

その質問にお答えします～アンケートから①～

今回は、先日行われた保護者職場施設見学のアンケートの質問にお答えします。今後の進路と家庭での取り組みを考える“キッカケ”として捉えてください。具体的には、いつも本人をみている担任と相談していただくと良いです。よろしくお願いします。

Q. A型就労や一般就労を目標としてもらいたいと思った。本人のやる気の引き出し方や自宅でも出来る事などがあったら教えてほしいです。

やる気を引き出すのは確かに難しい課題ですね。ありきたりですが“褒める”ことは、やる気を引き出すために非常に効果的な方法の一つです。褒めることで相手の自信を高め、モチベーションを維持する助けになります。

以下、基本的なことですが、いくつか紹介します。取り組みの参考にしてください。



① 体調、環境を整える(全ての基盤。早寝、早起き、朝ご飯。一人で当たり前！)

十分な睡眠と朝日を浴びること、バランスの取れた食事は基本。やる気を維持しやすくなります。集中しやすい環境にしてあげる、途中で励ますなども大切です。

② 目標を具体的に設定する(いずれは自分の中で設定できるように)

達成可能な小さな目標を設定し、クリアすることで達成感を得られます。

③ ご褒美を用意する(自分へのご褒美的に)

目標を達成した際のご褒美を設定することで、やる気を高めることができますね。

④ やる気のある人と行動する(大人が生き生き活動しているところを見せる)

一緒にいるだけでポジティブな影響を受け、自分もやる気を出しやすくなります。



就職や訓練校を目指すには、在学中に以下のスキルや習慣の習得は必須！

① 自力通学(できていれば、高等部での現場実習先の選択肢が広がる。)

一人での移動(バス、電車)ができる。まずは休日に親子で練習するところからです。



② お金の管理(お金への欲求が無いと、長い時間働く気持ちは湧きません)

こづかいを管理し、その範囲で予算を考えお金を使える。次まで我慢できる。

③ 外出・余暇(社会性・自立心への基礎。一人で楽しめる。友達と楽しむ。)

一人や友だちと外出し、買い物したり遊んだりできている(大人無し)。

④ 敬語を使う(友だち感覚、タメグチは通用しません。)

ビジネスの場では敬語が必須。B型でも指摘されます。普段から使える。



⑤ スマホ利用(youtube・ゲーム三昧は×。夜更かし、使い過ぎないよう自制できる。)

トラブル時の連絡や情報収集(時刻表、料金等)のためにスマホを適切に使える。

Q. 見学先の方のお話を伺って、コミュニケーションがとれて素直な人が、会社で必要とされることを実感しましたが、子供に自覚させるのは難しいと感じました。ついつい怒ってしまいます…



素直さやコミュニケーション能力を身につけるのは確かに難しい課題ですね。特に子供に自覚させるのは一筋縄ではいかないことが多いです。怒ってしまう気持ちもよくわかります。

少しずつでも前向きな変化を促すために、いくつか考えてみました。焦らず、日々少しずつ進めていく積み重ねこそが成功への鍵だと信じています。

① ポジティブな言葉掛け(恥ずかしいくらい大げさに褒めることからスタート)

小さな成功や努力を見逃さずに褒めることで、子供の自信を育てることができます。毎回、褒め続けることで、素直な行動が報われるとを感じるようになります。

② 素直な姿を見せる(家族、夫婦間でも！?)

素直さの基盤は、家庭でのコミュニケーションのあり方だと聞いたことがあります。親の素直な言動(姿)を日々見せることで、子どももその行動を模倣しやすくなります。

③ 具体的な指示と期待を伝える(言葉だけでなく絵や文字として見せることも必要)

具体的な行動(やること)、適切な話し方や態度について、あらかじめハッキリと伝えることで、子どもが何を期待されているのか、何をすれば良いのかを理解できます。

④ 共感と理解(間違っているけど、まずは受け止めることから)

はじめから否定せずに、子どもの気持ちや意見を尊重し共感することで、子どもも素直に自分の気持ちを表現しやすくなります。その後、必要なことを伝えましょう。

⑤ 段階的な取り組み(少しずつ“できる”を増やすために)

少しずつ自立した行動を増やしていくことで、自分の責任で行動する経験を積ませるようにします。例えば、外出や買い物、電話予約などを一人で行うようにします。親がいないところでの経験はとても貴重です。

その手はいつ離しますか？ 子どもの自立を考えましょう！

最近、中学部、高等部でも、朝は保護者、帰りは放課後等デイサービスによる送迎を利用している生徒もいます。放課後等デイサービスの送迎は、共働きの家庭や多忙な家庭にとって大変助かるサービスです。ここ数年で



「卒業後も放課後等デイサービス(放デイ)に通わせたい！福祉施設の送迎で15時に帰宅しても留守番させたことない。どうすればいいですか？」等と、卒業間近になってから相談をされる保護者の方もいらっしゃいます…(放デイは高等部卒業後3/31まで)。

子ども達の自立心や自主性を育むためには、年齢に応じて利用を調整していく必要があります。“今までどおり”は安心・安全ですが、いつも大人と一緒にでは、自分で考え行動する力(自立心)は育ちません。親の心配は幼児期同様のままずっと残ってしまいます。

障がいがあっても年齢相応にできることはたくさんあります。自立のためには、人との適切な距離感も知る必要があります。卒業後も幼児期の距離感ではトラブルのもとです。



兄弟や近所の子ども達のようにすを真似て、親子の接し方から年齢相応にしてみましょう。反抗期がなかなか訪れない子もいます。親が意図的に“子離れ”し自立を促すのです。

自分で考え、一人で行動する、過ごす力をつけることで、進路や社会生活の選択肢が広がり、一人で自信を持って行動(生活)できるようになるのです。