

あの子をわかる、

澤栄美〔著〕



保健室の  
先生に聞く

vol. 2



育ちに向き合う

保健室の  
先生に聞く

vol. 2



# あの子をわかる、 育ちに向き合おう

澤栄美 著



## ◎はじめに

前作「保健室の先生に聞く 気になるあの子、気になるあのこと」の発刊から4年あまりが過ぎました。その間に、子どもたちを取り巻く状況は大きく変わりました。

コロナ禍をきっかけにオンライン学習の効果が注目されたことで、GIGAスクール構想が一気に伸展し、子ども一人一人が端末を持つようになりました。それに伴い、学びのスタイルも変わってきています。また、不登校の増加に対応するため、みんなが同じ場所で同じ形で学ぶことにこだわらない、学びの多様化も進んでいます。このような変化は4年前には想像できなかったことです。一方で、コロナ禍での感染対策として対人接触が制限されたことが、子どもたちのコミュニケーション力や社会性の発達にマイナスの影響を与えたという声も少なからず聞こえてきます。

このように子どもを取り巻く状況が大きく変わる中、変わらないものもあります。それは、現場の教師たちが子どもの健やかな成長を願い、懸命に支えようとする姿です。

私は時々、学校の校内研修等で「確かな子ども理解と支援のために」というテーマで話をさせていただくことがあります。その際、多くの先生方から子どもや保護者の関わり方について様々な悩みや質問を頂戴します。それらは、自分が養護教諭だった頃と変わらない現場の大変さを実感するものであり、先生方の頑張りに頭が下がる思

いがするのです。

私の講話では、個別の質問に答えるというより、まずは、それぞれの先生が持つ「子ども観」や「教育観」を改めて見つめることから始めます。なぜなら、その人の持つ「観」が子どもや保護者との向き合い方に大きく影響しているからです。本書では、前作と同様に学校現場で起こる様々な事例を取り上げ、私の経験、そして書籍や研修で学んだことを基に、それらへの対応方法について解説しました。それが、読者の皆さんの持つ「子ども観」や「教育観」を見つめ直すきっかけとなればうれしく思います。

本書のタイトルは、先に紹介した校内研修のテーマの中にある「理解」という言葉を「わかる」に、「支援」という言葉を「向き合う」に置き換え、「あの子をわかる、育ちに向き合う」としました。本書が、皆さんの目の前にいる「あの子」の確かな理解と、「あの子」の困り感に対する支援の手助けになることを期待します。そして、それが「あの子」の自分らしい成長につながることを願っています。

澤 栄美

## I 子ども理解を深める

### 1 発達の課題

- ① 繰り返すトラブル ..... 10
- ② 気持ちの不安定さ ..... 18
- ③ 授業に集中できない ..... 24
- ④ 周囲からの苦情 ..... 31
- 解説◎子どもと共に教師も成長するという意識を持つ ..... 36

### 2 心理的な課題

- ① 登校しぶり ..... 38
- ② 子ども同士のトラブル ..... 44
- ③ 性に関する指導 ..... 50
- 解説◎子どもの成長と教師の役割 ..... 57

