

はじめに

いま世の中では、新型コロナウイルスの感染拡大に関して、不安を煽るような報道や不確かな情報が多く流れ、未知のウイルスに対する私たちの不安は大きくなっています。また、学校の休校、イベントの中止等もあり、大人も子どもも日常生活に大きな影響が出ています。

今回のウイルスの流行は一種の災害ととらえられます。災害時に支援者は、まず支援する対象に、いかに「安全・安心感」を保たせるかが大切になります。支援者自身がこの不安に飲み込まれないため、今一度立ち止まり「今、何をすることが大切か」を考えることが必要だと感じています。

そこで、学校再開にむけて、大切なことをまとめてみました。

1. 今、感じている気持ちや不安を自覚しましょう

●今の大人の気持ち

- ①何が起きているのか分からない
- ②何をしたらいいのか分からない
- ③いつ当事者になってしまうか分からない



「ふわふわ感」「現実感がない」
体験しているのは、見えないミスト（新型コロナウイルス）に覆われている感覚

多くの大人は、①～③を自覚していない状態で、地に足のつかない動きとなっています。

例えば、トイレトペーパーの買い占めなども一つの例です。

妙に動いてしまったり、逆に鈍感になりすぎてしまったりしないためには、まず①～③を自覚することが大切です。大人が今、感じている気持ちや不安（①～③）を自覚し“こころ”を整えることで、子どもに対してしっかり向き合うことができます。

●今の子どもの気持ち

子どもたちは表面上、手洗いなどの行動や自粛を、ある程度素直に受け入れているように見えますが、外からは見えない“思い”を持っています。不安を持っている大人とは異なり、子どもたちが持っているのは怒りや不満が大きいように思います。

- ・なんでこんな目に遭わなければならないのか
- ・面倒くさい
- ・大人たちはあたふたと動いて、きちんと自分と向き合ってくれない・・・

さらに、休校が突然決まりました。本来、終わりがあって始まりを迎えることができますが、落ちついた中での儀式（終業式や離任式など）がなく、バタバタした中で学年最後の日を終えた学校がほとんどでしょう。

それは、子どもも教職員も全員が、年度終わりという節目の振り返りや実感を持ってなかったということだと考えます。

子どもたちは、自分の力だけでは次の学年へのシフトチェンジをすることができず、前の学年の体験が収まらないまま、新たな集団へ入っていくことが想定されます。

2. 学校再開にむけて

まず、新たな集団に入る前に、元のクラスでの終わりの儀式（終業式にもあたる、クラスの解散式のようなもの）を行うことを提案します。

- ➡ 儀式を行うことで、メリハリが生まれます。大人が自分たちのこころの中にある不安を自覚しながら、きちんとした儀式を行うことは、2月末のバタバタした中での学年最後の日とは違い、子どもたちの気持ちの切り替えはもちろん、大人にとっても意味があるものと考えます。そのうえで、

① 子どもたちを労う

急な休校や遊びのない生活に対し、子どもたちなりにいろいろな思いを抱えています。

まずは、「よくがんばった」と伝え、子どもの思いに寄り添っていると示すことが大切と考えます。

② 現実的な対応については“意味のあること”として伝える

消毒や行事の規模縮小など安全・安心を守る動きについては、“意味のあること”として具体的に伝えることが必要です。「ルールを守りましょう」だけでは、子どもたちは消化できません。

例えば「まずはみんな頑張ってくれたね。みんなの協力もあって、この地域での感染の拡大を防ぐことができ、そして無事学校を再開することができました。これからは学校でもみんなの協力が必要です。次のステージはみんな協力して手洗い、消毒、換気を丁寧にしてもらおうことです。そうすることで、学校が安心して過ごせる場所になります。」

