

「〇〇の時間！」という **決まり** がありますか？

今年度は、新型コロナウイルス感染症対策のための授業体制から以前の授業体制に戻ったこともあり、子ども達が思い切り活動できる場面が増えています。活動がダイナミックなることにより、授業場所間の移動が増えたり、着替えの回数や準備物が増えたりもしています。しかし、授業開始時刻は変わりません。高等部になると生徒だけでの行動場面も増えますので、時間を意識していない生徒は次の授業に遅れてしまうこともありました。“時間を守って当たり前”という意識は、社会人としての基本ですから、しっかり身に着けられるように、各学部の段階に応じて日々繰り返し指導・支援しているところです。



これまで、各学部の学部だよりや進路だよりでは“生活リズムを整えましょう”“1日3食食べましょう”“手伝いをさせましょう”などについて、何度も取り上げてきました。これらは別々のことではなく、起床、就寝、朝食、昼食、食事、入浴、手伝いなどは、言い換えれば、家で“時間管理”ができていますのかどうか！（時間にルーズなのかどうか！）だと、言えるかもしれません。

家庭には、学校のような時間割はありませんし、手本となる先輩や友だちもいません。そうすると時間に対する意識が薄れていきます。様々な場面で「早くしなさい！」「いつまでやってるの！」と叱り続けたり、逆に子どものペースに合わせざるを得ない状況（振り回される状況）となったりもするのではないのでしょうか。



では、子どもたちが時間を意識して生活、行動できるようにするためには、どんなことを心がければいいのでしょうか？よく言われることをあげてみます。

- ・「～時間ルール（約束）」をつくる。⇒ 何時から何時は宿題の時間、何時はお風呂の時間 など
- ・時間管理させる。⇒ ゲームは1日〇時間以内（〇時まで）と決め、自分で終わる など

ポイントは、大人が先回りし過ぎないということです。親の思いやりや優しさが勝り、「早くしなさい！」「遅れるよ！」などと声を掛けてしまいがちですが、本人が気づける範囲でぐっと我慢して、小さな失敗を“あえてさせる”ということです。「時間が足りない」、「間に合わない」といった失敗経験をさせて、本人が自分で気づけるようにしていくことは、社会的に自立するための重要ポイントです（自分で気づけたとき、守ったときは大いにほめる）。

「転ばぬ先の杖（大人が常に助けてくれる）」が当たり前のまま、高等部入学してきた生徒達は、先の見通しを持って行動することが難しいです。時間を守れなかったとき「トイレに行っていたから仕方ない！」「〇〇先生が教えてくれないから悪い！」「母親が起こしてくれないから遅刻した！」などと、平気で言ったり怒ったり…。高等部段階から修正するのは、とても難しいことになります。

子どもが時間を守るためには、まず **家族ルール** として

「子どもがゲームをやめられない」「深夜まで起きていて朝起きられない」などの相談を受けたりしますが、よくよく聞くと“父親が遅く帰宅し、その後ゲームを深夜までやっている”とか“母親も遅くまでYouTubeやTikTok、インスタを見ている”“遅い時間に親もお菓子や夜食を食べている”といった話になり…。「自分は遅く帰ってくるから仕方ない」「大人と子どもは違う」「お菓子はやめられない」などとおっしやったりするケースもあります。

もちろん大人と子どもは違いますが、小さいうちはそういった理屈を理解することは難しいです。子ども達に時間ルールや家庭の約束が身に付くまでは、親も「決めた時間を一緒に守ろう！」と実践することが、子ども達の成長に良い影響を与えることにつながります。子ども達は、知らず知らずのうちに、一番身近な大人（家族）を手本にし、その言動を当たり前のこととして自然に学んでいるのです。



「子は親の背中を見て育つ」の言葉もありますが、叱ったり注意したりする前に、お手本を示してあげることも少し意識してみましょう。なかなか大変ではありますが…(*_*)