

気づいて!

進級時や長期の休み明けには特に気をつけて!

子どものSOSサイン

情緒面

- 情緒が不安定で、ささいなことでもいらだつようになった。
- 過度に甘えたり、わがママを言ったりするようになった。または暴力を振るうようになった。
- 学校の様子を聞いてもほとんど話さなくなった。



行動面

- 友達との関わりが少なくなった。外出が減った。
- 部活動などに興味を示さなくなり、なげやりになってきた。
- スマホやゲーム等を長時間するようになった。



身体面

- 体の不調を訴え、遅刻、早退が増えた。
- 時には学校を休むこともある。(頭痛・腹痛・朝起きられない・眠れない等)
- 食欲がない。食べる量が減った。逆に食べすぎる。



学習面

- 勉強に集中しなくなり、成績に表れてきた。
- 忘れ物が多くなった。



子どもの小さなサインを見のがさないようにしましょう。

「ことばでうまく言えないけれど、家族に早く気づいてほしい」と、SOSを出しているのかもしれませんが。時には、不登校につながるサインもあります。
「自分からは言えない」「だけど分かってほしい」「だれか気がついて」
子どものサインに気づいたら・・・

身体面のSOSには

- ①まずは、医療機関で身体の病気がないかどうか確認しましょう。
- ②身体の病気でなければ、心のサインと考え、学校に連絡し、連携して見守りましょう。

遅刻、早退、欠席が多くなったら

まずは、学校や相談機関(裏面参照)に相談しましょう。相談することで、お子さんとの関わり方やよりよい支援方法を一緒に考えたり、お子さんや保護者の皆様の心の負担を軽くしたりすることができます。

対応の基本 心に寄り添う対応を

気持ちを受け止める

子どもの気持ちに共感したことばをかけましょう。登校しぶりの時の子どもの気持ちは、やる気が出ない、いらだち、うつ、学校環境に対する不安、緊張などです。

耳をかたむける

指示的・命令的な結論(「こうすればいいんじゃないの」)を言うのではなく、まずは子どもの話をじっくりと聴き、子どもの思いや頑張りを認めましょう。



あなたはよく頑張っているよ

友だちにも気を遣うことが多いよね

「子どもの行動を認める」ことから話を深めましょう。