

# てんとうむし

## 特集 思春期の心



さあ、ジャンプ！

### 目次

- 卷頭言「じっくり」と「ゆったり」と…………… 2 ページ
- シリーズ 相談指導教室3 「若葉」…………… 3 ページ
- **特集** 「思春期の心」
  - ・思春期の子どもを支える…………… 4 ページ
  - ・教育相談的なかかわりを授業に生かします。…………… 6 ページ
- 「ほっとひとこま」「読者の声」…………… 8 ページ

## 「じっくり」と「ゆったり」と

17日間にわたり熱戦が繰り広げられた北京オリンピックは多くの興奮と感動を与えてくれました。ソフトボールの上野投手のがんばりなどは印象的でした。開会式で延々と繰り広げられた壮大な歴史絵巻からは、この国の誇りの高さを強く感じました。

ところで、今から2600年ほど前の春秋時代の齊(せい)の国に管仲(かんちゅう)という宰相がありました。人材育成を重んじた「百年之計莫如樹人」(百年の計は人を樹うるにしくはなし)の言葉で有名な政治家です。

研修の機会などに「一年先を考えるなら穀物を育てるのが最もよく、十年先を考えるなら木を植えるのが最もよく、百年先を考えるなら人材を育てるのが最もよい。」という意味の管仲の言葉を引用してお話をされる講師に今までに何度か出会いました。

わが国にも「米百俵」の故事があります。幕末の越後の長岡藩が舞台です。戊辰戦争で長岡藩は奥羽越列藩同盟に加盟し、河井継之助の指揮のもとに新政府軍と壮絶な戦いを展開しました。

司馬遼太郎の小説「峰」に詳しく述べられています。敗れた長岡藩は石高も三分の一に減らされ極端な財政難に陥りました。この窮状を見かねた支藩の三根山藩から百俵の米が贈られることになりました。藩士たちは少しは生活が楽になるだろうと予想しましたが、藩政を担当していた小林虎三郎は贈ら

れた米を藩士に分け与えることはせず、売り払って学校設立の資金としました。

抗議する藩士に「百俵の米も食えばたちまちなくなる。教育にあてれば明日の一万俵、百万俵になる。」と説得したと伝えられています。後にこの故事は山本有三の戯曲「米百俵」で広く紹介されて有名になりました。数年前の小泉純一郎首相の所信表明演説にも登場したのは記憶に新しいことです。

管仲も小林虎三郎も人を育てるの大切さを説きました。今日のわが国でも「次世代育成」をスローガンに多くの人々が努力をしています。

しかし、文部科学大臣の顔と名前をやっと憶えるころに、もう次の方に交替するようでは政策の継続性も心配になります。新たに導入される小学校の「外国語活動」ひとつを例にとっても人の配置など不安があります。

経済の見通しが不透明な時代や景気が悪い時期には、いつも 性急に成果や効果を学校教育に求める世論が高まるように思います。

「じっくり」と「ゆったり」と子どもたちを育てることに、社会全体が寛容になる必要を強く感じています。

相模原市公立小中学校長会

会長 小川 紳夫

## シリーズ 柏談指導教室 3

## 若葉

(青少年相談センター 南室内)



## 若葉生活目標

- できることから始めよう。
- 自分の世界を広げよう。
- 共に支え合う仲間をつくろう。

学校の敷地外に、相談と指導の機会と場を設定し、主として学校の門をくぐれない生徒を中心に、自立と学校生活適応への支援、援助を図る、相模原南部の中学生のための教室です。

## ■若葉の一日

9：30 開室
10：00 朝の会
10：15 チャレンジタイム
10：30 個人選択
11：30 ふれあいタイム
12：00 昼食
13：00 若葉タイム
14：30 清掃
帰りの会
15：00 閉室

## &lt;チャレンジタイム&gt;

一人ひとりの学習活動で  
スタッフが個々の生徒に  
応じた支援をします。  
(英、数、国等)