### 3 環境の理解

- ① 事実を認めない子ども ..... 59
- ② 養育能力に課題のある保護者 ..... 65
- ③ 頑張りを強いられる子ども ..... 72

解説◎子どもは様々な家庭環境の中で生きている……………79

全体解説 子ども成長を信じることから始めよう……………81

## Ⅱ 教師の役割を再考する

### ① 子どもとの関係

① 子どもの反発……………86

② 思春期女子の対応……………94

③ 子どもとの関わりの限界……………101

解説◎教師として何を大切にするか……………109

### ② 保護者との関係

① 保護者からの苦情……………111

② 保護者との距離感……………119

③ 保護者の相談対応の分担……………126

解説◎共に育てるという意識を持つ……………132

全体解説 教師に求められる資質について考える……………134

### Ⅲ 適切な環境を構築するために

## ① 教育相談の仕組みを見直す

### ① 中規模小学校事例

「子ども理解の時間」が対応に繋がらない……………139

### ② 中規模中学校事例

部会が多く、役割・相互連携が十分理解できない……………151

## ② 心について学ぶ……………167

参考文献、資料……………178

# 子どもも理解を深める

## I

- ① 発達の課題
- ② 心理的な課題
- ③ 環境の理解

解説◎子どもの成長を信じることから始めよう





## 発達課題1

# 繰り返す トラブル

友だちに暴言を吐いたり、時には手が出たりと、トラブルを繰り返す子どもがいます。そのたびに指導をしていますが、改善が見られません。どうしたらいいのでしょうか。



その子どもは、なぜ暴言を吐くのでしょうか。また、どうして手が出てしまうのでしょうか。そういったマイナスの言動には、その子なりの「理由」と、その子が持つ「背景」があると考えられます。それらに目を向けることが大切です。また、感情の処理に関わる指導が必要な場合もあります。

# 言動の良し悪しだけに目を向けない その子の持つ困難に対応する

## 発達の困難を理解し、向き合う

大人でも、自分の気持ちを分析し、それを言葉にすることは簡単ではありません。子どもであれば、なおさらでしょう。特に、発達上の課題がある子どもは、他の子どもに比べ気持ちを言葉で表現するのが不得意なため、適切でない言葉を多用したり、言葉の代わりに手や足を出したりすることで表現しているということも考えられます。

そのような子どもの不適切な言動に注目して「そんなことを言うてはいけません」「暴力はいけません」という指導をいくらしても、効果は期待できません。もちろん、「何度言ったらわかるの？」等といった子どもを責めるような言葉かけは、マイナス以外の何ものでもありません。それぞれの子どもの持つ特性に働きかけることが指導のカギになります。

## （ まず、どんな時にそうなるのかを知る ）

例えば、決まった時間設定や安心感のある場所といった「自分にとって安定した環境」が保障されていない時や、予定の急な変更が起きた時に、気持ちが混乱しやすいという特性を持つ子どもがいます。そのような子どもは、物事の捉え方（認知）が独特であるため、他の子どもと行き違いが生じやすい場合も少なくありません。例えば、相手が思ってもいないことを被害的に受け止めて腹を立てたり、独特の認知の仕方相手で相手と思いが噛み合わず攻撃的になったりする場合があります。

また、そのような特徴を持つ子どもとは別に、よくないことだとわかっていても、衝動的に手が出てしまう子どもや、過去の出来事やこだわっ

ている嫌な感情を上手に処理することができず、暴れてしまう子どももいるということも頭に入れておく必要があります。

このように、繰り返す不適切な言動には、その子どもが持つ何らかの「理由」や「背景」がある場合が多いのです。まずは、それに気付く必要があります。

## （じっくりと気持ち（感情）に耳を傾ける）

例えば先に挙げた独特なものの捉え方（認知）をする子どもの場合、きっかけとなる出来事（不安になるような環境の変化、気持ちの行き違い）によりパニックを起こしているのかもしれません。また、自分の言い分があっても、うまく言葉として表すことができず、暴言や暴力で、その気持ちを表してしまうのかもしれません。

一方で、愛着形成\*<sup>1</sup>におけるつまずきがあり、「してはいけないこと」自体がわかっておらず不適切な行動をしたり、感情の処理が難しいため、その感情の混乱を暴言や暴力という形で表したりしている場合があることにも目を向ける必要があります。

これらの子どもたちに、私たちはどんな対応をしたらいいのでしょうか。ある研修会で、講師が「発達の課題を持っている子どもは〇〇〇が足りない」と話されたことがあります。何だと思えますか（平仮名三文字。漢字だと二文字です）。少し考えてみてください。

答えは、「ことば」です。この話を聞いたとき、私は心から納得しました。実際に先に挙げたような子どもたちがカームダウンをするために保健室に連れてこられ対応する中で、気持ちを言葉に表せないことが不適切な言動につながったのだらうと感じる事例が少なくなかったからです。そして、ある程度落ち着いてから子どもに話を丁寧に聞いていくと、自分なりに「気持ち」を表すことができることも多かったのです。

また、自分が抱えている感情を表現できない、あるいはその感情自体が何なのか自覚できない子どもに、「悲しかったんだよね」「はらが立っ

「たんだよね」など、抱えているネガティブな感情（心の中の言葉）を、その場その場で代弁してあげることも効果があったように思います。

## （その子なりの成長を認め、言葉で伝える）

親や教師は、子どもができないことに注目し、それをできるようにしようと働きかけることが多いのではないのでしょうか。「子どものよいところを見て、ほめるようにしましょう」といったことを、研修会等で聴くことが多いかと思います。確かにそうなのですが、私は「ほめる」より「認める」という意識に変えた方がいいと考えています。

