

学校再開にむけての提案

2020/5/24 第5回公開セミナー

主催：ひろしま災害後のこころの支援勉強会
ひろしま思春期シンポジウム

1

学校再開に向けて

個別面接について

2

1

2

再開を迎える学校への提案

災害後の対応として個(子)と先生が向かい合う

コミュニケーションについての提案

一つの試みとしての、担任、学年団の先生(自分のことを気にかけてくれるはずの大人)による、個人面談の提案

大人が一人一人の子どもとつながって行くことが有効という考え方(災害時に大切な愛着理論から)

3

学校再開に向けて

～短時間継続面接について～

4

3

4

「短時間継続面接」とは

～子どもとのかかわりの、一つの提案～
杉原心理相談室 橋本智恵美

毎日、生徒のだけかと5分間面接を行う。

生徒は、きちんと自分の話を聞いてくれる大人を必要としている。

とにかく、どんなことがあっても先生が学校にいる時は必ず面接をする。

順番は、わかりやすい方法で。生徒がいつ自分の番になるかがわかるようにする。

面接の中味は、本人が話したいことがあれば、まずその話を聞く。

ないようであれば、日頃先生が生徒を見ていて、その子の肯定的な面を伝える。

決して説教や「こうなってほしい」とか「こうすべき」は言わない。

面接は、人がいない所で行う。

面接で話したことは、冗談でも口外しない。

この面接のポイントは、アテにできる大人として継続してかかわること

5

「短時間継続面接」が意図すること、キーワード①

幼い集団が、自分をもてあまして、集団から逸脱してきている。集団としてどうまとめるか、集団を集団のままでは何とかがするのは難しい。1対1の対応がいると考えた。

その方法として、子ども一人ひとりの面接をすることを考えた。

そのやり方をどうするか考えた時、「思春期は、呼び出して1対1という特別扱いをされると、面接が成立しない」ことから、全員にとって当たり前の形にすることに意味があると考え、「これは、もうやらないといけないルールなんだ」と思わせる方法とした。

その方法は、順番で誰もがする・少しの時間で大人(先生)が一人ひとり全員と向き合う、とした。

それは「**特別ではなく特別に**」自分と向かい合ってくれる大人がいる、という体験になると考えた。

6

5

6

「短時間継続面接」が意図すること、キーワード②

「親密さの共有」は、現代の思春期の子も達にはなかなか持てない(特別な1対1の関係が持てない)。
 自分と大人だけの時間を大人(先生)に提供される。面接で“自分だけの時間”を持つ体験を経て、クラス(集団)に戻った時、周囲・他者が視野に入ってくる(集団づくりの基盤)ようになる。
 子どもにとって、“動かない壁”が必要である。
 子どもたちは、色々な思いを大人にぶつけてくるが、養育者はそれに答えられずスルーをしてしまい、迷い、子ども達はどうしたらいいのか分からないといった状況ではないか。
 そこで、当たり前のあるべき姿、わかりやすい人間像を示し、しかし安易に都合よく動くものではないという実感を持たせる必要があると考えた。

7

7

「個別面接」を行う意味について

新型コロナウイルス感染拡大はどういった体験?
 日常生活が大きく変化
 収束まで長期化が予測され、**教員も生徒も**先の見通しが持てず、不安を抱えて過ごしている
一種の災害である

生徒のころをケアするためには…

彼らの体験や不安等を教員の思い込みで決めつけず、しっかり聴き受け止め理解を示すことで、“**自分の思いを保証し、それに共感してくれる人がいる**”という体験をさせることが大切

生徒への目的の説明 **ていねいに、敬意をもって伝えます!**

「今回の事態や長引く休校で、不安を感じている人もいますが、それは**自然な反応**です。とはいえ、先のことも考えていかねばなりません。そこで、今後について一緒に考えていくため、まずはあなた達ひとり一人が“いま”どんな思いでいるのか聴かせてください。」

