

令和4年度 第1回尼崎市いじめ問題対策連絡協議会 議事要旨

日 時 令和4年7月11日(月) 午後3時から午後5時まで
場 所 尼崎市立教育総合センター ひと咲きタワー7階(701)
出席者 委員17人(代理出席含む。)

会議要旨

1 開会

出席状況の報告及び資料の確認

2 議題

(1) 会長及び副会長(職務代理)の選任

尼崎市いじめ問題対策連絡協議会条例の第3条に基づき、会長及び副会長(職務代理)の選任を行った。東委員を会長、鎌田委員を副会長(職務代理)とした。

(2) 委員紹介等 **資料1**

こども青少年部長(こどもの人権擁護担当課長事務取扱)より、尼崎市いじめ問題対策連絡協議会の概要について、資料1を参照しながらご説明いただいた。その後、各委員が、名前、所属、担当している業務や過去のキャリアや活動経験について紹介した。

(3) 意見交換 **資料2**

(前半) 話題提供

尼崎市保健担当局保健部疾病対策課より、「子どものこころとサイン」というテーマについて、お話いただいた。

【主な内容】

- ・保健所で行っている精神保健福祉について説明すると、疾病対策課と北部(南部)保健福祉センターにある北部(南部)地域保健課があり、住所ごとに精神福祉相談員や地区担当保健師が個別支援を行っている。
- ・疾病対策課は、精神保健に係る企画調整、啓発活動など全体に関わることを担当している。
- ・地域保健課は、精神保健福祉相談員や地域担当保健師による個別支援を実施している。
- ・今日のテーマは、6つに分かれている。「思春期とは」、「親子(養育者)関係から見る思春期の変化」、「思春期の心の変化」、「思春期の課題」、「自殺企図と自傷行為」、「思春期を支える保護因子(接し方)」。

①思春期とは

- ・いきなりだが、ワーク作業をする。自分が思春期だった頃に、楽しかったこと、大変だったことを思い出す。個人作業を3分行い、グループでの共有を7分行う。
- ・世代や年齢が違っていても、悩んでいる事は同じだったんだ、と思うことがあったのではないかな？思春期を思い出してみるとという作業をすると、意外と新しい発見があり、他の人が悩んでいた事を自分も経験した事があったりする。また、気持ちも若返ったりする。今日は、若い時の気持ちでお話を聞いて欲しい。
- ・先ほどのワーク作業で、いつの思い出をしゃべったか？思春期はいつからいつまでか？思春期の始まりの定義ははっきりしていて、2次性徴の始まる頃からである。身体の2次性徴が始まる10~14歳頃のことを指し、性差があるので、男の子より女の子の方が早いと言われている。

- ・思春期の終わりは、大人になるまで、という言い方をされる。大人になるとはどういうことか？身体の成長面で考えると、身長伸びが止まる頃であり、心理学的な言葉で言うと、自我同一性が確立する頃であり、社会的な責任の面で考えると、今はだいたい18歳ぐらいと言われている。
- ・つまり、思春期は、10～14歳頃に始まって、18歳ぐらいに終わる。
- ・今は、大人になることが難しい時代だと言われている。昔は大人になるということがどういうことかは、大人が決めていたが、今は、自分でやりたい事を見つけて欲しいという社会的風潮がある。良し悪しは別にして、自分でやりたい事や興味のある事を求めていくという作業は、思春期が始まる10歳ぐらいまでの人生経験で、「自分がやりたい事って何なのか？」を思春期の間、ずっと考えていく作業をするということになる。可能性が無限大にある中で、自分がやりたい事などを選択しなければならぬ状態が大変であることは想像できると思う。
- ・「これが向いているのかな？」と自分で選んでみたとしても、人生経験が浅いので不安になる。不安が多い中、「やっぱり違ったな、あっちの方がいいのかな？」といった試行錯誤を経験しながら、自分自身でやりたい事やできる事を探していく作業になる。なので、精神的に疲労が溜まりやすい時代と言われている。

