

相談支援つうしん

<第84号>2022年10月28日
県立湘南養護学校 支援連携部
相談支援係 ~教師編~



秋らしくなってきました。ベランダに大根の種をまいたら結構成長が良くて驚いています。間引きをしながらどの子が大きくなるのか楽しみです。

~~「令和の先生たくさん集まろうプロジェクト」~~

人は、ストレスがかかると『攻撃や逃避』で乗り切ろうとします。そんなお話をします。

以前巡回相談でお邪魔した小学校の先生は、本当にびっくりするほど子どもたちを怒鳴りつけていました。「何やってんの!4列に並びなさいと言ってるじゃないの。あんたはこう!あんたはこう!」。肩を引っ張って2列から4列に子どもを動かす先生の声は体育館に響き渡りました(ひえ~)。

子どもたちとしては、「何やってんのっ!て言われたって、どう動いていいかわかんないんだもん。先生もっとイメージできるようにしてよ。。。怖いよ。こんなクラスやだな。。。」と思っていそう。結局、どの子も先生に引っ張られながら4列に並び直されていました。



先生にしてみれば、「なんで私が言ったことが分からないのよ。全くもう!ちゃんと話を聞いていないんだから。2年生なのに、マット運動をする時間が無くなっちゃうじゃない!」といった具合でしょうか。

もしこんな風に思っていたら、同情はできませんが、先生も苦戦されていることはよく分かります。

でも、「子どものせいじゃないよね、先生の指示や授業の仕方が上手くないからでしょ。」誰かのせいにしないでもっと想像力を働かせてみよう!!

例えば、「何で子どもが4列に並べないのかな?」と思った時に、どんなことを考えますか。



- ① 注目させてから話さなかったから?・・・注意を向ける工夫の仕方は何がある?
- ② 指示の出し方が早口。抽象的な言い方だから?・・・ゆっくり・分かりやすく短い言葉で伝える。
- ③ ホワイトボードを使って絵で書いてみる?・・・イメージをさせる工夫をすること。
- ④ 「1・2 1・2」と順番に点呼させてから動くように指示する?・・・全体の状況が分かる工夫。
- ⑤ イライラしたら深呼吸すればよかったかも?…怒りは6秒くらいで収まるよ。アンガーマネジメント

ほらね、挙げればきりなくアイデアは出てくるのに、いつも子どものせいにして自分は被害者だと思っているでしょ…(あーやだやだ)。大変失礼いたしました。勝手な妄想にお付き合いいただきすみませんでした。支援級のお子さんの観察をしていた時にたまたま通りすがりにお見かけした先生にちょっと驚いて、心の声が出てしまいました(えへへ)。

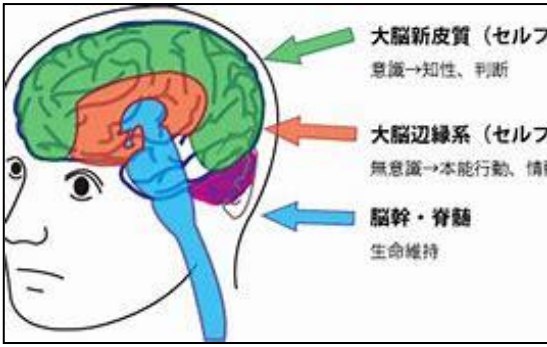
ただ、この姿は実はよく見かけます。ある幼稚園でもそうでした。怖い先生のいないところでは、子どもたちは好き勝手なことをして、先生が来たときだけ怒られないようにいい子に見せていました。そして先生の顔をうかがって行動していました。更に、怖い先生の真似をして子ども同士もギスギスした関係になりやすく、クラスの中は不穏な空気が広がるようになると安心安全なクラスからは遠く危険性もあります。

怒る先生の共通点として

- ① 先生自身も何とかしようとしてストレスがかかる・・・漠然とした不安は、小さく分けて考える
- ② 子どもが言うことを聞くので怒る(即効性がある)・・・怒られたことしか覚えていない可能性がある
子どもが怒る(注意)前にしていた正しいことを褒めてから、直してほしいことを伝えるほうが効果的
- ③ 子どもの行動を予測できない・・・予想通りに物事が進まないことがあることを予測する(別の方法も考えておく。予想通りに物事が進まないといドーパミンが出ないから人はイライラする)
- ④ 子どもの認知特性が理解できていない・・・認知発達を考えて関わる大切(1歳半の壁・4歳の壁・9歳の壁・発達障害の認知特性も重要)」と感じます。

人は不安をコントロールできないと「攻撃か逃避」で対応しようとして。目の前の子どもにどうかかわる

のかよく分からない不安さが頭をよぎった時、衝動的についものパターンで乗り切ろうとします。今回の場合は、「怒る」ことで乗り切ったことになります。



子どもたちの怒りも同じで、脳の脳辺縁系が大暴走している状態です。感情をつかさどる「扁桃体」が激しく動くとき、対応はまず、【共感と言語化、強めの感覚入力】です。静かに低めのトーンで、ゆっくり「ドキドキしたね。つらいだね。不安なんだね。」と、子どもが思っているだろうという言葉を伝えます。背中をさすってあげたり、トントンしたりします。もちろん、大興奮の時は安全第一ですが、ゆっくり数を数えたり、相手の呼吸を自分の呼吸に

合わせるように「ハー」と吐く息を意識させるようにすることもあります。

少し待つと、脳辺縁系にある扁桃体も落ち着き、考える脳である前頭葉が動き出すので状況などを伝えると冷静に考えることができるようになります。ただし、前頭葉の成熟は遅いため子どものうちは練習が必要です。


でも、先生たち大人は、前頭葉も成熟しています。自分が行う授業の仕方を工夫して、認知特性・障害特性に配慮した授業展開・クラス運営をすることで子どもたちをより良い方向に導くことができると思います。自分の努力で授業はコントロールできると思います。ネットにあるいい授業をまねして、さらに工夫して行って欲しいと思います。

私が新採用のころは、今回のように怒鳴り、怒る先生がたくさんいました。昭和の時代は、障害特性なんて本当に手探りの状態だったので、何をどうしたら良いの分からなかった。だから、子どもの発達や障害特性を勉強して、新しい知識を学会に行ったり本を買ったりして、研修していました。


もう、私のイメージにある昭和の時代の先生はおしまいになってほしい。令和の時代の先生は、子どもがどのように成長していくか発達のプロセスを知っていて、障害特性を理解し支援策を試行錯誤してくれる。そして何より子どものことが好きで、たくさん子どもと遊んでくれる先生でいてほしいと心から願っています。

【令和の先生、たくさん集まろうプロジェクト…募集中です。

みなさんと一緒に、何かやってみたい！ アイデア募集！】 文責 橋爪



研修会 紹介



今回は、第4回日本ダウン症学会学術集会のお知らせです。

日程 2022年11月19日(土) (配信終了27日) オンライン開催

テーマ 「With & Post コロナ時代のダウン症者支援を考える」

切り取り線

相談カード(教員用) 記入日 令和 年 月 日

対象児童生徒 小・中・高 年 氏名(イニシャル)

1. どのようなご相談ですか? (○をつけてください)

- ①行動面について ②学習面について ③コミュニケーションについて ④運動面について
⑤家庭に関すること ⑥ その他()

2. 困っていることは何ですか?

3. 今後どのような方法をご希望ですか? ①情報提供 ②アドバイス ③ケース会 ④外部専門職との連携
⑤道具の工夫環境調整 ⑥その他()

担任→相談支援係へ提出をお願いします。