## &lt;ふれあいタイム&gt;

生徒同士、または生徒と  
スタッフの交流を図る  
時間です。  
(ストレッチ、ゲーム、  
音楽等)



## &lt;若葉タイム&gt;

みんなで、教科学習やスポーツ、体験的な学習をする  
時間です。

(学習・運動、調理実習、生活、創作、ゲーム等)

・上記の表は火～金曜日の予定で  
月曜日は午前日課です。

# 思春期の心 【思春期の子どもを支える】

## ☆不安や抑うつ感を高める子どもたち

現代の子どもたちは日々の生活の中で不安感や抑うつ感が高いという結果が新聞報道等で取り上げられています。また、自己肯定感が低く、自信をもてずに、不安や悩みを抱え込む傾向があると学校に派遣している青少年教育相談員からもよく耳にします。

「生徒がなんとなく浮かない表情をしているので、声をかけてみたら、大きな心配を抱え、悩んでいたことがわかった」というようなことは時折経験することですが、思春期は自我の確立期にあたり、不安や葛藤を抱え、それが膨らみすぎると抑うつ症になったり、問題行動に発展したりしているようです。

## ☆子どもたちの支えは友だちや家族

友だちとの会話は、この不安定な心を支える柱となっているようです。総合学習センター発行の「さがみはら教育」No.145号の調査報告から以下抜粋で紹介します。

### Q1. 『あなたは困ったことが起きたとき、友だちに話したことがありますか?』

相談した経験のある子どもは70%以上 [小4 75.2% 小6 73.6% 中2 74.1%]

### Q2. 『話したことがあると答えた人に聞きます。その理由は何ですか?』

どの学年も、相談する活動を通して自分の事を受け止めて欲しい、答えを返して欲しいということが相談場面で話す大きな理由となっている。

### Q3. 『話してよかったと思った理由は何ですか?』

心がすっきりするから→ 安心した 解決方法がわかった良かった 励ましてもらえた

### Q4. 『あなたは友だちが困っているとき、相談されたことがありますか?』

約70%の子どもが相談された経験を持つ [小4 67.8% 小6 70.5% 中2 73.8%]

### Q5. 『相談されたことがあると答えた人に聞きます。相談にのった後どう思いましたか?』

頼られて、うれしかった 困ったことが早く解決できるといいな 友だちの役に立つんだ

子どもたちの友だちに対する友好感は高く、友だちとの友好的な関係を持つことで、不安や悩みに対する解決行動がとれると考えられます。相談できる友だちがいる、おしゃべりできる友だちがいるという日常的な友だち関係が大切で、友だち関係に支えられて困難な状況にも立ち向かっていくことができているようです。加えて、家族に対する親和感も高く、家族に対しても安らぎを求めている子どもたちが多いことも相談員の話からよく聞かれます。

思春期の子どもたちは親や家族からの自立を目指して時に拒否的になったりすることがありますが、家族が子どもを受け止め、家庭が安心できる場であることがとても重要になると考えます。

## ☆対話を通しての葛藤や思いを受け止めます



思春期の子どもたちの抱える内面的な悩みや葛藤はなかなか表現されません。しかし、その表現されにくい思いや悩みを教師や大人がしっかりと受け止めていくことが大切です。



そして、そのための手立てのひとつは対話することです。子どもに声をかける、雑談する、相談にのる、指導するなど、様々な場面で子どもたちから言葉を引き出し、その言葉に耳を傾けることで、子どもの内面にある思いや悩みを受け止めます。そして、子ども本人が内省し、行動できるように一緒に考えていくことが大切です。ある相談員から【臨床】とは【傍らに座ること】と聞いたことがあります、子どもの傍らに座り、言葉を交わすことで、子どもの悩みや葛藤を受け止め、自立を支援することが必要です。

