

こころのお便り

杉並区立高井戸第四小学校

校長 本橋 忠旗

指導教諭 早川 宏（たかし教室教員）

「どうしてもできないのだろう」「どうしてもうまくいかないのだろう」

子供の成長について、大人は日々、悩みは尽きないものです。「一人一人個性があり、成長の仕方はそれぞれ違うものだよ」「できないこと、苦手なことは誰でもある」とわかってはいても、困り感や不安でいっぱいになることがあります。「他の子はできているのに、うちの子はできていない」など、他の子供と比較をして、焦りや心配が大きくなってしまいうこともあてしょう。

そんなとき、ちょっとしたヒントや情報を…

子供たちや保護者の皆様一人一人の願い、思い、悩みに寄り添いながら、家庭、地域、学校とが力を合わせて子供たちの成長を応援していけるように、子供の成長についてちょっとしたヒントや情報を盛り込み、特別支援教育だより『こころのお便り』を本校特別支援教育担当から月1回程度発行いたします。どうぞよろしくお願ひいたします。



1. 子供たち全員の成長に必要な特別支援教育

- ◎ 子供たちは皆、性格、興味関心、得意なこと、苦手なこと、学び方、感じ方、成長の仕方など、一人一人が違つた大切な個性をもっています。ところが、学校など集団の中で、人と人とが関わり合う中で、それぞれ違つた個性と個性とがぶつかり合つたり、集団の生活がうまく合わなかつたりして、学校で困り感や悩みをもち、学校生活がづらくなる子供たちが現れるわけです。
- ◎ 「大丈夫だよ。うまくいっているよ。」と思つていても、思春期でつまずくケースもあります。また、今はとてもづらくても、やがて落ち着くケースもあります。どのように成長するか、いつ、どのようなことでもつまずくかは、一人一人が違ひ、複雑で予測が難しいものです。
- ◎ 困難さに出くわしても、子供自身が自分で乗り越えたり解決できたりすることがあります。しかし、どうしてもうまくいかず、強いストレスがかかり続けると、自信や意欲を著しく失つてしまひ、その後の成長に大きく影響を及ぼしてしまふことがあります。
- ◎ 周囲の大人たちが、ちょっと環境の調整やサポートのやり方を工夫したり、困りごとや悩みに寄り添つたりするだけでも、子供はやる気が高まつたり、思わぬ成長を見せたりします。子供は成長しようとするエネルギーを内に秘めています。子供が、もっている可能性や能力、個性を大いに発揮し、自信や意欲を高めて生活や学習ができるように、家庭、地域、学校とで連携してサポートしていくことが大切です。
- ◎ 苦手なことがあつたり、悩んだりしている友達に対して、周囲の子供たちはそのことをどのように感じ、どのように関わっていくか。これもまた大切な特別支援教育の役割です。

(裏面へ)

2. 誰かと一緒に笑っていますか

- ◎ コロナ禍では、私たちの行動が制限され、人との関わりもかなり制限されました。また、マスク生活が長く続き、マスクの下では人の表情が分かりにくい、そもそもその人の顔がよくわからないということがありました。そういうことが続いたからか、人との関わりの制限がなくなっても、人との関わりに強い緊張感が続いたり、心身にストレスを抱えていたりするケースが増えているようです。
- ◎ ストレスを抱えているとき、「笑うこと」が心身の状態の改善に有効であることは、研究の実績からよく知られています。たとえ、笑いたくなくても、口角を上げて形だけ笑うだけでも効果があるそうです。
- ◎ ゲームに夢中になっている子供たちが多いですが、楽しくて笑顔でやっているのならばよいのですが、しかめっ面で「くそ」「死ね」「うざい」などと言ってイライラしながらゲームをやっているケースも多いようです。これでは、心身の状態にはあまり効果がありませんよね。
- ◎ 「笑うこと」についてですが、一人で笑うより、誰かと一緒に笑ったほうが、より一層効果が高まるという研究実績があります。ときには、子供と顔を見合わせて一緒に笑い合う機会を作るようにするのもいいでしょうね。



3. 校内の相談窓口（相談体制）

学習、生活、友達関係、情緒面など、気になることがありましたらご活用ください。

- 各学級担任
- 養護教諭（横山）
- 特別支援教育コーディネーター 加納（4年担任）、島田（図工）、我謝（ことばの教室）
大日向・齋藤（たかし教室）、横山（養護）、水野（2年担任）、山口（6年担任）
- ことばの教室担任（吉廣、篠原、我謝、三上）
- 特別支援教室「たかし教室」担任（早川、大日向、齋藤、小山田、板垣、高瀬）
- スクールカウンセラー（種市）

いずれでも相談の窓口になります。秘密は厳守しますが、必要に応じて校内で連携をとり、チームでお子さんの成長のために具体的な対応に取り組みます。

