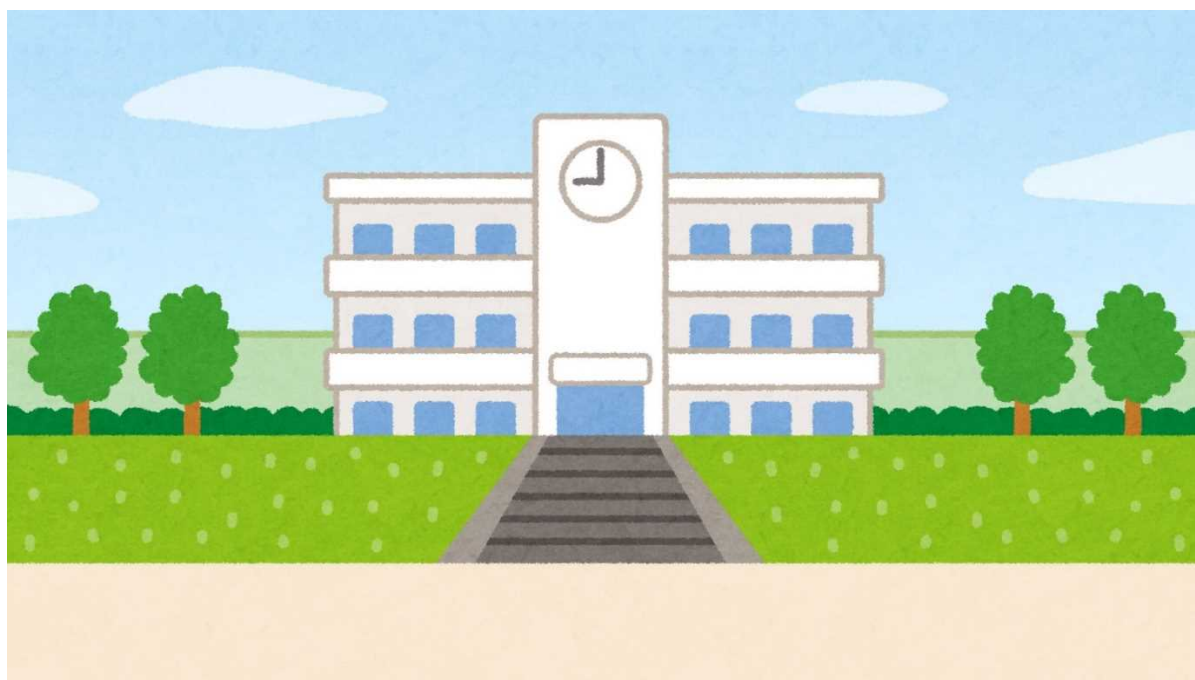


不登校の体験に関する アンケート調査結果 (本人編)



令和7年2月

群馬県生活こども部 私学・青少年課

(群馬県子ども・若者支援協議会)

不登校経験者の声

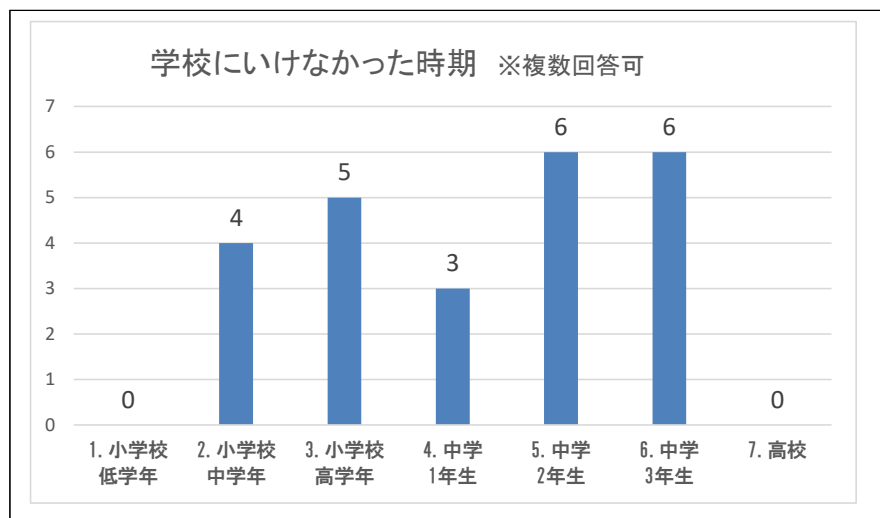
私立通信制高校の協力を得て不登校経験者を対象にオンラインで実施しました。【回答9名】

