

スムーズな学校生活を送らせてあげたいお母さんへ

忙しい学校の先生でも

5分で子どものことを把握できる

コミュニケーションレター



佐藤詩麻

はじめに

発達に凸凹がある子は、苦手なことやできないことがたくさんあります。

それでも、学校や教室で、できるだけ特性を理解された環境で、わが子に安心して過ごさせてあげたい。

そうお考えのお母さんたちに向けて、今すぐ書ける「コミュニケーションレター」をご紹介します。

お子さんの学校生活に、ひとり悩むお母さんへ

発達に凸凹がある子は、苦手なことや、年齢相応にできないことがたくさんありますよね。

私の教員歴20年の経験から、生徒さんの登校しぶりや、学校生活の中では席を立ってしまうなど、1クラスに40人近くいるので、困りごとも起きやすく、悩んでいるお母さんが、以前よりも多くなってきていると感じています。

「担任の先生は、子どもの発達凸凹について、何か対応してくれているのかな・・・」

「先生だから、子どものことなら知っているだろうに、発達の特性については、何もしてもらえてないのでは」などと、不安を抱えている方も多いのではないのでしょうか。

スムーズな学校生活には、 先生との連携が欠かせません！

実は、学校の先生は、**教育の専門家**ですが、**発達の専門家**ではありません。

熱心な先生は、本を読んだり、調べたりしますが、経験からとか、自分の主観で判断して対応してしまっている先生が多いのが現状です。

日々の授業やその準備、会議などに追われ、発達障害について学んだりする時間は、皆無に等しく、先生達も、特性があることを分かってはいても、対応することができず、困っているのです。

しかし、先生にとっても、お子さんにとっても、学校生活がスムーズに送ることができるようになるための情報が、お互いにシェアできたら、どうでしょう。

学校の先生がすぐ子どもの特性を把握できる、シンプルかつ分かりやすいコミュニケーションレターを作ってお渡しすることは、スムーズな学校生活に向けての第一歩となることでしょう。

忙しい担任の先生に、最速で子どものことを理解してもらえするための3つのポイント

発達凸凹がある子のスムーズな学校生活には、先生との連携が欠かせません。

コミュニケーションレターのポイントは3つです。

①感謝の気持ちを伝える

②シンプル イズ ベスト！

③お家での様子・対応を伝える

次ページから、具体的にどうすればよいか

見ていきましょう。



【ポイント①】 先生への感謝の気持ちを伝えましょう



「先生の声掛けのおかげで、
楽しく学校に行くことができます。」

「先生と話したよ！と教えてく
れます。」など、感謝の気持ちを
伝えましょう。

先生方は、前述のような状況で、時間に追われています。その中でも、わが子の特性を理解して、学校で見てもらいたいならば、積極的にアプローチしていくことが大切です。

普段からこまめに感謝の気持ちを伝えるようにすると、先生とのコミュニケーションが円滑になり、お母さんと学校的意思疎通がスムーズになりやすいです。

【ポイント②】 シンプルなのが一番

お母さんにとって、先生へ伝えたいことは、たくさんありますよね。けれども、長文の発達凸凹の特性の説明や悩み事を、連絡帳や手紙にびっしり書き連ねるのは、ちょっと待って欲しいのです！！

先生は、とにかく時間に追われています。一人で40人学級の宿題を見て、健康観察、配る手紙もいっぱい、授業の準備もしなければいけない、保護者への電話や面談まで数々の業務があり、目まぐるしい日々なのです。



連絡帳は、子どもが連絡事項を書くものでもあるので、すぐ子どもの手元に返さなければなりません。しかも、教員が連絡帳の返事を書く時間は、給食中くらいしかありません(実は、食事の時間を削って書いているのです)。

ですから、長文ではなく、「コミュニケーションレター」として、シンプルに書いて伝えると、先生も適切なタイミングや場所で、情報を読むことができます。

そして、その子の力になってあげたいと思えるのです。



【ポイント③】

おうちでの様子や対応をしっかり伝えよう

学校の先生が「発達のプロ」ではない以上、お母さんが誰よりもお子さんの発達の専門家になって欲しいのです。

お母さんが、お子さんの特性を理解し、子どもを落ち着かせる対応や、成長しやすい接し方を知っていれば、それを先生にそのままお伝えすることができます。

もちろん、お家と学校では環境が異なるので、家でうまくいっていることが、全て学校でうまくいくとは限りません。ですが、先生にお伝えしておくことで、作戦会議がやりやすくなりますよ！

