



相談支援つうしん

R2 第1号

県立湘南養護学校
支援連携部 相談支援係
令和2年4月10日(金)

臨時休業へのご協力に感謝いたします



保護者の皆様のご理解に頭が下がるばかりです。地域・保護者の皆様、教職員が互いに協力し合い、コロナウイルス蔓延を防止し、いつもと同じ生活に一日でも早く戻れることを祈っております。

その一方、お母さんと二人きりの時間が長くなり親子ともに疲れが出ていらっしゃるのか、お子さんも見通しが持てずイライラしていないか、学校の教職員一同が心配しています。家庭でのより安定した過ごしに役立てていただけたらという願いを含め、相談支援係からヒントになるような取り組みを紹介いたします。ご参考にしてください。



1、不安の軽減は「見通しを持つ」ことから

「何をするのか分からない!？」状況は、どんな人も不安になります。もともと見通しを持ちにくいお子さんであれば、その不安はもっと強いものとなります。今は、毎日通うことが当たり前だった学校にも行けず、状況はめまぐるしく変わり続け、お子さんにとって全く見通しの持てない日々になっていると思われます。

学校でも、スケジュールバーで一人ひとり予定を確認したり、全体で今日の予定を確認したりしています。ぜひ、ご家庭でもスケジュールの確認を行ってみませんか? 保護者学習会で作ったカードで朝のスケジュールをお子さんに示してみたら、お母さんが問題だと思っていた行動が、パッとなくなったと喜びの声を届けていただけたこともありました!!

担任にご連絡いただければ、学校で使用しているものと同じものをご用意することができます。上のタイプだけでなく、イラストカードにしたり、めくりタイプにしたりすることもできます。普段使い慣れているものなので、お子さんの安心感が更に高まると思われます。学校に来ていただき、使い方についてお伝えすることもできます。カレンダーやスケジュール帳を使いながら一週間や一ヶ月のスケジュールが分かると不安が少なくなるお子さんもいるかと思います。ご希望のある方は、ぜひご相談ください。



2、感覚欲求を満たす運動や遊びを、さらに不安を減らす!

人はそれぞれ、好きな感覚刺激があります。固いものを叩くのが好き! 重い毛布にくるまれるのが好き! くるくる回っているのが好き! 光るものを見るのが好き! 音が響いているのが好き! 強く足を踏み鳴らすのが好き! シーツの端っこを触っているのが好き! このにおいが好き! などなど様々です。

不安になっているときは、普段より強い感覚刺激を自分に取り入れることで、感じている不安を少し忘れることができるようになります。お子さんはどんな感覚刺激を求めている様子がありますか?お子さんの感覚欲求を満たせるような運動や遊びについての紹介(動画等)を、今後ホームページに載せていきたいと考えています。是非参考にしてみてください。前号の相談支援つうしんでも感覚刺激を取り入れられそうな運動や親子遊びを紹介しましたので、まだご覧になっていない方はホームページで確認してみてください。



学校では相談窓口を設置しておりますので、心配なことやお困りのことがございましたら、担任又は相談支援係(緒方)までご連絡ください。皆様にほっとできる時間が少しでも増えますように祈っております。 相談窓口:湘南養護学校 職員室直通 (0463-34-7244)

