

「元気いっぱい・笑顔いっぱい」

特別支援教育統括コーディネーター 加賀谷 勝

「家庭で できること」

1 子どもとのつきあい方 三大原則

- (1) 強い指導はひかえる（効果があっても一時的）
- (2) 注意の回数を減らす（優先順位を付けて接する）
- (3) 話し方を変える（暴言、どなる、言葉で傷付けるなどをしない）



2 子どもとのつきあい方 七つの方法

- (1) 生活リズムを整える（早寝・早起き・朝ご飯をおろそかにすると昼の生活に影響する）
 - ・就寝・起床・朝食時刻をスケジュール表に示す。親が一方的に決めるのではなく、子どもと話し合いをする。子どもが自分で決めたルールにすると守れる可能性が高くなる。
 - ・良い睡眠や朝ご飯の習慣と学力、行動には深い関連がある。睡眠が安定することで、体も心も健康になる。
 - ・朝起きて、食欲がないのは、身体が正常に働いていない証拠である。規則正しい時間に食事をとることで、「からだの脳」（呼吸、体温調節など生きるのに欠かせない機能を担う）が刺激を受ける。



(2) 叱る回数を減らしてほめる回数を増やす

- ・人を傷付ける、命の危険を冒すなど、社会のルールに反することは叱らなければならないが、それ以外（親の言うことをきかない、反抗するなど）のことはなるべく叱らない。
- ・行動を三つに分けて接する。
 - ①好ましい行動・・・おはようと挨拶をする、歯みがきをする、靴をそろえる。
→注目をする。（ほめる・笑顔を返す・スキンシップやアイコンタクトで認める）
 - ②好ましくない行動・・・大声で騒ぐ、話に割り込む、駄々をこねる。
→注目をしない。好ましい行動が現れるのを待つ。好ましい行動が出てきたら、すぐほめる。「ほめる」と「注目をしない」を組み合わせる。
 - ③許しがたい行動・・・物をこわす、人をたたく、暴言を吐く。
→事前にルールを設ける。やってほしい行動を繰り返し指示をする。警告をする。
→警告しても許しがたい行動が続くときには、ペナルティを与える。（ゲームを一日取り上げるなど）
→好ましい行動をしたら、すぐほめる。



(3) やる気を引き出す

- ・朝決まった時間に起きた、お手伝いを頑張ったなど、約束を守ったときに、シールや○で評価して、10個貯まったらごほうびを与えてモチベーションを上げていく。
- ・他との比較ではなく、できなかったことができるようになったという「自己成長感」を実感できる機会を増やす。

(4) 子どもに伝える話し方を心掛ける

- ・名前を呼ぶ、「大事なことを話すよ」など、注意を引き付けてから話し掛ける。
- ・否定ではなく肯定的な表現で伝える。
例：「水を出しっぱなしにしない！」→「水を止めてください。ありがとう」と、最後にうれしい気持ちをアイメッセージで伝える。

- ・具体的な表現で伝える。
例：「きれいに片付けて」→「机の上の本を片付けて」
「靴下、汚れてるんじゃない」→「汚れているから靴下を取り替えて」
- ・選択肢を与えて、子どもが選ぶ。
例：「宿題する？しない？」→「漢字と計算どっちをやる」 するしないはNG！

(5) 家族の一員として「役割」を与える

- ・家族のために役立つお手伝い（食器洗い、洗濯物の取り込み、ゴミ出し等）を話し合っ
て決めて毎日行う。役割を与えることで、ほめる機会が増え、自己肯定感を高める
ことになる。また、自分のやりたいことより、誰かのためにやるべきことを優先する
練習となり、自分の気持ちや行動をコントロールする力を身に付けることにもなる。

(6) 父母が協力し合う

- ・お互いの「思いの形」を重ね合わせる。
- ・うまくいかないときは、悩みを抱え込まず誰かに助けを求める。



(7) 学校と同じ方向を向いて支援する（情報の共有、連携の強化）

- ・「個別の指導計画」を基に、目標を共有し、評価・改善を図り、思いを共有する。
- ・うまくいった方法、成果を共有する。
- ・学校で頑張ったことを家庭でもほめる。家庭でうまくいったことを学校でもほめる。
人は3回ほめられると暗示にかかる。

- ・生活リズムが整い、保護者が子どもへの関わりを変えることで、大きな変化が起きる
ことがあります。保護者面談では「三大原則と七つの方法」を提案してください。
- ・支援の成果は、支援を要する人の気持ち×支援をする人の気持ちです。どちらかが、
ゼロだったり、小さかったりすると成果は期待できません。支援の成果を上げるため
には、家庭と学校の連携が不可欠です。学校側の困り感を伝えるのではなく、困っ
ているのは子どもであり、一番変わりたいと思っているのは子どもであると伝えます。
- ・子どもは活動する場所、内容、人によって、見せる表情が異なります。また、家庭は
慣れた環境なので、困り感が少ないことがあります。家庭での様子を尋ねるとともに、
園（学校）での様子を話すときは、誰が、何を、どのように伝えるか打合せをします。
気になる様子が正しく伝わるように、作品やノート、行動の記録等を提示する工夫も
必要です。保護者が気付く前に、気になる特性を指摘されると、診断時と同じような
ショックを受けるので、ボタンのかけ違いが生じないように、始めに時間をかけます。



とれたて直送便



○「授業のルールをゆるめよう」～多様性理解授業より～

多様性理解授業を複数の小学校で展開している。授業では、子どもたちの微妙な目の動き
や表情の変化に合わせて、話す速度を調整したり、適度な間を取ったりしている。また、目
を輝かせている子どもには、アイコンタクトで「いいね」のサインを送っている。少し姿勢
を崩して参加している子どもには、授業のルールをゆるめ、自ら輝きの目になった瞬間、頷
きながら「それでOK！」のスマイル光線を送っている。温かい言葉と笑顔でほめたり、認
めたりする回数を増やして、思わず話したくなる温かい雰囲気づくりに努めている。

○「男の子はSOS、女の子はAUTO」～保護者学習会より～

5歳児健診で「可愛がられた子がいい子になる」というテーマで、保護者に子育てに関す
るポイントを伝えている。声の掛け方のキーワードとして、男の子は「S（さすが）・O（お
願い）・S（すごい）」、女の子は「A（ありがとう）・U（うれしい）・T（助かった）・O（お
かげで）」を紹介している。このキーワードは、大人にも通じるので、「効果があれば教えて
ほしい」と話すと、会場内がクスクス笑いに包まれる。