②親子(養育者)関係から見る思春期の変化

- ・子どもの時期というのは、赤ちゃんの頃に養育が始まって、子育て期間の中で、親に近づいて甘えていくことで、親(養育者)からの世話を引き出す。これがきちんと成立していれば良いが、子どもが親(養育者)に甘えに行った時にうまくリアクションがないと、後々の課題となって現れることがある。
- ・思春期の時期というのは、初めは甘えが強くなる。不思議に思うかもしれないが、小学6年生ぐらいの男の子が「眠れないから一緒に寝ていい？」と、幼かった頃のような甘え方をする時がある。
- ・女の子の方は、それが無いことの方が多いと言われている。「お話を聞いて、聞いて」という甘え方が多くなる。
- ・親(養育者)の方は「急にどうしたんだろう？」と、驚くかもしれないが、その時に「もう大人なんだから…」といった対応はしない方が望ましいと言われている。
- ・親(養育者)との関係が成立すると、今度は急に居心地が悪くなり、子どもの方が離れていこうとする。これは何故かという、動物的本能ではないかという説が有力である。親(養育者)の元を離れて、仲間(友達)の元へ行く。仲間(友達)の元へ行くが、外の人との関係づくりもまだまだ幼いので、ほんの些細なことで「嫌われた」「仲間外れにされた」と思って挫折を経験する。挫折を経験すると、再び親(養育者)の元へ返ってきて甘える、という循環を繰り返して、大人に近づいていく。このような親(養育者)と子の関係を「安全基地」と言ったりする。

③思春期の心の変化

- ・思春期になると物事の考え方が大きく変わる。論理的になる。「なぜダメなのか？」、「なぜそうなるのか？」といったことを考えられるようになる。
- ・今までは、「親(養育者)や周りの大人が決めたから」、「そのように大人が言ったから」という理屈で通じていたところが、徐々に「なぜそれがいいのか？」、「ダメなのか？」ということをも自分なりの論理で考えて、判断していくようになる。
- ・この時に、こういう変化が起きていることに気付かず、今まで通りに親(養育者)や周りの大人の「こうしなさい」、「あしなさい」といった権威的な関わり方に対して反発していくのが、反抗期の原因の一つであると言われている。
- ・「自分なりの論理で考えて、自分でやりたい事を考えて行動しよう」という風に振る舞う。ただ、行動しようとする一方で、自信が無く、不安や悩みが伴う。
- ・「自分で決めたい」という気持ちと、「これでいいのかな？」というような、相反する感情が同時に存在する(この状態を“両価性”)という事で、思春期というのは精神的に極めて不安定な状態になる。

- ・この時期の感情の不安定さというのは、一般的に、2歳児のイヤイヤ期と同じぐらい強い葛藤の中で生きていると言われている。2歳児であれば可愛らしいが、身体も大きくなっているし、言うことも理屈っぽくなっているの、周りの大人が疲弊することも理解できると思う。
- ・相反する感情が具体的にどういうことか、心の特徴(対人の傾向)がどうかというと、男の子の場合は親(養育者)に対して「眠れないから一緒に寝ていい？」と言う反面、居心地の悪さから「僕を赤ちゃん扱いしないで」と言う。仲間(友達)に対しては「一緒にいると元気」と言う反面、「仲間外れにされたらどうしよう」と言う。身体も大きくなって成長していつているので、男の子の方には“甘え”と“横暴さ”という特徴があげられる。
- ・女の子の場合は親(養育者)に対して「お話を聞いて」と言う反面、聞こうとすると「私を縛らないで」と言う。仲間(友達)に対しては「一緒所にいると安心」と言う反面、「私を見捨てないで」と言う。女の子の方には“幼児帰りなしの甘え”が、特徴の一つとしてあげられる。
- ・そういった感情の揺らぎの中で、自己愛や自尊感情、自己肯定感というものが少しずつ成長していく。
- ・どういう風に成長していくかということ、大人へ向かって成長していく過程で、成長し過ぎると社会や仲間(友達)とのルールからはみ出してしまう。はみ出してしまうと、仲間(友達)とのトラブルや社会のルールに違反してしまって指導が入り、挫折感を味わってしまう。挫折感を味わうと、自尊感情などがすごく下がってしまう。下がってしまうけれども、安全基地が上手く機能していれば、再び成長に向かっていくという循環を繰り返す。
- ・こういった心の変化を繰り返していくことで、大人から見て、適度な、丁度いいぐらいの自己愛や自尊感情に落ち着いていく。

