

新型コロナウイルス感染における学校対策レポート from アメリカ（第4回）

—担任による一次的援助サービスの実際—

こくご学園 学園長 木原美妃

学校が閉鎖して4週が経ち、Web 会議サービスを使ったオンライン授業にも慣れてきた頃、息子のクラスでとても印象に残った一次的援助サービス¹に関わる2つの授業があった。これらの授業を行った意図とその効果について、担任に聞き取り調査を行った。本レポートでは、これらの授業について紹介する。

1. コロナ禍における不安の解消に役立った授業

背景：学校生活におけるソーシャル・エモーショナル・スキルの重要性を鑑みて、学校閉鎖前よりこれらに関係する本が授業で使用されてきた。特に、セルフケア、カームダウン・テクニック（気持ちを鎮める方法）、ソーシャル・スキル（他者との交流）、グリーフ（悲しみ）やトラウマへの対処法などのテーマを扱ってきた。この授業は、COVID-19による学校閉鎖以前から一次的援助サービスの一貫として予定されていた。

教材：*Ruby Finds a Worry*（ルビーのウォリーくんこんにちは）²

内容：Ruby（ルビー）という女の子がWorry（ウォリー）に出会うところから始まる。はじめ、RubyはWorryの存在に気づかないのだが、少しずつ大きくなるWorryの存在にやがて気づく。しかし、自分以外の人には見えていないようなので、気づかないふりを続ける。Worryがなになのか説明できないまま、次第に大きくなるWorryのせいについてRubyは日常のルーティーンや学校生活を楽しむことが難しくなってしまう。そして、ある日、Rubyは他の子が大きなWorryとベンチに座っていることに気づく。自分だけではないのだと、その子に話かけたRubyは、自分のWorryについて語ることで笑顔を取り戻していく。

プロジェクト：

- (1) 筆記用具と日記帳または白紙を準備し、真ん中に線を引く。
- (2) 左側上に「楽しいこと」、右側上に「心配なこと」という題名を書く。
- (3) 枠外に、自分の気持ちを落ち着かせる方法を絵で描く、または記述する。
- (4) 右側の枠に「心配なこと」を絵で描く、または記述する。
- (5) 左側の枠に「楽しいこと」を絵で描く、または記述する。
- (6) 担任が、心のモヤモヤや不安を抱えたときには、文字や絵で自分の心を表現することで心が軽くなることがある、とまとめる。

子どもの反応：「みんなの好きなことはなに？」「何をしている時が楽しい？」という担任の問いかけに、ほとんどの児童たちが「散歩」「お料理」「ゲーム」などの活動を答えた。一方で「不安なことはある？」との問いかけに対して、「先生にいつ会えるの？」「コロナウィルスがこわい」などと答えた。ある子は、「ぼくに楽しいことはない。好きなこともない。だっ

¹ すべての子どもの共通あるいは基本的なニーズをサポートする予防的援助サービス。

² Tom Percival (2018). *Ruby Finds a Worry*. New York: Bloomsbury Children's Books.

て、いま、好きなことも楽しいことも全部できないから。なにもない。特に、日曜日は何もできなくて一番イライラする日だ」と答え、「心配なこと」の枠に、コロナウイルスによって家にいざるを得ない状況を描いていた。その子は、自分の気持ちを落ち着かせる方法として、家で本を読む姿を描いていた。気持ちを落ち着かせる方法として、家で本を読む姿を描いていた。ほとんどの子どもが、自分は何に不安を感じるのかに気づき、どのように対処するのかを具体的に描くことで、不安を軽くしたり、取り除いたりできたと感じていた。子どもが不安を解消する方法を学ぶことで、多くの子どもには気持ちを落ち着かせる成果があったといえる。一方で、一部の子どもたちは、「コロナウイルスでみんな死んでしまう」「友達と遊べなくて悲しい」「いまの生活は嫌だ」など恐怖や不安、怒りを抱えていることが明らかになった。

