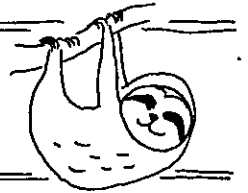




SC だより

じも ほっこり
体も ほっこり

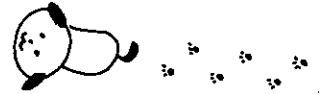
〽 怠けてるわけじゃない 〽



怠けているわけじゃないはず...

学校のことを考えると、ドーンと気持ちが重くなる。なぜだろう？ 自分のことなのに、からまった糸のように、うまく言葉にできない。励まされるたび、応えられない自分に、罪悪感や申し訳なさ、自責の気持ちがわいてくる。重たい気持ちが、不安やあせり、時に怒りへと姿を変える...
このようなこと、ありませんか？

決して、怠けているわけじゃないはず... と思います。



自分の命や心を守るために、いったん立ち止まるようにと体が SOS のサインを出しているとも考えられます。何をどれだけがんばれるかの「ものさし」は、ひとりひとり違っていますから、もう十分にがんばってきた今なのかもしれません。

脳の慢性的な疲労 なのかも？

自分でも気づかないうちに、
いろいろなストレス反応がくり返され、
蓄積されていくことがあります。
体を、ちょうどよい加減に回復
させる機能が乱れてしまいます。

感じ取る力が とても強いのかも？

相手の感情がわかりすぎて
自分のことのように感じ取って
しまいます。気をつからたり、
何とかしなければ... と思ったりして
疲れてしまいがちです。へへ

不安感の度合いが とても大きいのかも？

自分では、コントロールしきれ
ないほどの強い不安感が
わいてきて、とてもとても
苦しいのかもしれません...

感覚のちがいかも？

音や光、におい、食感など、
過敏なものがひとつでもあれば、
大きな苦痛となります。

教室の圧迫感、ひととの
安心できる距離感、制服の
肌感覚... あたり前とされている
ものに苦痛を感じていることが
あります...

聞き取ることの困難さが あるのかも？ (LiD)

聞こえているのに、内容を
理解できない。

聞きまちがいが多し... でも、
聞き返しが多し... あたたく
会話が かみ合わない... 悪気は
ないのです！

読み書きのペース 学び方のちがいかも？

文字の形を記憶したり、
文字の音を聞いて、その形を
想起したり... などの
読み書きが流ちょうに
できず、ずっと困っていたのかも
しれません。

想像力の弱さから かも？

集団の中で、周りの状況を
くみ取ることが苦手なため、
常に分かりづらい不安を感じている
ことがあります。

柔軟な発想に、困難さがあるとき、
関心をもてない学習には、どうしても
やる気を出せずにいることもあります。

悪気はないのです。

脳の中がいつも忙しいのかも？

周りの声には、すぐ反応してしまう。
周りの行動には、すぐ巻き込まれて
しまう
思い立ったら、もうすでに体が動いている
感じたまま言葉にしてしまう。

アンテナが常にピリピリ張っている。
“いったん考えてから” ができにくい
脳の忙しさなのかも... っ、うういね。

じいの中に、まだ整理 されていないものがあるのかも？

「今、ここ」に集中できない
ほど、脳の中の作業台に、
整理されていないままのものが
のっているのかも...

必死で、今までの
何とかやってきました!! ということ



相談室で
お待ちしておりますー
メールかきせうー さとうともこ

