康が高く、否定的な時間的展望を持つ者は精神的健康が低いことを指摘しており、過去に対する否定的感情が高いことは意識面における不安定さ、精神的健康の低さにつながる事が考えられる。

文部科学省の調査（2024）では、不登校児童生徒のうち、教育支援センターなど学校外の機関等による相談・指導、学校内の養護教諭やスクールカウンセラー、相談員等による専門的な相談・指導のいずれも受けていない割合が38.8%となっており、専門的な相談・指導を子どもが受けられていない状況の中で保護者も不安な気持ちで過ごしているであろうことが推測される。不登校時における支援において児童生徒本人とともに保護者に対する支援を充実させ、親子関係が不調な状態になることを防ぐことが、不登校児童生徒への支援、そして不登校経験者のその後を支える支援として重要であると考えられる。

5. 今後の課題

小中学校における不登校経験者の親子関係の変化、親子関係と現在の適応状況、不登校経験への評価について検討を行ったが、親子関係について十分に測定できて

いない面もあると思われる。親子関係について、より多様な側面からとらえ、詳細に検討していく必要がある。また、本研究は通信制高校1校を対象としたものであり、その通信制高校に通う生徒の特徴を反映した結果となっていることが考えられる。今後、より多くの不登校経験者の状況について調査を行い、検討していきたい。

〈注〉

1) 2012年7月にA高校1～3年生20名、10月に教員6名を対象に実施し、高校での生徒の変化・成長の過程、学校や教員の支援を明らかにすることを目的とし、生徒には入学時の不安や期待、入学後の変化、不登校時の様子、時間的展望等、教員には学校の特徴や生徒へのかかわり、生徒の変化等について尋ねた。

〈文献〉

藤田絵理子・則定百合子（2018）「不登校支援の在り方に関する再考」『和歌山大学教職大学院紀要 学校教育実践研究』3 pp.143-151

不登校生徒に関する追跡調査研究会（2014）『不登校に関する実態調査～平成18年度不登校生徒に関する追跡調査報告書～』

原田直樹・梶原由紀子・田原千秋・増満誠・松浦堅長（2022）「元不登校児童生徒とその保護者の不登校をめぐる意識差と家族機能についての研究」『福岡県立大学看護学部研究紀要』19 pp.1-12

日潟淳子・齊藤誠一（2007）「青年期における時間的展望と出来事想起および精神的健康との関連」『発達心理学研究』第18巻 pp.109-119

伊藤美奈子（2009）『不登校 その心もようと支援の実際』金子書房

伊藤美奈子（2012）「不登校経験者の「過去」「現在」「未来」－チャレンジ高校に在籍する生徒を対象とした調査より－」『慶應義塾大学教職課程センター年報』第20号 pp.99-114

伊藤美奈子・森下文・山本南・栗本美百合（2022）「不登校の保護者への心理教育的支援による親子関係改善の取り組み－オンライン調査と参加型親の会の効果測定－」『奈良女子大学心理臨床研究』第9号 pp.5-16

伊藤美奈子・小澤昌之・安田崇子・星野千恵子・福智直美・近兼路子・原聡・鶴岡舞（2013）「不登校経験者の不登校をめぐる意識とその予後との関連－通信制高校に通う生徒を対象とした調査から－」『慶應義塾大学大学院社会学研究紀要』第75号 pp.15-30

伊藤隆（2016）「不登校の子どもを持つ母親へのグループアプローチ－参加者へのインタビュー分析と参与観察から心理的成長過程のモデルを考える－」『樟蔭教職研

- 究』(1)pp.17-25
- 金子恵美子・伊藤美奈子(2019)「小中学校における不登校経験者の通信制高校での適応－行動面(登校状況)と意識面(不登校への今の気持ち)に着目して－」『埼玉純真短期大学研究論文集』第12号 pp.29-36
- 金子恵美子・伊藤美奈子(2018)「小中学校における不登校経験者の通信制高校卒業後の適応状況」『心理臨床学研究』第35号 pp.657-663
- 松井美穂・笠井孝久(2012)「不登校を経験した青年の育ちを抑制するもの－不登校経験の意味づけと影響－」『千葉大学教育学部研究紀要』第60号 pp.55-62
- 南谷則子(2023)「認知行動療法(CBT)による不登校支援の試み「不登校の子どもを抱える保護者へのグループワーク」の研究」『子どものこころと脳の発達』14(1) pp.69-76
- 宮沢秀次(1988)「女子中学生の自己受容性に関する縦断的研究」『教育心理学研究』第36巻 pp.258-263
- 文部科学省(2024)『令和5年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果について』
- 文部科学省(2023)『誰一人取り残されない学びの保障に向けた不登校対策(COCOLOプラン)』
- 文部科学省(2019)『不登校児童生徒への支援の在り方について(通知)』
- 森田洋司(2003)『不登校-その後 不登校経験者が語る心理と行動の軌跡』教育開発研究所
- 内閣府(2010)『ユースアドバイザー養成プログラム(改訂版)』
- 内藤勇次・浅川潔司・高瀬克義・古川雅文・小泉令三(1986)「高校生用学校環境適応感尺度作成の試み」『兵庫教育大学研究紀要 第1分冊 学校教育・幼児教育・障害児教育』第7号 pp.135-146
- 斎藤万比古(2000)「不登校の病院内学級中学校卒業後10年間の追跡研究」『児童青年精神医学とその近接領域』第41巻 pp.377-399
- 清水将之・井上洋一(1990)「不登校」 清水将之編『青年期と現代』弘文堂
- 白井利明(1994)「時間的展望体験尺度の作成に関する研究」『心理学研究』第65巻 pp.54-60
- 白井利明(1997)『時間的展望の生涯発達心理学』勁草書房
- 高橋靖子・南谷則子(2020)「認知行動療法による思春期の不登校の子どもを抱える保護者への支援プログラムの実施報告」『愛知教育大学教育臨床総合センター紀要』10 pp.20-26

<付記>本論文は、日本生徒指導学会第18回大会で自由研究発表として発表したものに、さらに分析を行い、加筆修正したものである。