

## 被災地の先生方および被災児童生徒を受け入れた 先生方へ（短縮版）

多くの方々に影響を与えた今回の東日本大震災のなかで、教師ができることについてまとめました。

### 学校で子どもが示すかもしれない反応とは

- 小学生…いらいら、攻撃的行動、まとわりつき、悪夢の話をする、登校拒否、集中力の低下、日常的な活動やともだちからの引きこもり、
- 中高生…睡眠や食欲の減退、動揺、衝突(対立場面)の増加、身体症状の訴え、集中力の低下(将来への不安、進路への興味・関心の減退)

### 教師ができることは

- 落ち着いて、子どもたちを安心させ続けてください。
  - ・話によく耳を傾け、怖い気持ちを理解し、反応が自然なものであると伝えてください。
  - ・友だちと違う反応がおきても、人それぞれ反応が異なることを伝えてください。
- 子どもたちの立ち直る力(強みや回復力)に注目してください。
- 子どもたちの関係や友だち同士の支え合いを生かすような取り組みをしてください。
  - ・自発的に役立とうとする子どもの気持ちが活動につながるよう、助言してあげましょう。

### 被災地から転入した子どもを受け入れるときに気をつけることは

被災のこを受容するには、それぞれに特有の方法や必要な時間があります。受け入れ先の子どもたちが考える援助が当事者のニーズに合わない場合もあります。その際は教師が仲介役になり、被災児童生徒が温かく受け入れられる学級・学校風土をつくりましょう。

- 子どもたち同士の人間関係が築かれるよう援助しましょう。
  - ・前の学校の子どもたちとの関わりを大切にしている子どもの思いを尊重しましょう。
  - ・新しい学校の子どもたちとの関わりができるよう、受け入れましょう。
- 受け入れる側の保護者の方への理解も得られるようにしましょう。
  - ・受け入れる側の保護者による被災地からの子どもへの見方が、受け入れる子どもたちに反映されます。保護者に、被災地から子どもを受け入れる学校の姿勢を理解してもらいましょう。
- 先生方も一人ひとり異なる体験をしています。ご自身のケアを忘れないようにしてください。

### 先生ご自身のために

- 援助者として力を発揮するためにも、ご自分自身を大切になさってください。
  - ・一人で子どもたちの援助を抱え込まず、同僚に話したり専門家に相談したりしましょう。
  - ・ご自身も定期的に休息をとり、ご自分が楽しめることをする時間をとりましょう。
  - ・ご自身の心身の健康も管理しましょう(なるべく通常の生活リズムを保ちましょう)。
- 仲間と支えあう…周囲に一人で苦しんでいる様子の同僚がいたら、声をかけましょう。
  - ・時々でも別の援助者や同僚と、出来事を振り返ったり報告したりして帰宅しましょう。

\*NASP（アメリカ学校心理士会）の資料をもとに、日本学校心理士会で作成しました。