注) ぐんまこどもアンケート「教えて！あなたの意見」による調査

1 学校に行けなくなったきっかけ

(1) 学校に行けなくなった時期（複数選択可）

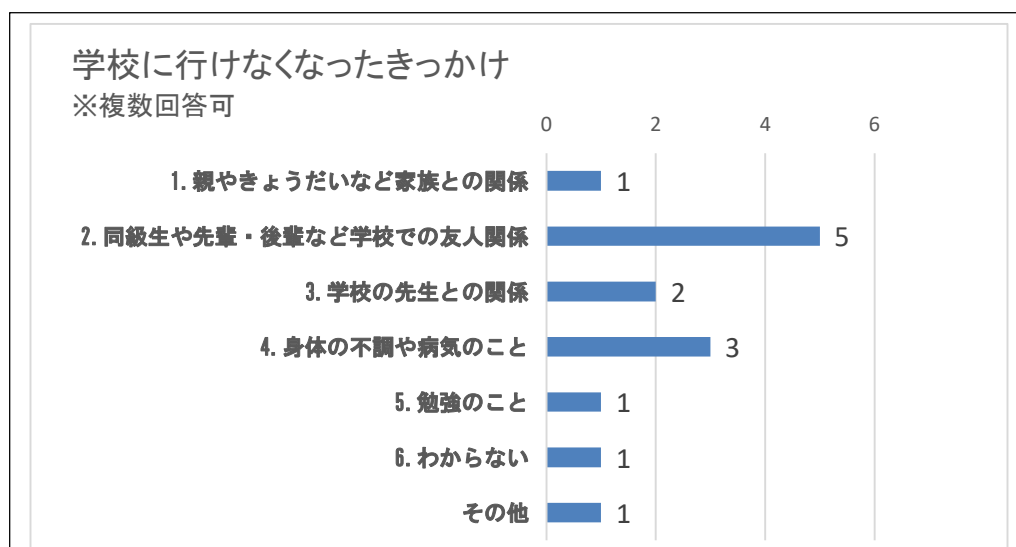
小学・中学校の各学年にいることから不登校を繰り返していることがわかります。



(2) 不登校になったきっかけ（複数選択可）

学校での友人関係（同級生や先輩・後輩などの人間関係）が最も多くいました。

自由記述からは、本人たちの苦しんでいる様子が伝わってきます。



【その他（自由記述）】

- ・部活の時に陰口を言われた。
- ・校庭に集まって校長の先生の話に、ずっと立ってられずに倒れてしまったりなど。体調不良があり起立性低血圧などといったものがあった。

- ・家族が自分の意見を聞いてくれなかったり、暴力などを使い無理やり言い聞かせてきたり、年下のいところに視覚障害の子がいてみんなそっちにばかりものすごく気を遣ったりしていて自分には全然目もくれなかった気がしていたりなど様々な要因が重なりストレスが極限まで達したため
- ・今まで仲が良かった友人に急に無視されてしまった

1 日学校を休んだら授業内容がわからず追いつけなくなってしまった。

- ・六年生が楽器について教えてくれると言う時間がありました。その教えてくれる方が最初の方は教えに来てくれていたけど、だんだん約束の時間になっても現れなくなり無視されたり、影で悪口を言われたり、顔を合わせるだけで睨まれるようになりました。

でも、1 つ上の人なので、余り会う時がなかったのでその時は不登校になりませんでした。しかし、打楽器のリーダーになった時から同級生に嫉妬されずっと陰口を言われるようになりました。そしたら、どんどん言われてないはずの事が聞こえて来るようになり、気が病んでしまい不登校になりました。

