

4月「クローバー」だより (全2ページ)



* 安定した登校につなげるために、「やってはいけないこと」があります！

これをくり返していると、登校行動に**ブレーキ**がかかってしまいます！

新学期からの「安定した登校」につなげるために・・・(2)

あと少しで、令和6年度の新学期がスタートします。

そこで、3月号では、「安定した登校」につなげるために、どのような言葉かけや関わり方が大切になってくるのか・・・についてお伝えしました。

本4月号では、その反対、「やってはいけないこと」についてお話しします。

これをくり返していると、・・・

登校しぶりや不登校など、子どもの登校行動にブレーキがかかってくるので、注意が必要です。

◆「安心・安全」は、・・・子どもの登校行動に影響します！

子どもは、親や周囲環境から「安心・安全」を感じられていると、・・・

「自分の世界を広げていこうとする主体的な行動（「探索行動」）」を始めます。（注1・2）

具体的には、・・・

友だちと遊ぶことも、運動したり勉強したりすることも、「探索行動」です。

そして、学校に登校することも、「探索行動」です。



しかし、「安心・安全」が感じられなくなると、その行動に**ブレーキ**がかかってきます。

例えば、いじめを受けている子どもは、・・・

学校生活に「安心・安全」を感じられないので、登校行動にブレーキがかかります。

◆もし、心当たりがあれば、・・・すぐに改める！

以下でお伝えする「言葉かけ」や「関わり方」は、・・・

いずれも、子どもが、「安心・安全」を感じられなくなる不適切な対応です。

ですから、これをくり返していると、子どもの登校行動に**ブレーキ**がかかってきます。

3つ、お伝えします。

もし、心当たりがあれば、・・・すぐに改める必要があります。

親は、それを、**無意識の内に**やっていることがあるので、注意が必要です。



☑ **あれこれ指示をしない、注意し過ぎない、厳しく叱らない（最重要）**

- ・例えば、朝の子どもとのやり取りの場面を、例にすると、・・・
「7時よ。いつまで寝ているの！」
「今日、学校に行くの、行かないの」
「学校に行かないで、受験（勉強）はどうするの」・・・など。



- ・子どもに行動させようとして、行動を改めさせようとして、・・・思わず、言葉にしてしまいます。しかし、効果はその逆です。

☑ **子どもを、ムリに励まさない、ムリに元気づけない！（重要）**

- ・不安や緊張を感じているときに励まされても、心の元気は出てきません。
- ・例えば、「頑張り！」という言葉は、・・・
気持ちがいっぱいの子どもには、「ここまで頑張っているのに、まだ頑張りというの」・・・
といったメッセージで伝わってしまうことがあります。心理的な負荷となります。

☑ **アドバイス、助言はしない（一見、良さそうに思えるが・・・）（重要）**

- ・子どもが困っていたり悩んでいたりとすると、親は、何とかしてあげたいと思い、アドバイスや助言をします。しかし、それが、多くの場合、よくありません。
子どもの心の葛藤を招いたり、新たなプレッシャーが加わったりするからです。
- ・子どもが困っていたり悩んでいたりとするとときに大事なのは、「ねぎらい」「いたわり」の言葉かけです。短い一言ですが、「大丈夫？」「ご苦労さん」などは、子どもの心の安定につながる大切な言葉です。

◆ **日々の「言葉かけ」や「関わり方」が、・・・子どもの心を支える！**

新学期、子どもは不安や緊張を感じながらも、自分の「新しい生活スタイル」を築いていきます。このような時期、子どもを、「安定した登校」につなげていくためには、・・・それを支えていく親の「言葉かけ」や「関わり方」が、とても大切になってきます。

「新学期、親は、子どもとどのように関わっていくとよいか」については・・・
たより3月号にまとめていますので、参考にしてください。

一日一日の「言葉かけ」や「関わり方」が、・・・子どもの心に響いていきます。



お伝えしたことを参考に、どうか、新学期のいいスタートを切っていただきたいと思います。

文責 西村明倫（不登校専門カウンセリング「クローバー」代表）

公益社団法人日本心理学会認定心理士、一般社団法人日本TFT協会診断レベルセラピスト

参考文献

注1 「アタッチメントの実践と応用」 数井みゆき 2012.8.11 誠信書房

注2 「思春期とアタッチメント」 林 もも子 2010.2.19 みすず書房

- ・親や周囲環境から「安心・安全」を感じられると、子どもは、「自らの世界を広げていこうとする主体的な行動（「探索行動」）」を起こすようになる。逆に、「安心・安全」が感じられなくなると、子どもの行動にはブレーキがかかる。・・・ということ、精神科医ボウルヴィらは指摘しています。