8

8

「個別面接」前に持っておきたい認識(自覚) ~大人(教員・親など)のころ~(1)

最初は「私は大丈夫」と切り離していた

◎長期化し連日の報道等から「私が感染源になったら」という**恐怖**へと変化。
 ◎ウイルスという見えない存在に「どこまで対処すべきか」という**疲労感**や**無力感**、未体験の日々に戸惑い、日常を失った**喪失感**、「これから先どうなるのか」という**閉塞感**に転じている。
 ◎「なんとかしなければ」という**緊張感**・**義務感**も持続している。

9

9

「個別面接」前に持っておきたい認識(自覚) ~大人(教員・親など)のころ~(2)

「頭・ころ・体」の3つのバランスが崩れている

(1) ものごとを**頭**で解決して、**急いで先に進めよう**としている(頭でっかちな姿)
 (2) あふれる情報に振り回され、感情に支配され、**身動きが取れない**

10

10

「個別面接」前に持っておきたい認識 ~子どものころ~

・春休み明けまでの休校は期限付きのものとして、表面上、自粛行動をある程度素直に受け入れていた。新学期、多くの子もが久しぶりの学校生活を適応的に過ごしていたが、再び期限の見えない休校に入り、現実を追われて子どもの不安等と向き合う**余裕のない大人にあきらめ・怒り**等が出現している。

集団で居たいが、休校や外出自粛で叶わず、その思いを口にもできない

- 自分の居場所が分からず、身動きが取れない
- 思春期の場合、孤独や不安感を強めることに繋がる

➡ **部屋に引きこもり、長時間ゲームやSNSを利用**

11

11

「個別面接」前に持っておきたい認識 ~学校再開後に考えられること~

- 密な職員室で同僚と顔を合わせている
- 遅れた授業内容を消化するための動き
- 学校再開が**夏休み後**のような感覚
- 新しい集団と直にやりとりができていない
- 一部はつながり、一部はつながっていない、(休校中のSNS上の見えないうつなり)
 - ➡関係の格差(ばらつき)
- 新しい集団への不安・期待
- 休校によるブランクを埋めるための動き
- 学校再開が**春休み後**のような感覚

このズレを認識して 生徒に会うことが大切

12

12

「個別面接」を行うときのポイント(1)

- (1) 面接を行う前に、**まず自身の“こころ”を整え**ましょう
- 私たちも強いストレスを抱えています。その状態で生徒の話や聴くと、感情が揺さぶられ、つい聞き過ぎたり自分が語ってしまうなど、適切な生徒対応ができません。
- ① **生徒と会う前に**、5分程度で良いので**周囲の人と自分のことを話**しましょう。
 - ② 話し終えたら、**深く深呼吸**しましょう。
 - ③ これから「サポートする大人として」生徒の前に立つ、と**自覚**しましょう。
- (2) 「**面接**」の時間を**きちんと設定**しましょう
- 生徒はさまざまな状況にありますが、**全員同一の時間で面接**し、「〇〇さんは長い時間聞いてもらっていたのに」という気持ちを抱かせないようにしましょう。そうして、例えば5分間設定ならば、3分間話を聴いて、残り2分は現実的な話（進路やクラブの話など）に戻して面接を終えましょう。非日常の話で終えず、**現実的な「いま自分がすべきこと」に立ち返らせることが大切**です。

13

13

「個別面接」を行うときのポイント(2)

- ③ **教員が、サポートティブで穏やかな態度でそばに**いることが、生徒に安心感を与え、自分で対処できるという感覚を高めます。
- ④ **不安な思いの詳細を語らせ**ないでください

詳細に語ることで深刻さが増す場合があります。逆に、生徒の方が深く語りたがることもあります。そのときは面接の目的（先のことを一緒に考えるため「いま」を聴く）をていねいに説明し、今後もっと適切な場で語る機会（専門家との面談等）を設けることを約束し、設定時間内で聴いてください。

