

通級指導教室での子ども達との学びを通して感じた子育てのエッセンスを不定期ではありますが紹介していきたいと思います。

# 学びへのまなざし

京都市立神川中学校 通級指導教室

担当 玉置宣子

早いもので、2学期、そして令和4年が終わろうとしています。本当に年々月日が足早に去っていくように感じ、焦りや忙しなさでバタバタしているような気がしています。

学校の中では、比較的ゆっくり時間が流れている「通級指導教室」だと思うのですが、その中で繰り広げている学びの姿は、本当に様々です。入室してすぐバランスボールに身体をもたげる子、「ちょっと聞いてー!」と話し始める子、サイクリングマシンに乗って黙々と漕ぎ出す子等々…。学校という社会の中で、様々感じている感覚を調整しに来ているという感じがしています。

## 子どもの感覚について

最近、「HSP (Highly Sensitive Person)」や「HSC (Highly Sensitive Child)」という言葉をよく聞きます。アメリカの心理学者エレイン・N・アーロン氏が提唱した言葉で、「感覚や人の気持ちに人一倍敏感で傷つきやすい人(子ども)」という意味です。この感覚は、病気や障害ではなく、あくまで特性であり性分です。この特性には「DOES」と呼ばれる以下のような特徴があるとされています。

### D (Depth of processing)：プロセスの処理が深い

少しの情報から多くのことを察したり、周囲の空気を敏感に察知したりする能力のこと。先々のことまで考えを巡らせてしまうため、間違うことを恐れ慎重になりやすい傾向がある。

### O (easily Overstimulated)：刺激を強く受けやすい

受ける刺激が HSP (C) でない人より強い。暑さや寒さといった環境の変化に弱く、痛みも感じやすい。音や臭い肌ざわりなどにも敏感。刺激が多いところではすぐに疲れてしまう。

### E (Emotional responsiveness)：感情的な反応が強い

ポジティブな感情、ネガティブな感情の両方に強く反応する。HSC の子どもは、怒られているのが自分でなかったとしても、他の子が怒られているのを見て自分も怒られているように感じてしまう。

### S (empathy and sensitive to Subtle stimuli)：微妙な刺激に対する共感と敏感さを持っている

他人の機嫌の機微を察することができる。また、他人の髪型や周囲のちょっとした環境の変化などにも気づく。

HSC の子どもは、敏感な分、身体も心も疲れやすく、また自己肯定感を持ちにくい傾向にあるということを、周囲が理解して関わるのが大切です。それでも、周囲を気遣い、察することができる繊細な感覚というのは本当に素晴らしいと思うのです。こんなとびきりピュアで敏感な感覚を自分の「強み」として受け止められるような、生きやすい世の中になることを願ってやみません。



通級指導教室に関するご質問やご相談は、学級担任もしくは通級指導担当の玉置までお問い合わせください。