では、「ほめる」と「認める」には、どんな違いがあるのでしょうか。言葉の意味理解には、それぞれの捉え方の違いもあると思いますが、私は、以下のように考えています。

◎ほめる…何かができたら。規準や他と比較して。何でもとりあえず。

◎認める…その子なりの進歩。規準や他との比較ではない。

いかがでしょうか。あくまで私のイメージです。

子どもは未熟ですからできないことが多くあります。トラブルを繰り返すような子どもは、他の子ども以上に未熟だと捉えていいかもしれません。しかし、その子なりに、少しずつ成長している部分を見せてくれるはずです。それを見逃さず認めることが大切なのです。

暴言や暴力で興奮状態になった際に保健室で預かることが多かった衝動性の強い男児の事例を一つ紹介します。私は、毎回保健室に連れてこられるその子どもに「カーッとなったときには、数を数え、友だちを叩くのを我慢してみよう」と提案していました。その後も、やはり友だちに手が出てしまい保健室につれてこられるのですが、彼なりに、手を出す前に数を数えようとしていたことがわかった時は、「数を数えたのはよかった」と少しでも努力しようとしたことを認め、「じゃあ次は、もう少し多く数を数えられるようにしましょう」と提案。その行動が認められたら、次は「カーッとなった時にはその場を離れる」ことの提案…といっ

た具合に、少しでも成長があったら認め、次にチャレンジするという働きかけをしていました。

暴力をふるうかふるわないかの二つにジャッジを置き、できたかできなかったかの話にしてしまうと、できなかったら（暴力をふるったら）アウトということになります。だから、「暴力をふるわない」は、先の方の最終ゴールとして、スモールステップで提案をすること。そして、少しでも前に進めばそれを認めていくようにする。彼の事例を通して、そのような少しの前進に目を向ける対応を根気強く行うことが、子どもの成長につながるのだと考えるようになりました。

## 子どもの特性に合わせた対応をする

暴言や暴力といった同じような不適切な行動があるからといって、どの子も同じ特性や背景がベースにあるわけではありません。1で触れたように、同じ不適切な言動があっても、それぞれの子どもの特性など、子どもの背景は様々だと考えられます。その背景に沿った対応をすることが大切なのです。

## （ 環境の変化が苦手 ）

ここで言う環境とは、自分にとって安心のできる場所や時間、予定などのことです。環境の変化が苦手な子どもは、場所や予定の変化に対して過敏に反応し、パニックを起こすことがあります。そのような子どもには、まず、安心できる居場所の確保や事前の予定確認などの支援が必要です。特に、通常と違った日程や場所での活動がある場合は、変更内容についてしっかりと知らせ、納得いくよう確認しておかねばなりません。また、勝ち負けにこだわる子どももいます。その子どもの頭の中には、「勝つ」という予定があり、負けることは、その子にとっての大きな予定変更となるため、負けてしまうとパニックを起こしてしまうので

す。そこで、勝敗を決める活動の際には、事前に「負けることもある」ということを十分に説明して、納得の上で活動に参加させるようにします。また、勝敗のジャッジの役目を任せる等の工夫もできると思います。

事前にこのような工夫をすることで、環境の変化に過敏な子どもにとって安心できる場や時間が確保され、気持ちの波が起こらないようにすることが期待できます。

## （ 相手の立場に立ってない ）

「自分がされたら、いやでしょう」とか「相手の立場に立って考えてみなさい」という指導をすることがあるかと思います。しかし、言葉の理解が十分でない子どもや、独特の認知により他の子どもとの捉え方の違いからトラブルを起こしてしまう子どもについては、相手がどのように物事を捉えている（いた）かについて、教師が「通訳」の役割をする必要があります。

