

## 2023 年度学童支援員研修レポート

### テーマ：怒りの理解と対処①

【クラブ】（ あおぞらクラブ ）

【名 前】（ 大参凌久 ）

日頃、子どもたちが表す怒りの感情を現場の意見としては「抑えて欲しい」「暴言を吐かないで欲しい」というネガティブな表現を望むことが多いと感じます。しかし、感情調整の目的としてはマイナス（ネガティブ）な表現ではなく、怒りの背景を理解することや受容・共感的にケアを行うことを目指すとしていることを踏まえても、子どもが嫌な気持ちを抱えられる（受容できる）力を身につけられるよう一緒に考えていくことがポイントであるように感じました。そのためには子どもたちが怒りを感じているときには「怒りの背景」「今の感情は？」という部分の理解に努めること、ネガティブな言葉掛けではなく「共感」を持ちつつ会話するという意識を解決に導いていきたいと考えました。

上記のことを達成するためにも「怒りのメカニズム」を理解することで第二感情として表される「怒り」の背景に隠れる第一感情を知ることができたり、第一感情に共感することで怒りの出どころを知る努力をしていきたいと思えます。第一感情にもその子特有の感情があったりと個人で差があることなのでそこも理解したうえで一人一人にマッチした対応を取る必要があると感じました。

研修途中で実施した、感情に関する単語を書き上げる時間では、プラスの感情よりもマイナスの感情の方が多く出されるという結果になりました。不安な（マイナス）感情も適切に対処できる能力が必要となるのお話もあったのでマイナスな感情がすべて悪というわけではなく、不安やマイナスの感情をきちんとコントロールできるように導くことができる対応をしていくことも必要な役割のひとつであるように感じました。