

「助けて」 って 言えて ますか？



子どもたちは、「助けて！」「手伝って！」と言っていますか？
みなさんは、子どもたちから、「助けて！」「手伝って！」と言ってもらえる存在でしょうか？
「助けて！」「手伝って！」ということは、「援助希求」と言います。この援助希求をととても難しいと感じている子どもたちがいます。それには大きく3つの理由が考えられます。

一つは、『スキルを持っていない』

どのように、援助を求めたらよいかわからないのです。
「こんなことで、助けてって言っていいのだろうか？」
「何て言えばいいの？」
「どんな顔をして、どんなふうに頼めばいいの？」
やり方がわからない子どもたちがいるのです。



●著者プロフィール

副島 賢和（そえじま まさかず）

昭和大学大学院保健医療学研究科 准教授
昭和大学病院内病弱教育学級担当
学校心理士スーパーバイザー

東京都公立小学校教諭として25年間勤務。内8年間、品川区立清水台小学校「昭和大学病院内さいかち学級」担任。2014年4月より現職。こどもの心を和らげるユニークな授業が注目され、ドラマ『赤鼻のセンセイ』（日本テレビ/09年）のモチーフとなる。『プロフェッショナル仕事の流儀』（NHK 総合/11年）にも出演。著作に『あかはなそえじ先生のひとりじゃないよ』（教育ジャーナル選書/15年）、「心が元気になる学校」（プレジデント社/16年）等。

二つ目は、『不快な感情が出てくる』

援助を求めると、なんか悔しくなったり、悲しくなったりしてしまうのです。
「こんなこともできなくて悲しい…」
「またおこられちゃう。嫌だなあ…」
「またうまくできない！悔しい…」
そんな気持ちがわいてくる子どもたちがいるのです。

三つ目は、『否定的な自己イメージをもつ』

援助を求めている自分をダメな存在だと考えてしまうのです。
『「助けて」なんて言っている自分はダメだ』
「こんなこともできない自分は頭が悪い」
「こんな自分は愛される価値がない…」
自分のことをとても否定的に考えてしまう子どもたちがいるのです。

できないことやわからないことを何度も経験し、悲しくなったり悔しくなったりを感じ、こんな自分はダメだ…とってしまう子どもたちが、「助けて！」「手伝って！」と言うのは、本当に難しいことでしょう。

そんな子どもたちへの かわりに大切なことは、

①援助を求めるモデルになる。

目の前にいる大人が、上手に「助けて！」「手伝って！」という姿を見せてあげてほしいと思います。どんな表情をして、どんなふうに近づいて、どんな声で、どんなセリフで助けを求めるかを見せてよいのです。「大人もあんな風にするんだな」と。関係ができていれば、決して馬鹿にしたりはしません。

②助けてもらえてよかった体験をする。

助けてもらって「よかった」「うれしかった」「ほっとした」という体験をすることが大切です。また、だれかを助けることができ、「よかったね」「ありがとうって言われたね」という体験も大切です。

③助けてもらっても

『自分は自分のままでよい』と思える。

子どもが勇気を持って援助を求めた時に、大人が洗い顔をしたり、面倒だという対応をしたりしていると子どもたちは、援助を求めることをやめていきます。「助けて！」って言ってくれた子どもたちに、「いいよ～」「もう自分でできると思ったら伝えてね」と手を出し過ぎないようにしながら、子ども自身が自分の力で課題をクリアし、「自分は自分のままでよい」と思えるかわりを重ねていけるとよいですね。

人に助けを求められることは、とても大切な力です。あわせて、「困っていますか？」と声をかける力も子どもたちに育みたいですね。そのためには、私たち大人自身ももっともっと助け合える関係をつくっていいのだと思います。