担任の意図：不安を解消する方法として言葉や絵で表現することで、日常生活（学校生活）におけるセルフケア及びカームダウン・テクニックを子どもたちに学んでもらいたいという意図で授業が組まれていた。しかしながら、COVID-19による状況の変化が子どもたちに与えた影響は想像以上に大きく、死への恐怖や怒りや悲しみなど子どもの反応に、担任自身もどう返答したらいいのかわからなかった。また、子どもたちにどのようにコロナウイルスについて解説したらよいか準備もできていなかった。この授業の後で、担任は一部の子どもが自分の想像を超えた不安や不満を授業内で共有してきたことに戸惑い、不安を感じたため、保護者に授業内容と子どもたちの反応を報告した。

担任のフォローアップ：保護者向けに子どもたちのコロナウイルスに対する不安とその対応方法に関する参考資料³を提示した。学校閉鎖から1ヶ月半が経ち、絶望感を訴える子ども、怒りを表現する子ども、無気力になる子どもがいることがいたことから、翌週から、Web 会議サービスを使って担任と子どもが1対1でコミュニケーションを取れる場（20分/回）が設けられた。

2. 学校閉鎖中の生活リズム構築に役立った授業

背景：担任は、複数名の保護者から、COVID-19以降、子どもが宿題にとりかかるまでに時間がかかって困っている、という相談を受けていた。保護者の疲弊を受け止めて、急遽、日常生活のルーティーンの大切さについて学ぶ授業が行われた。

教材：Bedtime is Canceled（ベッドタイムは今日からなしです）⁴

内容：マギーとその兄がふざけて書いた「ベッドタイムはキャンセルです」というメモが風のいたずらで地元新聞社に届き、それが新聞の大見出しになってしまうところから始まる。そのニュースを多くの人が真に受けて、街中がパニックになる。はじめは、夜通し遊べることに浮かれていた子どもたちも、眠気、疲れがピークに達し、生活のしにくさを実感し、親たちも疲弊していく。そして、マギーは新聞社に直接「ベッドタイムはキャンセルしません」というメモを渡しに行き、ベッドタイムは復活し、日常生活に戻るといふ話である。

プロジェクト：

- (1) 子どもたちに朝起きてからのルーティーン（起床、歯磨き、着替え、朝ごはん、宿題）を提示させて、毎日の朝の予定表を1週間分作成。

³ コロナ禍における不安とコーピングスキル <https://childmind.org/article/anxiety-and-coping-with-coronavirus/>

⁴ Cece Meng (2012). *Bedtime is Canceled*. Clarion Books.

(2) 毎日ルーティーンをこなして予定表にチェックを入れる。

(3) 1週間、自主的にすべてのチェック項目ができた子どもには、担任がお手紙またはメールを個別に送る。

子どもの反応：子どもたちは、一般的に正しい生活リズムを頭では理解しており、ルーティーン表の作成はスムーズに進んだ。作成した表を発表しあうと、「植物の水やり」、「ペットの世話」、「読書」など新しい項目を追加し、意欲的に取り組もうとする子どももいた。本授業は子どもたちが学校閉鎖中も家庭において自主的に規則正しい生活を送り、学習を進めるモチベーションをもたらした。その後、乱れがちな生活リズムを立て直せたかどうかは各家庭に確認できていないが、少なくとも我が家では朝の活動に成果がみられた。一方で、週2回のWeb会議サービスを使ったオンライン授業にほとんど参加できていない子もおり、「ぼくの家では朝ごはんはない」「眠くておきられない、起こしてくれる人がいない」など、家庭の事情（仕事、離婚など）により、生活を整えるサポーターがいない子どももいた。