例えば、「待つことが苦手ですが、家では、『ちゃんと待てるね』と少しでもできていることを褒めることで、待つことができます。」

など、家で癩癩を起さずに済んでいる声かけ法を伝えます。

すると、先生も「これを真似してみよう。」と情報を具体的に受け取ることができます。

「これならできそうだな」と感じてもらえる伝え方が、一番効果的なのです。

スムーズな学校生活のために、学校との連携で必要なのは、「二人三脚の姿勢」です。

学校で起きていることは、つい「学校にお任せ！」となってしまうがちですが、家庭と学校の連携が、子どもがのびのびと学校生活を送るためのライフラインになります。

お家でお母さんが、お子さんにどう対応しているかを、具体的に伝え、アピールしてください。

次のページからは、コミュニケーションレターの記入例をご紹介します。書き出してみることで、改めてお母さんが気づくこともたくさんあると思います。



佐藤先生へ

Point!
感謝を伝える

いつも〇〇がお世話になっております。
〇〇先生が、いつも休み時間に〇〇と遊んでく
ださっているおかげで、学校に行きしぶつ
たりせず、楽しく学校に通っています。本
当に感謝しております。

普段、教室では、〇〇への配慮をたくさん
していただいていると思います。にもかかわ
らずご迷惑をおかけしていることでしょう。

そこで、先生にご迷惑をおかけしないため
にも、〇〇の得意なことや苦手なもの、家で
の対応法を簡単にまとめてみましたので、
ご一読いただければと思います。

〇〇の対応に困ったときに、見返していただ
けると、幸いです。



得意なことや苦手なこと

好きなことは、本人も自信を持って
ていただけると嬉しいです。

Point!
一度にたくさん書かない。
あえて、各項目1つずつまで。
これが読んでもらえる
コツです。

	得意なこと	苦手なこと
学習	算数は計算問題が好きです。	算数でも文章題や国語などは苦手です。
例) 図形を覚えるのが苦手、ノートを書くのが辛い、など		
生活	家の手伝い(食器をさげる)をしてくれます。	整理整頓が苦手、プリントやノートの紛失が多い。
例) 料理が得意です、時間通り動くのが苦手です、など		
対人関係	人の輪に入っていくことが得意	友達が嫌がっても、気づかずに、しつこくやって嫌がられることがある
例) 友達のことを思いやれる、人に近づきすぎることがある等		
感情	普段は穏やかでニコニコしています	思い通りにならないと、暴言をはいたり手が出たりします。
例) すぐ泣く、自分の感情を言葉でうまく表現できない		
その他	ゲーム●●が強いです	好きなことを始めると、他のことが目に入らなくなる。
例) 上記4つに当てはまらないが、伝えておきたいことを書く		

②我が家での対応法

我が家で取り組んでいる声かけを、学校でのご参考にしていただけたらと思います。

Point!
 まずは「Point」を簡潔に1行書いて、その後に例を書きましょう。

声掛け・接し方のコツ

学習	<p><u>Point</u> : やろうとしたことを褒める 宿題に取り組まなくても、ランドセルを開けて、宿題を出したときに、「宿題やろうとしてるんだね。」と褒めます。</p>
生活	<p><u>Point</u> : 当たり前に行っていることを褒めます 例) 「元気に起きられたね。」「顔洗ったね。」「たくさん食べられたね。」</p>
対人関係	<p><u>Point</u> : 感情のキーワードの入った会話をする 例) お友達の様子を一緒に見ながら「●●くんは嬉しそうだね」「△△さんは悲しそうだね」など、相手の気持ちを教える会話にしています。</p>
感情	<p><u>Point</u> : 落ち着くまで待つ 少し距離と時間を置いて、落ち着くまでスルーして、落ち着いてから「我慢できたね」と言って終わりにします。</p>
その他	<p><u>Point</u> : 肩を叩いてから近くで穏やかに言う 大きな声、怒った声は、シャットアウトされるので、近くに行って、ポンポンと肩をたたいて注意をひいてから「もう終わりだよ」と言います。</p>

③お願い

Point!

ここに書くのも
まずは1つの事柄に
フォーカスしましょう。

正義感の強いところがあり、お友達が間違っ
た行動をしていると、離席して注意しに行っ
てしまうことがあります。

そんな時は、「〇〇くんが許せないんだね。」
と気持ちをまず受け止めてやってください。で
も、暴力はいけないので、代わりに先生が〇〇
くんにご注意するからね。ありがとうと言っ
てたしなめてくだされば、納得して戻ると
思います。

周囲からの刺激（お友達のおしゃべりなど）
に反応しやすいので、席は前の方にしてい
ただけると、集中しやすいかもしれません。

ご検討いただけると幸いです。

山田 兎太郎 母（山田 兎子）

では、実際に
コミュニケーションシートを
書いてみましょう！

P17～P20を印刷して、先生に渡しましょう

先生へ



____年 ____月 ____ (名前) ____ より

①得意なことや苦手なこと

好きなことは、本人も自信を持っているので先生からもお話を聞いていただけると嬉しいです。

	得意なこと	苦手なこと
学習		
生活		
対人関係		
感情		
その他		

②我が家での対応法

我が家で取り組んでいる声かけです。
学校での関わりの参考にさせていただけると幸いです。

	家での声掛け等
学習	Point : _____ _____
生活	Point : _____ _____
対人関係	Point : _____ _____
感情	Point : _____ _____
その他	Point : _____ _____

③お願い