- ・クラスが単純に嫌だった。仲良くしてた人が離れた。
- ・私立で勉強が大変で頑張りすぎていたら心身共に壊れてしまった。

小学校の時にいじめを受けていて受験して逃げたけれど心には負担が残っていたらしい。

おかげで表情も暗くなっていたし、絶望的かつ悲観的になっていたし、他人と話せなくなっていた。

他の人と足並みをそろえなければ定期テストで赤点になるので遅くまで勉強をし続けていた。自分の意思で逃げたから自分の責任だと感じていた。

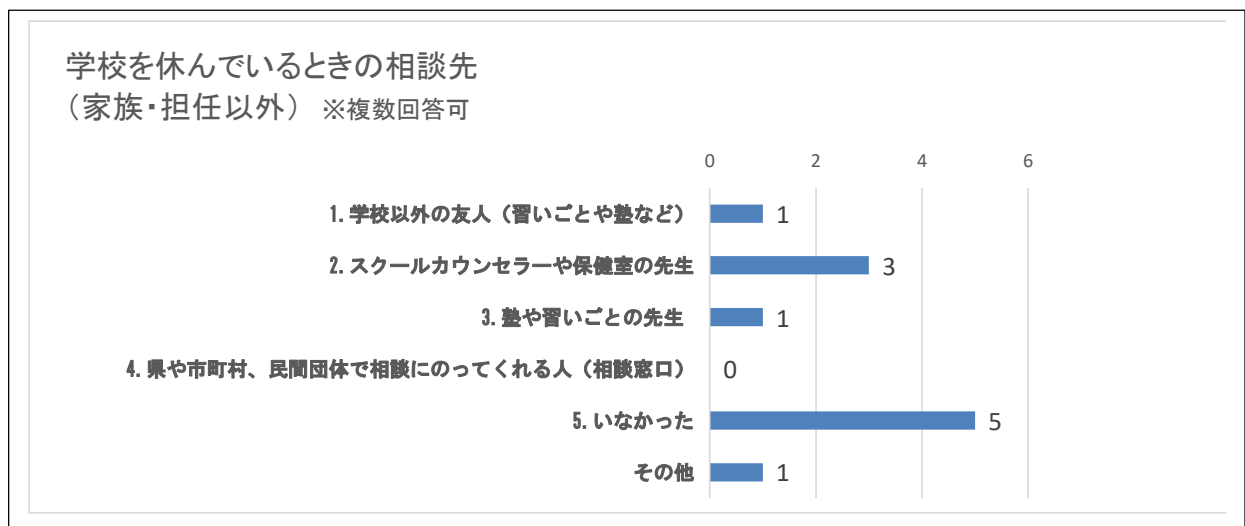
これ以上逃げられる場所など当時はなかった。

- ・朝起きた後、体がすごく重い感じがした。
- ・過度に他人と自分に対しての態度が違う。

2 学校に行けなかったときの相談相手や気持ち

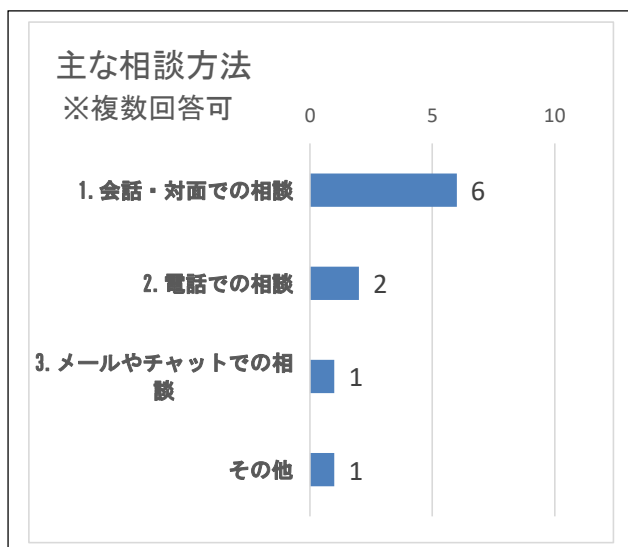
(1) 学校を休んでいるときに、家族や友人、担任の先生以外で、安心して話せる人、相談にのってくれる人がいましたか。(複数選択可)

半数以上の方が「いなかった」と回答していました。



(2) 相談するときにはどのような方法が自分に合っていたと思いますか。(複数選択可)

