

「子どものSOSを受けとめるために」

— 明橋大二先生の講演のまとめ —

親と子と教職員の教育相談室 徳永 恭子

1 子どもの心の成長の土台は自己肯定感

今の子どもたちをめぐる問題の根っこは自己肯定感の極端な低さにあります。自己肯定感というのは、自己を肯定的に評価していること、自尊感情を高く持っていることです。「私は存在価値がある」「必要な存在だ」「生きていいんだ」「私は私でいいんだ」と思えることが自己肯定感があると言えます。しかし反対に「自分は誰からも必要とされていない」「自分は存在価値がない」等の自己肯定感の低さが子どもたちの心の中に沈殿しています。その背景には自分の存在を家庭で、学校で、地域で否定されて、何度も深く傷ついて来た体験があります。だから自殺を考えたり、引きこもったり、逆に周囲の人に暴力を振るったりするのです。

2 日本の子どもたちの自己肯定感は高くない

2014年に内閣府が出した「子ども・若者白書」によると、子どもたちに「自分自身に満足している」という質問項目に対して、子どもたちは「そう思う。どちらかというところ」という回答が45.8%でした。ちなみに韓国は、71.5%、アメリカは86.0%。イギリスは83.1%でした。二人に一人が自分自身に満足していないということが判明しました。

また同じ質問で「自分には長所がある」という質問に「そう思う。どちらかというところ」という回答が、68.9%でした。韓国が75.0%、アメリカが91.0%、イギリスが89.6%でした。このような実態を大人は、教育関係者はどのように見たいか、深く考えていく必要があります。

3 しつけや学力が身につくのは自己肯定感があるから

子どもの自己肯定感を高めるために、親や教員はどのような関わり方が大切なのでしょう？第一に、ふだんから、いろいろな場面で自己肯定感を高めるような関わりが大切です。体罰や子どもを否定するようなことを言ったり、やったりしないことです。きょうだいや友達と比較するのもやめましょう。第二に、何でも言える関係を作っておくことも大切です。第三に、そのためには子どもの話を聴き、子どもなりの努力を認め、信頼関係を築いておくことです。第四に、注意や叱責の繰り返しは、ある程度の信頼関係を築いたうえでないと無効であるばかりでなく、逆に関係を断絶させることにもなります。

また、自立し始めた子どもは必ず不安を持っています。保護者や教員の方にも不安があります。大切なことは大人が自分の不安から、先回りして、手を出したりして、過保護、過干渉にならないことです。十分安心感をもたせ、自信を持たせることによって、自己肯定感が高まっていきます。自己肯定感を高めるやり方は、子どもの学習場面でも同じです。子どもの安心感と自信感のもとで、しつけも学力も定着することになるでしょう。

4 どうして自己肯定感は低くなるのか

不登校、暴力、引きこもり、家出等子どもにいろいろな症状が起きてきたり、「どうせ私なんか」などという自己肯定感が低い発言をしたりするのはなぜでしょう。その理由は簡単に言うと「心のパイプ」が詰まっているからです。子どもの周囲の大人との心のパイプ、「コミュニケーション」が

詰まっている状態です。人と人との間には、相互の気持ちの交流や理解が行ったり来たりしています。親子の関係も、先生と児童・生徒の間も、大人同士の間もそうです。

自己肯定感とは自分は生きている価値がある、自分は大切な存在だ、自分は生きていていいんだと言う気持ちです。子どもの場合は、「自分は価値がある」ということを周囲に確認しながら育っていきます。子どもが泣いたり、かんしゃくを起こしたり、甘えたり文句を言ったりしながら、周囲にその気持ちを受け止めてもらい、わかってもらうことで自己の存在や自己の価値観を確認していきます。でも周りの大人が、その気持ちや行動を放置し、無視し、叱ったりし、わかろうとしないならば、子どもはそのうち、自分の気持ちを閉じ込めるようになり、自己肯定感をだんだん低めていきます。周囲とのパイプが詰まると、自分の存在価値を確認することができなくなり、結果として自己肯定感が育たなくなってしまいます。

