

Newsletter 22号 特別号

子どもたちの心に寄り添うために

数ヶ月前には予想さえしなかった状況下で、子どもたちの日常も大きく変化しています。子どもたちの安心・安全をどのように守れるか、行き来・外出が制限された国で生活しておられる皆様のご不安やご心配は、さらに大きいものでしょう。新学期に通常通り開始できない日本人学校や現地校もたくさんあると思われます。自宅待機が長引く中で、子どもたちに関わる保護者の方・先生方のお役に立ちそうな情報をまとめました。

1) 家庭内での遊びのマニュアル:「放課後のしーと」(東京学芸大学子ども未来研究所)

https://houkago.asahi.com/info/2020011400001.html?iref=TOP_information

休校中に、楽しく子どもたちが過ごせるように、小学校低学年の子どもたち向けの幅広い遊びマニュアルが公開されています。

2) 休校期間中の子ども向けメンタルヘルス資料 (静岡大学教育学部小林明子研究室)

<http://tomokoba.mt-100.com/?p=65>

「レジリン通信」(かわいいイラスト付き小学生～高校生向け配布用)

臨時休校のような「突然の出来事」が起きることで、誰でも不安になったりイライラしたりすることがあります。こうした気持ちから回復していくためのポイントについて紹介されています。ダウンロードして配布するなどして利用可能です。

3)「新型コロナウイルス感染症対策下における子どもの安心・安全を高めるために」(Save the Children)

https://www.savechildren.or.jp/scjcms/sc_activity.php?d=3192

感染症対策下で、子どものみせる一般的な反応や行動、気をつけてみるポイントや話を聴くポイント、周囲の大人が気をつけることなどが、わかりやすい動画やイラスト付きリーフレットで紹介されています。

4) 子どものために家庭で出来ること等について参考になる情報サイトが紹介されています。(日本小児科学会)

http://www.jpeds.or.jp/modules/general/index.php?content_id=1

「普段と異なる状況下における子どもの安心・安全のために」

http://www.jpeds.or.jp/modules/general/index.php?content_id=28

「留守番をする子どもの安全をまもるためにできること」

http://www.jpeds.or.jp/modules/general/index.php?content_id=29

5)「コミュニティの危機とこころのケア」(日本心理臨床学会・支援活動委員会)

<https://www.ajcp.info/heart311/>

心のケアを必要とする深刻な出来事が起きた際に役立つ幅広い知識を提供しています。児童・生徒に配布できる資料や、保護者に向けた資料なども紹介されています。

6)「災害時における障害のある子どもへの配慮」(国立特別支援教育総合研究所)

https://www.nise.go.jp/nc/report_material/disaster/consideration

災害時における障害のある子どもへの特別な配慮事項について、障害のある場合に共通のもの、障害種別のものに分けて、その要点を説明しています。

7)保護者・おとなの心のケアの参考に（日本心理学会）

<https://psych.or.jp/>

子どもたちだけではなく私たち大人も、長引く感染症拡大防止のための生活で疲れを感じています。こうした状況で、私たちはどのような心理的状況に陥りやすいのかを理解し、自分自身のこころのケアに努めることも大切です。日本心理学会のウェブサイト上には、こうした状況下で陥りやすい心理的状態や対応の仕方について解説した、アメリカ心理学会の記事の日本語訳が紹介されています。

===

With Kids では、海外での子育てに関するメール相談を受け付けています。ホームページ上の相談フォームからお申込みください。

1回のお申込みで3往復までお受けできます。メール相談は無料。匿名でご相談可能です。ご相談前に必ず、相談規約をご確認ください。

ホームページ：<http://www.withkids-kaigai.com/>

相談はこちらから：<https://www.withkids-kaigai.com/相談方法/>

=====

With Kids Newsletter 22 号

発行: 2020 年 3 月

発行元／文責: With Kids 海外に住む子ども達の心の健康をサポートする臨床心理士の会

代表: 澤谷厚子

連絡先: soudan@withkids-kaigai.com

=====