

1) 自己理解・生活管理をすすめる学習

【目標】 自分のことや生活に関心に向け、学習に取り組むうえでの自分の課題を明確にする。

【原理】 自己理解を深めることで、生徒自身の動機づけを高めるとともに、教員もこの課題を通して、生徒のことがわかり、教員と生徒との関係性を築く土台となる。また、健康的な生活習慣や清潔を身につけることは、自分のからだを大切に、社会的なマナーを守ることにつながる。

【方法】 ①生徒が楽しく取り組めるような雰囲気づくりを心がける。
②生徒が自分を表現しやすいような自己紹介シートなどを活用する。
③学習シートのほかに、食事や睡眠、排便などの記録用紙や日々の日記も有効。

【注意事項】

生徒の興味や関心を知ることで、生徒のストレンクス（強み）や特性がわかる。また、学校の友だち関係や家庭での過ごしかた、とくに食事・入浴・睡眠の様子を具体的に確認することで、生活上の問題や課題がみえてくる。家族の関係性や家庭内のルールも重要な情報になる。

性的な課題がある生徒には、①インターネットや携帯電話の使用法 ②ポルノなどの性的情報に触れる機会 ③家庭内の境界線（バウンダリー）が守られているかどうかを確認し、必要に応じて保護者に通信機器の管理や見守り（モニタリング）を依頼する。

生徒の日常生活を把握する課題を通して、生徒が「見張られている」とか「やらされている」と感じるのではなく、教員に「見守られている」「理解してもらえた」という安心感を持てることが大切である。

《ポイント》

□生徒との信頼関係を築きましょう。生徒が「自分のことを理解してもらえた」という安心感を持てるように。

□どんなに小さなことでも、生徒の努力や勇気をほめる。できるだけたくさん生徒のよいところや変化したところを見つけ、伝えましょう。

□教材はあくまでやりとりのツールです。生徒の話をよく聴きましょう。

【教材の説明】 ※学習シートに対応しています。

自分を知ろう -自己紹介-

自己紹介を通して、生徒の興味や関心を知る。それらの情報を手がかりにしながら、自由にやりとりをする。学習シートの完成が目的ではないので、記入にはこだわらず、生徒が自分自身を表現したり、相手に伝えたりすることが楽しいと感じられるようにする。

自分を知ろう -学校での生活①-

学校での友人関係について尋ねる。友だちの名前や人数を知るだけでなく、友人関係に関する生徒の思いや悩みなどを聴けるとよい。

自分を知ろう -学校での生活②-

学校生活の様子を聴きながら、生徒の得意なことやがんばっていること、叱られたり、つらかったりした体験を共有する。叱られたことやつらいできごとについては、すぐに話せない生徒がいるが、無理に聴かずに生徒が話すのを待つ。

自分を知ろう -家庭でのこと①-

家族との関係について尋ねる。家族構成を知るだけでなく、家族関係に関する生徒の思いや悩みなどを聴けるとよい。より自由に表現できる生徒であれば、家族画を描いてもらおうと、家族に対する生徒のイメージ等がより具体的になる。

自分を知ろう -家庭でのこと②-

家庭での過ごしかたについて尋ねる。余暇時間の過ごしかた、食事や外出をだれとしているのかなどを理解する。余暇時間がうまく使えていなかったり、家族とのコミュニケーションが不足していたりしたら、保護者の協力が得られるように働きかける。また、入浴時の自立度についても確認する。

自分の生活習慣と清潔をチェックしよう① ②

睡眠や食事、清潔、排泄に関する習慣を確認する。できているところはよくほめて、健康の大切さについて伝える。生活が不規則であったり、習慣が身につけていなかったりしたら、その理由を考慮しながら、生徒が少しずつ取組めるような目標や課題の設定をする。その際、保護者にも課題を伝え、家庭での協力を依頼する。また、洗顔や歯磨き、手洗いなどは、学校でも指導を行い、スキルだけでなく実施後の心地よさを体験することができるように、その心地よさを言語化して伝えるようにする。習慣づけるために、チェック表やシールでの確認を行うことも、生徒の動機づけに有効である。

これから勉強すること

生徒の課題を確認し、これから取り組む学習を通して身につけたい目標を明確にする。自己紹介や生活状況に関する話し合いが十分になされていると、生徒は自分の課題を率直に打ち明けやすい。目標はできるだけ生徒本人がたてるとよい。また、目標を達成するために、生徒と一緒に作戦を立てるのが有効である。

目標は高すぎたり、漠然としたものではなく、達成可能で具体的な目標にする。「～をしない」という禁止事項ではなく、「～ができるようになる」といった前向きな内容にする。「友だちがほしい」といった生徒のニーズを理解しながら、そのために必要となる具体的な課題を目標にする。これから取り組んでいくことを具体的に示すことで、生徒が先の見通しをたてることができる。

さらに、『一緒にがんばる仲間・応援する先生』を書くことで、みんなが見守ってくれているということが意識できる。いずれの課題も、個別支援のなかだけで学ぶのではなく、学校生活のあらゆる場面で取り組むものであり、助けてくれる人がたくさんいると気づくことができる。

最近のあなたを振り返りましょう

生徒ががんばったことを聴く。がんばった行動を確認しながら、その時の気持ちを聴き、生徒が達成感を得られるようにする。どんな小さな挑戦や努力もほめる。また、教員も生徒のがんばりに対して感じたことを積極的に伝える。教員がよいところを見つけ、気持ちを言葉で伝えている姿は、生徒にとってよいモデルになる。このシートは、定期的に使うことが有効である。