

震災の後の学校で

～子どもたちと向き合う際の留意点と、教職員のこころの安全のために～

東北関東大震災は、数え切れないほどのものを私たちから奪っていきました。ここから立ち上がり、もう一度新しく創り出される東北を担うのは子どもたちです。簡単ですが、震災後の学校で留意していただきたい点をまとめてみました。

【子どもには】

- まず「再会」と「再開」のことばを
 - ・お互いの顔を見合いましょう
- 子どもに表現の手段をあげましょう
 - ・ただし、表現を強要するのは禁物です
- 「忘れよう」ではなく「一緒にのりこえよう」のことばを

ことば (思考)

【教職員として】

- 保護者へ子どもの状況を伝えましょう
- 授業内容などで迷いが生じたら、相談しあえる教職員集団でいてください。「どうしていいかわからない」ということばを恥じないで専門機関にも相談してください

【子どもには】

- できる限り普通の日課を組みましょう
- 子どもが自分の感情に圧倒されているような喋り方をしているときには優しく止めてあげてください

【教職員として】

- 自分の不安を子どもに語ることで解消していないかチェックしましょう
- 危機への反応は人それぞれです。「この子はなんでこんなことを」と感じたら、一呼吸置いて落ち着いた反応をしましょう

大きなストレスや恐怖に見舞われると、心を支える3つの柱のバランスが崩れます。からだは勝手に恐怖や悲しみを思い出し、ことばは必死で「大丈夫だ」と頑張ってしまう、気持ちはコントロールがつかなくなります。子どもでも大人でも（もちろん教職員でも）同じです。それは「異常な状況への正常な反応」なのです。いつも3つの柱のバランスを考えていてください。

気持ち (感情)

からだ (感覚)

【子どもも教職員も】

- ことばでいくら安心だと言いつても、からだは震災の怖さや強度の不安を覚えています。それが自分で押さえられない震えや痛みとして感じられてきます。「感じてはいけない」と思い込むのではなく、「これはからだは安全を求めて努力しているのだ」と考え、感覚に寄り添ってください。信頼できる人に優しく触れてもらうこともとても大切です

ここに書いたことは、障害をもつ子どもでも基本的に同じです。学校が再開されても転校する子がいたり、ストレス状況は続きます。無力感、罪の意識、抑うつ的な気持ちなどを感じて、自分自身のために専門家の援助を求めることをためらわないでください。ただし、専門家は教職員の肩代わりをすることはできません。この未曾有の事態に子どもたちを守る最前線にいることに、どうぞ誇りを持ち続けてください。