## ☆子どもの支えとなる人間関係を…

不安や悩みを抱える思春期の子どもを支えているのは、友だちや家族との親和感など、人の信頼関係です。したがって、家族や友だちとの親和関係を高め、子どもの支えとなる確かな人間関係づくりを行うことが重要です。

子どもの家庭における親和感を支援するためには、学校全体の取組や相談機関などの連携が不可欠です。また、学校では行事や部活動を通して友だちとの絆を深めていくことができます。周囲の大人たちが一人ひとりの子どもたちに目を向け、支えることでより関係が確かなものになっていきます。

思春期は、不安や悩みを抱えるとともに、人格形成の重要な時期であり、人間の育成の専門家である教師や保護者の支援を、子どもたちは心の奥で強く求めています。それに応える教師や保護者であってほしいと思います。

**保護者のかかわり**

## 早い段階でのケアがポイント

### ○家庭での生活全般を注意して見守りましょう

☆憂うつな表情をしている、落ち着きがないなど、日頃の様子と違う子どもに気を配ります。

### ○声をかけましょう

☆「元気がないようだけど」など声をかけ、表情や態度の変化に注目します。

☆「別に……」など、投げやりで無関心な返答に対しても「気になったから」など、心配していることを表します。

### ○友人関係などの状況を把握しましょう

☆友だちとの関係や友人への態度の変化に注目します。☆幼なじみや部活の仲間などから情報収集します。



### ○学校とも連携しましょう

☆日頃から学校と連絡をとり、学校生活での変化にも気を配ります。

### ○他の保護者から情報を得ましょう

☆かかわりのある地域の方々と情報を共有し、状況を把握します。

### ○一人で抱え込まず皆で考えましょう

☆不安や悩みがある時は一人で悩まず、家族や学校（担任）、各種の機関に相談して、アドバイスを得ます。

青少年相談センター相談電話 センター室：042-752-1658・南室：042-749-2177  
津久井相談室：042-784-3258・城山室：042-783-6188

特集

# 教育相談的なかわりを

今、学校では教育相談的な関わりから得た、様々なヒントを元に授業が展開されています。

## 授業をはじめる前に

### 「一人ひとりの活動の場を」

一人ひとりの子どもが活躍する姿を、思い浮かべながら指導計画を作成します。

### 「学習指導案に個別の配慮を」

特別な配慮が必要な子どもは、個に応じた指導上の配慮点を指導案に記入します。

### 「快適な教室環境の整備を」

落ち着いて学習に集中できるような、子どもの立場に立って学習条件を整えます。

## 授業のはじまりに

### 《小さな変化をとらえて》

子どもの様子を見渡し、一人ひとりの健康状態や学習への姿勢を把握し、気になる子どもには声をかけます。

### 《子どもの気持ちの切り替えを》

ゆとりをもって黒板の前に立ち、明るい声で授業を開始します。

### 《子どもの気持ちの切り替えを》

一人ひとりと目を合わせながら名前を呼ぶことで、授業を進める教師の姿勢を伝えます。

## 授業の展開の中で

### ☆説明する〔子どもにあった分かりやすい説明を心がけます〕

- ・子どもの興味・関心のある事柄や身近な例を取り上げ、一人ひとりの理解の状況を確認しながら話します。
- ・声の大きさや速さを工夫して、メリハリのある話し方を心がけます。

### ☆問い合わせる〔一人ひとりの子どもが生きる発問や指名をします〕

- ・一人ひとりの子どもが活躍できるよう発問を工夫し、つぶやきなど、考え方や思いを授業展開に生かして発問します。
- ・子どもの表情をよく見て、子どもの気持ちを生かした指名をし、発問のあと考える時間を十分にとります。
- ・「できた人」「分かる人」より「書けた人」「やってくれる人」など、意欲を大切にした指名をします。

