



～再登校につなげる！子どもを取り巻く心理的環境づくり～

どうしたら、子どもと学校との心理的距離をちぢめることができるの？

- ✿子どもさんへの心の支援やサポートは、勿論とても大切なことなのですが、子どもさんを取り巻く心理的環境に心を配ることも大切にしていきたい視点です。しかし、後者の視点については、何故か、論議されることは多くありません。

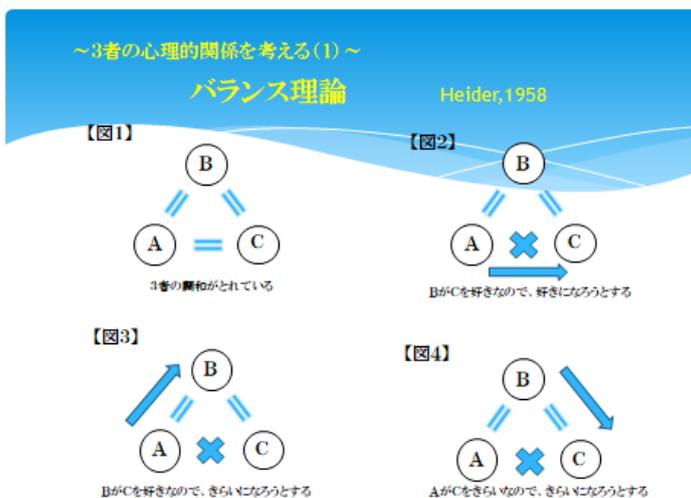
保護者の皆さんは、現在、担任の先生や学校とどのような関係にありますか。
子どもさんはどうでしょう。

**実は、この3者の心理的關係は、
子どもさんを再登校へつなげていく上で、重要な鍵をにぎっています。**

- ✿このような3者の心理的關係づくりを考えていくとき、**ハイダー (Heider, 1958) の「バランス理論」**がとても参考になります。その理論を、以下に紹介します。それは、・・・



- ✿「Aさん、Bさん、Cさんが調和し合っているとき、3者の心理的バランスは保たれていますが、このバランスが崩れたとき人はストレスを感じ、バランスを取り戻そうとする」というものです。(以下、「さん」を省略)



例えば、・・・

AがBもCも好きで、BもCが好きな場合、心理的バランスは保たれています。(図1)

しかし、AがBを好きでCはきらいなのに、BがCを好きな場合は、バランスが崩れ、Aはストレスを感じます。

そこで、バランスを取り戻そうとして、・・・

AはCを好きになろうとするか(図2)、または、Bをきらいになろうとします。(図3)あるいは、

BはCをそれほど好きではないと思おうとします。(図4)

✿ここまでですと、「それがどうしたの?」と思われる方がいらっしゃるかも知れません。しかし、ここからがとても大事な所なのです!

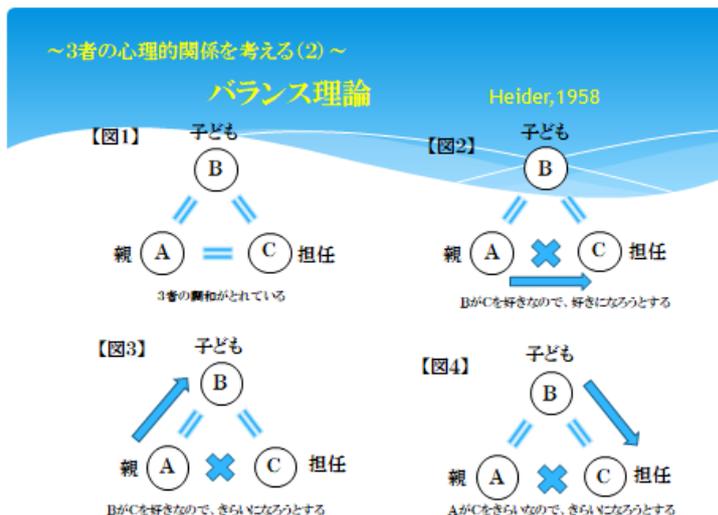


もし、Aが親で、Bが子ども、Cが担任(または学校)だったら、
3者の心理的関係はどうなるでしょう?

