

教育支援センターだより

第17号 発行日 平成28年1月29日

子育てや家族、学校のことで悩んでいませんか？



【学校生活に関すること】

- ・ 不登校のこと、登校しぶり
- ・ 集団にうまく入れない、友達ができない。
- ・ いじめ
- ・ 勉強についていけない。

【子どもの成長・発達に関すること】

- ・ 吃音やチックなど気になるクセがある。
- ・ 言葉が遅れている。

【養育に関すること】

- ・ 子どもの気持ちを理解したい。
- ・ 反抗的になり接し方がむずかしい。
- ・ 食欲がなくなったり、眠れなくなったりしている。

【就学や進路に関すること】

- ・ 子どもに応じた支援先、進学先について知りたい。

ひとりで悩まず、お電話ください

★ご相談の流れ

受付の電話 ☎:60-1899

- ・ 今一番お困りのことや相談の内容について簡単におうかがいします。
- ・ センターに直接来て相談したいか、電話で相談したいかおうかがいします。
- ・ 連絡先などをうかがい、実際に教育支援センターに来る日程や時間を決めます。

電話相談

ご相談の内容によっては、お電話だけで終了する場合があります。

初回の相談

- ・ お電話で聞いたお困りのことについてさらに詳しくうかがっていきます。
- ・ うかがった内容をもとに見立てをお伝えします。
- ・ 教育支援センターでどのようなことができるか、方針をご提案します。

・ 終了
ご相談の内容によっては1回で終了する場合があります。

- ・ フォローアップ
- ・ 他機関の紹介

継続して相談する場合

☆ 保護者の方とは…

お子さんについての理解を一緒にしながら、親御さんが責任と自信を持って子育てに取り組めるようサポートします。

☆ お子さんには…

カウンセリングやプレイセラピー【遊戯療法】で気持ちの安定をはかり、自分自身や自分の行動についての理解を深めていきます。

* お子さんの理解をより深めるために、相談のなかで取り入れることがあります。

- ・ 発達検査、知能検査など
- ・ 医療相談【嘱託医による】
- ・ 学校、病院など他機関との連携、連絡

相談の終了

★昨年12月10日に開催いたしました講演会の内容を抜粋して掲載いたします★
子育て中の保護者のみなさまに、お子さんの成長や発達を見守る上で参考としていただければ幸いです。

育てにくさに寄り添うマニュアル ～家庭や保育現場で取り組める実践事例～

橋本創一 先生 (東京学芸大学教授/小児科クリニック心理士)

◆◆◆子どもの行動◆◆◆

☆ 子どもの行動の背景

睡眠がうまく取れない、変わった癖がある、こだわりがある、マイペースすぎる…
子どもにとっては周りの人を困らせようと思ってやっているわけではなくても、気になる行動はたくさんあります。そして、それが望ましくない行動となってしまう場合もあります。大人がどれだけ言い聞かせたり工夫したりしても、行動が変わることがなく、どう対応していいのかわからず困ってしまうことがあります。こうした子どもの行動には何か理由や背景があります。例えば…

