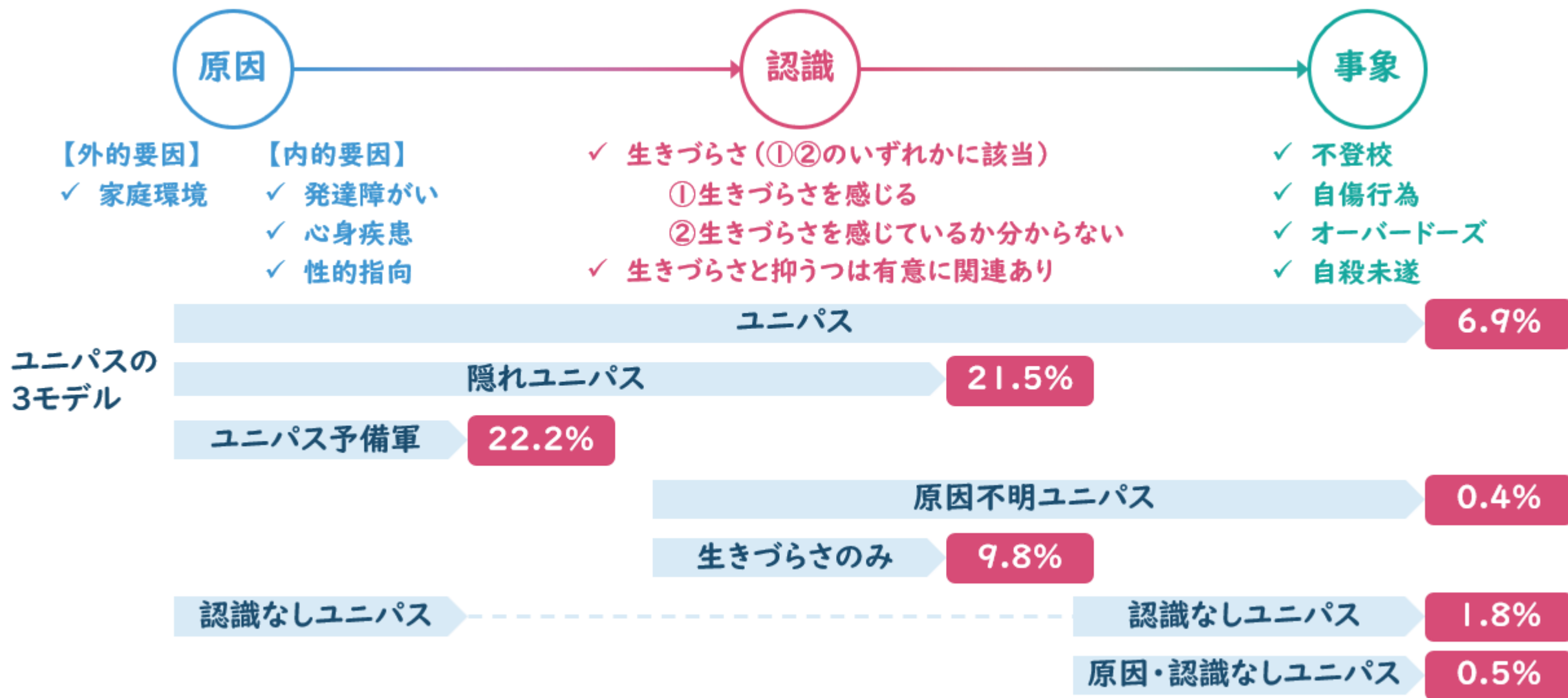
