

令和5年10月15日(日)

認知行動療法推進協会

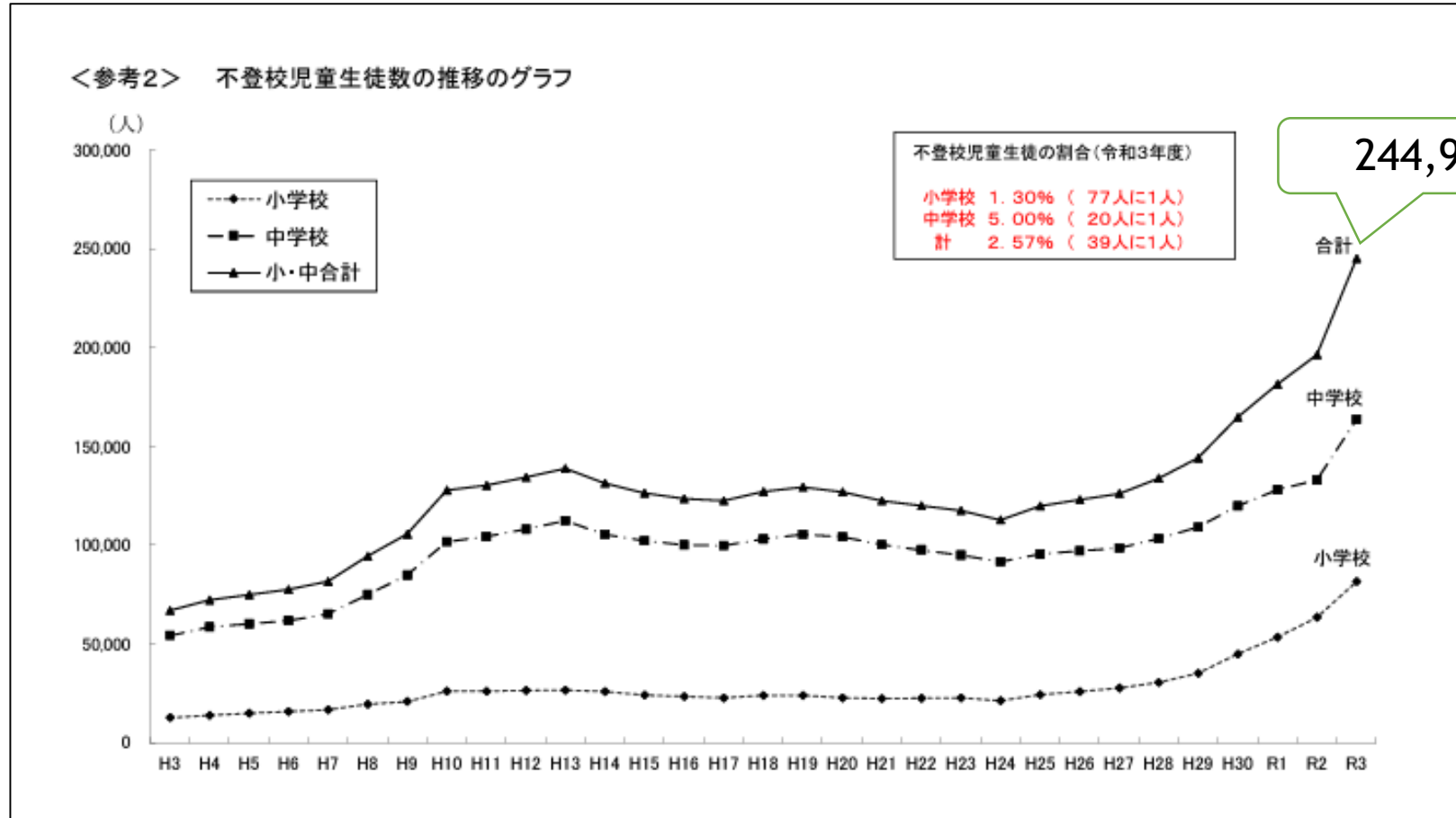
令和5年度認知行動療法サポーター養成講座

学校現場における 子供のメンタルヘルスの 現状と課題

柏市教育委員会 児童生徒課

心理相談員 北村大明

小中学校における不登校の状況について



令和3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より
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1302902.htm

