

## 令和7年10月 「はこでみ親の会 フォローアップ！」

はこでみ親の会を開催しました。

今回の親の会の中で話した内容は、「子どもの気持ちの準備」についてです。  
目まぐるしい日々の中、大人も子どもも時間に追われ余裕なく過ごしています。  
そんなただでさえ大変な状況の中でも、立ち止まっている暇はなく、次のステップや新たな課題に取り組むための素早い気持ちの切り替えが常に要求されます。

小中学校でいうと、

②どんどん新しい内容に移っていく授業内容

②決められた時間割(嫌いでも受けなければならない授業)

②高頻度で行われる様々なテスト(中間・期末・実力…)

②学年ごとに増えていく宿題

②定期的実施される行事(運動会・音楽発表会・文化祭・修学旅行などのいつもとは特別違う活動)

など、集団生活の中で、頻繁に気持ちを切り替えながら、目の前の活動を上手にこなしていく事が求められます。

これは誰もが小中学生の時に通る道であり、一般的には、「大変だけど皆やってるからしょうがない。」「社会に出るためにはこの位乗り越えないと駄目」と捉えられ、こなす事が当たり前と考えられています。

しかし、気持ちの切り替えに必要な子にとってはどうでしょうか？十分な切り替えが出来ないまま新たな課題に取り組むことになり、不安やイライラがキャパオーバーし、様々な心身のトラブルに繋がってしまいます。

周りと同じ事を求められキャパオーバーにより失敗体験を積み重ねる事と周りよりはスローペースだけど自分自身のキャパの中で小さな成功体験を積み重ねる事のどちらが子ども達の将来の意欲に繋がると思われるでしょうか？

今回の親の会では、子ども自身の気持ちやキャパを親や支援者などの大人こそが理解し、スローペースを認め、寄り添っていく事が何より大事だということを再確認していきました！

