



# かがやき自立活動通信

平成28年11月16日 NO. 38

生活していく中で、私たちは様々なルールやマナーを守ることによって周囲の人と円滑に過ごしています。子どもたちができる限りルールを理解して行動していく事は、豊かな生活を送る一助になります。今回はルールやマナーの理解について、大きな枠組みとなりますが一緒に考えていきたいと思ひます。

## ルールやマナーについて考える

日常生活面におけるルールやマナーを、個人それぞれが守ることによって様々な規模の人の中でも円滑に生活できます。しかし、ルールやマナーのない行動は逆に周囲を不快にさせるばかりか、危険を伴うこともあります。ルールやマナーを身につけるために、学校では言葉かけや視覚支援、実際的な行動の中で学ぶ機会を作っています。しかし、ご家庭と連携して行うことがとても有効であると思ひます。

以下に幾つかの例を載せてみました。お子さんの実態に合わせて取り組んでみましょう。

### 体験、経験的に学ぶ

普段の生活場面が学習になります。その場ごとに必要なルールやマナーを教えていきます。一番取り掛かりやすく、子どもたちも実際の場面、生活の流れの中で学習できます。その場で教えていくことで、子どもの理解に繋がります。

- 買い物の仕方
  - 公共交通機関の利用（横断歩道、信号機）
  - 遊具の貸し借り
  - 順番（待つこと）
  - 着替え（身だしなみ）
  - 食事
  - 排泄
  - 入浴の仕方
  - あいさつ
  - その他多数
- ☆毎日繰り返される生活習慣のルール・マナーは、毎回取り組んでいくことで大きな力になります。



### ロールプレイング

場面を設定して模擬的に学ぶ方法です。適切な行動を、何回も学習できる機会を設けられます。また設定された中での学びで、失敗しても周囲に責められたりすることなく学習していく事ができます。

ご家庭では、限定的な部分が多くなってしましますが、以下の物が取り組みやすいです。

- 買い物の練習（かごを持つ→商品を選ぶ→かごに入れる→レジに運ぶ→お金を出して支払いする→商品を受け取る 等）
- 遊び（兄弟姉妹や友達と交代、順番等、待つの設定）



等が取り組みやすいと思ひられます。

### 映像（書籍、情報機器等）から学ぶ

本やスマホ、タブレット、パソコン等の書籍や情報機器を活用してルールやマナーを理解することもできます。

- ・これだけは子どもに教えたい!大切なマナーのすべて（メイツ出版）
- ・あたりまえだけど、とても大切なことー子どものためのルールブック（草思社）



# 子どもに伝えるときの注意点

☆少しでもできたら褒めていくことを大切にしましょう☆

適切な行動ができた時はたくさん褒めましょう。次の行動への意欲につながります。また、できていることでも「よくできたね」「守れたね」と褒めていきましょう。いつでも認めてもらえる安心感が自己肯定感を高め、よりルールやマナーを意識した行動につながっていきます。

## 子どもの状態に応じて伝えましょう

- 言葉がまだ十分に理解できない子どもに、「～して！」等の言葉かけは伝わりにくいです。言葉だけでなく動作（見本）や、具体物、シンボルや写真等のカードも交えて伝えていきましょう。
- 注意や集中が短い子どもがいます。その場合は、一旦動きを止めて、「今何を覚えてほしい（見て欲しい）のか」気付けるように体勢を整えてから伝えます。そして簡潔に伝えていくようにします。多動傾向のある子どもにも同じようにして取り組んでみましょう。
- 事前に決まった場面で学習することが分かっているときは、子どもに「どのように行動したらよいか」伝えておくと、子どもも意識して取り組みやすくなります。

## 変わらないルールは幼少期から伝える

- 成長しても変わらないルールやマナーは、小さいときから積み重ねて理解を図ります。例えば、信号が赤なら止まる、時間になったら戻る等はどこでも関わってくるものの一つです。また、自分の体について、プライベートゾーンを見せないことや相手のプライベートゾーンには触れないなどのマナーの理解も、思春期になったときに活かせる部分があります。



## 根気よく積み重ねて理解を促す

- 1回、2回でルールやマナーを理解するのは難しいです。子どもによっては、繰り返し学習することで少しずつ意識できるようになっていきます。そのため、大人は数回だけで子どもが理解するのを諦めず、根気良く伝えていくことが大切になります。
- 伝えていくときは、子どもが上手いかなくても（すぐに適切な行動に移せなくても）叱責だけで終わりにしないで、肯定的な表現（どのように行動するといいのか）で伝えて、適切な行動を引き出せるようにします。



## 【自立ノート】

物事をこなしていく上で「慣れる」ということがあります。良いことも悪いことも慣れてしまうとスムーズにできてしまうことが多いです。そのため、今回のルールやマナーに限らず、できたらよいことはどんどん挑戦して「慣れて」できるようになるといいですね。