「甘えるな」「甘やかすな」などという言葉がしつけの基本のように言われますが、人間の心の成長にとっては、「甘え」は必要不可欠なものです。甘えは、相手の愛情を求めることです。甘えが満たされたとき、自分が愛されていることを感じ、自分は愛される価値がある存在だと確認します。相手に対する信頼と自分に対する信頼＝自己肯定感が育ちます。

甘えが満たされない状態が続くと、周囲に対する不信感や怒りとなり、自己肯定感が低くなります。相手を信じることや甘えることができないので、人間関係が希薄になり、さびしい人になります。そうすると攻撃的になったり、被害的になったり、逆に依存的になったりすることもあります。「甘えさせる」と「甘やかす」は基本的に違います。

5 子どもの心の回復過程

子どもの心理の第一段階は、パイプが

詰まっている状態です。子どもは無表情になり、喜怒哀楽を出さなくなります。また手がかからない、聞き分けのいい状態になります。また自分の気持ちと違うことを言われても、されても反抗もしないし、口答えをしない状態にもなります。

そういう状態の時は、パイプが完全に詰まっていると判断する必要があります。その場合、体罰や厳しい叱責があれば、それを止め、スキンシップや接する時間を増やして、表情が出てくるのを待つことが大切です。

第二段階として、パイプがやっと通じた時は、本人の言葉では表現されませんが、行動や身体症状として表現されるようになります。心身症になる時もあります。また行動面では、カッとなって切れる、万引き、夜驚、抜毛症、登校しぶり、母子分離不安、不登校、リストカット、家庭内暴力、自殺未遂などが現れます。身体面では、頭痛、腹痛、脱毛症、夜尿、摂食障害などが出てきます。今までパイプが詰まっていた状態から、少し開通して、子どもが辛いというサインを出していると捉え、この症状を大切にして、しっかり付き合うことが必要です。この時、叱ったり、突き放したりすることで、症状を無理やり押しさえこんではいけません。無理やり押しさえた場合、いったん症状は消えるかもしれませんが、いずれもっと大きな症状として出てくることもあります。こういう行動や症状の背景にある、子どもの気持ちや周りの皆で考えていくことが大切です。

第三段階として、パイプがかなり通じた時は、子どもからの甘えや怒りが噴出してくるようになります。今まで我慢してきた期間が長いほど、その程度はひどくなります。この場合、甘えとは、親とべたべたする、親から離れない、赤ちゃん言葉を遣ったりすることです。怒りとは、親をたたき、「親のせいだ」と攻撃をする、物にあたったりするなどです。この時期

が、親としては一番しんどいが、実は治療的にはここまで来たらそんなに心配することはありません。子どもの力が発揮されて少しずつ周囲を変えていくのでそれを見守る段階にきたのです。

第四段階としてパイプがほとんど通じてきたら、子どもは周囲に何でも話すようになります。今まで辛くて言えなかったことも話すようになります。わがままを言う相手が友だちになることもあります。親のフォローがあれば、友だちとの関係も少しずつ修復できるようになります。友だちと親の間を行ったり来たりしながら、友だち関係の作り方を学んでいく段階です。

第五段階として、パイプが完全に開通し、信頼関係でつながった段階になります。親は安心して子どもを見ることができるようになり、子どもも心配な症状を出さなくなり、お互いの信頼関係がかなり確実なものになってきます。

6 パイプ詰まりを起さないために

大切なことは、スキンシップを心がけ、

子どもの話をよく聞くことです。子どもの気持ちを汲んで、言葉にして返してあげることも大切です。それは言葉育てともいえます。そして褒めることも大変大切です。出来ないことより、出来たことに注目して褒めること、「出来て当たり前」でなく、「できなくて当たり前」という心境で接すること、きょうだいや友だちと比較しないで、以前のその子と比べて子どもを見ることがポイントです。そして、子どもの頑張りを認めてねぎらうことを心がける必要があります。「頑張れ」の言葉より、「頑張っているね」という承認の言葉が重要です。

子どもに対して、過度の責任感を持っていると、どうしても肩に力が入ってしまうので、周囲の大人がまず肩の力を抜くことが必要です。子どもを変えようとするよりも、子どもが今すでに持っているいいところに注目していくことが大切です。