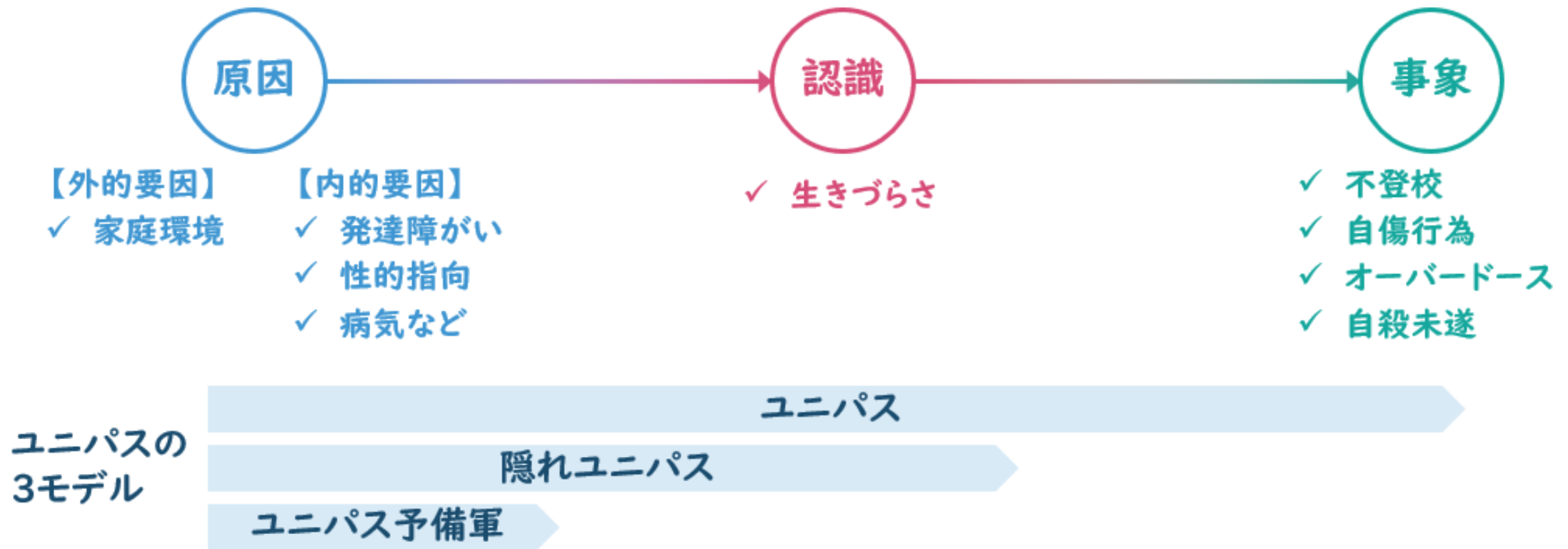


