

第 3 章

保護者を対象にした実践



ひまわりクラブ

～保健室からの保護者支援～

1 きっかけ



特別な支援を要する児童生徒

特別支援教育は、通常の下では学習や学校での生活を困難と感じている子どもたちに対して、一人一人の教育的ニーズに応える教育を実現しようとするものです。

特別支援教育が普及・定着すると、発達障害等の特別な教育的支援を必要とする児童生徒への正しい理解と適切な支援が促進され、いじめや不登校などを未然に防ぐ効果も期待されています。

学校内でのコーディネート

クラスの子どもであっても、担任だけが指導・支援するわけではありません。その子どもに対してどの教員がどのようにかかると教育上効果的かを考えながら、学校全体がチームになってかかわっていくことが

(1) 小学校の実情

私はそれまで中学校での勤務がほとんどだったので、小学校に異動が決まった時、現状がなかなかイメージできず、大きな不安がありました。

着任後、5月の連休が明けて子どもたちが学級に慣れ始めたころから、いろいろな問題が目に入ってきました。教室を飛び出す子、廊下に固まったまま長時間を過ごす子、板書を消し回る児童を小脇に抱えて授業する先生、荒れた学級からのSOS。この小学校は周辺の小学校に比べて特別な支援を要する児童の数がかなり多いようでした。

(2) 担任の苦悩

どのクラスにも、特別な支援を要する児童や指導の難しい児童がおり、それが一人だけではないクラスもありました。そういった児童への対応は、今でこそたくさんマニュアルがあり、また助言者を学校に呼んで専門的な指導助言を求められるシステムも整ってきつつありますが、それでも全部の先生がその通りに対応できるわけではなく、ごく自然にできる先生と、どうしても苦手とする先生がいることもだんだん分かってきました。対応がうまくいかないときには保護者との関係もギクシャクすることが多く、子どものことで悩む上、保護者対応も悩みに加わり、担任の大変さは計り知れないと感じました。

(3) 保護者の思い

着任してすぐ、発達障害のお子さんをもつお母さんが度々保健室に立ち寄り、お話をしていられるようになりました。Aちゃんは2年生。1年生の時に専門機関の勧めで病院を受診し、発達障害と診断を受けて、学校では友だちとトラブルになり、

望ましい姿です。その際に、養護教諭がかかわることで、保護者と担任とのあつれきを回避できたという事例もあります。

自閉的な傾向

「自閉的」とか「自閉的傾向」といった場合、「当該の子どもがまだ幼いため、はっきりとは診断できないが、自閉症の特徴を色濃く持っている」というケースでそのように表現されることが多いようです。

自閉症のある子どもたちは、急な予定変更などに対応することができず、混乱したり、不安になったりしてパニックになることがあります。このような場合には、予想される事態や状況を事前に知らせたり、体験できる機会を設定したりすることなどが重要です。



けがをさせたり、持ち物を壊したりして、お母さんはその度に謝りに行きました。

お母さんの思いはこうです。

「専門機関での相談も受けていますし、病院の受診もしていますが、何とか良い方向に向かうように努力を重ねているのですが、毎日何かが起こってしまいます。もちろん自分の子どもの問題も大きいけれど、だいたいは学校の中で、友達との関係や先生との関係で何かかが始まるのです。その友達がどんな子なのか、クラスの雰囲気やどんな風か、担任の先生はどのようなタイプなのか、そういう微妙な感じは身近で見ている人じゃないとなかなか分からず、日々揺れ動く自分の気持ちは理解してもらえない。」というストレスがありました。

(4) 保護者が感じるハードル

Bくんは自閉的な傾向がありました。楽しいことを求めて校内を歩き回り、教室にはほとんど入りません。乱暴な行動もかなりあり、「とても大変な子」と見られていました。Bくんの担任は、学校でいろいろ対応してもなかなかうまくいかず、お母さんと話そうとしましたが、約束の日時に「家の急用」で会えないことが3回続きました。

Bくんの兄はキレやすく、ガラスを割ったり、学校からプイッと帰ってしまったりすることがあり、小さい時から、保護者がよく保育園や学校に呼ばれていました。

双方が良い方向に向かうことを願っての話し合いではあっても、それはお母さんにとってはただただ気の重い時間で、そこにBくんのごとも加わって、気持ちの負担はかなり大きいものになっていたと想像できます。

