

おひさま

沼津市立原東小学校
通級指導教室 「おひさま」
TEL 967-1213
FAX 967-1214
平成30年12月21日
平成30年度 No.10

年の暮れ



今年の漢字は「災」でした。地震や台風、豪雨など、各地で様々な災害が発生したことから選ばれたそうです。

皆さんの今年1年は、どのような漢字で表せるでしょうか？家族で1年を振り返り、それぞれが思い浮かぶ漢字を話し合ってみてはいかがでしょうか。

「平成」最後の年の暮れ、穏やかに新しい年を迎えられますように。

「他の人の考えを予想する」

子どもが友達とけんかをした時、「相手の気持ちを考えてごらん下さい！」と、注意することがありませんか？でも、「相手の気持ちを考える」ことは、そう簡単なことではありません。

他の人は「自分とは違う考えを持っていることがある」ことに気づく。他の人の「違う考え方を受け入れる」ことができる。他の人は「違うことを考えているかもしれないと予想する」ことができる。そのような力が育ってはいはじめて相手の気持ちを考えて行動することができるようになるのではないのでしょうか。

「おひさま」で取り組んだ「他の人の考えを予想する」力を育てる活動をご紹介します。

「フラッシュ」

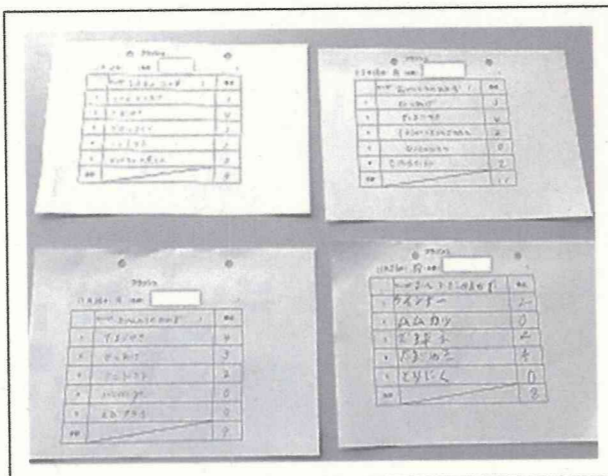
- ①お題カードを引いて、テーマを決める。
- ②テーマから思い浮かぶ言葉を5つ書く。
(制限時間は3分)
- ③一人1つずつ発表する。
- ④同じ言葉を書いた人は手を挙げる。
- ⑤手が上がった人数が得点になる。
ただし自分一人だけの時は0点。
- ⑥合計得点が多い人が優勝。

- *他の人が書きそうだな、と思う言葉を考える。
- *自分とは違う考えには「そうか、なるほど」と相槌を打つ。
- *優勝した人に拍手を送って、気持ちよく終了する。

テーマ(例)

「赤いもの」「給食のメニュー」「子ども達が苦手な野菜」「お弁当のおかず」等々。

みんなでテーマを考えても面白いかもしれませんね。



冬休みこそ「ライフスキル・トレーニング」

特別な支援が必要な子には「ソーシャルスキル(対人関係やコミュニケーションの取り方など、社会生活で必要となる技能)トレーニング」が重要である。という考え方は広く浸透しています。しかし、場面状況を設定しての練習であるため、他の場面への応用がききにくい場合もあります。特に、発達に偏りのあるお子さんは「生活面のつまずき」が見過ごされていることが多く、中学校卒業後(小・中学校に通っている間は保護者・教師など、周りの大人からのサポートを受けやすい)、自立的に活動する機会が一気に増えたときに、様々な問題が起きてきます。

そこで、最近注目されていることは、ライフスキル(健康管理や身だしなみなど、日常生活で必要となる技能)の獲得です。ライフスキルは、基本的にはその子のためのものであり、人に合わせることは必ずしも重要ではありません。日々の生活を大過なく送っていけるスキルを育てていきたいものです。

☆ライフスキル よくある悩み

- ①身だしなみ：服装や髪形が乱れる。清潔感がない。人目を意識しない。着替えに時間がかかる。
- ②健康管理：体調が悪いことに気づかない。症状をうまく説明できない。偏食。食べ過ぎ。
- ③住まいの管理：部屋が散らかる。片付かない。大事なものをなくす。ごみを捨てられない。
- ④金銭管理：お金をすぐに使ってしまう。買い物がうまくできない。
- ⑤進路選択：見通しを立てられない。学校に行きたがらない。
- ⑥外出：公共の場(乗り物、施設など)でのマナーが守れない。
- ⑦対人関係：謝ることができない。借りる時や返す時の言葉が出ない。困った時に相談したり質問したりすることができない。
- ⑧余暇：自由な時間(休み時間など)が苦手。
- ⑨地域参加：子ども会などの地域の行事に参加できない。

(「発達障害の子のライフスキル・トレーニング」梅永雄二監修)

冬休みは「ライフスキル・トレーニング」の絶好の機会です。

ご家庭で、やり方や手順を教えながら、親子で一緒に取り組んでみてください。

☆公共のマナー・・・乗り物やレストラン、映画館などでの態度、言葉遣い、声の大きさなど自分では気づかない場合が多いので、振る舞い方を教えましょう。

☆大掃除・・・自分の持ち物、学習机の周りから。ごみの分別の仕方も教えるとさらにレベルアップ!

☆年末年始の行事への参加・・・子ども会の行事や親せきの集まりなど、家族以外の人との関わりを持ってみましょう。

ただし、大人の都合で子どもを連れまわすのはNG。

時には、一人で過ごしたいという気持ちを尊重しましょう。

☆年末年始のあいさつ・・・まずは大人が見本を見せましょう。

☆お年玉の使い方・・・使い方は計画的に。一緒に使い道を考えることが大事です。

☆生活リズムを見直しましょう・・・夜更かし朝寝坊は、始業式までに解消しておきましょう。

精神科医の佐々木正美先生は「トレーニングが必要なのは、発達障害の子ではなく、周りにいる私たちだ」と、語っておられます。

そもそも発達障害の子のスキルはアンバランスに発達します。

子どもの努力だけではうまくいかないところを上手に導くためのスキルを、親や周りの大人が身に付けるトレーニングも必要なのだと思います。子どもと一緒に学びたいことですね。

