



大松台

令和6年12月6日発行号



〒206-0034 東京都多摩市鶴牧6丁目4 TEL 042-337-4010

すべての子供が幸せになる学校

校長 森田 康之

～ 学習発表会に向けての取り組みから考えたこと ～

学習発表会では、すべての学年が舞台発表を行います。

今年度学習してきたことを中心に、劇形式や群読・合唱・合奏・寸劇などで表現します。

最近読んだ書籍や資料に、“舞台発表”に関係があるのではないかと思ったものがあるので紹介します。

【社交不安障害(社交不安症・SAD)】

最近あまり聞かなくなりましたが、「あの人は社交的な人だ」とか「あの人は社交性がない」などということがあります。いまでは、“コミュカ”が高いとか低いとかいうのかもしれませんが。

どちらにせよ、すすんで人とかかわったり、積極的に人に話しかけたりする人のことを「社交的な人」「コミュニケーション力が高い人」というのだと思います。

話を社交不安症に戻すと、社交不安症とは、他の人と社会的な場所に関わる場面で非常に強い不安を感じる病気のことです。失敗を極端におそれたり、他人から自分がどのように思われているかがとても気になったりして、不安になってしまいます。さらに、うまくいったことや楽しいことには目がいかなくなってしまう。

つまり、人前で何かをすることが苦手で、そういった場面では非常に緊張してしまうのです。

社交不安症の人がおそれることを“恐怖”をキーワードに5つに分類すると

- ① 対人恐怖(人と接するのが怖い)
 - ・他人との距離の取り方や適切な距離感が分からない
 - ・自分以外の人はみんな仲よしに見える
 - ・1対1のコミュニケーションが苦手
- ② スピーチ恐怖(人前で話したり発表したりするのが非常に怖い)
- ③ 電話恐怖(オフィスで電話に出られない)
- ④ 視線恐怖(人の「視線」が気になる)
- ⑤ 会食恐怖(人と一緒に食事をするのが苦痛) となります。

この分類は、大人(社会人)を対象に書かれていますが、子供の中にもこういったことに不安を抱えている子はいるなあと思います。

そして、社交不安症の人は、周囲に理解されずに、「気にし過ぎ」と思われたり、子供であれば「わがまま」と思われたりすることが多いようです。

つまり、人前で何かをすることが苦手な子は、舞台発表を行うということで非常に緊張するうえに、時には誤解されてさらに不安を増してしまうことになります。

周りの大人は不安を軽くしてあげようとして、「どうしてそうなっちゃうんだろうね」などと原因を追究してしまいがちですが、それは逆効果で、本人をさらに追い詰めてしまうことになります。

また、「周りの友達からこう思われているんじゃないかと心配になる」という話を聞くと、「それは気にし過ぎだよ」と言ってしまいがちですが、こんなふうに話してしまうと、「この人は、ちっともわたしのことを分かってくれない」「もう、この人に相談するのはやめておこう」と思って、不安な気持ちや心配なことを話してくれなくなってしまうこともあります。

社交不安症の発症に男女差はないとされていて、発症年齢は平均 13 歳と比較的若いと言われています。そして、発症割合は約 13%と言われていて、7 人に 1 人がかかる可能性があるようです。

すべての子供が幸せになる学校を目指す本校では、こういった子に負担がかかり過ぎたり、不安が非常に高くなったりしないように、常に配慮して指導・支援を行っています。

そのため、全学年舞台発表を行うのですが、全員が舞台に立つとは限りません。しかし、どの子も自分の役割をやり遂げて、成長してくれるものと期待しています。

終わりにになりましたが、登下校時に保護者・多摩中央警察署・青少協・おやじの会のみなさんに子供たちを見守っていただいていますこと、感謝申し上げます。