アンケート調査を通じたユニパスさんの実態

- ・原因、認識、事象のいずれかに該当する生徒は、約63%（約3人に2人が何らかのユニパス）
- ・現時点で事象がなくても、将来事象が出現する可能性は、50%以上の生徒。



ユニパスという言葉は前向きでいいのに、**隠れユニパス**とか
ユニパス予備軍ってネガティブなのは？
ユニパスが悪い状態だと言っている印象を受ける

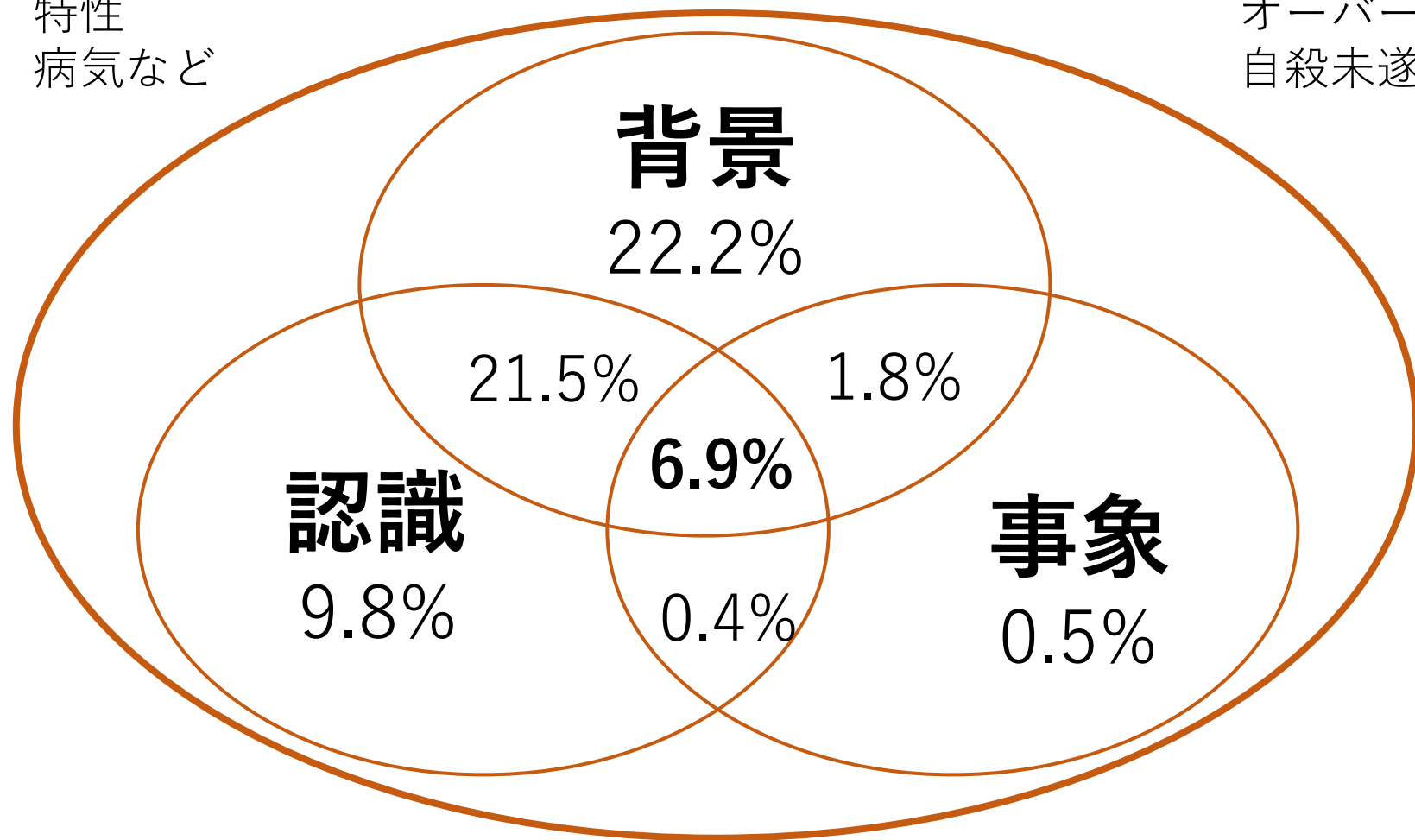




家庭環境
逆境体験
特性
病気など

生きづらさ

不登校
自傷行為
オーバードース
自殺未遂



= ユニパス

中高生の生きづらさ

中学生男子

- 朝起きること
- 友達関係
- クラスがうるさくてなじめない
- ある程度他の人に合わせて行動しないといけない
- 学校に行っていないことによる不安
- 税金があるから
- 悪口言われすぎたら
- よく物事を決めつけられる
- 勉強
- 自分の想像と現実が合わないこと
- 世の中が不平等と言うことに
- 自分の居場所の確立やグループ行動

中学生女子

- 自分だけ浮いていると感じること（私が発言したら誰もしゃべらなくなったり）があるし、ずっと一緒にいるお友達みたいな人がいないところ。
- テストの点をバラされて、いやな噂が広がったこと。嫌なことがつづけておこったとき
- 人間関係
- 味方、居場所がない。ずっと自分をつくってる。
- 自分が思うようにできなかったり怒られているとき
- 嫌いなことも苦しいことも逃げずに乗り越えなきゃいけないこと、社会の厳しさに慣れなきゃいけないこと。
- 元からの頭の良さと顔の良さが全て
- 勉強ができなく、他人に教えてもらってもわからないこと
- 学校に通うこと
- 束縛

