福井東特別支援学校　教育相談だより

つなぐ

第４号
令和５年１１月６日　発行

第４号では本校で行われた、教職員研修「傾聴」やカウンセラー研修「ＳＯＳの出し方講座」の紹介をさせていただきます。子どもたちへのアプローチとしてヒントになれば幸いです。また、本校が行っている高等学校の通級指導についても紹介いたします。

傾聴

関西外国語大学短期大学部准教授　堅田利明氏を講師としてお招きし、「傾聴を基本と相談する支援の力量を高めよう～相手の心の声を聴く、自身の心の声を聴く～」をテーマに研修を行いました。講師による聴き方のデモンストレーションを受けたり、３人一組であたかも相手になって聴く演習を行ったりしました。

ルール

【相手の番を取らない】聞き手は聴く・訊くことに徹する（はなすことをやめる。聴いていよう。）
【間を大切に】場をとりつくろわない、対話の場から降りない態度を（自問することで早い解決になる。）
【先入観にとらわれない】人物評価、話し方の筋道を予測しない（「こうだろう。」「はいはい、そうね。」と思って聴いていませんか。）
【アドバイス志向を止める】助けを求められていると（相談ではあまりない。次に通用しない。悩みや苦しいことは本人が自分で解決する。応援することが傾聴。）

悩み事の相談を聴くためには方法があり、その方法を身につけるには、演習で練習を重ね、日々活用していくことが最も効果的のようです。振り返ってみて反省することばかりです。ルールを頭に置いて、子どもたちの話を聴くようにしたいです。

ＳＯＳの出し方講座

９月２６日（火）に本校ＳＣの木下壽子先生をお迎えし、高等部生徒を対象としたＳＯＳの出し方講座を開きました。ストレスとは何か、ＳＯＳを出すってどういうこと？…などの基本的な話から、チェックリストを活用してのストレス度チェック、教師や友だちと気持ちを伝える練習をする「質問タイム」など、自分の気持ちを表出することについて体験的に学習しました。前半のお話の中では、今まで一生懸命生きてきた自分を肯定すること、大人が生徒たちを守るために、まず自分の気持ちに気付き、ＳＯＳを出すことが大切であるとのお話をいただきました。後半の「質問タイム」では、生徒たちは和気あいあいとしながらも、自分について考えたり話したりすることで、自分の心と少し向き合うことができたのではないかと思います。自分の心と向き合うこと・他者に気持ちを伝えることは、勇気が必要で簡単なことではないですが、少しずつできるようになっていけるといいですね。

通級指導（高等学校）

平成３０年度から始まった本県の高等学校における通級による指導（高校通級）は、６校１１名でスタートしました。年々受講生徒が県下の県立高校（普通科、専門学科）で増加し、令和５年度は１８校７２名が受講しており、本校は福井市内の高校３校１６名を担当しております。

受講生の多くは、対人関係トラブルがあったり、見通しの持てない学校生活に不適応を起こしていたりします。通級指導では、生徒１人ひとりの困り感に寄り添いながら、コミュニケーション力の向上を目指した内容（適切な距離感、場に応じた発言など）、自己管理、自己調整力を付ける内容（スケジュール帳の利用、計画立案）、進路実現に向けた支援など、自立活動の内容を幅広く行っています。指導形態は、個別・３～４名の小集団・それら両方を受講している生徒がいます。近年は高校での自校通級に向け、高校教員が通級授業に参加、指導をするケースも増え各校において特別支援教育が進んできたことを感じます。

先日、高校時代に通級受講した大学生を高校に招き、現在通級受講中の高３生と対談する機会を設けました。当日は高校生が学生に大学生活について（例：時間割の組み方、サークル活動を含めた余暇活動、人間関係について）インタビュー形式で対話をしました。高校生の質問に対し終始穏やかな口調で回答してくれた学生から、当時対人トラブルの連続で生きづらかったことなど想像できないほど、学生の成長を傍で感じることができ、嬉しく思いました。学生が高校生に話してくれた一部を紹介します。

「・・・高校でたくさんの先生を交えた支援会議をやったことは今でも覚えている。自分のために先生方が時間を割いてくれ、自分の気持ちを言えた時間。様々な視点で先生方から話を聞くことは、誰でも経験できないこと。・・・感謝している。通級や支援会議を経験して自己理解が進んだと思う。そして大学の支援室に繋がったこともよかった。・・・」

インタビューをした高校生は、日頃から人間関係がうまくいかないと周囲に原因を求める傾向にあります。今回の対談を通して、本人は大学生活の見通しを持てただけでなく、卒業生の体験談から自分も周囲も変わるチャンスがあること、自分の考え方にクセがあることに気づくなど、自己を客観的に見つめる良い機会となりました。

通級受講生は、学校生活において些細なトラブルに対し不調を訴えることが多いです。私たちはそのトラブルを受け流してしまうのではなく、生徒たちと「一緒に考えていこう」と寄り添い対話していくことが大切です。この継続した関わりから生徒たちとの真の信頼関係が生まれ、彼らが心身共に安定した学校生活を送ることに繋がっていくと考えます。１人ひとりの声に寄り添う関わりを大切にしながら、子供たちの成長を見守っていきたいと思います。

支援が必要な児童生徒が、自己理解し、支援や配慮を自ら求めていくことができるまでには、長い道のりが必要です。児童生徒が自分の意思に気付いたり、表出したりする練習が必要だと日々感じます。今回の「つなぐ」が、その一助となれば幸いです。

お問い合わせ先

オンラインでの教育相談も対応しています。

福井県立福井東特別支援学校
教育支援部
TEL 0776-53-6575
受付時間 月～金 9:00～17:00