例えば、「書き終わったら、先生のところに持ってきなさい」という指示があったとします。他の子どもには「早くできた順に並ぶ」ということが自然と認識されていても、そのような「暗黙のルール」が認識できない子どもは、認識の不足から順番に並ばずトラブルになることもあるでしょう。また、たまたま友だちの足に引っかかってつまずいたことを「わざと足をかけた」と、自分の思い込みから興奮してしまい、相手の言い分を聞かずトラブルになることもあるかもしれません。このように社会性やコミュニケーション力に困難を抱えている子どもが、その独特の認知のため周りからの反感を買い、人間関係が気まづくなって自尊心が低くなってしまうことは少なくないのです。

相手の立場に立って考えることが不得意な子どもについては、地道に人との関係について練習をし、人との衝突によるパニックを防ぐことが大切です。そうすることで、徐々にトラブルも少なくなっていくことが期待できます。とは言っても、よい人間関係につながる行動が一朝一夕

に身に付くわけではありません。少しずつそのスキルを獲得していくためには、その時々 の出来事を記録する「行動ノート」(次ページ参照)を作るといいでしょう。ノートを使い、子どもと一緒にトラブルの原因を考えてみたり、同じようなトラブルがあった時に記録を見直し、どう解決したらいいかを一緒に考えてみたりするなど、人間関係を学ぶ時間を取ることで、少しずつ効果が上がっていくと考えられます。

## ( 叱ることのマイナス )

実践から得られた事実や色々な研究から、人の脳はマイナスな情報や経験に反応しやすい性質があるとされており、叱られるというマイナスの経験は子どもの健全な成長には、よい効果より自己否定などの悪い影響の方が大きいことがわかってきています。

ですから、不適切な言動に対しては、その言動が悪いと指摘し叱るのではなく、どうしてそのような言動をしてしまうのかに焦点を当て、「どうしたらいいか」に気持ちを向けるようにした方がよいのです。

まず、興奮状態にある子どもにできることとしては、例えば、冷たい水を飲む、深呼吸をする等の「落ち着くための行動」を促す。場所を変える、興味のあるような話題を振ったり起こっている事実と関係のない物を差し出したりするなどの「気持ちを逸らす状況」を作る工夫が考えられます。そして、落ち着いた後に行動をふり返って、よい行動について考えてみるのが大切なのです。

さらに、このような工夫を重ねる中で、小さな進歩でも気持ちの切り替えができたときには、それを認めることも大切です。「○○先生が、気持ちを落ち着けることができたことをほめていたよ」など、よい行動を誰か他の人が認めていたことを伝えるのも、その子どもの自信に繋がると考えられます。

なお、小さい頃から叱られ続けてきた子ども、特に大声でのどう喝などを受けて育ってきた子どもは、叱られることに過敏に反応するように

なるとも言われています。そのような事実を考えると、不適切な言動の多い子どもについては、その育ちや家庭環境にも目を向ける必要があるでしょう。そして、厳しい状況があると考えられるときには、保護者の行動傾向に合わせた対応や、家庭状況を把握した上での対応についても慎重に考えていかねばなりません。

\* 1 愛着形成 (p.18 ~ 23 参照)

### ■行動ノートの例

○月○日

できごと	思ったこと	自分の行動	考えなおし
○○君が机の上のノートを落とした	わざとやった	大きな声でおこった	たまたまかも
○○君が「わざとじゃない」と言った	言いわけだ!	ますますおこって○○君のせなかをたたいた	○○君の言うことをちゃんときいてみる ↓ ケンカにならない
○○君がたたき返してきてケンカになった			

〈気付いたこと〉 最初から○○君の言っていることをよく聞いていたら、ケンカにならなかった。  
 〈これからできること〉 話を落ち着いて聞く。

※棒人間やふき出しを使って書くと、さらにわかりやすい。



イラスト：畠山きょうこ  
ブックデザイン：佐藤 博

## 保健室の先生に聞く vol.2 あの子をわかる、育ちに向き合う

2024年11月8日 初版発行

著者 澤 栄美  
発行者 横山駿也  
発行所 株式会社さくら社  
〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 2-20 ワカヤギビル 5F  
TEL：03-6272-6715 / FAX：03-6272-6716  
<https://www.sakura-sha.jp> 郵便振替 00170-2-361913

© Emi Sawa 2024, Printed in Japan  
ISBN978-4-908983-76-4 C0037  
\*本書の無断複写・複製・転載を禁じます。