高校生男子

- なんとなく
- 周りと比較してしまうこと
- 努力ができないこと
- 勉強ができないと生き抜いていける世界ではないこと
- おもしろくない
- 知能があることによる悩み
- 人に話しかけるのが難しい
- 心が満たされている感じがしないところ
- 事あるごとに、母の逆鱗に触れる
- 人付き合いがしんどい、将来のことを考えたくない
- 政治的に
- 大学入試の女子枠の男子学生への差別
- 朝起きるのが難しいです。
- 少子高齢化、税金、若者の負担
- 大人の理不尽なことが多い

- 人とのコミュニケーション
- 友達
- 家族との関係
- 人間関係
- 親と一定の同級生
- 才能の違い
- 人間であること
- 車椅子なので不便に感じる
- 勉強ができないから
- 周りと比べて劣っていること
- だるい

高校生男子

- ・自分が毎日しようと思って決めた事を達成せずに寝てしまった時には、**自分のことがきらい**になってしまうこと
- ・**学歴至上主義**、**偏差値教育**
- ・たまに、やることが多い時などの余裕がなくなった際、いろんなところに気を回さなければいけないような気がして普段何でもない**人間関係**にも息苦しさを感じてしまうことがある
周りと比べて**劣等感**に陥る
- ・**悩み**が多いし、**やらなきゃいけない**こともいっぱいある。
- ・思ったよりも**上手くいかない**とき
- ・ちょっとした言動や行動だけで**批判**されたりするところ
- ・誰にでも優しくして、それなのに**怒られる**ことがあること
- ・学校での**対人関係**があまり上手くいっていない、自分のことを**理解されない**ところ
- ・学校になかなか登校できない日があったり、人間関係を上手く構築できなかったり、鬱々とした気分や**無気力**、**希死念慮**に悩まされる日があったりするところ。
- ・将来の学問や就職、自立して生活出来るかという**不安**や、家族や学校の**人間関係**
- ・上下社会、**お金**のなさ、周りとの**比較**などなど

高校生女子

- ・ 人間関係
- ・ 自分で自分をコントロール出来ていない時があること。
- ・ 不安障害でご飯が食べられないことが多い
- ・ 友人関係
- ・ 居心地の悪さ
- ・ 人間関係、勉強、持病
- ・ 毎日起きて学校へ行くことを繰り返すところ
- ・ 人と比べてしまう
- ・ 日本の教育方針。右ならえ右が苦手。
- ・ たまにしんどいなと感じる。
- ・ 生きる意味
- ・ 社会の常識を理解できない。型に当てはまらない。
- ・ 1人になると小さなことでも悩んでしまい寂しくなること。
- ・ 物事が全くうまくいかないとき

- ・ 他人との意見の食い違い
- ・ わからない
- ・ 人間関係
- ・ 競争社会、受験、ルッキズム、人付き合い、学校に行くこと
- ・ 常に大変だ
- ・ 大学に行くのが当たり前のような世の中であるところ
- ・ 競争社会
- ・ 自分のことをわかってくれるひとがいないと坎じる。
- ・ 精神障害等を親達が理解してくれない事。また、診断歴ないからと信用してくれない人
- ・ 友人と楽しくテンポよく会話することができない、大人数の会話で何を言うか考えていたらほとんど発言できず疎外感を感じる、他人の目を気にしすぎる
- ・ 心の拠り所となる人がいない。誰も一緒にいてくれない。
- ・ 友達関係で孤独を感じる事がたまにある。うまく返事や会話ができているか不安になる。頭が悪いのでこの学校にいるべきでないと感じることがある。すべきことと行動が伴わず自己嫌悪に陥ることがある。
- ・ 学歴
- ・ やるべきことが多すぎて心に余裕がないので生きづらい