(5) 私にできること

Aちゃんの保護者と話すうちに、同じような悩みや苦しさを抱えた保護者は他にもいるのではないかと思うようになりしました。また、Bくんのお母さんのように、いつの間にか学校に足が向かなくなってしまう保護者もいるだろうと思ったのです。双方とも子どもへの良い支援を願っているのに、それは本当に残念なことです。

私はかつて、教育相談機関で仕事をする機会がありました。主に1対1での面接を行っていましたが、保護者のグループセッションも担当していました。そのときのことを思い出してみると、1対1の面接では決して見せないお母さんの表情を、グループセッションの中で見られることは何度もありましたし、

保護者同士の何気ない会話の中に、キラリと光る言葉をたくさんみつけることができました。そして、共有する時間の中に散りばめられる気持ちほぐしのエッセンスは、私が意図して振りまけるものでは決してないと感じていました。

そんなことから、保護者のグループで話し合う場を作ることを思いつき、「ひまわりクラブ」と名付けて保護者支援の一つの形として提案したいと考えました。



2 実践のための準備

管理職の先生の協力を求める

管理職の先生に相談してから始めることは、学校体制作りという点でもポイントになります。

また、一人だけで取り組むのではなく職員全体が理解し、学校全体で進めていくのが良いでしょう。

会の開催は毎月同日同時刻を定着させる

「ワンパターンではつまらない」と考える人もいますが、同じパターンだと先の見通しが立つので安心につながることができます。会の開催日も定着させることで、利用者に安心感をもたせます。

(1) 校長先生との話し合い

ひまわりクラブは、学校が企画する研修会ではなく、PTA活動でもない、私の思いを形にした独自の企画ですので、校長先生に相談するにあたって、簡単な企画書〈資料1〉をつくりました。〈資料1〉企画書

平成〇年10月	
子どもの心と体について話そう・学ぼう	
保護者「ひまわりクラブ」実施企画	
小学校入学から卒業までの6年間は、子どもたちの体の成長は著しく、また、集団生活への適応や思春期の心の問題など、子育てをしていく上で、お母さんたちの悩みはつきない時期です。	
そこで、保護者が子どもの健康や心の発達についての学習をしたり、心配事や悩みについて、意見を交換しあう場を作りたいと考えました。	
同じ背景を持つ人同士が支え合うというピア・サポートの考え方を取り入れて、保護者の持つ悩みを、お互いの経験を話し合うことや、共に学びあうことによって支えていくとするものです。	
1 実施日時	月1回(月曜日 or 木曜日) 15:00~16:30
2 会場	保健室 又は ひまわりルーム
3 コーディネーター	養護教諭
4 内容	子供の心と体に関することの学習会 ① 勉強会 ② 意見交換会
5 参加者	希望する保護者(ほけんだよりで募る)

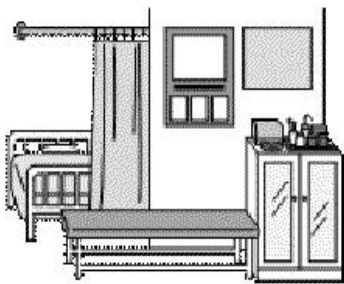
校長先生に企画書を読んでもらっていただき、何とか次の年度替わりからスタートしたいと考えていたのですが、校長先生は「どうぞすぐにやってください。応援します。」とおっしゃってくださいました。職員会議できちんと提案することだけが条件で、私の思いは形になってその年の11月からスタートできることになりました。

(2) 時間の確保

企画書にあるように毎月1回行いますが、月曜日か木曜日としたのは、子どもたちが5時間の授業で帰る日ですので放課後

に時間が確保できるからです。時間は当初15:00~16:30と設定しました。途中、参加者から「子どもが帰って来るのを確認してから家を出たい。」という意見があり、2年目からは、15:30~17:00と変更をしました。

具体的な開催日については、毎月、教頭先生と相談し、時間の確保ができる日を探します。会議のない日に、他の職員の動きに迷惑をかけないように実施をするように考え、最初は恐る恐る遠慮がちの開催でした。



(3) 先生方の理解

それまで、保健室からの印刷物の裏に教育相談的な資料を載せて配布するなどして、保健室と教育相談のつながりを少しずつアピールしていました。また、放課後の保健室は常に開放していますので、先生方が、その日大変だったことや困ったことを話に来る雰囲気できていました。そういう場を使い、私が教育相談活動をしたいことを少しずつ先生方に話し、ご意見をもらうようにしていましたので、実際に職員会議で提案した時には、先生方からも後押しをいただき、安心してスタートを切ることができました。