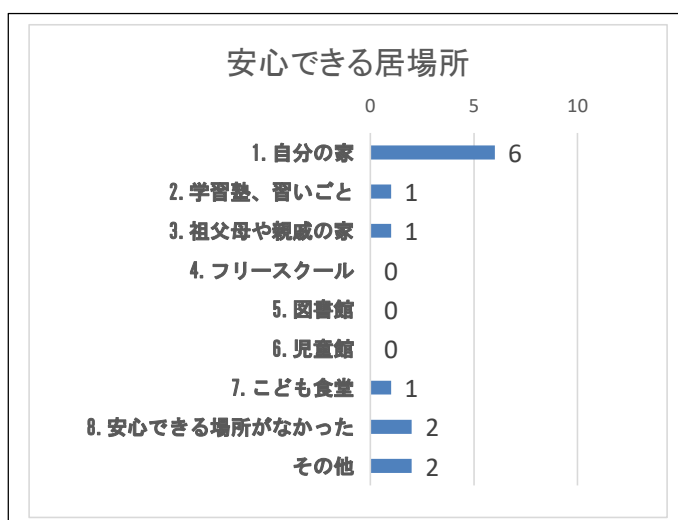
支援者との会話や対面による
相談が合っていたとの回答が
多くを占めていました。



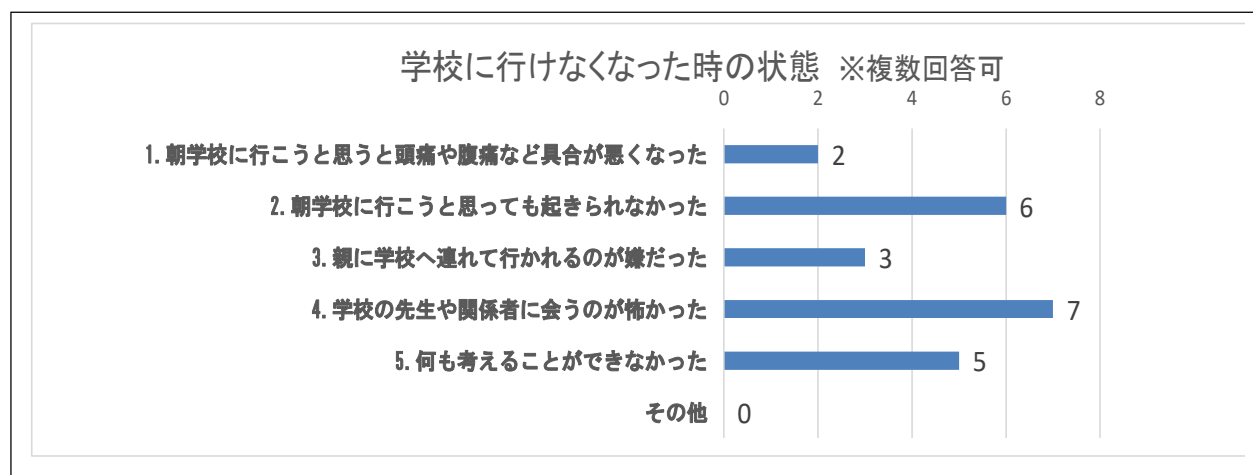
(3) 学校を休んでいるときに、あなたにとって、ホッとできたり緊張せずにいられたりした、安心できる場所はどこでしたか。

自分の家が「安心できる
居場所」と選択する方が
多くいました。

不登校状態になっている
本人にとっては、自分の家が
「安全・安心の居場所」だと
言えます。



(4) 学校に行けなくなった時は、どのような状態でしたか。(複数選択可)



(5) その時、特に感じていたこと(自分自身の気持ち、親や先生 への気持ち)を具体的に教えてください。

- ・友達とかみんな自分のこと嫌いなんだろうなって思った。
- ・自分が学校に行きたいと思っても体調が悪かったり、なんで自分はこういうことになってしまったんだろう、なんで体調が悪いんだろうといった気持ち。
- ・母は私が祖父に暴力を受けていることを知りながら、私の年齢が低いという理由で引っ越しをするとずっと言っていたが引っ越せずにいたので暴力を受けるときが結構あったのでそこは恨んでいます。

あといここがジジイとか言っても何もしないのに私に対しては首を絞めてきたので理不尽さを感じていました。(しかし今は特にそのようなことは受けていません。)