相談を受ける人や教師は、保護者を責めないで、ここまで育ててきた苦労をねぎらうという気持ちを忘れないようにしてほしいものです。

参考本 明橋大二著

「子育てハッピーアドバイス」

2005年 1万年堂出版

「見逃さないで！子どもの心のSOS 思春期にがんばってる子」

2013年 1万年堂出版

「ひといちばい敏感な子」

2015年 1万年堂出版 エレイン・N・アロン 明橋大二訳

「親と子の心のパイプはうまく流れていますか？」

2016年 1万年堂出版

福島からの報告 ～福島の子どもの現状～

福島県教職員組合委員長 角田 政志

1. 被災地の学校はどうなるの？

原発災害から5年8ヶ月が経過しても、福島県の避難者数は83,891人、(2016年11月10日時点 復興庁調査)18歳未満の子どもの避難者数は、2016年10月1日現在で20,430人(福島県こども・青少年政策課発表)もいます。

被災地の学校の状況は、浪江町の小学校4校と中学校2校は、いまだに臨時休業のままです。避難を強いられ臨時移転している小学校は19校、中学校は10校です。原発から遠く離れた福島市では、原発事故による住民の避難で小学校1校が休校となり、次年度には廃校となります。

臨時移転の19小学校への今年度(16年

度)の入学者は、合計で28人。3小学校では入学者がいませんでした。双葉郡内の小中学校の子どもの数は、震災前の1割にも満たない状態です。

双葉郡内にあった県立高校5校は、2015年度より新規募集を停止し、サテライト校は2017年3月で休校となり、なくなっていきます。それに代わって、中高一貫校として「双葉未来学園」が2015年4月に開校しました。現在は、連携型一貫校ですが、将来は併設型を目指すことになっており、双葉郡内の公立中学校の存続にも影響が出ることも考えられます。

一方、国の「避難指示解除」計画により自治体の帰還準備が加速し、自校復帰を目指す市町村が出ています。しかし、子どもたちが学校の帰還に合わせて戻れるわけではありません。学校の帰還と子どもたちの帰還は一体ではなく、別々の問題なのです。ただ、子どもの数が年々減少していることから、小学校も中学校も、今後の存続に危機感も出ています。

2. 子どもたちの心に寄り添った教育活動が続いています

臨時移転の学校では、子どもたちがそれぞれの避難先から通学するため、スクールバスで片道1時間以上かかるのも珍しくありません。朝は、通学に疲れ、眠そうな子どもたちのケアから始まり、放課後の学習支援や部活動は、バス時間により制限され十分に行えない状況にあります。また、学校行事も少人数での実施となり、施設・設備面の不自由さもあって、工夫して行っている状況です。

被災地の子どもたちは多くの問題を抱えています。特に思春期にある中学生にとっては、震災と原発事故による避難生活は、影響が大きく、教職員は、子どもたちのケアのため日々奮闘しています。毎日、子どもたちの心に寄り添い、工夫しながら教育活動を行っているのです。

被災地の学校のみならず、全県的に教職

員は原発震災以降、自分の心も不安定なまま、子どもたちの心のケアもしながら、社会の要請にも応えていこうとしています。無理をすることが日常的となり、精神的に病んでいる教職員も多くいます。



3. 子どもたちの健康不安は続いています

東電福島第一原発が爆発し、放射線に関する情報がない中、子どもを含む多くの人々が高線量の中を避難し、水や食料を求めて外を歩き被ばくしました。時間の経過とともに空間線量は下がっても、被ばくしたという事実は消えません。現在も低線量被ばくが続く中で、不安を抱えながら生きていかなければなりません。

福島県では、18歳以下の全県民(約36万7千人)を対象に、2011年10月から県民健康調査・甲状腺検査(超音波検査)が実施され、現在3巡目の検査が行われています。2016年3月末までの検査で、131人の子どものがんが確認されています。疑いも含めると173人。2巡目の検査では、1回目の検査でA判定の人にがんが見つかっています。

この甲状腺検査は、子どもたちにとっても親にとっても、身体的・精神的に大きな負担となっています。しかし、事故がなければ必要でなかった甲状腺検査です。国は、責任をもってこの検査を続け、がんが見つければ、その治療にも責任を持つことが必要です。

4. 除染廃棄物との同居状態を早く解消してください!