3 とりくみ

(1) 第1回ひまわりクラブ開催


〈資料2〉のようなプリントを全保護者に配布し、参加を募りました。 〈資料2〉

保護者のみなさまへ
「ひまわりクラブ」開催のお知らせ
—子どもの健康や心の発達について一緒に考えましょう—

11月16日(木) 15:00~16:30 ひまわりルーム

小学校入学から卒業までの6年間、子どもたちの体の成長は著しいものがあります。また集団の中での心の発達や思春期の問題など、子育てをしていく上で、不安や悩みの尽きない時期ではないでしょうか。そこで、保護者が子どもの健康や心の発達について学習したり、心配事や悩みについて話し合ったりする場を作りたいと考えました。

この会では、同じ背景を持つ人(小学生の子を持つ父母)同士が、お互いに支え合うというピア・サポートの考え方を取り入れていきます。お互いの経験を話し合うことや、共に学びあうことによって、楽しく元気に子育てをしていきたいと思います。



「ひまわりクラブ」は、毎月1回 開く予定ですが、毎回参加できなくてもだいじょうぶです。ご都合のよいときだけおいでください。

参加を希望されるかたは、下の申し込み用紙をお出ください。

ひまわりクラブ 参加申込書

11月16日(木) 15:00~16:30のひまわりクラブに参加します

参加者氏名 _____

在籍の児童 _____年 _____組

_____年 _____組



：（２） 開催の状況・内容

	通算回数	内容・主な話題
1 年 目	1	・ 出会いのエクササイズ ・ 参加しようと思ったわけ
	2	・ 宿題（宿題をする時間帯。宿題の手伝い方。）
	3	・ 友だちとのトラブル（物の貸し借り。）
	4	・ 学校の宿泊学習（心配・不安なこと。）
	5	☆学習会（第二次性徴と思春期：講師 養護教諭）
2 年 目	6	・ 新しいクラス，担任の先生（先生との上手な連携の仕方。）
	7	・ 塾や習い事（どのくらい行っているのか。どんな塾か。）
	8	・ 夏休みの生活の仕方（外泊・宿題・生活習慣など。）
	9	・ 友だちとのトラブル（親のかかわり方。）
	10	・ 教室から飛び出す子（先生の対応と学級への理解。残された子への対応。）
	11	・ 教室から飛び出す子（他の保護者への影響。）
	12	☆学習会（特別な支援を必要とする子の理解：講師 市特別支援 担当指導主事）
	13	・ 特別な支援について（親の声かけや，担任と協力体制。）
3 年 目	14	・ 反抗されたとき（反抗されたときの親の対応。）
	15	・ 新しいクラス，担任の先生
	16	・ 担任の先生に子どもの特徴を理解してもらえないとき。
	17	・ 担任の先生に子どもが暴力をふるったとき。
	18	・ 子どもがクラスに受け入れてもらえていないと感じたとき。
	19	・ 担任の先生とのコミュニケーションの取り方。
	20	・ インターネットについて
	21	・ 携帯電話の使い方
	22	☆学習会（携帯・ネットと子どもたち：講師 警察少年補導専門員）
	23	・ 下着や流行の服装
4 年 目	24	・ 中学校入学への不安 ※卒業生の保護者も参加可
	25	・ 校外学習（多動性が強い子どもの参加の仕方。）
	26	・ 新型インフルエンザ
	27	・ 特別な支援教育の実際 ※教育事務所特別支援アドバイザーが飛び入り参加
	28	・ 兄弟関係

