

新型コロナウイルスの感染拡大と緊急事態宣言発令を受け、臨時休校中の丹波市内の小中学校で、登校日が少なくとも24日まででなくなつた。アフタースクールにも行けず、家で過ごす子どももいる。家にこもりがちな子どもとどう向き合えばいいか、スクールカウンセラーとして市内の小中学校で子どもと保護者の相談を受けている臨床心理士の羽生五月さん（市島町）に話を聞いた。（足立智和）

休校中の子どもとどう向き合う

臨床心理士がアドバイス

子どもたちがしんどくした様子などから気が付くようになったときのサイン。しんどくなる要因は、どんなものがあり、例えば、受験生が学習が生じるとかといったことどう気が付けばよいか。習に対する不安を感じる場合、言葉での表現や言葉数、イライラとか、または、SNSで



子のためにも保護者がストレスをためないよう
にと呼びかける羽生さん（市島町酒梨）

スクールカウンセラー・羽生さん

親のストレス心配

しか関われないこの時期に友人との間でトラブルが生じるとかといったこともあるかもしれない。中高生の場合、言葉での表現が可能になる年齢。一方で保護者に話すことは減ってくる。保護者でなくとも構わないので、他に信頼できる大人や先輩に頼って良いのだというメッセージを普段から伝えておくことが大切。

— 3月から続く休校の影響は。
子どもは割と柔軟で適応力があるため、うまく過ごせている子どもが多

い。高学年になると情報

を自分で取り入れるの
で、「コロナウイルスに
感染すると必ず死んじゃ
う」と怖がりたりする子
も中にはいる。そういう
子にはもう少し確かな情
報を伝える。子どもより
むしろ保護者の方が、
参っている、疲れている
感じがある。逃げ場のな
い保護者がしんどくな
る。

— 親が不機嫌だと、子
が不安になりそうだ。
保護者は働きに出られ
なかつたりして経済的に
不安になる面もある。保
護者のストレスが増加し
て子どもに伝わり子ども
がしんどくなる場合もあ
る。保護者自身が家にい
てほっとでき、ストレス
フルにならないようにす
ることが大切。
— どう考えればいい
と悩む。毎日うまくすい。
会と考える。毎日うまく
はいかない。失敗もしな
がら、学ばせる。
— 小学生2人の母親で
ばいで、「小学校」「
をしながら安心したり、
抱っこを求めることが増
えてきた。小さい子は、
遊びの中に不安を出し、
解消していくことがあ
る。ほかに、一緒にオム
キを作ったり、お風呂掃
除を覚えたりもしてい
る。

— 親が不機嫌だと、子
が不安になりそうだ。
保護者は働きに出られ
なかつたりして経済的に
不安になる面もある。保
護者のストレスが増加し
て子どもに伝わり子ども
がしんどくなる場合もあ
る。保護者自身が家にい
てほっとでき、ストレス
フルにならないようにす
ることが大切。
— どう考えればいい
と悩む。毎日うまくすい。
会と考える。毎日うまく
はいかない。失敗もしな
がら、学ばせる。
— 小学生2人の母親で
ばいで、「小学校」「
をしながら安心したり、
抱っこを求めることが増
えてきた。小さい子は、
遊びの中に不安を出し、
解消していくことがあ
る。ほかに、一緒にオム
キを作ったり、お風呂掃
除を覚えたりもしてい
る。

「やらねばならない」レベルを下げる

— 3月から続く休校の影響は。
子どもは割と柔軟で適
応力があるため、うまく
過ごせている子どもが多
い。高学年になると情報
を自分で取り入れるの
で、「コロナウイルスに
感染すると必ず死んじゃ
う」と怖がりたりする子
も中にはいる。そういう
子にはもう少し確かな情
報を伝える。子どもより
むしろ保護者の方が、
参っている、疲れている
感じがある。逃げ場のな
い保護者がしんどくな
る。