

第9章 不登校・ひきこもりの学生

1 はじめに

近年、不登校・ひきこもりの学生の問題はめずらしいことではなくなってきています。全国的な実態調査によると、不登校・ひきこもりの大学生は0.7～2.9%（全国の大学生約280万人中2.0～8.1万人）程度いると推定されています（水田ら，2011）。不登校やひきこもりに至るきっかけや時期は様々ですが、数ヶ月から、ときには数年にわたって、大学から遠ざかっている場合もあります。

2 不登校・ひきこもりの学生にかかわる相談と対応

事例：生活リズムが乱れて大学へ行かなくなった男子学生

文系学部2年のLくんが、母親に伴われて学生相談機関にやってきました。Lくんは、1年生の後期の途中から授業を休みがちになり、2年生の前期・後期とも、授業の登録だけはしたものの、ほとんど出席していないということです。Lくんによると、授業に行っていないときは、家でゲームやネットをしていることが多いそうで、ほぼ昼夜逆転した生活をしてきた時期もあったそうです。授業を登録するときは、今度こそがんばろうと思って、2週間ほどは出席したそうですが、しだいに生活リズムが乱れてきて、立て直せなくなってしまったということでした。また、もともと人づき合いが苦手だったそうですが、授業を休みがちになってから、周りの目が気になるようになって

たということです。とりあえずレポートだけでも出そうと考えた科目もあったそうですが、知り合いにノートを貸してほしいと頼むこともできず、課題に一から取り組もうとして、結局1行も書けずに挫折してしまったそうです。カウンセラーは、今後の授業はできるだけ出席して、試験やレポートもとりあえず最後までやってみることや、援助を頼めそうな友人からは力を借りてみることを提案しました。Lくんはその後、生活リズムが崩れてしまうことが何度かありましたがその都度立て直し、なんとかその学期を最後までやり終えました。

(1) 学生の理解

①生活リズムの自律の難しさ

大学生の最初の課題のひとつは、自律的な生活を送ることです。しかし、特に一人暮らしの学生の中には、つつい生活がルーズになり、夜更かしをし、朝起きられない状態が続いて、授業を休みがちになる学生もいます。ゲームやネットとも、ほどほどにつきあえているうちはいいのですが、依存的な状態になったり、学業から目をそらすために使うようになったりすると、そこから抜け出して生活リズムを立て直すことが難しくなるようです。

②完全主義、他者からの評価に敏感

不登校・ひきこもりに至る学生の特徴として、完全主義・強迫的傾向や、他者からの評価に敏感な傾向が多くみられます。完全主義の傾向が強いと、例えば、講義を1回でも欠席したら試験を受けても仕方がないとか、テーマに沿って良く書けたレポートでないと出しても意味がないと考えてしまうことがあ

ります。高い目標を柔軟に変更できず、自分に厳しい傾向が強すぎるために、一度休み始めるとなかなか抜け出せなくなってしまいます。また、他者からの評価に敏感でありすぎることで、わからないことをちょっと他の人に聞くということが難しくなったり、周りの目が気になって身動きがとれなくなったりしてしまいやすくなります。不登校・引きこもりの学生の多くは、大学に行けていない自分に強い劣等感や罪悪感を抱いているため、対人恐怖やうつ状態につながることもあります。このような学生の多くは、高校までは成績が優秀で、対人関係にも大きな問題はなく、目立った挫折体験はなかったということも少なくありません。しかしその反面、自主的に勉強するといった習慣や、困ったときに友人に助けを求めるといった対人スキルがあまり身につけていない場合もあります。

（２）教員の対応のポイント

①履修状況の把握と本人への連絡

低年次の学生の場合、単位があまりとれていない状況がわかることによって、学生への働きかけや家族への連絡が行われることになることが多いでしょう。もし、アドバイザー教員等の立場で本人と連絡をとって話すことになった場合は、ゆっくりと本人の話を聞いてみてください。履修状況にもよりますが、今からでも十分挽回できるということを伝えることで、学業に取り組む意欲につながることもあります。

事例とは異なりますが、高年次の学生で研究室に配属されている場合は、教員が不登校に気づきやすくなります。このような場合、本人へ連絡をとってみて、応じる場合は、話を聞いてみてください。その中で、本人が不安に感じている点が明確に

なり（例えば、研究の進め方や先輩との関係）、教員側でなんらかの対応（研究テーマの変更など）が可能である場合は、そうした可能性について本人と話をしていただくと、本人の安心感が増すものです。

②見守るという対応

不登校・ひきこもりは、そうすることが本人にとって必要な時間である場合もあります。そのような場合は、学生相談機関や休学などの情報を伝えたら当面は見守り、学期の区切りの時期などに連絡をとってみることにする、といった対応も考えられます。

③相談機関との連携

本人へ相談機関をすすめても一人では行かない場合は、本人の了承を得て、教員が同行するとよいと思います。ただし、本人の相談への意欲が低い場合は、その後の面接が続かないこともあります。しかし、時間が経って動機づけが高まって再び相談に訪れる場合もありますので、相談機関へつなげておく意味はあります。

相談が継続した場合も、なんらかのきっかけで落ち込んだり、朝起きられなくなったりしたことから、再び休みがちになることも少なくありません。対応する際は、こうした波があるということをおある程度想定して、その都度、目標の修正や生活リズムの立て直しを援助していくことが必要になります。

不登校・ひきこもりをどこまで見守り、どのくらい積極的に介入するかは判断に迷うことも多いと思います。不登校・ひきこもりの学生にとって、大学に戻ることだけが目標となることも

限らないのですが、教員と相談機関の連携がうまくいき、本人が相談につながった場合は、つながらなかった場合よりも、大学に戻り卒業にこぎつける場合が多いようです。また、どのような進路をとっていくにしても、不登校・ひきこもりという期間が、その学生にとって単なる「空白」の時間ではなく、将来につながるための「間」の時間になる（吉良，2010）ためには、関係する教職員が必要な関わりをもっていくことが大切になります。

引用文献

- 福田真也 2007 大学教職員のための大学生のこころのケア・ガイドブック 金剛出版
- 吉良安之 2010 修学に関する相談 日本学生相談学会50周年記念誌編集委員会（編）学生相談ハンドブック 学苑社 71-74
- 水田一郎・石谷真一・安住伸子 2011 大学における不登校・ひきこもりに対する支援の実態と今後の課題 学生相談研究, 32(1), 23-35