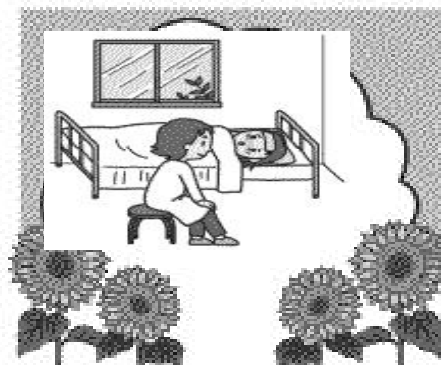
（３） 参加者について

① 参加数

参加者総数 35名

延べ参加数 158名

学習会のみ参加 13名



② 参加の動機

参加者	回数	子どもの特徴	参加の動機
Aちゃん母	22	衝動性が強い	学校の中でのようすを知りたい
Bくん母	3	自閉傾向	養護教諭に声をかけられて
Cさん	25	集中力が続かない	転入して地域のことがよく分からない 子どものようすが心配
Dさん	17		友達に誘われて
Eさん	17		親しく話せる保護者がいない いつも不安
Fさん	14	自閉傾向	同じ特徴の子どもを持つお母さんと話したい
Gさん	13	知的な遅れ	友達に誘われて
Hさん	7		いろいろな人と話したい
Iさん	5		一人っ子なのでいろいろ心配
Jさん	3	学習の偏りがある	卒業後のことが心配
Kさん	3	自閉傾向	担任に勧められて
2回参加	6名		
1回参加	8名（うち転入後すぐに参加した方2名）		
学習会のみ参加	13名		

グループセッションの有用性

保護者と学校をつなぐ架け橋となり、参加者（保護者）の生の声を聞くことができるとともに、それぞれの声を支援に生かすことができます。

また、グループセッションでは、参加している方々のペースで進行し、無理やり発言を求めたりせず、参加者自身が行動できるようになるまで待ったり、発言できたときにはその行為自体を大切にす雰囲気があります。このことは、参加者にとっての安心感につながるだけでなく、家庭での子どもに対する接し方のモデルにもなるでしょう。

参加者同士が、相互に思

③ 参加者のようす

会の雰囲気分っていただくために、参加者の中から、何人かのお母さんのことを少し書いてみたいと思います。

Aちゃん母

発達障害の子をもつお母さんです。率直に意見を言いますが、他の人の話もよく聞きます。特別な支援に関しては、入学以来いろいろな経験があるので、参加者がともなうなずけるような話をしてくれます。私も度々「そうなんだ～」「ああそうかも」とお話が心に響きました。ご自分で紙芝居を作り、毎年学年始めに教室に行き、クラスの子どもたちにお子さんの特徴とお願いしたいこととお話されています。この紙芝居を、教育事務所の特別支援アドバイザーの先生がご自分のブログの中で紹介してくださり、お母さんのモチベーションが上がりました。

Bくんの母

お子さんの体調が悪くなって学校に迎えに見えた時に声をかけました。なかなか学校に足が向かなかったお母さんです。無理かなと思いましたが、全部で3回参加されました。1回目は少し遅れて来られ、じっと他の方のお話を聞いていただけでした。2回目、よくキレてしまう子のお母さんが「この間、友だちをけがさせちゃって…また先生から電話が来ちゃった。」などと明るく話すのを聞いて驚いた表情をしてい

いを共有できたり，自分を表現できたり「自分もあんなふうになりたい」とか「こんなふうにも子どもに接すればいいのか」など，お手本を見つけることができるのも，グループセッションの良さの一つです。

ました。何か話したそうでしたが，その日はそのまま帰って行かれました。3回目には，意を決したように一番最初に「うちの子は全然教室に居られないんです…。」と言い，そのあとは壇^{せき}を切ったようにお子さんたちのことを話されました。何度かこらえ切れずに涙を流し話が途切れたのですが，他のお母さんたちも涙をぬぐいながら静かに聞いていました。その後，ひまわりクラブに参加されることはありませんでしたが，保健室に度々来られるようになり，お母さんと学校とのつながりを保つことができるようになりました。

Cさん

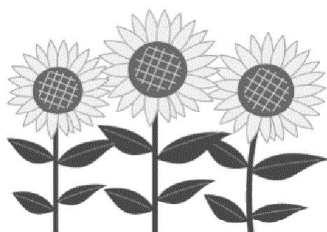
最多の参加回数です。幼稚園で「多動傾向が強い」と言われ，不安を持っての入学でした。口数は少ないですが，3人のお子さんを育てているので，誰もが不安に思うことや困っていることに，いろいろ良いアドバイスをしてくれます。お子さん自身は落ち着いて学校生活を送れているので，ある時から仕事に出ることになり，「これからあまり参加できなくなる。」と残念がっていらっしやいました。他の参加者には，お子さんが落ち着いたときのお母さんの姿のモデルになったようで，「いつか私も仕事に出たい。」と話は盛り上がりました。

Eさん

お子さんは一人っ子で，子育てに不安がとても強いお母さんです。お母さん自身コミュニケーションが苦手なため，1対1の関係は大丈夫なのですが，何人かの中に入ると，どうしたらいいのかわからなくなり，その場から逃げ出してしまいます。ひまわりクラブの時間は無理に話さずその場にいるだけでもいいので，気が楽だったのか，気がつくとも17回の参加で常連さんになっていました。いつも端の席に座って，全体を見ながらニコニコしていらっしやる姿はとても温かくて，「お休みだと何だか寂しいね。」と声が聞かれるようになっています。