- ・人と上手く話せなくて、自然消滅のような感じで友達がいなくなってしまった。みんなが楽しそうにしている中、**自分は一人**でいるのが少し寂しい。**消えなくなる**。
- ・**威圧的**に接してきたり人の話を聞き流すような人がいて、それを注意する人がいないところ。
- ・**ネガティブ**にものごとを考えてしまうところ
- ・軽い**発達障がい**でみんなと同じスピードで同じことをするのが難しいときがある
- ・早起きに向いていない 社会のペースについていけない
- ・人と比べてしまったり自分の**愚かさ**に気づいてしまったときなどに**窮屈**だと感じる時がある。
- ・**理不尽**を感じた時
- ・人と**比べられる**ところ。同級生より勉強ができないところ。
- ・努力していても、**もっと頑張れ**と言われるところ。
- ・人との関わりの中で**意見の相違**が起きた時
- ・**人間関係**;周囲の人たちにどのように接していいかわからない
- ・周りの人が自分のことを話している時の言葉や態度
- ・人間関係で悩むことが多いところ
- ・**コミュニケーション力**がないところ
- ・学校に行く週の時の流れが遅すぎる
- ・人間関係

- ・ やってみたい、したいことがあるのに学校の校則などによってできないことが多い。
自分らしく好きな事、気になる事にもっと気軽に取り組みたい。
- ・ 親密な関係を築いても何かが原因でうまくいかないことが多い
- ・ 自分の中では正しいと思って行動してもそれが相手にとっては不正解で距離を置かれる、もしくは関係性が変わってしまうことが多い
- ・ 自分が嫌いで生活の中で自己嫌悪感をずっと抱いている
- ・ 社会でまともな生き方が決められているところ
- ・ 小さなことでも気にしてしまう自分の性格
- ・ 自分と他人を比べて落ち込む
- ・ 理不尽に注意されたり、決めつけられたりされると、自分は間違っていないはずなのに責められることで、苦しいなと覚ることがある。
- ・ 周りの学力が高くて、会話に追いつけないことが多いから
- ・ 人間関係に悩みます。私は基本受け身の性格なので誰かを受け入れることはできるのですが、その気持ちを同じようにその子に返すのは苦手なので、気持ちの共有が少し生きづらいなと思います。
- ・ 社会的な風潮とか、学校の雰囲気とか。なんとなくの大人が「求めていること」「普通」を言われると、生きづらいなと覚る時がある。
- ・ 大人数の中にいると具合が悪くなる。自分の鈍臭さ。
- ・ 宿題やテストに追われること
- ・ クラスや部活動での人付き合いの難しさ

- ・自分が攻撃されていなくても誰かに向けた悪意を感じるとしんどい気持ちになる。
- ・日本が侵略されていること
- ・人と話すときに変に緊張して上手く話せない
- ・人間関係
- ・嘔吐恐怖症と母が非常識
- ・感情の起伏が激しく、コントロールに難しさを感じる。落ちている時には不安を大きく感じ、学校に行きたくないと思う、誰かに悪口を言われているように聞こえてくる、未来への不安から涙が込み上げてくるなど、全体的に自己肯定感が下がる状態になる。
- ・同級生と比べ自分の欠点は大いのだと感じており、この不安な感情で家族やクラスメイトに迷惑をかけることもあるため生きづらく感じる。
- ・相手が何を考えているのかわからないから、相手の少しの表情の濁りも敏感に捉えちゃって、今悪いこと言ったかなとか考えてしまう
- ・自分が頑張っても周りの環境によってできないことがある時。
- ・家族や友人との人間関係、将来への不安、人と上手くコミュニケーションが取れているか不安になる
- ・どんなに仲のいい人でも、嫌なところに目を向けてしまうこと。働きに見合った生活を望めない日本。
- ・学校生活
- ・否定されること
- ・毎日疲れるな

高校生その他

- 周りに~~気を遣いすぎ~~てしまう、~~苦手~~なことが多い、人によって性格を変えてしまう
- 自分の~~性別~~がよくわからない
- 人間関係