小中学校における不登校の状況について

			不登校児童生徒数	学校に係る状況							家庭に係る状況				本人に係る状況		左記に該当なし	
				いじめ	いじめを除く友人関係をめぐめる問題	教職員との関係をめぐめる問題	学業の不振	進路に係る不安	クラブ活動・部活動等への不適応	学校のきまり等をめぐめる問題	入学・転編入学・進級時の不適応	家庭の生活環境の急激な変化	親子の関わり方	家庭内の不和	び生活リズムの乱れ・あそび	無気力・不安		
公立	小学校	主たるもの	(人)	80,825	228	4,944	1,490	2,586	143	10	536	1,412	2,693	10,708	1,227	10,644	40,270	3,934
公立	小学校	主たるもの	(%)	***	0.3	6.1	1.8	3.2	0.2	0.0	0.7	1.7	3.3	13.2	1.5	13.2	49.8	4.9
公立	小学校	主たるもの以外にも当てはまるもの	(人)	***	107	2,998	1,184	5,484	302	21	622	875	1,648	10,537	1,514	7,940	8,660	***
公立	小学校	主たるもの以外にも当てはまるもの	(%)	***	0.1	3.7	1.5	6.8	0.4	0.0	0.8	1.1	2.0	13.0	1.9	9.8	10.7	***
公立	中学校	主たるもの	(人)	157,019	221	18,083	1,421	9,526	1,265	808	1,146	6,054	3,640	8,523	2,675	17,557	78,705	7,395
公立	中学校	主たるもの	(%)	***	0.1	11.5	0.9	6.1	0.8	0.5	0.7	3.9	2.3	5.4	1.7	11.2	50.1	4.7
公立	中学校	主たるもの以外にも当てはまるもの	(人)	***	122	7,038	1,296	12,032	2,154	1,057	1,183	2,480	2,352	10,253	3,030	10,291	14,610	***
公立	中学校	主たるもの以外にも当てはまるもの	(%)	***	0.1	4.5	0.8	7.7	1.4	0.7	0.8	1.6	1.5	6.5	1.9	6.6	9.3	***
公立	小・中合計	主たるもの	(人)	237,844	449	23,027	2,911	12,112	1,408	818	1,682	7,466	6,333	19,231	3,902	28,201	118,975	11,329
公立	小・中合計	主たるもの	(%)	***	0.2	9.7	1.2	5.1	0.6	0.3	0.7	3.1	2.7	8.1	1.6	11.9	50.0	4.8