担任の意図：朝のルーティーン表を作成しながら、「自分でできること」＝「責任」について学び、子どもたちが自主的に行動することで家族の負担を減らすことを目的とした。担任は、長期化する自宅退避の状況でなんとか家庭学習を頑張っている子どもたちとそれをサポートする保護者を励まそうとしていた。「クラスの仲間も同じような生活を送っている」、「お家でも学校と同じ社会があり、責任ある行動をとれるようになろう」、というメッセージを送り続けた。

担任のフォローアップ：保護者に対して、作成したルーティーン表に対して「～しなければいけない」、「～すべきだ」というプレッシャーを感じないよう、各家庭のルールや状況に則って柔軟に対応するように補足説明がなされた。担任は、家庭へのプレッシャーは、家族だけの限られた関わりの中では大きなストレスに変わりやすく、細かいチェック表が子どもへの叱責となることも予測した。この授業活動によって親子関係を悪化させるようなことだけは避けたのが伺えた。また、オンライン授業に参加していない子どもにはメールなどで個別に連絡をとり、家庭生活や学習状況について把握するよう努めた。

3. まとめ

紹介した二つの授業をきっかけに、息子の不安も軽減し、現状を受け止めて落ち着いた日常生活を送れるようになった。しかしながら、コロナ禍によって、①人とすれ違う時は距離をとる、②ものには触らない、③他人との交流は極力避ける、などの偏った行動をとらざるを得ない現状と、限られた人（サンディエゴではほぼ家族）のみとしか接触できない中で、子どもたちのソーシャル・スキルに影響が出ないか、親としての不安は尽きない。なにより、オンライン授業では子ども同士で交流する時間はほとんどなく、相手の反応（表情や声色）を読みとることに限界がある。果たして、オンライン授業でのソーシャル・スキル育成に有効な活動はあるのかなど、研究課題は尽きない。

6月に入り、アメリカのコロナウイルス新規感染者数は頭打ちし、死者数は減少傾向に向かった。しかし、アメリカの子どもたちは3月から一度も通学せずに、2019年度の学校生活を終え

た。なお、日本語補習校では卒園・卒業式は行われず、入園・入学式もないままに、春から新年度が Web 会議サービスを使用してスタートしている。

著者の紹介：木原美妃 サンディエゴ在住の学校心理士。こくご学園学園長。津田塾大学卒業。ミシガン州立大学大学院教育学研究科でスクールカウンセリングを学ぶ。M. A. in Counseling。日本学校心理士会・日本学校心理学会会員。

※本レポートは著者が在住するサンディエゴ学区のひとつの小学校での対応についてのレポートであり、他の学区および学校で同じ取り組みがあるとは限らない。

※本レポートにおける用語

遠隔授業：学校とは離れた場所で行う授業のこと。学校から出された学習課題、担任が録画した動画を見ながらの学習、オンライン授業など全ての授業、学習スタイルを含む。

オンライン授業：リアルタイムでのライブ授業のこと。

Web 会議サービス：ZOOM や Google Meet などのサービス。

学校閉鎖：物理的に学校に立ち入りできない状態のこと。授業を休止にする休校とは異なる。

学校心理学からのコメント：これまでサンディエゴからの報告で、「教師と児童生徒のつながりを継続する」活動、「家庭・学校・地域の連携、保護者・校長・教師・スクールサイコロジストの連携」、スクールサイコロジストを含むチーム学校の様子が紹介されました。今回は、教師の児童生徒に対する、「不安を受け止め心を軽くする方法」、「生活リズムの構築」に関する、学校閉鎖中のオンライン授業の紹介です。情緒面の安定と日常生活の維持は危機における援助の中核です。どちらも、すべての児童の援助ニーズに応じる授業をタイムリーに実施して効果をあげながら、情緒面や生活面で不安定な児童に対する二次的・三次的援助サービス（担任教師によるオンライン面談）が授業のフォローアップとして、保護者と連携して行われています。オンラインに授業によるエモーショナル・ソーシャル・ラーニングについての模索を、カリフォルニア州と日本の実践家で共有していきたいと思っています。（石隈利紀）