

新型コロナで休校中の子どもたちに、いま大人ができること



新型コロナウイルスにより、子どもたちの生活や教育の環境が激変している。特に都市部では深刻だ。

感染拡大防止のための全国的な一斉休校の要請を受け、3月は98%を超える小中学校が休校となった。高校は島根県を除く都道府県が臨時休校とした（文部科学省調べ）。

その後、要請は一旦解除される方針が政府から示され、春休み前の数日間や、修了式（終業式）、卒業式を含む数回の登校日を設けたところもあるものの、東京、大阪をはじめ感染者の増えている都市部の学校では、始業式や入学式だけを行い、その後も休校を続けている学校が多い。

突然の臨時休校は年度をまたぎ、全体で2カ月に及ぶところも出てきそうだ。もちろん、その先もどうなるかは、いまだ不透明だ。一部の私立学校や大学などではすぐにオンライン授業に切り替えたが、子どもたちの心身の状態や教育への影響ははかり知れず、また保護者も疲弊し始めている。

いま、保護者や教育現場にいる教員たちは、子どもたちのどのような変化に気をつけるべきなのだろうか。また、そうした子どもたちのために何ができるのか。

「病弱教育」のプロフェッショナルである副島賢和さん（昭和大学大学院保健医療学研究科 准教授・学校心理士スーパーバイザー・昭和大学附属病院内学級担当）に話を聞いた。

子どもたちはいま「とても頑張っている」

「僕は普段、病気の子どもたちにかかわっています。彼らにとって大変なことは、1. 学習空白ができること、2. 体験が乏しくなること、そして、3. 人とかかわりが希薄になることです。こうなると、「自尊感情」が下がっていきます。今回の新型コロナウイルスによる休校で、子どもたちに出てくる不利益は、それにとってもよく似ている。『病弱教育』という考え方を活かせるところがあると思っています」

「病弱教育」とは、病気等によって、継続して医療や生活上の管理が必要な子どもに対して、必要な配慮を行いながら、入院中や退院後の自宅療養中などで通学が困難な子どもに、病院内や自宅などで行う教育のこと。

副島さんは、東京都の教員として25年間を過ごし、最後の8年間は昭和大学病院の院内学級「さいかち学級」の担任を務めた。教師である傍らホスピタル・クラウン（病院などで心のケアをする道化師）としても活動し、2009年には「赤鼻のセンセイ」というテレビドラマのモチーフにもなった。

現在は、大学や大学院で、発達心理学や臨床心理学、病弱教育などについての講義も行っている。

副島さんがいま、現在の子どもたちの環境において最も危惧しているのは、「人とかかわること＝危ない」ということのしんどさだ。これは、子どもだけでなく大人にも同じことが言えるだろう。

親しい人と食事をしたり、何気ない会話をしたり、スキンシップをしたりする、何気ない日常のそうしたやりとりを控えなければならない状況は、ゆっくりと私たちを追い詰めていく。

病気の子どもたちは、自らの免疫力の低下などから、人と接触できない状況に立たされることがある。時には家族との面会にさえ制限がかかる場合もあるという。現在、休校中の子どもたちの環境は、そのような状況のしんどさにも通じるため、「病弱教育」の考え方を活かしてほしいと副島さんは語る。

「僕が病院などで子どもたちとかかわるときに大事にしているのは、たとえガラスやカーテン越しでも、限られ

た時間であっても、対面してかかわることです。いまの新型コロナウイルスによる状況でも同じことが言えます。ICTを使って画面越しに話すことも大切ですが、人間は、人とかかわるとき、視覚と聴覚以外の感覚も使っています。相手に触れたときの温もり、その人に漂う雰囲気、2人の中の空気感などです。こうしたことを含めたかわりは、人が成長し、発達し、回復し、つまりは生きていくために大事なことだと考え、とりわけ大切にしています」

学校や放課後、友達と一緒に自由に過ごす時間が突然失われ、児童館や図書館も閉鎖されている地域が多い。感染者の増加に伴い、遊ぶことのできる時間や場所も徐々に少なくなっている。

「子どもたちは、いま、とても頑張っていると思います。大人と同じように、また、大人以上に寂しいし、怖いし、不安です。普段は、何か心配なことがあっても、友達と遊んでいるときには、心配がどこかに飛んでいくのが子どもの力強さなのですが、1人で家にいてずっとゲームをしている、そばに誰もいない、話す相手がいないという状況では、不安なことやしんどいことが浮かんできて、それが大きくなってしまいます。大人がどうにかしてそうならないように保証することが大事なのです」