④思春期の課題

- ・思春期になると、論理的・合理的な考え方ができるようになると説明したが、見えている景色が子ども時代と同じであっても、論理的に考えられるようになることで、色んなものの見え方が変わってくる。その中には、不安感や不信感があり、その先の不安が生まれてくる。
- ・思春期は、悩み・迷い・不安を抱えながら、日々葛藤しているので、エネルギーが消費されている。このエネルギーが回復することなく消費され続けていくと、鬱的な状態になったりする。
- ・安全基地が上手く機能していないと「友達に見捨てられてしまうんじゃないか?」、「見捨てられると自分は帰る場所がないんじゃないか?」という感覚になる。そして仲間(友達)に対して、試し行動だったり、その関係へのしがみつきをしていく。
- ・もう一つ、挫折を味わった時に、絶望に近いような挫折を味わうと、安全基地に戻るという話をしたが、安全基地に戻った時に、その絶望が非現実的なぐらいの不安感や不信感になると、外に出られなくなり、論理的な思考の中で妄想に近い非現実的な対人恐怖や対人不信になり、引きこもりという状態になったりする。
- ・思春期は、外面から見ていると元気であっても、内面は不安感・不信感・恐怖を抱いてモヤモヤした状態である。そういった状態で、色んなことを話したり、大人に相談してきいたりする。よくある話は、イライラ感や不眠、やる気が出ない、学校に行きたくないという内容である。
- ・では、どこからが病気なのか? 「この症状があるから病気です」という判断は難しい。異常のない状態の人でも、イライラ感や不眠、やる気が出ないことなどはある。特に思春期は、ドロドロとした感情を抱いて過ごしているの、一時的な不調がすごく多い。
- ・ただ、一方で、思春期は精神疾患の初発が多い時期と言われている。統合失調症の初発の50%以上が15歳~30歳と言われている。その方々が初めて受診するまでに、だいたい1年半かかっている、その間に重症化していることがあり、課題の一つである。
- ・思春期のモヤモヤや不信感を和らげるために、依存性薬物に手を出す子どもも多いと言われている。依存性薬物の初回使用平均年齢は14歳~16歳。依存性薬物は、違法薬物のことだけを指すのではなく、市販薬であっても、依存度の高いものがあり、それを使用したりする。
- ・他には、拒食症。発症平均年齢は17歳~18歳と言われている。

・ここで大切なのは「そういった状況や可能性が生じる」というリスクを念頭に置いておくこと。

⑤自殺企図と自傷行為

※使われている言葉や、内容から連想されるイメージの影響を鑑み、非公表とする。

⑥思春期を支える保護因子(接し方)

