

2017年12月1日(金)

# 未来への扉

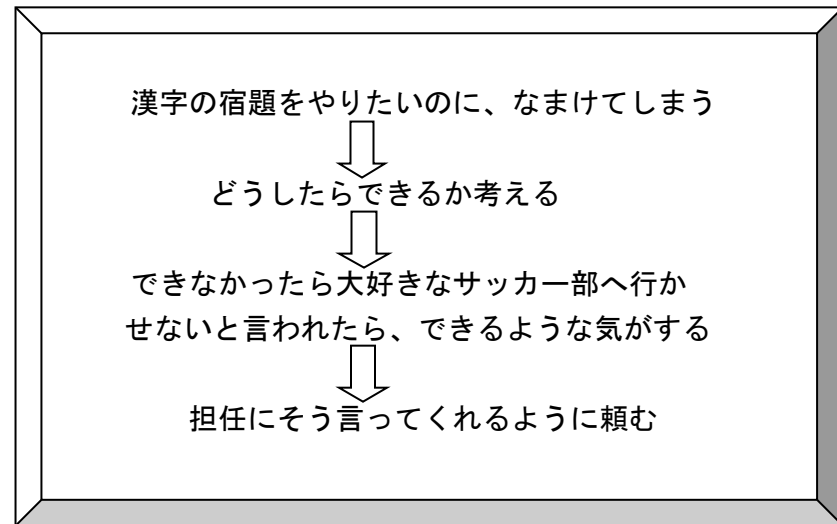


高等特別支援学校 支援部 第102号

## “自己理解”と“自己支援”

前号で国道 176 号線の話から、「自分って……な人なんだなあ」という“自己理解”の話を書かせていただきました。自分の事が一番よく分かるのは“自分”ですよね。自分の事が分かったら他にも、とてもいいことがあります。また私が担任時代の昔のお話にお付き合い下さいませ。

ある時、  
「先生、明日漢字の宿題をやってこなかったら、サッカー部の練習を欠席させるぞ、って怒ってください」とクラスのA君にいきなり言われて目をパチクリさせた事がありました。



A君は「自分って、やらなあかんのに、宿題をなまけてしまう人なんだよな〜」という弱い自分を“自己理解”していたようです。そして真面目に、どうしたらよいか上の図のように悩んで、最後の部分を担任に頼んだのです。

その時私は「ほんまにこれで漢字の宿題をやってこれるかしらん」と半信半疑で“サッカー部欠席の刑”を言い渡し

たのですが、次の日の朝イチで、「先生。やってきましたー☺」と笑顔で報告してくれました。

すごい“自己理解”。

国語の教科担当の先生に確認すると、確かに“サッカー部欠席の刑”を言い渡すまでのA君は危機的状況なほど宿題ができていませんでした。しかし、言い渡し後は本当に宿題を提出し続けたそうです。なんとという“サッカー部愛”と……すごい“自己支援”。

「宿題を提出しないと部活は欠席」こんなことがてきめん効くのはA君だけでしょう。今は部活がちょっとしんどい、という生徒には逆効果ですよ。

A君は自分のことがしっかり分かるから、自分に効く方法も考え、行動に移せたのでしょう。

余談ですが、A君には中学校の先生からこんな話もありました。その頃、普通学級に在籍していたA君は、ある時、知的の特別支援学級にやってきてしばらく学級や学習の様子を見ていたそうです。そして「オレこっちで勉強する。むこうの勉強ぜんぜん分からへんし」と宣言し、自ら特別支援学級に通い続けました。

そしてA君のこの行動の後追いで、保護者も同意し、新年度から普通級から特支級への転籍が決まったのだそうです。

中学生の頃から自分の事を理解し、自分には特別支援学級のほうがためになると行動を起こした事には本当に頭が下がります。

おっと、話が少し脱線しました。本題に戻しましょう。保護者のみなさん、我が子はどんな自己理解・自己支援をしていますか？生活の中で気がつくことはありませんか？A君のように抜群の力を持つ子は少ないと思いますが、ちょっとずつしているかもしれません。

例①新しい通学カバンを準備する時、同じカバンやポケットの数や位置にこだわるので理由を聞くと、定期や鍵をすぐなくすので、決まったポケットにしまうことを想定して慣れた物に近い形にこだわって探していた。  
例②中学の頃は朝起きが苦手だったのに、今は間に合う時間より早く登校している理由を聞くと「人混みの

バスが苦手だから」と答えた。

なんてことはありませんか？例①は自分の不注意さを、例②は人混みが苦手という自己理解をし、どうやってその困ったことをカバーしようかとおぼろげながら工夫しているのかもしれない。それが正しいカバーの仕方だったら、ほめてあげてくださいね。

「自分の苦手なことがちゃんと分かって工夫をするって、エライよね」

と認めてあげてください。このように自己支援していこうという姿勢がこれからの人生を生きやすくしていきます。

ただ、正しいカバーができるまでの試行錯誤の段階で間違ったカバーをする時があります。例①の場合、ボロボロになっても新しいカバンを使うことを拒否することや、周囲の大人に全く同じ新品のカバンを探してくるよう強要することが考えられます。例②の場合には、空いたバスに乗るため遅刻したり、バスに乗らず徒歩で通学しようとするのが考えられます。

カバーしようという気持ちは大切ですが、それが正しくない場合は修正が必要です。「おいしい！でも苦手を分かって工夫することは大事だよ。他にどうしたらいいと思う？」と周りにいる大人の方々には修正を手助けしてもらいたいと思います。

生徒達が“自己理解”“しやすいように、そして正しい“自己支援”が考えられるように。自分にできないことはA君が担任に頼んだように、人に依頼できることも大事なスキルになってきます。

“自己理解・自己支援”はもちろん生徒達だけでなく、われわれ大人達を含む誰にも有効な、ユニバーサルな方法です。

これを生み出すのはコミュニケーション、さあ、まずは我が子と会話をしてみましょう。

