

自身も元不登校の男の子1人・女の子1人を育ててきた
教師歴30年以上の不登校専門家が実体験から解説！

誰にも頼れない不登校の子の親のための本

2025年2月12日発行

株式会社あさ出版(代表取締役:田賀井弘毅、所在地:東京都豊島区)は野々はなこ著『誰にも頼れない不登校の子の親のための本』を2025年2月12日(水)に刊行いたします。

我が子2人が不登校から立ち直った経験をもとに——「思春期不登校」の乗り越え方

文部科学省によると、2023年度、不登校の中学生は21万超、高校生は6万超*となっています。

本書では、30年以上教員として不登校の子を支えてきただけでなく、不登校になった自身の2人の子どもと向き合ってきた著者が、当事者目線で不登校からの回復の道のりを解説します。

不登校の子どもに世界はどう見えているのか、不登校になる原因とその段階、親が不登校の子に対してすべき行動や言葉がけ、さらには進学のためのノウハウなどをお伝えします。

* 文部科学省 令和5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

タイトル:誰にも頼れない 不登校の子の親のための本

著者:野々はなこ

ページ数:296ページ

ISBN:978-4-86667-733-0

価格:1,650円(10%税込)

発行日:2025年2月12日

【目次】

- 第1章 不登校の子が見ている世界
- 第2章 不登校の子どもはどのようにして回復するのか
- 第3章 不登校と向き合う親の基本姿勢
- 第4章 不登校の子どもが回復する親のための実践ノウハウ
- 第5章 声かけで親子関係を劇的に改善する
- 第6章 不登校の子どものための後悔しない転校・進学方法

【プロフィール】 野々はなこ(のの・はなこ)



不登校専門家。ウェルビーイング教育コーチ。大阪府生まれ。大学を卒業後、高校教師を務めて30年以上。担任、保健室担当、特別支援教育コーディネーターとして不登校、発達障害やメンタル不全の生徒たちと長年関わってきた経験を持つ。プライベートでは子ども2人が不登校になったが、心理学や脳科学、栄養学などを学び、それらを子どもの教育に取り入れたことで2人とも大学進学するまで回復させることに成功。不登校の子を持つ母親としての経験と、教育のプロとしての経験をノウハウ化した「不登校回復講座」は口コミで話題となり、全国各地から受講者が訪れる。不登校で悩む保護者を応援するために改善の秘訣を発信しているブロガーであるほか、ウェルビーイング教育の普及活動も行っている。本書が初の著作。



不登校の子どもはどのようにして回復するのか？ 【回復段階別】の子どもへの接し方を解説

※以下、本書より一部抜粋編集

「子どもの変化とその気持ち」、「親が陥りやすい行動」とともに
不登校の子どもの幸せのために、親ができることを解説！

不登校の子がたどる道のり

- ① 葛藤期(1カ月～3カ月) 学校に行きたくないのに登校しようとして体調を崩す
- ② 諦め期(1カ月～2カ月) 身体の不調は改善するが昼夜逆転の生活が始まる
- ③ お籠もり期(6カ月～12カ月 ※長期だと3年) 歯磨きや入浴はしないが心が少しずつ回復し始める
- ④ 扉開く期(6カ月～12カ月) 子どもが前向きな言葉を発して外出し始める
- ⑤ 挑戦期(3カ月～12カ月) 学校やアルバイトなどに行き継続的に社会とつながり始める

「諦め期」の子どもへの接し方：親子の崩れた信頼関係を高める会話法

※諦め期＝子どもが自分の本心に気付き、登校を諦めた時期

子どもが本心をお話してくれないときは、会話の受け答えを活性化させることで、子どもの心の扉を開いてみましょう。会話中でポジティブな内容が出てきたら、積極的に喜び、よかった点やどうやってそれができたのかなど建設的な質問をします。具体的なやり方を3ステップで説明します。

- ① いまあなたがしている作業は止めて、子どもの方に体を向ける
- ② 話は遮らず、子どもと一緒に喜ぶ
- ③ 具体的な行動やお子さんがどんな働きかけをしたのかについて質問をする

これだけですが効果は抜群です。基本的に不登校の子どもは、親に話しかけても学校や勉強などの説教に変わってしまうと認識しています。

3ステップの会話法はそうした気持ちを、「楽しい気分を台なしにするような返答を親はもうしない」という気持ちへと切り替えてくれます。それが親への信頼感につながり、本心を親に話してくれる段階へと移るようになるのです。



イラスト：Takako

留年、転校、進学といったタイミングで保護者が知りたい情報を網羅

- 通信制高校とフリースクールの後悔しない選び方
- 大学受験で利用できる一般入試以外の多様な入試方式
- 留年が決まったときの再スタートの選択肢など、進路選択に必要な知識を紹介します。

▼子どもが無理せず学校生活を送るために——
不登校の子どものための大学選びチェックリスト

- ① いざというときに送っていける場所にあるか
 - ② 通学は片道1時間以内か
 - ③ 担任制はあるのか
- etc…

書評・著者インタビュー等のご検討をいただければ幸いです。情報掲載、画像提供の問い合わせ

齋藤 TEL: 03-3983-3225 saito@asa21.com

株式会社あさ出版 東京都豊島区南池袋2-9-9 第一池袋ホワイトビル6階