- ・家にまで学校の先生が迎えにくるのが怖かった。電話がかかってくる音やインターホンの音、家の近くで車が通る音が嫌いになった。

寝る前は、明日は学校に行こうと決めても翌日には行けなくなりました。

- ・人間不信になり、小学校六年生の時は、保健室登校になりました。六年生の担任の先生は、私をとても気にかけてくれて、良くしてもらいました。でも、中学一年の時の担任の先生は、無理矢理教室に入らせようとしたり、学校に行く前に伝えていた事と違うことをされたり、クラスの全員に手紙を書かせ、それを私に渡して来たりと嫌な思いしかありません。その時期は毎日泣いて、寝れなくなって、何もしたくなくなり、抗うつ薬を処方してもらい、毎日飲んでいました。違う担任になっても大人を信じきれなくなり、学校により行けなくなりました。

- ・親にサポートしてくれてありがとうという気持ちと申し訳なかった。
- ・怒りと申し訳なさでいっぱいだった。いろんなことを考えていられるようではなかった。
- ・学校に行かなければいけない気持ちと、行きたくない気持ちの2つで心が引っ張りあっている感じだった。
- ・様々な経験から自分を理解してくれる大人はいなく学校に行く意味はないと感じていた。

(6) 何がきっかけで、一歩動き出すことができましたか。

- ・学校を卒業して気持ちを入れ替えたことで動けた。
- ・引越しをして新しい中学校に行ったことで登校頻度は少し多くなったと思います。
- ・高校に入って環境が変わってから。
- ・同じ学校だった人が居ないような高校を選んだことです。
- ・好きな人ができた。
- ・塾(フリースクール)に通うようになったこと。勉強ではなくただただ趣味に打ち込み続けて心の余裕を作ったことで勉強にもう一度向き合えた。
- ・先生や親から適応指導教室(ふれあい教室)を勧められて、だんだん気持ちが楽になった。
- ・この先社会に出るとなったとき、今のままではだめだと自分と学校に向き合ったこと。

3 今、学校に行けずに悩んでいる子に、伝えたいことがあれば自由に書いてください。

メッセージからは、経験者だからこそ辛かった時期を乗り越えた実感が伝わってきます。

取り巻く環境の変化、考え方の成長が一步を踏み出すきっかけになっているのかもしれませんが。

- ・環境を変えてみるのが僕は大切だと思います。嫌なことから逃げてもいい時もある。
- ・自分を大切にしてくれてる人、サポートしてくれてる人に感謝して、少しずつやってみる。今学校に行かなくて悩んでいても、環境などが変わり頑張ろう！と気持ちが変わることもあるから今自分ができることをコツコツ頑張るといいと思った。
- ・仮に今が地獄のような状態だとしても助けてくれる人はあまりいないし自分から助けを求めないと誰も動いてはくれないので、自分から動くとしは这个世界がよく見えると思うので、自分の周りの環境を自分が変えてやるという意識や逆にこの世界の残酷さを受け入れて生きていくしかないと思います。
- ・今私は、高校に1日だけ早退してしまったけどそれ以外は、無遅刻無欠席で学校に行っています。義務教育の中で行けなくなってしまっても、何かのきっかけで人生が変わる事があります。そのタイミングが高校入学になってくるかもしれないし、働き始めてから来るかもしれない。でも、いつか絶対にきっかけは来るから今を生きていきましょう。1人じゃないよ皆一緒だよ。
- ・大丈夫、人は変わる。
- ・好きなことは続けてほしい。

見つけられなければ少し散歩するだけでもいい。

逃げることに躊躇わなくていい。今はいい。いずれ向き合わなければいけなくなるかもしれないが、それを今急ぐ必要はない。

好きなものへの愛情を冷ますことは絶対にしてはいけない。

- ・不登校になるということは、決して悪いこととは限らない。

<県行政に対する要望>

- ・様々な病気や障害についての理解を全学校に広めてほしい。公立私立関係なく。幅広い理解のある人を1人は設置するなどの対策をしてほしい。下手な理解が生徒だけでなくその保護者も傷つけることがある。きちんと理解していてほしい。また、教育支援施設の啓発やサポートをしてほしい。