避難準備区域、居住制限区域では、避難指示解除と住民帰還のために、家屋の除染のほかに、農地・緑地等の除染も行われています。除染廃棄物は、フレコンバッグに詰められ野積みされており、その風景は極めて異様です。

中間貯蔵施設については、大熊、双葉両町にまたがる帰還困難区域に設置されることになっていますが、用地の確保も進んでいません。

学校や公園などの教育・公共施設の除染廃棄物も、校庭や施設の敷地内に埋められたり、フレコンバッグに入れて敷地内に保管されたままです。さらに、子どもたちが毎日生活している家庭でも、除染廃棄物が、今も庭に埋められているか、シートをかけて敷地内に保管されています。各市町村では、仮置き場も十分に設

置できていません。長期間の保管となっており不安も高まっています。放射性廃棄物と同居した生活はとっても嫌です。一日も早く運び出してほしいと人々は強く要望しています。



福島原発事故は、時間の経過とともに風化が進んでいますが、いまだに人権は回復されず、事故の収束もしていません。今私たちは、原発のない福島を目指し、「東電福島第二原発の廃炉」を目指して運動を進めています。

原発災害による被災校の子どもの状況 2016年4月6日現在 (2016年度版教育関係者名簿)

教育委員会	学校名	1年	2年	3年	4年	5年	6年	特支	合計	備考	2010年度 在籍数	震災前との 比較	
川 俣 町	山木屋小	0	0	0	6	5	6	0	17	川俣南小内	70	24.3%	
	山木屋中	7	10	6				0	23	川俣中内	29	79.3%	
南相馬市	小高小	3	7	5	11	10	14	1	51	臨時移転 合同校	392	13.0%	
	福浦小	1	3	2	2	2	8	0	18		105		
	金房小	1	4	2	0	4	6	0	17		143		
	鳩原小	1	1	0	1	2	1	0	6		65		
	小高中	23	29	35				2	89	臨時移転	386	23.1%	
飯 館 村	草野小	1	5	6	9	4	12	3	40	臨時移転 合同校	153	30.8%	
	飯樋小	3	0	8	8	10	12	1	42		132		
	臼石小	1	3	4	4	5	8	0	25		62		
	飯館中	19	28	34				7	88	臨時移転	184	47.8%	
浪 江 町	浪江小	0	0	2	1	2	3	1	9	臨時移転	558	0.9%	
	幾世橋小	0	0	0	0	0	0	0	0	臨時休業	122		
	請戸小	0	0	0	0	0	0	0	0		93		
	大堀小	0	0	0	0	0	0	0	0		157		
	苧野小	0	0	0	0	0	0	0	0		174		
	津島小	0	1	0	1	0	0	0	2	臨時移転浪江小内	58		
	浪江中	3	3	9				2	17	臨時移転	398		
	浪江東中	0	0	0				0	0	臨時休業	179		2.8%
	津島中	0	0	0				0	0	34			
	葛尾村	葛尾小	4	1	0	1	0	3	0	9	臨時移転 同一校舎		68
双葉町 (第1原発)	葛尾中	4	5	2				0	11	44	25.0%		
	双葉南小	1	0	3	1	2	1	0	8	臨時移転 同一校舎	192	5.5%	
双葉北小	1	2	1	0	1	4	2	11	152				
双葉中	1	2	6				0	9	208		4.3%		
大熊町 (第1原発)	熊町小	2	3	1	5	4	4	0	19	臨時移転 同一校舎	333	5.0%	
	大野小	1	0	2	6	3	7	0	19		423		
	大熊中	9	10	8				1	28	臨時移転	371	7.5%	
富岡町 (第2原発)	富岡一小	2	0	0	2	0	3	0	7	臨時移転 同一校舎	415	1.6%	
	富岡二小	1	2	0	1	0	4	0	8		521		
	富岡一中	1	4	5				0	10		259		3.3%
	富岡二中	2	5	1				0	8		291		
楢葉町 (第2原発)	楢葉南小	1	8	4	4	5	8	3	33	臨時移転 同一校舎	158	16.7%	
	楢葉北小	4	3	11	9	8	4	0	39		274		
	楢葉中	16	19	21				0	56		255		22.2%
合 計	小学校	380			中学校			339	23	719	7458	9.6%	