

# 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）

## 1. 「話す」は「放す」「離す」

◎ 心の中に抱えている悩み、苦しみ、ストレス。そのことを誰かに「話す」ことによって、傷ついた心、もやもやした気持ちを自分から「放す」「離す」ことになる、ということをおあるカウンセラーの方から聞いたことがあります。愚痴でも、不満でも、うまく話がまとまらなくても、誰かに「話す」ことが大切だということです。

◎ 確かに、誰かに自分の心の内を話すことで、「気持ちが楽になった」「なんかスッキリした」「気持ちが落ち着いた」「前向きな気持ちになれた」という経験をされた方も多いでしょう。また、特に解決策をアドバイスされたわけではないのに、誰かに話すことで、いつの間にか問題を解決することができたという方もいらっしゃるでしょう。



◎ 誰かに話すということは、頭の中である事柄を順序よく整理して、言葉で表現するということです。この過程で、もやもやした気持ちやごちゃごちゃした情報が自然と整理されていることとなります。そういうことも大きく影響されているでしょう。

◎ さて、子供たちに目を向けてみましょう。「日々の生活に苦しさやストレスを感じている子供が増えている」と、多くの専門家が指摘しています。確かに「なんとなくやる気にならない」など、心の不調を訴えるケースも多いようです。

◎ 「授業を真面目に聞く」「静かに話を聞く」「子供に言い聞かせる」など、ちゃんと「聞く」ということを大人は子供に求めがちです。日々の慌ただしい生活の中で短い時間でもよいので、子供が「話す」場面を大切にあげましょう。悩みや苦しみではなくても、気軽に日常の出来事、自分の好きな分野、その他、些細なことでもいいです。その際に、子供の話を聞く大人の姿勢として大事なことがあります。

◇子供が話をしたくなる雰囲気で！

◇話をする子供に寄り添う気持ちで！

◇子供の話を否定しない！ ※「でもね…」など言わない



◎ もちろん私たち大人も誰かに「話す」ことは大切ですよ！

(裏面へ)

## 2. 苦手な漢字の学習

◎「漢字を書くことを嫌がる」「漢字ドリルの宿題や漢字テストがもう大変で」という話を保護者の方々からよく聞きます。漢字の読み書きを苦手に行っている子供にとっても、それをサポートする大人たちにとっても、頭の痛いところでしょう。

### 漢字はたくさん書けば書くほどおぼえられる？

◎ 昔からそのように考えられてきています。実際にそれで読み書きできる漢字を増やしてきたという人は多いです。しかし、そうではない人もいます。

もともともっている特徴で、「凶形（きょうがた）の理解、認識が苦手」「手先の細かい操作がうまくいかない」などが見られると、漢字を書くことは苦痛になります。 ※「サボり」「怠け」ではない

◎ 「漢字をそれぞれ 10 回ずつ書いておぼえる」という課題に対して、漢字が苦手な子供は…

- やる気が出ず、嫌々取り組むので、殴り書きのような漢字をとにかく 10 回書いて済ませようとする。
- 漢字の横の棒だけ先に 10 回書き、次に横の棒だけ 10 回書き、それを繰り返して結果的に 10 回分の漢字が出来上がる。
- 何とか頑張るってやり遂げるが、もう二度と漢字を書きたくない気持ちがわいてくる。

などが見られるでしょう。このような気持ちで 10 回分漢字を書いたとしても、単なる作業になってしまい、学習の効果は期待できません。

◎ 漢字の学習に回数を求めない

- 例えば、「10 回ずつ漢字を書く」という課題の場合、

大切なポイントは、回数を減らすこと、ゆっくり書くこと です。

回数を 3 回くらいにして、ゆっくり書くことを求めるとよいでしょう。書く回数を多くすると、早く終わりたいから、どうしても急いで書きがちになります。

- 回数については、「えっ!? たったこれだけ!?!」「これならできる!」と思わせるほうが抵抗感が減ります。疲れ果てるより、心身ともに余力をもって終わるほうが、次につながり、学習を継続しやすくなります。
- 漢字の練習として、ゆっくり書くほうが文字の形を理解しやすくなるし、腕や手先の動きを意識しやすくなるので、学習効果が上がります。

- ときには、大きな紙に毛筆やマジックペンを使って、大きな文字を書く機会をもってもよいでしょう。自然と文字をゆっくり書くようになります。ちょっとした気分転換にもなりますよ。