◆ ドッチボールでボールを持つと止まってしまう

理由 ルールはわかるが、相手にどのくらい近づいたらボールを投げていいのかわからない

背景 近く・遠くといった、曖昧な表現が理解しにくい

◆ 手紙をくれたお友達に「いらない」と言う

理由 手紙ではなくゲームが欲しかった

背景 相手の気持ちを想像することが難しい

◆ 時や場所に関係なく、ぐるぐると走りまわる

理由 楽しい、気づいたらやっている

背景 周りの人から変だと思われることに気が付かない



★子どもの行動の背景に寄り添った支援が大切です

☆ 子どもの行動に寄り添うコツ

◆ 子どもの行動を整理し、対応したい行動を一つに絞る

- 子どもの行動を「増やしたい行動」と「減らしたい行動」に整理し、どちらの行動を優先して変えていきたいのかを選ぶ。

例) 食事の途中で立ち歩く

理由 食べることに飽きる、他のことが気になる

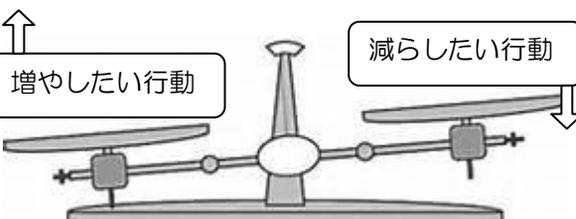
背景 刺激に弱い、食に対する興味関心が薄い

行動の整理 ⇒ 増やしたい行動：食事量 減らしたい行動：立ち歩き

対応 ⇒ 座っている時間の目標(5分など)を設定し、達成したら食べ残しがあってもよしとする。

減らしたい行動に絞る

身辺自立など生活
適応に必要な行動



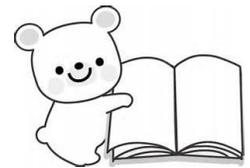
衝動的な行動など
問題とされる行動

◆子どもの話を聞く環境を整える

- 部屋を片付け、雑音や必要のないものが視界に入らないようにする。

例) 外の音や様子に気を取られないように⇒窓・カーテンを閉める

気になる物を減らすように⇒棚にカーテンをつける・机の上に何も置かない等



◆見通しを持たせる

- 子どもがわかる言葉(指さし、絵カード、メモなど)を使い、具体的に伝える。

曖昧な表現

具体的な表現

「がんばれ」 ⇒ 「漢字練習を5回しよう」

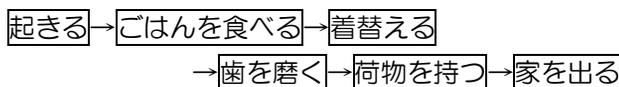
「ちゃんとして」 ⇒ 「つま先と顔が話している人の方に向かうように椅子に座ろう」

⇒ 絵カードや写真で見本を示す

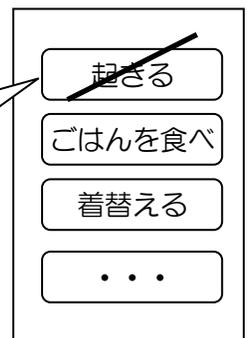
「はやくして」 ⇒ 「着替えを3分でやろう」

- やることを順序立てて提示し、次に何をすればいいのかわかるようにする

例) 登校までの流れ



終わったところに
チェックをする



◆叱り方・ほめ方

- その場で叱る・ほめる。

叱る：行動について叱ることを意識する。時には無視する(見守る)ことも必要。

ほめる：たくさん褒める。叱るより多くなるよう意識する。

☆ 集団に参加する力

小学校に入学すると、より多くの人と関わる機会が増え、集団に参加することを求められるようになります。中にはどのように集団に参加していいのかわからず、戸惑う子もいると思います。幼児期から集団の中で行動するための準備をすすめていくことも大切です。

また、幼児期(3～5歳)は、集団に入る前段階として、情緒の安定を大切に作る時期でもあります。この時期のこだわり等はある程度受け入れながら、下の表のような具体的な準備を年齢に応じてすすめていくとよいでしょう。

	身につけたい力	具体的な準備	期待される行動
幼児期 「3～5歳」	個人活動の力 知らない大人に要求を伝える力	<ul style="list-style-type: none"> • お友達の家に行って遊ぶ • 外出先で一人でトイレに行く 	<ul style="list-style-type: none"> • 話す/挨拶する • 聴く • やり取り/会話
児童期前半 「1～4」	集団参加の力 大人からの反応に	<ul style="list-style-type: none"> • 一人で買い物に行く • お友達の家に泊まりに行く • 電車やバスに乗る機会を増やす 	<ul style="list-style-type: none"> • 応答する • 質問する • 主張する(適切な言葉で) • 関係をつくる
児童期後半 「5～中3」	正しく応じる力	<ul style="list-style-type: none"> • 外出時にわからないことがあったら、大人に尋ねる機会を持つ • 長期休みを利用し、キャンプなどの宿泊体験に参加してみる 	<ul style="list-style-type: none"> • 話し合う • お願いをする • 関係を維持/向上させる • 集団に参加して役割を担う • 問題を解決する