### ☆受け止める〔子どもの発言を十分に聴きます〕

- ・子どもの発言を、最後まで熱心に聴き、「うんうん」「なるほど」など相づちを打ちながら受容的な姿勢で聴きます。
- ・「よく考えたね」など発言した子どもが達成感を得られるように言葉かけをします。
- ・誤った答えでも、その背景をとらえ、再質問やヒントでフォローし、学習を深める貴重な意見として生かします。

### ☆つなげる〔友だちの多様な考えを知り、理解し合うようにします〕

- ・友だちの意見を聞くことで、考えを深めさせるようにします。
- ・子どもの発言に込められた思いを明確にして、伝え合いを促します。
- ・分からぬときには、一緒に答えを見つけ出す『子どもとの同行』を大切にします。

# 授業に生かします。

## 授業の場面でほめる・叱るポイントは

**〔ほめる〕** (子どもの努力や成長をほめます)

- ・よい発言や作品は具体的にほめます。

教 師「様子が分かるように書いていてとてもいいね。」

子ども「がんばったことをほめてくれるからうれしいな」

- ・その子のよいところを取り上げます。

教 師「後すぐ分かるようにノートの取り方を工夫したね。」

子ども「きれいに書くと気持ちいい。よく見てくれているな。」

- ・よくなつた点を全体に話します。

教 師「準備と片づけが班で協力できていたね。」

子ども「みんなで分担して力を合わせたことが認めてもらえた。」

**〔叱る〕** (友だちへの迷惑や指導の妨げとなる行為はきちんと叱ります)

- ・授業を妨害し、みんなの迷惑になる行為に対しては、毅然として叱ります。

- ・子どもの気持ちは受け止めますが、行為そのものは許さない姿勢を通します。

- ・できないこと、うまくいかないことを責めると子どもの自信を失わせます。

- ・不満が残っているようならば、授業後にきちんと聞くことを約束して授業を再開します。



## 授業のおわりに

“学習のふりかえりを”

感想を書かせたり話をさせたりすることで、何に気づいたかを子ども自身に確認させます。

“子どもの視点を授業に”

質問や意見を振り返り、次の授業に生かします。

“時間を守る”

子どもの立場を考えて、授業時間を厳守します

## 授業の後で

“個別のフォローを”

作業が終わらなかった子ども、理解できていない子どもには、時間を与えて指導します。

“授業後の質問にも丁寧に”

「聞いてみよう」という雰囲気を大切にします。

“指導記録の作成を”

記録を残すことは、貴重な資料となります。

## 子どもたちはわたしたちを見ています

教師の優しい声かけ、受容的な話しの聞き方、にこやかな表情などは、子どもたちに安心感を与え、授業に取り組む意欲を高めます。授業における教師自身の言葉や振る舞いは、子どもたちから常に注目されていることを意識しましょう。



## 「ほっとひとこま」

～小学校や中学校の相談室より～

学校の相談室には、こんなほっとする時間が流れています  
相談員さんがそっと教えてくれました

その45



休み時間、教室から相談室に戻ると、ドアの前で、「早く早く!」と待っている常連さんたちがいます。わっとなだれ込んでそれがおもちゃを選んでいると、さっき授業見学に行って知り合ったばかりの子どもたちもいて、「ここ、知ってる! 来たことないけど。」、「〇〇年の時に来たことがあるよ。」と楽しそうにしています。そこでは、物の貸し合い、ルールの教え合い、知らない子どもたち同士が、一緒に笑いながら遊んでいて、そういう姿を見るのは、とても楽しい気持ちになります。相談室が、子どもの行き場のひとつとして、もっともっと身近に感じてもらえると嬉しいなと思います。

(K相談員)

『この日は相談員の先生がいる日だ!』この学校に勤務して2年目、相談室に顔を出しに来室する子どもが徐々に増えてきました。子どもたちは、ゲームをしながら、色々なことを思い思って話してくれます。休み時間に、大勢の子どもが一度に話をしてくれるので、全てを聞き入れることが出来ないことが度々あります。しかし、子どもたちが“とりあえず話はした”ことで、スッキリした顔をしてクラスに戻っていく姿を見ると、ホッします。