- ⑤ 不安が高まると、甘えた態度など年齢より幼く見えることがあります。中**学生・高校生として向き合い**、できれば**大人同士として話し**ましょう。そうすることで、生徒の心配や不安をしっかり受け止める、というメッセージを送ることになります。

14

14

「個別面接」を行うときのポイント(3)

- (6) **生徒のストレス反応**は、わかりやすいものだけではありません
- いつもより元気で頑張るすぎる(集団内での動き・学習時間の飛躍的な伸びなど)
感情の起伏が見られない(今までできていたことができなくなる)
平気そうにふるまう(「家が落ち着く」＝「集団に不適応かも」という理解を)
集団の刺激にこれまで以上に過敏に反応する(特に発達障害傾向のある生徒)
頭痛・めまい・お腹の不調・食欲減退・夜眠れない(眠った感じがしない)等の身体症状 など
- すぐに表面化してなくても、学校再開後しばらくして出てくる場合も!**
- 一人で勉強し方を感じていたが、現実(模試結果など)に直面し動けなくなる
過剰に動いた結果、エネルギーが切れる・集団内で浮き上がってしまう など
- ➡ **今後もずっと見守っていることを伝え、安心感を与え**ましょう

15

15

学校再開に向けて「子どもの心」について気を付けておきたいポイント①
スクールカウンセラー 岡田幸彦

教職員の皆様へ

休校が延長され、先生方におかれましてもいつも以上の業務が発生したり、子どもたちの顔が見れなかったりすることのご苦労が多々あることとお察しします。

さて、今後予定通り6月から学校が再開した場合を想定して、再開にあたって「子どもの心」について気を付けていただきたいポイントをまとめたので参考にしていただければと思います。

実際の層では6月であっても、子どもたちにとっては(先生方にとっても)気持ちは4月のままです。「担任の先生はどんな人かな?」「新しい友達どうまくやっているかな?」といった不安を抱えたままと思います。コミュニケーションを多くとっているような子どもがよりストレスを抱えていることが考えられます。また一方で、コミュニケーションなどで気になる子どもは夏休み明けと同じ状況が考えられますので、休校が明ける前に連絡を取ってみられることをおススメします。

16

16

学校再開に向けて「子どもの心」について気を付けておきたいポイント②
スクールカウンセラー 岡田幸彦

現実の課題(学習の遅れを取り戻すこと)も大事ですが、そこにとられすぎると「もう6月なのに」という気持ちになって、人間関係や心の土台作りがおろそかになってしまうかもしれません。

そうなった場合に予想される出来事は

1. バランスの悪い人間関係が構築され、クラス内で断裂が起きたり、いじめの原因になったりすることが考えられます。
2. 新しい学年になりきれずに、幼さが目立つようになり、集団活動への参加が難しくなることが予想され、学級運営に支障が出る可能性があります。
3. 集団になじめず、日々緊張しながらの学校生活になることも生じる可能性があり、不登校の原因になることが考えられます。

学校が再開されたら、学習活動をすすめるながらも、いつも4月にやっていた「学級づくり」の活動も取り入れながら、いつも以上に子どもたちの人間関係、先生と子ども一人ひとりの人間関係を気を配っていただのが良いのではないかと思います。

17

17

親のサポート

親も生徒・教員と同様に大きな不安やストレスを抱えている
よその子(他校の生徒)よりも勉強が遅れるのではないかと
学校はしっかりサポート(経済面の不安も含む)してくれるのか など



- ◎「**学校の機能(学校ができる支援)**」について、**きちんと説明する**
◎**生徒に十分な情緒的な支えを提供**できるよう、「**親の機能**」を補強し支える
- 例: 親自身が子どもの対応について不安になっている場合
こういふ時だからこそ「親として」子どもの食事・睡眠など日常生活における当たり前のことをしっかり支えてくださるよう話す
- 親からの相談電話等も生徒の面接と同様に時間を区切って話を聴く**

18

18