- ・思春期を支える保護因子は5つある。「思春期の安全基地」、「友人関係」、「周囲の大人」、「居場所」、「専門的な支援」。
- ・思春期は基本的には、安全基地がきちんと成立していれば大丈夫。親(養育者)にお話をさせていただく時には、基本となる親(養育者)と子どもとの愛着関係について、お話させていただいている。
- ・愛着とは、子どもから一方的に抱くものなので、親(養育者)が子どもに愛着を持ってもらおうとするのは難しい。親(養育者)から子どもに抱くものは、愛情である。
- ・思春期になると、直接的な支援や世話が必要なくなるので「子育てが終わったのかな？あとは自分でやっていったらいいよ」と言いたくなるが、子育てが終わったのではなく、不安感や悩みのサポートが、思春期の子育てになる。
- ・一番大切なことは、手放さないこと。何ができるかということ、見守ること。
- ・思春期の安全地帯づくりというのは、思春期のしんどさや大変さを理解してあげようとする雰囲気づくり。「自分の頃はこうして乗り越えたよ」といった話を子ども達は期待していない。それよりも、大変な時期だということをはっきりと分かってあげる。
- ・日々、色んなことが変わり、常に悩んでいるので、昨日言ったことと今日行ったことが違うということもよくある。それでも長い目で期待しながら待ち続ける。本人が選んだことをそのまま受け入れる。子どもから色んな話をされるけれども、そのまま受け取る。ありのまま話を聞いて、助言を求められた時に初めて「自分はこうだと思う」と答える。ただ、「このままの状態だと危ない、命に関わるリスクがあるな」と感じる時は、壁となって守ってあげて欲しい。
- ・よくある話として、声をかけても無視されるという話がある。その場合でも「おはよう」、「おかえり」の声かけは返事がなくても続けて欲しい。それだけで気にかけているというメッセージになる。
- ・まとめると、思春期の子どもは常に悩んでいる。助けてということが言えない状況にある。見守りながら言い訳を聞いてあげられる存在が必要。一番大切なことは、思春期の子どもが近寄ってきた時に、大人がきちんと話を聞くこと。
- ・友人関係については、リスク要因にもなるが、あった方がよい。自信がなく、悩みながら心細い日々を送るなかで、同じ課題を抱えて悩みを共有できる存在は大切である。
- ・自分らしさや他者との違いに悩んでいる時に、鏡に近いような身近なモデルが友達関係と言われている。
- ・一方で、その友人自身も不安定な時期で、関係性も日々変化する。見捨てられたくない不安から緊張状態が続くが、今はSNSなどがあって、24時間緊張状態を保たなければならないという点で、疲労感が溜まって精神的にしんどくなる子どもが多い。
- ・周囲の大人については、基本的には親子関係が大切であるが、思春期は親子関係も不安定になる時期でもあるので、周りの大人との関わり方も大切である。
- ・周りの大人は、誰でも子どもの支援者になれる。何かをしてあげるといっても、迷いや悩み、不安に寄り添うことが大切。
- ・ポイントは、子ども自身がケアされていると感じているかどうか。こちらが一方的にケアするのではなく、相手がどのように感じているかを気にかけて話を聞いてあげることが大切。その際に、立場を使ったような、権威主義的な関わりは反発を招く。
- ・子ども自身がケアされているという感覚を持つと、その子どもが成長した時に、同じことが出来る大人になると言われている。
- ・今の時代、色んな大人と出会える機会がある。その中でも特に大事なものは、身近な存在で、現実世界の中で、安心して安全な大人にきちんと頼ることだと言われている。

- ・居場所とは、安心・安全が感じられる場所のこと。一般的に、第一の場は家庭。第二の場所は学校。第三の場所もあった方がいい。
- ・大人も一緒だが「家庭と職場以外に第三の居場所を作ってみてはどうか？」という主旨で、サードプレイスという呼び名だったりするが、色んなところで取組みをしている。
- ・第三の居場所は、第三の大人(家庭、学校以外の大人)と出会える場所であり、居場所があるという所属感を高めることが自殺対策の効果にもなったりする。例を挙げると、『大阪となりカフェ』(NPO法人が運営する高校内の居場所カフェ)などの取組みがる。
- ・尼崎市の地域にも、居場所の取組みがあると思うので、有効に使えればと思う。
- ・専門的な支援として、精神疾患が疑われる状態が継続した症状があれば、早期受診が大切になる。どういう症状の時に疑われるかという、イライラ感や不眠が2週間ぐらいあれば、相談して欲しい。相談してもらえば、判断は専門家がする。「ちょっと気になる症状があるな」と思ったら相談して欲しい。
- ・できればその際に、子ども本人の意向も聞いて欲しい。特に、精神科の受診というと、強制的なイメージがあるが、基本的には本人の同意がないと受診できないものと思っていたらと思う。小中学生であれば親の同意も必要なので、同意が難しければ、疾病対策課に相談して欲しい。
- ・もし子どもに受診を勧めるとしたら、児童・思春期専門の精神科を選んで欲しい。大人向けの病院と違って、思春期の背景を踏まえた診断をしてくれる。実はそんなに深刻ではない状態にも関わらず、精神科のお薬を服用して、お薬が手放せなくなるケースもある。
- ・みなさんの精神科のイメージはどうか？暗イメージだったりしないか？今は、明るくて綺麗な病院が多い。
- ・入院できる児童・思春期専門の精神科もあるが、地域医療が主流になってきているので、どこに行けば分からないということであれば、疾病対策課に相談してもらえればと思う。
- ・まず最初はクリニックへ相談して欲しいが、クリニックに相談していいかどうか悩むこともあるかと思う。その時は保健所へ相談してもらおうとよい。保健所では『思春期・若者・こころの相談』を行っている。

