

## 令和元年 ぼちぼちの会研修会報告

令和元年12月6日(金) 19:00～

本年度の研修会を臨床心理士の武部 愛子先生を講師にお招きして下記の要綱で実施しました。講演の後、講師の先生と質問・相談などを行い研修を深めました。武部先生のお話を聞くのは昨年度に続いて今回で8回目、その他の保護者の会の学習会を含めるとかなりの数になります。しかし、お話を聞くたびにその内容が広がっていくのを感じます。普段から直接生徒や保護者と接して指導をなされたり、各地での事例を積み重ねてこられている結果だと思えます。また、本年度から福岡市の教育委員に就任され全市的な取り組みにも関わられるようになり幅の広いお話を聞くことができました。質疑応答の時間など先生の具体的な指導を仰ぎながら、単なる知識としてだけでなく具体的な対応法など多くのことを学ばせていただきました。

### 記

◎日時：令和元年12月6日(金) 19:00～21:00

◎場所：福岡市立若久公民館(福岡市南区若久1丁目11-20)

◎講師：武部 愛子 先生(臨床心理士)

◎内容 ～思春期・不登校・特別支援教育～

・生徒の進路情報・発達段階と親の関わり・障がいの理解など



・臨床心理士 ・福岡こども短期大学 子ども教育学科 教授

- ・福岡市教育委員 ・福岡市スクールカウンセラ運営委員 ・太宰府市スクー ルカウンセラー
- ・福岡県スクー ルアドバイザー・発達障がい児等教育継続支援事業に係る巡回相談相談委員
- ・学童保育協会 副理事長 ・福岡県臨床心理士会 理事博多学園高校スクー ルカウンセラー

### 講演 発達の課題を受け入れる親の対応

・良質の睡眠のとり方。起きているときは脳を休ませない。横になったら寝る習慣。不登校の子どもほど良質の睡眠がとれない。

・対人関係を学ぶのは幼児期(5～6歳)年少や年中は別々に個で遊ぶ。年長になると共同作業に入る。この時人間関係を学ぶ。他人(相手)との考えの違いを感じる。自己中の子は相手も自分と同じ考えだと思ってしまう。人と付き合うということは、相手が自分と違う事を知り、押し引きして探り合い、落としどころを考えること。

・人間は意外性の生き物。パソコンは正確に同じ反応が返ってくる。正しく入れれば正し

く帰ってくるが人間はそうはいかない。思いもよらないびっくりする反応が起こることもある。

- ・論理的思考はいいが融通と応用は難しい。
- ・自分と相手の折り合いのつけ方は難しい。
- ・「謝る」は加害者側の「儀式」。被害者側はつらい。「行かないと損をするのは君だよ」と言われるとここで折り合いをつけてしまうとあのことはなかったことにされてしまう。「行ったほうが得なのはわかっているがその許容はない」自分と折り合いをつけられるのは本人の問題。本人が呑み込めないと納得できない。結局あっさり解決するとまた同じことが繰り返される。それは騙しの解決だから。だから、またうまくいかないことが起こる可能性が大きい。
- ・近寄りすぎない。近寄りすぎると本人の考えがまとまらず揺れる。物理的にも精神的に持ち和樹すぎない。親としてはつつみこめることが大事。行ってきたときに許容する。一発で否定や助言をしない。
- ・親子関係が難しくなったらぜひ伝えたいことだけ通りすがりに言う。言い合いにならないように。本人のペースでじわじわと自分で決断できるようにする。強制するものではなく自分で決めさせることが大事。
- ・大真面目に答えを求められる話し合いは苦手。返事をその場で求めない。考える時間や飲み込む時間を与える。子どもが行ったから決定ではなく今度は親が考えてゆっくり物事を決めていく。

## 質疑

・「死ね」「うざい」「うるさい」・・・もう言わんで。わかっとう。はシャットする言葉について

言語が単純化している。・言葉が貧弱、貧困。可能であれば無視する。言ってほしい言葉で返す。面倒くさい→本当に面倒なわけではなく。面倒だという理由を会話にする。言葉に感情を載せないようにする。基本は一問一答。相手に伝える力が貧弱。聞かれたら答える。言いたいことを伝えられない。親側から丁寧な言葉を使わないと返ってくる言葉も強いものになる。

・ネット環境について

・覚過敏。ネットやゲームの制限やかかわり方を考える。ゲーム障害や依存症はなりやすい人となりにくい人がある。約束派絶対守れる約束をする。守れるもので緩やかなものでないと意味がない。守れたら褒める。数字やデータで示す。あれもこれもさせるのは難しい。睡眠時間の問題があるので場合によっては止める。→助ける・自分でやめられない。止められるように手助けも必要。→止めやすくする環境を作る。課金はさせない。

・発達障害の判断。病院受診の目安について。

うけても受けなくてもあまり変わらない。受診の必要性：外傷と自傷の激しい人は薬・病

院が必要。発達障害のほとんどは障がい者として生きていくことはほとんどない。むしろ小4以降は2次障害の可能性がある。発達障害の診断がついても社会生活はやっていける。自分の意志とかわがままではないので悪気はない。障害であれ個性であれその中で生きていくことが大切。不登校は一過性。対人や社会性がユニークで集団適応の難しさは残る。困っているかどうかの問題。

・家から出ない。家から出そうとすると失敗する。どうしたらいいか。

日常の健全なコミュニケーションが取れるなら、出たいという自分の力とタイミング。「かたつむり」の話。体力の低下→バランスボールがいい（体幹・集中力）

・コミュニケーション力が苦手。文章を書いたり絵をかくのが好き。「私は何か人と違う。集団が苦しい」子どもと一緒に入ると親が苦しい。子どもとの接し方。

何とかしなければと思わないこと。大切なのは子どもを信用すること。いちいち干渉できない。困ったときは親の元に帰ってくるのだと信じる。子育てに自信を持つこと。子どもは自分で考えて道を進む。大きな困り感を持った時「港」になる。親が動揺して動いてはダメ。子どもを変えようとするより親らしい生き方を示す。子どもに起きたことをどうしようとしな。そんなこともあるという余裕。

・友達の言葉で傷ついて対人恐怖症・トラウマのサポート法

対人恐怖症：繊細であると同時に自己中：自分の行動で周囲が変われると思っている。人はそれぞれであるということの理解が難しい。自分が軸。相手のことがわからないのが当たり前だと理解できれば楽になれる。自分と相手の関係→人が自分をどう評価しているかが気になる。今まで評価が高かったものほど。本人がうまくいかなかったとき「それでいいんだよ」多様な見方を示してやる。すべてのことを受け入れてあげること。絶対間違いだと思っても「その子が正しいと思えばすべて受け入れてあげる」姿勢。