令和3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より

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1302902.htm

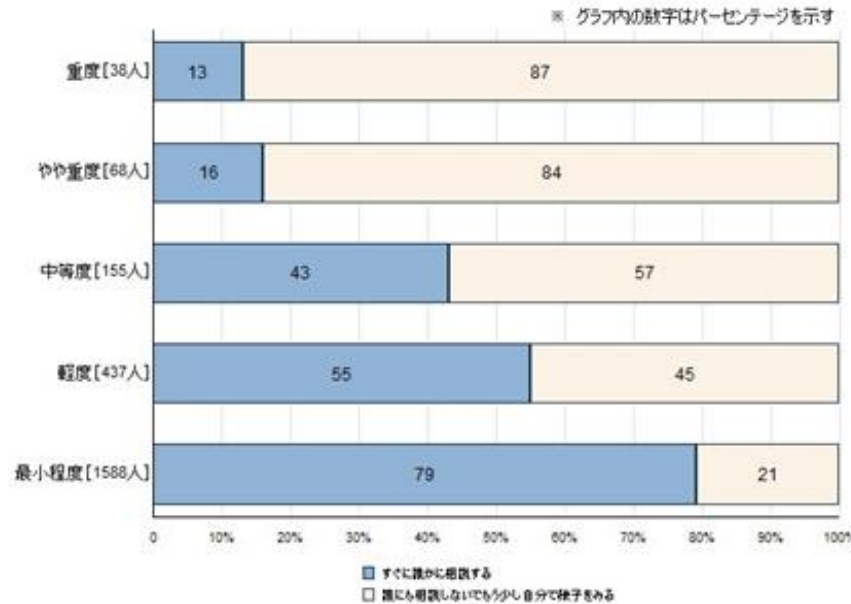
子供のメンタルヘルスをめぐる現状

「もしあなたが太郎君と同じような状態(うつ)になったら、誰かに相談しますか?」

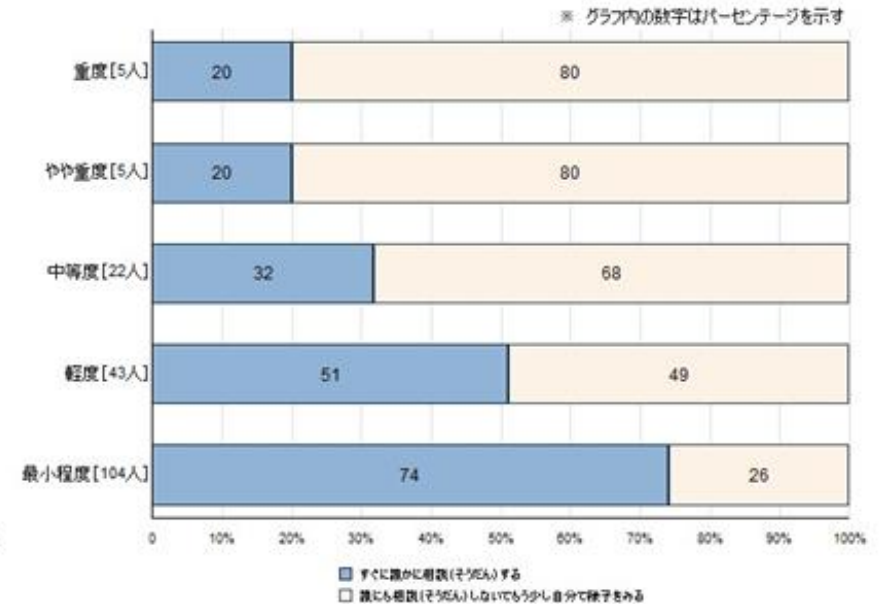
太郎君は、この数週間、いつもとちがって、なんだか悲しくなったり、つらい気持ちになったりすることが多くなりました。いつも体がだるく、疲れていて、夜はしっかり眠ることができなくなっています。あまり食欲もなく、体もやせてきています。勉強も手につかず、成績も落ちてきました。決めなくてはいけないことも、なかなか決められず、これまでできていた毎日の勉強や習い事などが、とてもつらく感じるようになってきています。

抑うつ症状の重症度別「すぐ誰かに相談する」こどもの割合

〈生活と健康実態調査〉



〈コロナ×こどもアンケート〉



〈生活と健康実態調査(小5~中3の子供2,418名)〉 〈コロナ×こどもアンケート(小1~高3の子供487名)〉

国立成育医療研究センター プレスリリース(2022)より抜粋 <https://www.ncchd.go.jp/press/2022/20220323.html>

教員が生徒の不安・抑うつ症状に気付く力

山口, 西田, 小川, 東郷, 佐々木 (2018)

教員が生徒の不安・抑うつ症状に気づく力を調査した研究の系統的レビュー. 不安症研究. 10(1). 45-53.



国: 日本, アメリカ, イギリス, オーストラリア
学校種: 小学校から高校

教員が「抑うつ症状を有している」と判断した生徒は, 質問紙等で抑うつ傾向またはうつ病と判断された生徒のうち38%~75%の割合で一致。不登校, 身体症状, 非哀感のある生徒に気が付きやすかったが, **「楽しみの減退**」には気づきにくかった。

教員が「不安症状を有している」と判断した生徒は, 質問紙等で不安傾向と判断された生徒のうち19%, 41%の割合で一致。社交不安, 分離不安が高い生徒や, 身体症状のある生徒に気が付きやすかったが, **「損害回避傾向」**のある生徒には気づきにくかった。

