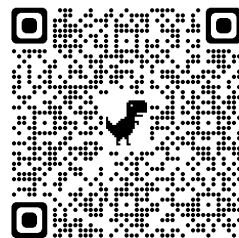




令和5年度に引き続き、今年度も特別支援教育だより『Ciao!!』を発行することになりました。不定期の発行ですが、学校から御案内したいことや宇都宮市からお知らせがあった時などに発行したいと思います。

今回のお便りはNo.9です。令和4年度～前号の特別支援教育だよりNo.1～8は昭和
小HPに掲載されております。お手すきの時にお目通しいただけますと嬉しいです。

QRコードはこちらです📱



保護者の皆様と学校がよりよい関係で学びあうことにより、信頼関係が築かれていきます。子育てのパートナーとして、お子様の将来をともに支えていけるようお互いの立場を理解し合い、お子様のためによい方法をともに考えてまいります。学校と家庭が「いっしょに」を合言葉に、よりよく連携していけたらと思います。



あなたの『こだわり』はなんですか？

こだわりとは何でしょうか。こだわりの一つとして、毎日のルーティーンが挙げられます。靴は絶対に右足から履くと決めている、とか、トイレは絶対に奥から2番目に入る、など日常生活でも少なからずこだわりがあると思います。

私がかつて担任したある男の子の話です。そのお子さんは今ではもう就職して立派な大人です。その子は悲しい事や気に入らないことがあると、いつも決まって教室の片隅に設けておいた空間に身を寄せました。ちなみに、『クールダウン』や『クワイエットタイム』と呼ばれているものです。

その子は、暗いところから差し込む日光の一筋の光が大好きでした。段ボール箱で作った秘密基地をとて気に入っていました。どうしても興奮が冷めやらない時は、大好きな心を落ち着けることができる特別な場所で、自分なりに気持ちを切り替えて、また出勤する気持ちを整えたのです。



『クワイエットタイム』とは聞きなれない言葉ですが、子育てでも、保護者の方が自然

と取り入れていることではないでしょうか。『クワイエットタイム』とは、問題行動が起きた場所から少し離れて、静かに過ごせるように指示し、環境を整え、短時間の静かな時間を過ごして、元の活動に戻るよう促す時間・流れの事です。

このようなやり方が一般的に広まれば、家庭のみならず学校や買い物先でも過ごしやすくなると思われます。みなさまも子育ての合間に、同じような経験はございませんか。

前述したお子さんには、強いこだわりがありました。色です。何にでも緑色が入っているものを選ばないと気が済みません。画用紙も、ハンカチも、靴のラインも、筆箱も…。絶対に譲れません。少しでも気に入らないとかんしゃくを起こしていました。そのお子さんから、「まあいいか。」と、“大人の普通”の概念を捨て、許容範囲を広くすることを私は教えてもらいました。マニュアル通りに進めることだけが授業、学校生活ではないと気づかされたのです。そのお子さんに出会ってから、私の教師感は大きく変わりました。その子との出会いのおかげで、私は自分から希望して特別支援学級を担任することになったと言っても過言ではありません。

ひとりひとりのお子さんの特性をよく見極め、堅く真面目に考えすぎず、時には「まあいいか。」と許容範囲を広くしなければならないと日々学ばせていただいております。

宇都宮市教育センターの「かすたねっと通信」第 52 号にこのような文面がありましたので、ご紹介させていただきます。

「こだわりが強い」「〇〇〇にこだわる」とは、“つまらないことに執着する”といった、どちらかと言えばあまり良くない意味で用いられる言葉ですが、近年では“細部にまで気を遣って価値を追求する”など、良い意味で多く使われるようになっていきます。ただ、学校では子どもの強い執着による“ちょっと”又は“大いに”困った行動を指して言う場合が大半でしょう。

100 点を取ることに強いこだわりをもつ子は、このこだわりによって、その子の学習に向かうモチベーションが維持されているわけですから、100 点へのこだわり自体には問題はないのですが、100 点以外は一切受け入れず、たとえ 95 点でも「それじゃダメなんだ！」と激怒し、泣きわめき、ビリビリに破いてしまうとなると、周囲も困惑してしまいますし、授業も中断を余儀なくされ、皆が迷惑を被る問題となってしまいます。

このような子が抱えている思考パターンに「**全か無か思考**」があります。物事を“0 か 1 か (0 か 100 か) ”，“白か黒か”ばかりで考え、その子がこだわる物事に関しては完全であらねばならないとの強い信念をもち、中間を認めようとしない受け止め方(認知様式)です。点数へのこだわり以外にも、例えば絵画や工作が自分の納得いくところまで仕上がっていないことを理由に提出を強く拒んだり、過去に失敗や負けたことがある活動に対して「やらない！」と断固として取り組まなかったりするようなことがあります。本人は至って真面目なのですが、「**全然**楽しくない」「いつも怒られてばかり。褒められたことなんて一度もない」「みんなが僕をいじめ。誰も助けてくれない」「あいつが**全部**悪い」など、事実とは異なる主張をして仲間や教師を攻撃したり、「僕はダメなやつだ」「私のせいだ」

「俺なんかいない方がいい」と自分を責めたりすることがあり、その主張を周囲が「そんなことないよ」と否定(善意で)すると、それがまた火

種となって一層感情的になり、追い討ちをかけてトラブルになることもあって、難しい対応を迫られてしまいます。

【参考文献】

「教室でできる気になる子への認知行動療法」三重大大学教授松浦直己著(中央法規)

いかがでしょうか。お子さまや自分自身に当てはまることはありませんか。

こだわりが強すぎるということは、本人にも周りの人にも影響があります。周りの人に迷惑を掛けているということは、本人の困り感も強い、本人もどうしたらよいか分からなくて辛い状態であるということを忘れてはなりません。



同じ社会で共に生きていくためには、お互いを理解し合うことが大切です。生まれも育ちも違っているし、生活経験もそれぞれ幅がある小学生時代。わからないことは当たり前。わたしの当たり前はとなりにいる人の当たり前ではないのかもしれません。

みんなの当たり前を擦り合わせられる、間違いや、わからないことを責めずにうまくピックアップしてあげられるようなやさしい雰囲気づくりに努めたいものです。

保護者はだれよりも一番に、お子さんの幸せを考えます。特定の学習が困難、一斉指導が通りにくい、集団行動がとりづらい、情緒が不安定、不登校傾向、その子なりの困り感に合わせた工夫のもとで、その子なりの取組ができ、お子さんが幸せに安心して学校生活を送ることができる、そんな取組のあれこれを、少しずつお伝えしていけたらと思っています。



発行者：特別支援コーディネーター・SCM・
そよかぜ学級担任 渡邊 由香里