

『おおきな木（通級指導教室）』だより



豊中市立大池小学校 R4（2022）7・20 No.2

“感じ方”はひとそれぞれ

——感覚が敏感で困っていませんか？——

子どもたちの困りごとは本当に多種多様です。

「宿題が多い」とか「友達とうまくいかない」などで困っている子どもたちとはこれまでも多く出会いました。

最近増えている困りごとは「音」などの感覚についてです。

子どもたちが集まる学校はにぎやかで元気いっぱい場所です。

授業中の鉛筆の音しか聞こえないしーんとした時間と、休み時間のにぎやかさの展開が小学校の魅力ともいえるでしょう。

しかし、最近「うるさいのがいや」と言う子どもたちに出会うことがあります。音すべてが苦手なのかと言うとそうではなくにぎやかななかで楽しんでいることも多くあるので、その困り感は理解されないこともあるようです。

「音」だけでなく、視覚、嗅覚、味覚、触覚や、“雰囲気”の感覚が過敏な子どもたちがいることも最近話題になってきました。例えると、センサーが効きすぎて多数の人が感じないことも気づいてしまうのですね。「人が多い場が苦手」という子は、多くの場合感覚の過敏さが関係していると思われます。

そのことが「学校がつらい、しんどい」という訴えになることが少なくないようです。

では、学校が静かなのがいいのでしょうか。

「静か」なのがいか「にぎやか」なのがいか、と言う問題ではありません。ムダにうるさいのは別として、活気があることはいいことですし、落ち着いている時間もいいものです。

大切なことは“感じ方は人それぞれ”という考え方です。

「トマトがおいしい」と感じる方もいれば「トマトは苦手」と感じる方もいるように、人の感覚はさまざまです。味覚ならすききらいで済みますが、「音」や「雰囲気」でとくに感覚が過敏・繊細な場合に、一般的な場でも「つらさ」を感じます。

では、どうしたらいいのでしょうか。

- ① まず、その人の感じ方を尊重することが大切です。「こんなん普通や」とか「自分だってうるさいのに」「自分がガマンしたらいい」という意見があると“感じ方の少数派”はたいへんつらい思いをします。
- ② 次は「どんな場面でとくにつらいか」「つらくないときはどういうときか」と、本人の感じ方についてていねいに分析（＝詳しく見る）をします。
- ③ そのうえで、日常を保ったままでできることはないか、を考えます。
「音」で言えば、小さくしても支障のない音はボリュームを下げるとか、席替えすることで緩和されないか、など日常でできる対策を考えてみます。いざと言うときの対策を考えただけで「気にならなくなる」ということもあるものです。

たくさん子どもたちが生活する学校で、とくに大切なのは①だと思います。「〇〇さんは大きな音つらいんだよね」と心を寄せてくれる友達がいることがどれほど心強いでしょうか。

感覚過敏に限らず、ひとの気持ちや立場を思いやれる子どもたちに育ってほしいと願います。

参考文献：『ひといちばい敏感な子』
エイレン・N・アローン著
明橋大二訳 他

学校行事が再開した今年度は、経験・体験のなかで子どもたちのいい顔・いい姿をたくさん発見しました。

明日から夏休みです。

学校から離れて、心もからだものびのびしてくださいね（コロナ第7波が心配ではありますが・・・）。

8月25日2学期始業式に元気な顔で会いましょう。

<この『おおきな木（通級指導教室）』だよりは大池小学校 HP にも掲載しています>

『おおきな木』だよりに関することや、学習・生活のこと、通級「おおきな木」へのご質問、見学希望等がありましたら、まず担任の先生にお話をしてください。

（豊中市立大池小学校 通級指導教室担当：藤木桂子）