

黒木西

黒木西小

学校だより

文責:校長 齋藤英義

令和3年8月27日(金)

NO.10



子は親の心を実演する「名優」である

先日(8月25日)夏休みが終わり前期後半がスタートしました。既にご存知のように、県内はもとより全国的なコロナの感染症患者の増加のため、8月いっぱいには午前中授業の状態です。

35日前に、「我慢して楽しむ夏休みに」と話をし、そして先日は、「我慢して楽しむ学校生活にしましょう」と、校内放送で呼びかけました。学校便りのNo.8でも書きましたが、制約の中ででもできることに目を向けることで、楽しい夏休み(学校生活)にしてほしいとの思いだったので、これだけ制約が続くと...大人でもストレス感じますよね。そう考えているうちに、「子どもたちに我慢を強いるだけでなく、ストレスを感じているであろう子どもたちと接する時に、大切なこととはどんなことだろうか」との思いから、少し調べてみました。今回は、保護者の立場としてということと説明されていますが、私たち教師も、子どもたちの周りにはいる大人の一人として大切なことであると考えると、自分へのいましめとして紹介させていただきます。



国立成育医療センターの「コロナ×子ども本部」グループが、昨年度コロナ禍での子どもたちの状況や感じていることについて行った調査によると、子ども全体の72%がコロナによって何らかのストレスを感じていることがわかりました。(今であれば、もっと数値が上がっていると考えられます)



小学生では「コロナのことを考えると嫌な気持ちになる」「イライラする」「集中できない」「なかなか寝付けない、夜中に目が覚める」などの回答が目立ったそうです。そんな子どもたちへの対応としては、不安やいら立ち、怒りなどを感じることは当然であると伝え、リラクセスする方法と一緒に探す、コロナによる他人への悪口や差別などに結びつけないよう注意するなど心がけることが大切だとのこと。



また、**子どもの様子が普段と違うと感じたら、まずは声をかけてみる**こと。例えば腹痛を訴える子どもなら、いつ、どんな時に腹痛が起ころのかを見ておき、「朝、起きる時にお腹が痛くなるみたいだね、どうしたのかな?」と具体的に聞いてみるのがおすすめです。

そして、声をかけたら、親(大人)は聞き役に徹すること。先回りや決めつけをしないよう心がけて**子どもの話を聞く**ことが大切だとのこと。



話の途中でつい口をはさみたくなるかもしれませんが、大人の感情や意見はいったん脇に置いて、最後まで聞いてあげること。子どもの意見全てに同意する必要はありませんが、「そうなんだね」と受け止めたり、「よく話してくれたね」といったわたり、「そんなに辛いのに、頑張っていたんだね」と認めてあげたりするのがポイント。

親(大人)が子どもの話に耳を傾け、真剣に向き合う姿勢は子どもにとって大きな支えになるはず。あなたのことを心配している」という気持ちを伝え、子どもがストレスを解消しやすいように考えてあげてください、とのこと。なるほど、「声かけ」「聞く」が大事なんだ、よしこれくらいなら...

と思いきや、その前に一つ問題が。というのは、子どものストレスを解消してあげる側の大人(親)にも、コロナによるストレスが見られるということなのです。コロナ禍という非常事態で子どもを思いやるには、受け止める**大人(親)が気持ちに余裕を持つことが大切**になってきます。そのためには、まず自身のつらさや不安にも目を向け、自分をケアすることが一番み



たいです。と、ここまで読んだ時、表題の一節が思い浮かびました。ある研修会で紹介された言葉です。子どもは、親の心を敏感に察知し、それに応えるように行動するということらしいですが、これは親御さんだけではなく、私たち教師も思い当たることがあります。こちらがイライラした時は、子どもも不安定になり、心に余裕があると子どもの顔にも笑顔が出る人が多いんです。

コロナ禍という非常事態の中で、感染予防に万全を期すことは当然ですが、その禍(わざわざ)に心までかき乱されぬようにすることが、子どもたちのストレスを和らげる基本となりそうです。

最後に、心にゆとりをつくる魔法の言葉を紹介して終わります。「よくある、よくある」「ま、いっか」「どうぞ」