不安症状に関する十分な教員教育も必要と考えられる。

学校の中に目を向けると・・・

職員室の中で起きていること

最短でも
8:00~16:00まで校内に
児童生徒がおり、事務作業
はほぼ不可能

16:00~
会議、保護者面談
保護者の電話対応

17:30~
明日の授業準備
調査回答, 資料作成
校務分掌、等

「発達障害」って何?
福祉手帳って何?
⇒慢性的な不安感

明日の授業
どうすればいいの?
⇒慢性的な焦燥感

校内に相談できる
職員がいない。
⇒校内での孤立

今日も子どもたちが
けんかをしてしまった。
⇒慢性的な自信喪失

保護者からの連絡帳や、電話、
相談に対応が追い付かない
⇒精神的に疲弊

保育園の
お迎えに間に合わない
⇒モチベーションの低下

慢性的な
睡眠不足



担任のメンタルヘルスが「危機的状況」であることも珍しくない。

教員を取り巻く「重圧」

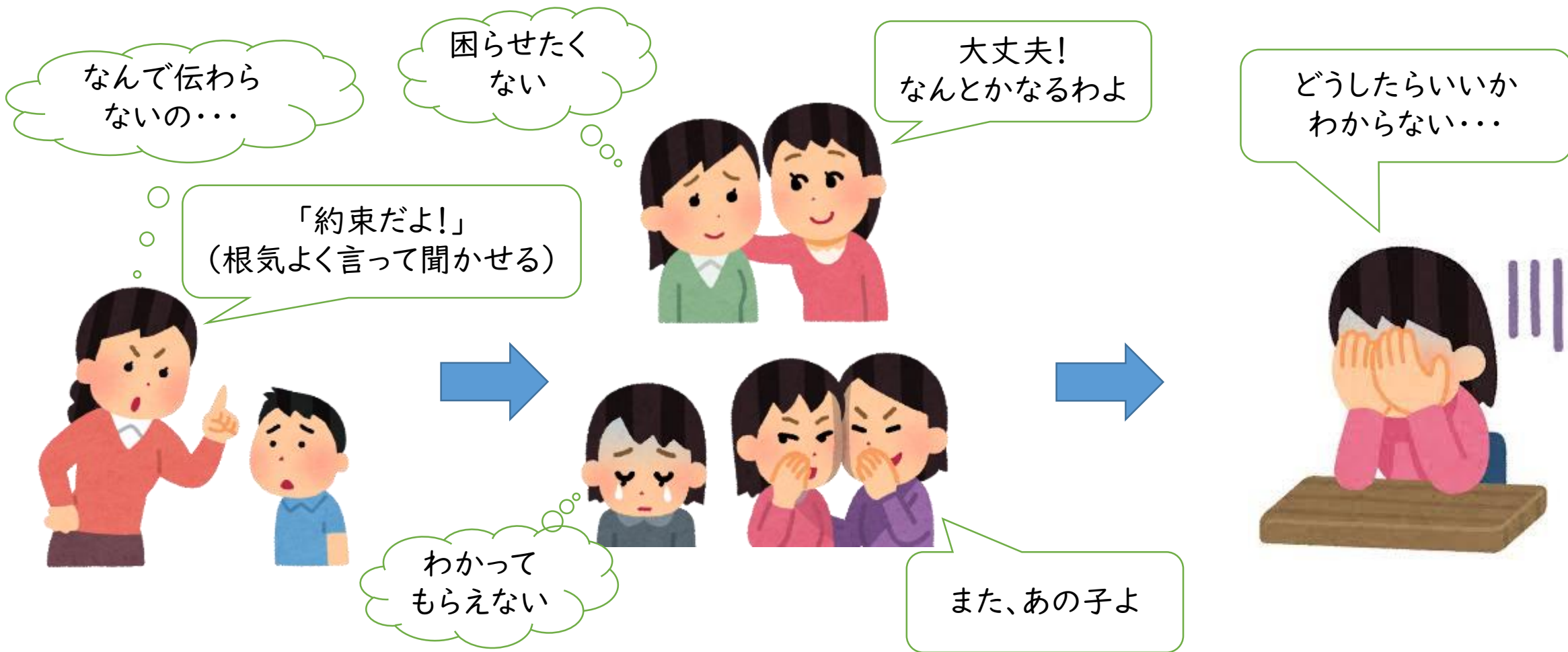


教師自身に余裕がなく, 子供のSOSに「気付く」ことができていない可能性

家庭では・・・

家庭で起きやすいこと

(保護者からの相談の事例から)

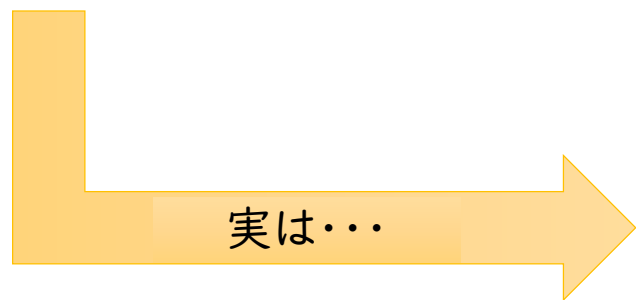


「養育は親の自己責任」という、暗黙の重圧が保護者を追い詰める場合がある。

子育てに悩む「保護者」の背景（例）

- ・地域や親族から孤立しているように見える
- ・行政の支援に拒否的に見える
- ・子どもの養育に高圧的, 無関心に見える
- ・学校や園等への不安, 不満が多く見える

