

ATAC や、クレオ大阪の講演で大忙しだった坂井先生ですが、今回もばっちり入稿して頂きました！ありがとうございます。
今回の話に出てくる「ポジティブに考える」は、僕がヘルパー2級講座や、カイヘル講座で言っている「リフレーミング」ですね。
80%の確率で死ぬ薬と、20%の確率で助かる薬のどちらを飲むか？の質問にはほとんどの人が後者を選びます。
それだけ、ポジティブフレームでの考え方は相手に与える影響が大きいという事です。ポジティブに行きましょう！！・・・ 久田

第17回 『わかるように伝えていますか』

香川大学 坂井 聡

自分の得意な面と苦手な面を明らかに

発達障がい疑われる学生の相談にのるときに、筆者が特に意識していることは、その学生が得意としていることを明らかにし、ポジティブに考えながら話を進めるようにすることです。よっぽどのことがあったために相談に来ているのです。

この段階では、セルフ・エスティームが下がっている場合が多いと思われるのです。ですから、特に、学生自身に自分にはいいところがあるということに気がついてもらえるようにすることが大切なのです。

学生によっては、何に対してもネガティブに考える習慣がついてしまっているかもしれません。

そのようなときにも、じっくり話を聞きながら、ちょっと視点を変えることでポジティブなとらえ方に転換できる場合もあるということを伝えるようにしています。

例えば、「10分しか集中できない」と考えるのではなく、「今日は10分も集中できた」と考えるようにすることを提案するのです。

「まだ、これだけ残っている」と考えるよりも、「これだけ終わったと考えてみたら」と提案するのです。

視点を変えてみることで、少しポジティブに考えることができるようになるかもしれません。

また、同時に、今困っていることは何であるのかも明らかにしていかななくてはなりません。そして、あなたはどのようなことが苦手なので、その結果どのようなことに困ってしまっているのかということについて、その学生と共に考えてみるようにすることなのです。自分の苦手なことが何であるのかを知ることによって、学生自身がそれに応じた手だてを考えることができるようにしていくためです。苦手なことに対して、対応する方法を見つけることができれば安心することにつながると考えられるのです。だれでも、対応策を見つけることができないと不安になるものです。

具体的な提案をすることが

学生自身が、苦手なことが原因で生じる様々な生活上の困難を改善、克服することができるようにするためには、それら困難な状況を解決するための具体的な提案をすることができるかどうかというのは大きな問題です。

学生の話聞いて、「じゃあ、もう少し様子を見ましょうか？」という受け身的な解決策ではなく、相談に来た学生が自らアクションを起こすことができるような具体的な提案をしていくことが大切なのです。

話せば楽になるということもあるでしょうが、発達障がいのある学生の場合には、話すだけではなく、具体的な方法も提案することが、必要であるように思われます。それは、筆者のところに相談に来る学生たちの多くは、「〇〇がうまくいかないのです。」などと具体的な課題を訴えてくることが多いからです。彼らは、今困っている〇〇を改善、克服するために、自ら行動することができるような具体的な方法を身につけたいと思っているのではないのでしょうか。それゆえ、それに答えるための具体的な方法を提案していく必要があるということなのです。

その際、大切なことは、苦手なことそのものを改善するように働きかけるのではなく、苦手であることが原因で、その結果として対応に困っていることについて、それを改善することができるように考えていくことです。

発達障がいを治すという発想ではなく、発達障がいとうまく付き合っていくことができるようにするという発想です。つまり、発達障がいが原因で顕在化している社会生活上の困難さや、学習上の困難さを改善することができるような提案が必要なのです。

坂井聡先生の紹介

(プロフィール)

香川大学教育学部卒業 金沢大学大学院教育学研究科修了、香川大学教育学部附属養護学校など養護学校教諭を経て、現在香川大学教育学部障害児教育コース准教授 1997 年 自閉症のコミュニケーション指導で辻村奨励賞受賞

(著書)

暮らしの中のコミュニケーション（やまびこの里） クラスルームコミュニケーション（こころリース出版会） 自閉症や知的障害をもつ人とのコミュニケーションのための10のアイデア（エンバワメント研究所）など