これからも相談室では、子どもたちが安心して自分の思いを話していくけるような雰囲気作りを心がけていきたいです。

(S相談員)

はじめてやってきた小学校の中の相談室。こどもたちは「入っていいのかなあ」という顔で入り口からこちらをのぞきこみます。ある拍子に「入っていいですか!」と元気よく声を出して、「どうぞ」と相談員が返事をすると思い切った様子で、ずんずんと進んできます。「先生、なんのお仕事してるの?」「わあ、この飛行機飛ばしていい?」「お絵かきしたい!」など、こどもらし

いこころをいっぱいに働きさせる子。見ていて、嬉しさが湧いてきます。周りにうまく溶け込まない子。部屋に入ったものの、どこにも入れずにそわそわしています。そっと声をかけて見守り、帰るときには「またね」とつながりを確認します。うまくしゃべったり、何かすることはできないけれど、だんだんお話したり、絵を描いたり、他の子との交わりも出でます。元気な子も、静かな子も、それがほんの少しずつでも影響しあうような場が出来ていけばいいな、と思う今日この頃です。

(Y相談員)

A君は、他の子よりも音に敏感で、授業に集中することが難しいお子さんです。B子ちゃんは、外国から引っ越してきて、最近クラスのお友達とうまくいかなくて悩んでいます。先日の休み、A君が相談室に来た後にB子ちゃんが遊びにきました。A君の傍に座っていた相談員のそばにくるために、B子ちゃんは、椅子をひっぱってきました。そのとき、ガガガッと大きな音がでました。A君はその音にピクッと反応しました。相談員が、「A君ちょっと、大きい音が苦手なんだ。」というと、B子ちゃんはA君に「ごめんね」といました。A君は「いいよ」といい、B子ちゃんの国のことについて質問をはじめました。そのとき、一瞬二人の間に柔らかな空間が生まれたように相談員は感じました。

相談室には、元気がなくなったり、気持ちがすっきりしないなど感じている子どもたちも集まっています。ひとりで遊んだり、この二人のように他の子たちと交わるなかで「よい感じの自分」を感じて帰ります。相談室は人と一緒にいる「安全感」を感じる空間にもなっているみたいです。

(D相談員)

### 読者の声

不登校の児童・生徒が通う相談指導教室の勤務となって、すぐに思い出したのがT君のことでした。まだ教員になって経験の浅い時代に受け持った小学5年生のT君は、家を出る時に腹痛を訴えて学校を休む日が続いていました。私が家庭訪問をしたり、保護者が学校に相談にきたりして対応しましたが、改善は図れませんでした。当時は「登校拒否」という認識でした。6年生になるときにT君は転校してしまいました。

その後似たようなケースをいくつか経験し、「登校拒否」から「不登校」への意識改革を図る研修会にも参加し、子どもや保護者の気持ちに少しずつ寄り添えるようになってきました。今だったらT君にこう接するだろう、保護者の相談にはこう応じるだろうと反省することしきりです。懇意の気持ちも込めて、現在通室している生徒とその保護者を、T君とその保護者と思って接しています。

(相模原市教育委員会 嘴託職員 滝澤 登)

### ヤングテレホン相談



一人で悩まず まず相談!

小・中・高校生や青少年の抱える悩み、心配事などを本人や保護者から直接電話でお受けし、専門の相談員が一緒に考えます。(匿名での相談もお受けします。)

専用電話 042-755-2552 Eメール相談(24時間受付) [yantele@city.sagamihara.kanagawa.jp](mailto:yantele@city.sagamihara.kanagawa.jp)

受付時間 月曜日~金曜日 午前8:30~午後9:00 (土・日・祝日は留守番電話)