では、子どもたちにとって、具体的にどのようなことが必要なのだろうか。

「子どもにできるだけ触れてあげてほしいと思います。『触れる』というのは、肌と肌で触れることだけではありません。眼差しで触れる、優しい雰囲気で触れることも『触れる』ということになります。一緒においしいものを食べてニコッと笑う。おいしいねと言う。味覚や嗅覚も通して、子どもに触れる必要があります」

大人の不安やストレスは子どもに伝わっている

「また、子どもは、しんどいときに、自らの年齢よりも少し幼くふるまうなどして、エネルギーを貯めようとします。心理学の用語で『退行』と言いますが、わかりやすく言えば赤ちゃん返りのような状態です。いつもより甘えたいと思っていても、なかなかストレートにだっこしてとは言えない。これは、小さなお子さんだけでなく、小学生や中学生でも起こります。中学生になっても、何も言わずにお母さんの膝にゴロンと寝転んでくることもあります」

素直な甘えではなく、違う表現になることもある。「なんか背中が痛いんだけど」「肩が痛い」「熱があるかも」などと子どもが言ったときには、それに対して「ゲームのやりすぎでしょ」「これで熱を測りなさい」と返すのではなく、「どうしたのかな？」と肩や背中を撫で、おでこに手を当てるなどしてあげてほしいという。

「子どもたちからのそうした声は、甘えたいというサインです。それを見逃さずに、できるだけキャッチしてほしい。そのときも、『甘えたいなら言いなさい！』ではなく、『なんかちょっと元気ないわねえ』『疲れちゃった？』『ちょっと寂しいのかな？』などと声をかけてください。

年齢の高いお子さんは、そういう声をかけても気恥ずかしいので、『別に』『平気』と返ってくるかと思いますが、その子の変化や感情に気がついている人がいることを伝えてあげるのがとても大切です。それだけで、子どもたちはいまの頑張りをもう少し続けられるようになる。あなたの気持ちに気づいているということ、ぜひ言葉や態度で伝えてあげてほしいと思います」

仕事がテレワークになった、会社がどうなるかわからない、解雇になる可能性もあるなど、大人も日々変化する状況に対して不安やストレスが大きくなっている。大人がしんどい状態では、子どもに対してもそのようなかわりができなくなっていく。

大人もそうした不安やストレスをできるだけ抱え込まず、夫婦や友人、相談できる相手に電話やインターネットなどを使って気持ちをシェアし合うことを心がけたい。そして、おいしいものを食べたり、散歩などで体を動か

したりするなど、できる範囲で小さな楽しみを見つけていくことも大切だ。

「大人が心配を抱え、イライラしていると、子どもはその状況をすぐに察します。大きくなるほど甘えることをしなくなる。大人が頑張っていると、子どもも頑張ります。大人が我慢していると、子どもも我慢するのです。だから、まず大人が自分を大切にしてほしい。自分を大切にできない人は人を支えることも難しくなってきます。大人にとっても、自分を大切にしてくれる誰かがいることが必要です」

友達との接触が制限されているからこそ、一緒に生活している人との時間が大切になる。一見いつもと変わらず元気そうに過ごしている子どもたちにも、注意が必要だ。そして何より、私たち自身も、頑張りすぎない、我慢しすぎない。夫婦や家族、友人たちとお互いに支え合っていくことが必要なのだろう。

家族の一員として、子どもを頼りにする

これまで、学校や仕事、パートなどでそれぞれ個別の時間を過ごしてきた家族が、1日のほとんどを顔を突き合わせて過ごすことは、私たちにとってこれまでになかった経験かもしれない。3食を一緒に食べ、長時間をともに過ごしていれば、ときにはぶつかることもある。お母さんだけが家事をしていることもあれば、お父さんだけが仕事をしていることもあるし、その逆もある。そんな状況で子どもたちが騒いだり、甘えてきたりすれば、イライラの元になってしまうこともある。

そんななかで思い出すのは、東日本大震災後のときの子どもたちのことだ。筆者が以前、書籍『16歳の語り部』の取材をしていたとき、被災当時小学5年生だった子どもたちは、大人が片付けで大変そうなとき、「子どもはここでじっとしていなさい」と言われ、大人の役に立てなかったことが辛かったと話してくれたことがある。今回も同じような状況が考えられるのではないだろうか。

「例えば、家族や祖父母の具合が悪くなったとき、子どもだからどうせ伝えてもわからないだろうという扱いを受けます。今回のことと言えば、なんだかわからないけど友達と遊んではいけない、なんだかわからないけど学校がずっとお休みになってしまう。子どもたちにとって、この『なんだかわからない』という状態は、漠然とした不安の原因になってしまいます。

どんなに小さなお子さんでも、肌感覚で家族の様子がいつもと違うことはわかります。ある程度年齢が上がれば、家族が大変なときには自分も役に立ちたいと思います。お父さんやお母さんが悲しんだり苦しんだりしているときには、自分も何かしたいという思いは強く持っているのです」