Fさん

自閉的傾向のあるお子さんは，休み時間になると池のまわりや水槽の所にいつも一人でいます。「友だちがいなくて社会ではやっていけない」と強く思っているお母さんは，意図的に友達を作ろうと動きまわり，結果としてクラスの保護者とトラブルになっていました。ひまわりクラブの時間はあまり積極的に話しませんが，休日に「家族で一緒に出かけよう。」と誘いをかけることがあり，他のお母さんたちから少し敬遠されてしまいました。考えた末，このお母さんには専門機関



での相談を勧めました。定期的な安定した相談体制ができたことでお母さんの気持ちも安定し、学校でのトラブルは少なくなりました。

4 見えてきたこと



ピアグループ

ピアグループの Peer は「同年代の仲間・同輩」という意味があります。

ここでは、「自助グループ」的な意味合いで使われています。同じ悩みをもつ者同士であるからこそ、互いに理解し合え、何でも正直に打ち明けることができたり、いろいろな問題に対する具体的対策や知恵を学ぶ機会を得られます。

医療機関や相談機関の紹介

学校内でのかかわりだけでは解決できないような課題があると思われた場合には、専門機関を紹介し、一歩進んだカウンセリングにつなぎます。

しかし、信頼関係が構築されていない段階でそのようなことをすると、相手は見捨てられたように淋しく感じたり、排除されたような怒りを感じたりします。

(1) ピアグループとして

ひまわりクラブでは、参加者が悩みを共有し、お互いの経験話を話しながら自分なりの答えを見つけていてもらいたいと考えています。これは、講師がいる保護者の学習会とは意図するものが全く違います。仲間がいる、話を聞いてくれる人がいる、自分を理解してくれる人がいる…その安心感が伝わればそれで良いと思うのです。「会に参加すること」それ自体に大切な意味があり、居場所として機能を発揮できる、そんな場にしてきたと思います。

(2) もう一つの成果

ひまわりクラブは、保護者なら誰でも自由に参加できる会なのですが、回を重ねるごとに、特別な支援を要する児童の保護者の方が増え、次第にそういう方が中心となっていきました。普段、保護者が集まる場…クラスの保護者会などでは、いつも迷惑をかけているという思いからか、欠席したり、他の方の意見を聞いているだけの人も多いようです。しかし、ひまわりクラブでは、辛い経験を重ね、不安も多い保護者の方々が、他の場ではなかなか理解されない思いを安心して話すことができます。また、医療機関や相談機関、進路の情報を伝え合うなど、ひまわりクラブを通じてもう一つのピアグループが形成されているのです。

(3) 私の役割

いつも雑談で始まるひまわりクラブ。テーマも決まっていないうち、参加者もその時々でまちまちです。学校行事のことや、社会問題などを取りとめなく話しているうち、誰かが問題を提起します。「この間ね～友だち同士でゲームセンターに行きたいって言ってね～」と話し始めます。「あ～うちもうちも」「でも、学校では禁止だよ」というふうに話が進み、今日のテーマが決まります。

会の間、私はあまり発言をしません。参加者の表情を観察し、全体の様子を見ています。途中の様子が気になった保護者の方

十分な信頼関係が築けてい
ることを確認し、無理強い
しないように専門機関を紹
介するのが良いようです。

には、時に終了後、ちょっと声をかけたりしますが、あえて声
をかけず、次回まで待ってみることもあります。

グループの中での個を感じ、必要ならば支援していくことが
この会における私の大きな役割だと考えています。



コラム13【「サポートを求めること」のお手本を示せる教師】

クラス担任を持ったり、クラブ活動や委員会等の担当を任されるなど、教師は経験年数を重ねるほど仕事内容も多くなり、責任ある立場に就くようになります。また、後輩教師が赴任してくることもあるでしょう。そのような中では「あれもこれも自分が頑張らなくてはいけない」と考えがちですが、有効性や効率を検討して、「周囲の人にサポートを求める」ことも大切です。

「サポートを求める」ことは「仕事ができない、ダメな教師」を示すものではありません。むしろ「子どもたちにとっての、より良いかかわりを優先する」ことを示すこととなります。さらに、「学校や学年などの組織を意識して、体制を整えていく」ことを考えて「一緒に参加して欲しい」という意味合いを込めてサポートを求めることは、「できる教師」であることを示すと言っても過言ではありません。