など、なぜそのルールがいるのか、丁寧に、敬意をもって伝えます。また、行事が縮小等になった場合も、縮小の意味についてしっかり伝えていくことが大切と考えます。

ルールが押し付けにならないよう、しっかりと子どもたちを労いながら、まず今を乗り越えましょう。

③ 新しい集団生活の開始後、再び突然休校になる可能性を視野に入れておく

新型コロナウイルスの流行状況は日々変化しており、再び休校になる可能性もあります。流行状況が落ち着き、本格的に学校を再開した時にスムーズに集団生活に戻れるよ

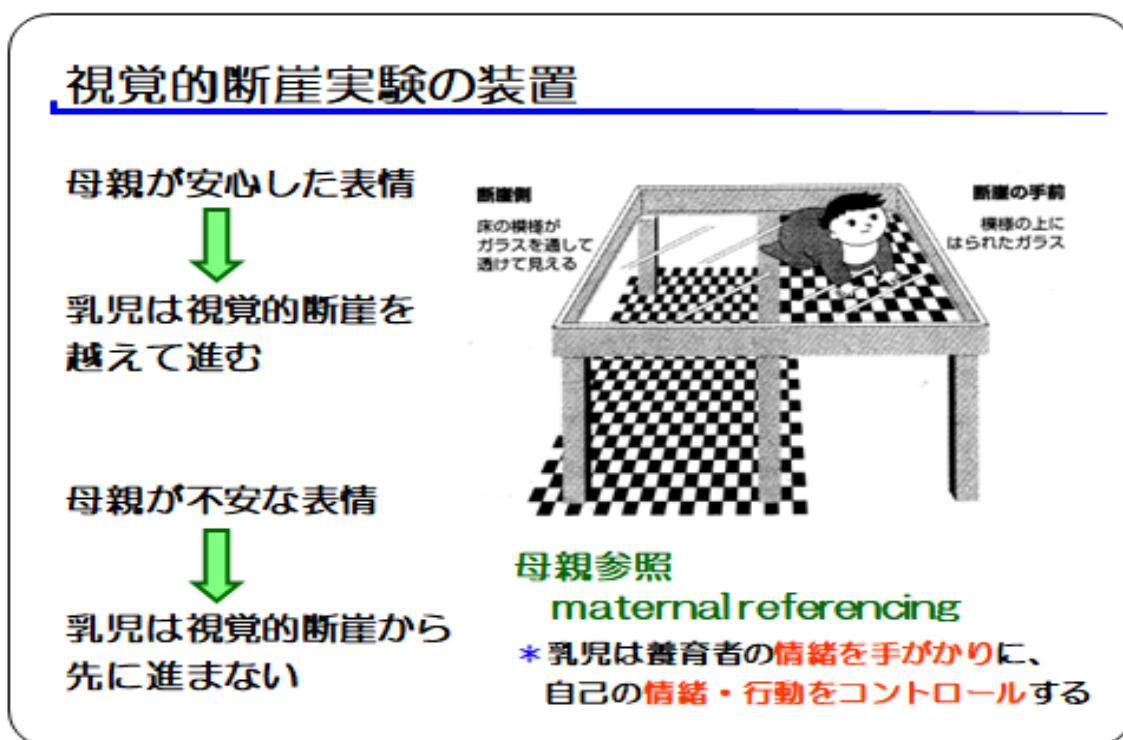
う、もしも休校になった場合の準備をしておくことも必要です。

- 登校時（顔を合わせた時）、大人が子どもときちんと向き合う姿勢を見せることが、信頼関係の基盤となります。もし再び休校になる場合、その休校直前に教職員が自分自身の不安を自覚しながら、きちんと学校生活の締めを行うことが大切です。
- 休校中の過ごし方について子どもが見通しを持てるよう、事前に準備しておきましょう。子どもたち一人ひとりとのつながり方（連絡手段や頻度など）や、登校日の計画など、できるだけ具体的な動きを考え、子どもに伝えておきましょう。

参考 子どものこころをサポートするために

子どもたちは、大人の反応に影響を受けます。新型コロナウイルスに関する現在の予防の試み、関連する出来事について、大人が落ち着いて話したり行動したりすることは、子どもの不安を低下させます。 ※注) 以下の視覚的断崖実験参照

子どもが不安を訴えたとき、その感情を表現させる機会を提示するとともに、大人が適切に言い直して前向きな見方を一緒に考えてみてください。また、「あなたの周りにいる大人はみんなの安全と健康を守るために動く」ことを伝えましょう。



出典：慶応義塾大学湘南藤沢キャンパス 濱田庸子 パーソナリティ発達論

http://gc.sfc.keio.ac.jp/class/2006_14269/slides/10/

◎参考となる理論《視覚的断崖実験／社会的参照（エムディ,R.N.）》◎

ギブソン,E.J.とウォーク,R.D.によって開発された装置

図のように、台の半分をガラス張りとし、床の様が見えるようになっている（視覚的には断崖絶壁のようになっている）装置を準備します。断崖側にいる母親が、赤ちゃんに手招きします。母親が安心した表情をしていると、赤ちゃんは断崖の前で躊躇するものの、母親の方へハイハイで向かいます。しかし、母親が不安そうな表情をしていると、視覚的断崖の前で止まったまま、動こうとしません。

このように子どもは、自分にとって重要な他者の表情を見て行動する(社会的参照)と考えられています。

☆この資料に関してのお問い合わせ先☆

ひろしま災害後のこころの支援勉強会事務局

〒731-0103 広島市安佐南区緑井1丁目27-4-104 メイプル内

h.saigaisien@gmail.com/FAX:082-876-4332

【HP】<http://shisyunkisympo-h.sakura.ne.jp/studygroup.html>