◆◇◆対応の具体例◆◇◆

行動	考えられる背景	対応ポイント
初めてのもの、場所を怖がる	<ul style="list-style-type: none"> ・「いつもと同じ」ことへのこだわり ・見通しが持てない ・自己肯定感の弱さ 	<ul style="list-style-type: none"> ・遊びを通して興味関心を広げる ・事前に説明⇒不安を軽減+楽しみや期待 ・時間/場所を区切って成功体験を重ねる
かんしゃく・パニックを起こすことが多い	<ul style="list-style-type: none"> ・特定の物事へのこだわり ・見通しを持てない不安 ・大人との愛着関係 	<ul style="list-style-type: none"> ・淡々と対応 ・場所を変える/別のものを与える ・落ち着いたら共感する言葉かけ
集団に参加することを嫌がる	<ul style="list-style-type: none"> ・他児への不安や警戒心 ・自分の思い通りにならないことを極端に嫌がる ・騒がしい音や触覚に敏感すぎる 	<ul style="list-style-type: none"> ・本人が楽しめる小集団遊び ・座席・参加方法を工夫する →クールダウンさせる
気分の変化が大きく、気が散りやすい	<ul style="list-style-type: none"> ・注意がそれやすい ・集中が続きにくい 	<ul style="list-style-type: none"> ・活動を細かく分け、細かい時間で区切ってメリハリをつける ・次の行動を具体的に示す
いつも一番でないとダメで怒る	<ul style="list-style-type: none"> ・勝つことへの強いこだわり ・気持ちのコントロールが難しい 	<ul style="list-style-type: none"> ・負けるかもしれないことを予告 ・結果よりもプロセスに目を向ける ・気持ちを言葉で表現させる
攻撃的な行動が多い	<ul style="list-style-type: none"> ・カッとなりやすい ・適切な表現や関わり方がわからない 	<ul style="list-style-type: none"> ・「叩くのはだめ」とルールをはっきり伝える ・「貸して」「入れて」等適切なやり取りの言葉を教える
寝つきが悪い	<ul style="list-style-type: none"> ・生活リズムが整っていない ・場面の切り替えが難しい 	<ul style="list-style-type: none"> ・起床時間/就寝時間を子どものペースに合わせて一定にする ・寝る前に絵本を読む等、眠りにつくための儀式をつくる
吃音が見られる	<ul style="list-style-type: none"> ・十分に言葉を使い慣れない中で、緊張することで起きる ・周囲の大人が間違いを正したり、怒ったりすることで緊張する 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもが話し終わるまでよく聞いてあげてから言葉を返す ・最初の言葉が出にくい時は、周りの大人がヒントを言ってあげる
特定のものしか受け入れられない ⇒同じ服しか着ない ⇒偏食	<ul style="list-style-type: none"> ・こだわり ・触覚の過敏さ ・興味関心の幅を広げる経験が不足 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもと話し合っ、子どもが受け入れられるものを見つける ・様々なことを楽しく経験させる
服や手が汚れるのを極端に嫌がる	<ul style="list-style-type: none"> ・汚れることに対する否定的な言葉かけが多い ・感覚の過敏さ 	<ul style="list-style-type: none"> ・手拭タオルや前掛けを用意するなど、対処のレパートリーを増やす

無断での複製、引用、ネットへの掲載などは固くお断りします。問い合わせなどありましたら、下記までお願いいたします。

発行	武蔵野市教育委員会 教育部教育支援課 教育支援センター
所在地	〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町4-11-37
電話番号	0422-60-1899 FAX 0422-60-1922