ただし、「周囲の人にサポートを求める」際には、「仕事を押し付けられた」と相手に感じさせないように、こちらの要望をさわやかに伝えることが大切です。そのためには、日頃から、他の先生方に対してはもちろんのこと、保護者や子どもたちに対しても、「さわやかに自己主張する（自分も相手も大事にする自己主張のことを『アサーション(assertion)』といいます）」ことや、「相手の意見や思いを丁寧に聴く」とか「折り合いをつけるためにはどのようなしたら良いかを考えながら話を聴く」などを、意識的に実践していくことが大切です。そして、他の先生方や保護者や子どもたちにとって「サポートを求めること」のお手本になるようなかかわりをもちたいものです。

コラム14【保健だより・学級通信などの活用】

保健だよりや学級通信は、保健室からの様々なお知らせをしたり、クラス担任が子どもたちに対して「クラスへの所属意識をもたせる」ために利用する、有効な手段・道具です。保健だよりや学級通信をより効果的に利用するために、以下の3点のポイントを意識しながら実践してみましょう。

① どのような目的で「それ」を発行するのかを考えてから取りかかる

例えば、「お知らせ（行事や予定など）を中心に載せたい」のか、それとも「作成している人への親近感をもたせたい」のかによっても構成が異なりますので、あらかじめ見当をつけてから取りかかった方が良いでしょう。

また、定期的に発行する場合、その都度紙面の構成が大幅に変更されるよりも、新聞の紙面のように、毎回ある程度安定した構成で作成する方が、読み手にとっても読みやすいようです。

② 情緒的サポートと道具的サポートの両方の観点から記事を書ける

情緒的サポート（お互いに心の交流があるような対人関係のこと）と道具的サポート（なにかあったときに助けてくれるような信頼できる対人関係のこと）は、ともにソーシャルサポート（わたしたちが生活する上で得ている様々な援助のこと）の中心的な考え方です。これらの考え方を意識しながら作成していくと、保健だよりや学級通信も味気ないものにならず、読み手にとっても安心して読める内容になります。

具体的には、情緒的サポートとして「（読み手を）元気づける内容」を、また、道具的サポートとして「情報提供（行事や予定の連絡など）」を載せていくことになります。

情緒的サポートの「元気づける内容」では、例えば、「（作成している人の）身近な事柄で感じたこと」などを載せることで、読み手にとって、作成している人に対する親近感を抱きやすくなり、そこから日常の場面でも「頼りやすい存在」に感じることができるようになっていきます。

ただし、読み手が学校生活の中で自主的に活動していくためには、情緒的サポートとしての内容よりも、道具的サポートとしての内容の方が活用しやすいこともありますので、バランス良く載せることが大切です。



③ 発行するタイミングを検討する

例えば、「行事について載せたい」と考えた場合、「遠足に行ってきました」という内容は、そこに参加していた子どもたちにとっては「楽しかった思い出が載っている」ことになりませんが、事情で参加できなかった子どもたちにとっては「残念な思い出」にしかすぎません。すでに終了した行事について載せたい場合は、「参加できなかった人も、次の機会と一緒に参加できると良いですね。」というように、「次回へ意識をつなぐ」ことを心がけると良いようです。逆に、「来週、遠足があります」というようにこれから実施されることの予告のような内容は、読み手にとって「心の準備をする」ことにつながるの、安心して読むことができます。

《参考となる文献》

- A. W. ホープ（他著） 高山巖（監訳） 佐藤正二・佐藤容子・前田健一（共訳）（1992）. 自尊心の発達と認知行動療法—子どもの自信・自立・自主性をたかめる— 岩崎学術出版社
- 笠井孝久（2001）. 不登校児童生徒が期待する援助行動 千葉大学教育学部研究紀要
- 中尾繁樹（編著）（2009）. 『特別』ではない特別支援教育③ みんなの『自立活動』 特別支援学級・通級指導教室・通常の学級編 明治図書
- 小野次朗・榊原洋一（共編）（2002）. 教育現場における障害理解マニュアル 障害とともに学ぶ 朱鷺書房
- 坂野雄二（監修） 鈴木伸一・神村栄一（著）（2005）. 実践家のための認知行動療法テクニックガイド 行動変容と認知変容のためのキーポイント 北大路書房
- 浦 光博（1992）. 支えあう人と人—ソーシャル・サポートの社会心理学— サイエンス社