(後半①) グループワーク

目的: グループワークを通じ、互いの役割や活動について理解し、今後に繋げて欲しい。

方法: 今日の話聞いて、自分の組織ではどういった関わりができるのか、自分の組織以外でどういった社会資源が必要と思うかをグループ内で意見を出し合う。話し合う話題がない場合は、架空の相談事例をつけているので参考にして欲しい。

発表: グループ内で出た意見を踏まえた感想や考えたことを発表する。事例に関しての答えは不要。

I : A委員、B委員、C委員、D委員、E委員

II : F委員、G委員、H委員、I委員

III : J委員、K委員、L委員、M委員

IV : N委員、O委員、P委員、Q委員

(後半②) 発表

(M委員)

皆さんの意見を聞いてばかりで特にまとめるところもないぐらいですが、「実際、うちの子はどうなんだろう？あの子、調子がおかしいね。」と言うことも言いにくい中で、でも実際には親も何か藁にもすがりたい想いついてのうは絶対あって、誰でもが参加できるような講演会などをしながら、黄色信号を出している子どもを少しでも早く察知する環境が作れたらいいなと思っている。講演会をすると、意外にも参加者が増えてきている。そこでは参加者から質問がたくさん出ていて、数人にひとり発達障害があると言われている時代の中で、親としては大なり小なり子どものことで悩んでいる人

がたくさんいらっしゃるなと思ったので、日々、同じ様なことができる環境を作れたらいいのかなと思った。

(I委員)

この資料の中では、所属感を高めるといのが具体策として効果的で、大事なと思う。関わっている子どもの中には社会との関わりが全くない状態で、社会との関わりは私達しかないという状態の子もいる。子どもと一緒に色々と作業をしているが、最初は愛想がなく、人の話を聞かない感じであった。一緒に作業しているうちに色々な話をしてくれるようになり、何かしら社会との接点といのが必要なのかと思った。そうした関わりを通じて、社会との関わりが希薄になった子どもたちと何かしたいと思った。

(C委員)

グループでクラブ運営の話になった。人間関係を上下で捉えてしまうことがあり、特に思春期においては「自分がどう見られているのか」、「ランクがどこなのか」などを考えて、しんどい思いをするんじゃないかという話をした。人間関係に対して“上下”という視点だけを持って社会に出てしまうと、またしんどくなってしまうことがあるので、“横”で見られるような学校運営や人間関係を構築できる状態にできたらいいということ学んだ。仕事に活かすというよりも、一人ひとりがそういうものの見方をできるように頑張っていくことが、遠いようで、良いのかなと思った。

(Q委員)

大人が子供を見守らないといけないということは、本当に皆で共通しておかないといけない。先ほどのお話の中にあつた、子どもたちが見守られている、見守っている大人が居るよ、ということが子どもの思春期を救うという話から、思春期が危機ではなくて、何かのいいきっかけとなるように大人が動かなければならないと思っている。

(J委員)

保護者あるいは子どもとのしっかりとしたコミュニケーションが大事。いじめの問題であっても、不登校であっても、支援が必要な問題であっても、それぞれ解決方法が違うので、本人がどういう形で解決することを望んでいるのかを、まずは子どもや保護者の話をしっかり聞いて、その方向に沿えるように進めていく。そうすると、その窓口は担任の先生が多くなるので、教員にも子どものたちにもコミュニケーション力を身につけさせて、解決方法を考えるような形で指導できたらと思う。

