

エピソード56

保護者が生活リズムの崩れた
子どもを心配しています。



なみちゃん

小学校教師として25年以上の経験
があります。エデュサポネットのファ
シリテーターです。



小学校の低学年を担当した時の
経験をお聞きします。

たつき君は、お父さんと二人暮らしです。
朝なかなか起きることができず、
いつも遅刻気味でした。

お父さんが無理に起こし連れてきても、教室で
ぼーっとして過ごしていたり、眠ってしま
ったりすることも少なくありませんでした。





お父さんもたつきくんが朝起きることができないのを心配していたんですね。

お父さんも困り、家庭での話を聞くと、早く寝かせようとしてもなかなか眠くならず布団の中にも眠れないようだ、と言っています。

もしかすると、こっそり、タブレットで動画などを見ているかもしれない、と話していました。





先生からはお父さんにどのようなことをお話したのですか。

学校で寝ていることも多い等、話して、たつきくんの様子を共有することにしました。

そして、家庭と協力して生活リズムを改善させていく方法を考えていくことにしました。





考えたことを具体的に教えてください。

タブレットを突然取り上げるのは無理があるので、時間をきめて夜はやらない。昼にもできるだけ、身体を動かすことを促したりする。

学校では授業で個別に声かけたり、休み時間外に行くように話したり、眠らないように工夫することを考えました。





お父さんはひとりで子育てしているので、
たつきくんに対応するのが
大変ではありませんでしたか。

そうですね、お父さんは仕事をしているので、
家に帰っての生活をなかなかコントロール
することができなかったようです。

幸い、近くにおばあさんが住んでいたのので、
事情を話して、お父さんの仕事が遅くなる
ときには応援を頼んだようです。





お父さんは子育てを
がんばっていたんですね。

お父さんは、自分が仕事で忙しく、習い事でも
タブレットを使用しているのので、子どもにとっ
て家庭ではいつも使用する身近なものになって
しまっていたと、話していました。

すっかり夜型になっている生活を改善するのは
簡単ではありませんでしたが、1年かけて
少しずつ良くなっていきました。





たつきくんとお父さんとかかかって、
先生が考えたことを聞かせてください。

たつきくんのお父さんも困っていたこと、
一緒に改善する方法を考えられたのは
良かったと思います。

自制することが難しい低学年から自由にタブ
レット等を与えるのはリスクがあると分かりま
した。できるだけそれ以外のことにも興味をも
てるように、家庭と協力したいと考えました。





なみちゃんの一言

- 遅刻が多い、学校で眠たそうにしている、イライラしている…等の様子が複数重なり継続する場合、家庭で生活リズムが崩れていることがあります。
- 家庭での子どもの様子を聞き取り、生活リズムの崩れがある場合は、家庭と協力して改善させる方法を考えましょう。
- 1人で保護者が子育てをしている等のそれぞれの家庭がもつ事情があります。家庭で無理なくできそうなことを考えてもらうことも大切ですね。

お・し・ま・い



イラスト 尾上樹里
(北海道教育大学 大学院生)