（本当は・・・）
「誰かわかって・・・」



保護者自身に余裕がなく, 子供のSOSに「気付く」ことができていない可能性

担任と保護者の間で起きやすいこと

保護者



担任

- ・トラブルが起きた時の担任の対応
 - ・保護者が相談した際の担任の対応
 - ・保護者自身の日常の状況
- などが担任への信頼感に関与している

保護者からも歩み寄ろうとしている

- ・授業中に私語が多く、トラブルが続く
 - ・何から手を付けたらいいかわからない
 - ・保護者との認識や方向性がすれ違う
- などが担任の精神的健康の悪化に影響

保護者と連携したい思いがある



高田, 鈴木 (2023)

保護者が小学校教師に抱く信頼感についての質的検討—母親のインタビュー調査から—。愛知教育大学教職キャリアセンター紀要, 8, 85-94.

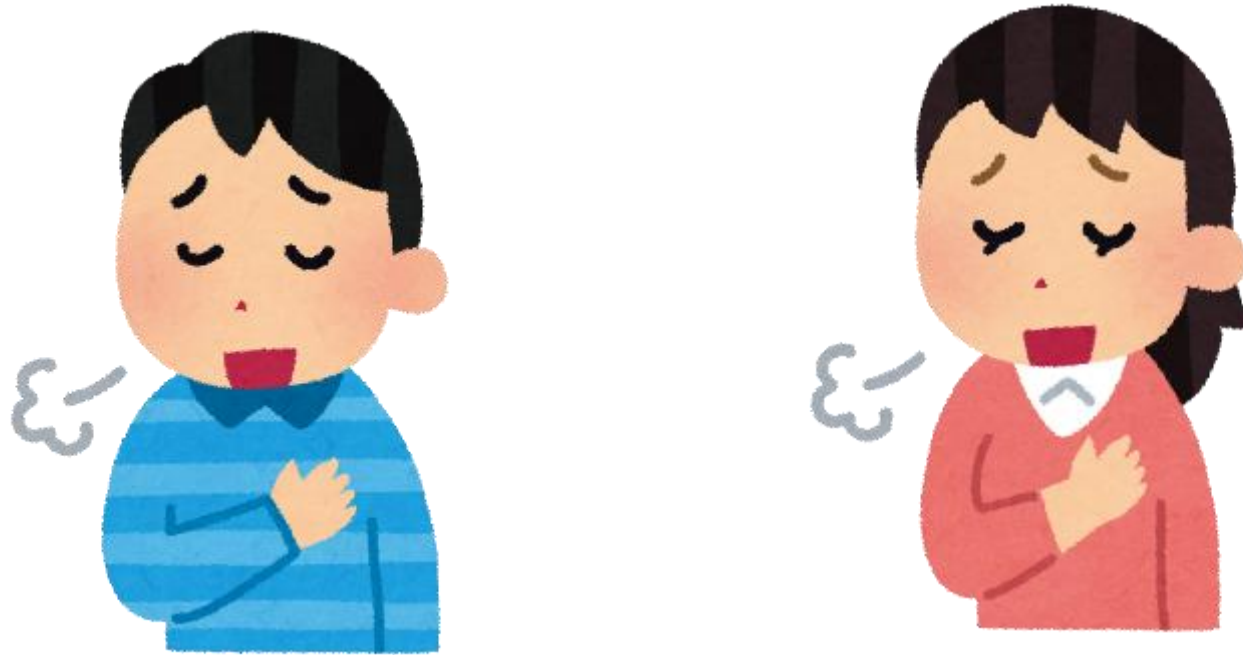
安藤, 中島, 鄭, 中嶋 (2013)

小学校学級担任の学級運営等に関連するストレス・コーピングに関する研究。川崎医療福祉学会誌. 22(2), 148-157.

人は「燃え尽きのプロセス*」に入ってしまうと、親族や身近な他者との対立, 社会的孤立, 他者の人格を無視する, 等の, 経過をたどる。

(* 12 phase model: Herbert Freudenberger & Gail North (1992))

「燃え尽き」のプロセスに至る前に・・・



子供の「メンタルヘルス教育」を通じて、私達自身も「自動思考や感情との付き合い方」や「SOSの出し方」を学び、子供のSOSに気付くための「環境づくり」の必要性を実感しています。