(F委員)

グループで、関係機関に繋ぐ時に自分のところから丸投げするというのは良くない、という話が出た。自分のところで相談しながら、他の関係機関と繋がりがながら、色々な意見をいただいて、子どものためにやっていくことが基本的には大事である。そういうところを保護者や生徒も敏感に感じるので、色々な関係機関と関わりながらやっていくのが非常に大事なことだという話になった。グループのメンバーの所属がそれぞれ違い、良い勉強になった。

(D委員)

現場の話を聞かせていただいて、思春期の頃の気をつけ方として、高校生が友人達の間で自分のランク付けや順位付けをするということがされているという話を聞いて、そういった中で、今後若者たちに関わっていくことがあれば、「常にそういったことに気を使って毎日生活を送っているんだな」ということを念頭において接していくことの大切さと、あと、そういった人たちに対しても、相手の立場を考えて行動するという事の大切さを、自分自身も何かするときには念頭に置かなければいけないと思った。

(O委員)

目に見えない自殺企図や自傷行為を行う子どもたちに対して、とても危機感を持っている。担任とかがノートなどを使って連絡する際に、文字を見たり、ちょっといつもと違って様子がおかしいと感じる行動があれば、直ぐに共有できる形はできているので、そこから、保護者と連絡などを取りながら子どもたちを見守っていく体制はできているように思う。ただ、全部に対応できているわけではないので、安心はせずに、連絡がなければすぐ連絡するという体制をとりながらやっていっている。

(G委員)

子ども相手なので、子どもが一体何を思っているのか、どういうところに困り感や苦しみを抱えているのか、子どもによってはそこが分からない場合もある。そこをいかに引き出してあげるかということが一番大事だと思う。サードプレイス(第三の居場所)という言葉があったが、学校という場所だけで難しい子どもは、関係機関へ繋ぎながら、担任の先生以外の職員も含めて、関わっていかないとなかなか問題は解決していかない。保護者の方も同様で、いかに繋がっていくか、困っているところを学校も一緒に考えていきましょう、もっとこの子の事を知りたいから関係機関に繋がしましょう、ということをしていって、幅を広げて、たくさんの大人で子ども達を見ていけたら良いと思う。

(A委員)

一番感じているのは、本当に関係機関と繋がって欲しい人ほど繋げることが難しく、逆にその必要がないと思う人ほど、心配で関係機関に通っていたりする。そこが、逆になれば良いと思う。保護者と人間関係を築きながら、いかにして、保護者が学校に不信感を持たずに上手く関係機関に繋いでいける関係になるかが大事である。あまりに学校から関係機関に繋げようとしすぎて、不信感を持たれてしまうこともあり、逆効果になってしまう。その辺りの難しさを感じている。

(K委員)

思春期の自分を思い出してみようというワークで感じたことは、自分自身がかつて思春期のことを忘れていたな、希薄になっていたな、と思った。そもそも自分もそういった思春期の時代があったことを思い出して、子どもがどうなるかということ、大人の視点で考えてしまっていたと思った。少しでも思春期を思い出すことができ良かった。これを機会に、自分がかつて思春期だったことを忘れてはいけない、とことを念頭に置いた大人が、施策を考えないといけないと感じた。

(疾病対策課)

まとめとして、保健所の方でも色々なケースを抱えていて、関係機関がたくさん関わっている人は、相談にまで至っていなかったり、相談に至っても、ちょっとした精神的な部分の確認程度で来庁される。最近、本当はもっと繋がっていた方が良いと思うケースもある。今日の発表にもあったように、心配な人ほどメンタルヘルスとしては自覚がないという課題があり、保健所としても啓発活動をして、早い段階で相談に繋がっていくようにしたいと日々感じている。今日は思春期についてのお話だったが、ゲートキーパーや自殺対策、自傷行為についても気軽にお話させていただけたらと思う。皆さんができるだけ現場で困らないように支援したいと思っている。

(4) その他

特になし。

以上