上で述べたハイダーの「バランス理論」を、

Aを親、Bを子ども、Cを担任(または学校)として、以下に置き換えてみましょう。

(以下、「担任(または学校)」を「担任」とします)



✿例えば、・・・

親が子どもも担任も好きで、子どもも担任が好きな場合、心理的バランスは保たれています。(図1)

しかし、親が子どもを好きで担任はきらいなのに、子どもが担任を好きな場合は、バランスが崩れ、親はストレスを感じます。

そこで、バランスを取り戻そうとして、・・・

親は担任を好きになろうとするか、または、子どもをきらいになろうとします。(1)

あるいは、

子どもは担任をそれほど好きではないと思おうとします。(2)

✿図1のように3者の心理的バランスが保たれているときはよいのですが、
着目すべきは、バランスが崩れたときの3者の心理的関係です。

下線(1)のように、親が子どもをきらいになろうとすることは、まず考えられません。

(図3)

とすると、・・・

もし、親が担任を好きになろうとしなければ、(図2)

下線(2)のように、

子どもは担任をそれほど好きではないと思おうとします。(図4)

このような循環が生まれると、子どもと学校との心理的距離はますます大きくなり、アンバランスな3者の心理的関係が、再登校を妨げる要因となってきます。



✿そうです。子どもさんを再登校につなげていくためには、
親と担任(または学校)とのポジティブな関係も重要であるということです。
ここに着目しないことは、大きなマイナスにつながると思います。

**3者のポジティブな関係は、子どもの学校に対する安心感・安全感を高めます。
そして、子どもと学校との心理的距離をグッとちぢめていく効果が期待されます。**

このような心理的環境づくりにも心を配りながら、
学校も含めて、子どもさんの心の支援やサポートを展開していけば、
より効果を上げることができると思います。

文責 西村 明倫

一般社団法人日本TFT協会セラピスト
公益社団法人日本心理学会認定心理士
メンタル心理カウンセラー

★★★レポートをお読みになっている保護者の皆様へ

◆このような方は、「クローバー」メール相談をご利用ください

- ・「電話での相談は、ちょっと、・・・」
「毎日忙しくて、なかなか相談に行けそうにない」
「誰に、どこに、相談したらいいの？」
と感じておられる保護者の皆さんがいらっしゃると思います。
- ・そこで、
「クローバー」では、メールによる不登校相談も行っています。（2回目以降は有料）
- ・ご希望の方は、①～④についてご記入の上、以下のアドレスまで送信をしてください。
送信していただいた個人情報、セラピストとして秘密厳守をいたします。
 - ① 子どもさんの学校・学年（小学校5年など）
 - ② 子どもさんの性別
 - ③ 相談内容（200字程度にまとめてください）
 - ④ 保護者氏名（塾・企業等からでは？と思われるような問い合わせがあるため）
- ・ご相談内容についての回答は、2～3日以内に返信の予定です。
（カウンセリングやメール相談等との関係で、もう少し日数かかる場合もあります）
メールでの返信になりますので、ポイントを絞って回答をさせていただきます。

【メール送信先】

カウンセリング&セラピー「クローバー」

代表 西村明倫

住所 鳥取市晩稲 496 番地

電話 090-8996-9883

メールアドレス counseling.clover@gmail.com

ホームページ <https://counseling-clover.jp/>

◆不登校解決に向けた「3つのアプローチ」(小冊子)をご活用ください

- ・「クローバー」のホームページトップ左上には、
不登校解決に向けて、
ご家庭ですぐに取り組める「3つのアプローチ」(小冊子)
をアップしています。
70%以上の改善効果のあるアプローチです。
無料でダウンロードできますので、どうぞご活用ください。
- ・第4部「不登校でやってはいけない不適切な対応」を
ストップするだけでも、子どもさんは安定してきます。

～不登校を分析する理論をもとにした効果的実践～
不登校解決に向けた3つのアプローチ



不登校を分析する理論 (理論編) 改善効果のあるアプローチ実践を助ける理論とは・・・？ *この冊子は理論を中心に編纂しています。理論編と、この冊子に添ってあります。
不登校解決に向けた3つのアプローチ (理論編+実践編) ① 安心・安全を感じる5つの鍵し方 ② 心通まる態度かけと愛情を伝える態度かけ ③ 子どもと接するときの基本的な心構え
不登校でやってはいけない対応、不適切な対応 (資料編) 自分のアプローチを磨きながら