今回の新型コロナウイルスについての状況も、その子にわかる範囲できちんと伝え、家庭でできることを一緒に考える必要があるという。

「いま、どんな状況なのか説明をしたうえで、『じゃあ、何ができるかな?』と子どもたちと一緒に考えてみてほしいと思います。『子どもは勉強してなさい』『いいから宿題やりなさい』ではなく、『洗濯ものをたたむのを手伝ってくれる?』『一緒にお料理をしてみる?』など、家族の一員として頼りにして、声をかけてあげてほしい。役に立っていると思えることがあると、子どもたちは自信を持つことができます。『せっかくの機会だから何かできるようになるといいね』と声をかけることで、子どもたちの希望にもつながっていくと思います」

大人でさえ先の見通しが立たないが、期せずしてできた家族一緒に過ごす時間に、「いままでできなかったことができるようになる」とすれば、それはきっと希望につながる。義務として「これを絶対に手伝いなさい」ではなく、一緒に考えて、子ども自身がやってみたいことにチャレンジするという、彼らが自ら動く気持ちも大切にしたい。

「長期の見通しが立たないときには、『今日はこういうことができるといいね』『明日はこういう楽しいことをしようね』『1カ月後にはこういうことができるようになったらすごいね!』など、日々が楽しくなるような今後の見通しを立てていくといいと思います」

子どもたちの間違いにバツはつけない

このような状況で、親としていちばん気になるのは家庭学習についてではないだろうか。集中力が続かず、すぐにゲームを始めてしまう、なかなか勉強がはかどらないという声も多い。副島さんが病院での学習から応用できる家庭学習のヒントを話してくれた。

「子どもたちが学校でなぜ勉強できるかという、友達と一緒に勉強するからです。今回のことで、僕の知り合いの医師が、『勉強なんて、学校に行かなくてもいいよね。不登校の子も減るしね』と言っていました。しかし、僕はそうではないと思っています。

もちろん、なかには、誰もそばにいらなくても1人で集中して黙々と勉強できるタイプの子どももいます。しかし、僕が25年間、教師をやってきたなかで感じるのは、多くの子どもたちは1人で勉強することは難しい。特に低学年ほど難しいということです」

では、学校が休校で、友達と一緒に勉強できない状況では、家庭でどのようにすればいいのだろうか。

「低学年や勉強が苦手な子は、勉強をするときに一緒に見てあげることが必要です。一緒にといても、横に座ってじっと見ているということではなく、お母さんは横で本を読んでいる、兄弟姉妹も一緒に違う勉強をする、お父さんはパソコンで仕事をするなど、同じ空間でそれぞれが違うことをしていてもいいと思います。そして、『わからないことがあったらいつでも聞いてね』と声をかけてあげてほしいのです」

入院中、学校に通えない子どもたちに教育を行う院内学級では、大事にしていることがあるという。

「入院中の子どもたちに必要なことは、できたという感覚を持つことです。そうすると、『休んでいる間にも勉強したよ』と自信を持てるようになります。

家庭で勉強を見るときには、声かけも大事です。『これができてないよね』『これ間違っているよ』『これまだやっていないじゃない』などのネガティブな言葉ではなく、『これできたね』『これあってるよ』『これ、よくわかったね』と、プラスの言葉をたくさん言ってあげてほしい。

失敗したり、間違えたりしても、『失敗は誰でもあるよ』『ここを間違えていても、こっちはできているよ』と、積極的に認めてあげることが、1人でも学習が続くポイントです。同じ教科だけやりたがる子には、『また算数ばかりやって』『得意なことしかしない』と声をかけるのではなく、得意なことからやればいと、その子がやっていることを認めてあげてください」

そして、ドリルなどで答え合わせが必要な場合には、ちょっとしたコツがあるそうだ。

「僕は、間違ったところにバツはつけないんです。四角く囲んであげて、『これはもう1回やったほうがいいよ。わからなかったら言ってね、一緒に考えるから』と声をかけます。最初に正解したのものには、一重丸。やり直した問題は二重丸にしています。だって、できなかった問題ができるようになったのだから、すごいですよね。間違っただって、失敗したっていいんだよって伝えたい。そういうことを院内学級ではやっています。

教育というのは、子どもの発達を保障することです。学習や学びというものはあくまで手段で、それを使って教師が子どもたちとかかわっていくうちに、子どもたちの不安が和らいだり、自分の意見を言えるようになったり、体を感じていることを受け取れるようになったりすることなのです」

副島さんの子どもたちに対する姿勢、つまり、病弱教育の考え方には、教育の本質が表れている。今回は、学校再開後に気をつけたいことを中心に、副島さんの話を紹介したい。