

自立活動の部屋 ～かがやき☆自立活動通信～



令和2年12月23日



埼玉県立草加かがやき特別支援学校 自立活動専任

いよいよ明日から冬休みです。例年とは異なる状況の中、保護者の皆様にはご理解・ご協力をいただき、自立活動の時間を中心に子どもたちと楽しく学び合うことができました。ありがとうございました。お体に気をつけて、よいお年をお迎えください。

今回は、12月1日(火)に実施したかがやき保護者学習会「性について」の内容をお伝えします。ご家庭で話し合うきっかけになればと思います。当日の資料がほしい方は、連絡帳等で担任までお知らせください。

性について、大人たちが学習する必要があること

- ①性をどうとらえるか…きちんと体を見つめる、性に関する言葉を適切に使うこと
- ②子どもたちや若者たちは何を必要としているか…条件なしで受け入れられること
- ③マイノリティー（少数派）への視点…多様な性を「いけない」と切り捨てない
- ④わたしたち自らの学習の必要性について

- ・人間の性：精神…心の結びつき・連帯感、生殖…子孫を残す、性欲…快楽を求める
- ・自立は、「身体自立→心の自立→生活上の自立→社会的な自立→性的な自立」の順番に進む（性的な自立はピラミッドの頂点）。
- ・男女のエチケット…お互いを尊重し合うこと

生（性）に関する支援の捉え方

- ・生（性）に関する支援は、繰り返しながら進む。

例：着替え

→小中高では更衣の方法が違ってくるため、段階を踏んで指導する。

- ・生活の「生」から始まる（性交だけが性ではない）。



自分の身体を大事にする（小学部段階）

- 低学年…排尿の仕方、排便・排尿時の拭き方、性器を清潔に
 - ・恥ずかしいことを教える→言葉だけでなく身振りも交えて、繰り返し伝えていく。
- 高学年…性器の洗いや、生理の手当（女子）、男女の身体の違い、自分の身体を大切に
 - ・同性支援が原則。同性で入浴するようにする。

【プライベートゾーン】…自分の身体すべて

- ・ルールをしっかり教える（見ない、さわらない等）。お風呂とトイレはさわってもよい。

思春期に入る前に大切な身体を作る習慣

- ・小学部では特に大切。10歳くらいまでの間に教えるとよい。
- 体を清潔にする
 - ・体の洗いや、手の洗いや、排泄後のおしりの拭き方（拭く向き）
 - ・鏡を見せながら、顔を洗う、歯磨きをする、衣服を着る→ボディイメージを作る
- 下着を毎日かえる
 - ・新陳代謝がある、男の子は夢精が来ても理解できないことも→朝とりかえるとよい
- 早寝・早起き
 - ・質の高い睡眠をとる
- 栄養のバランスのとれた食事



思春期は第二の誕生

- ・ルソーは『エミール』の中で、「私たちは、いわば二回、この世の中に生まれる。一回目は存在するために、二回目は生きるために」と書いている。
- ・第一の誕生は、妊娠がわかり赤ちゃんが生まれるとき。周りの人たちから大切にされる。
- ・第二の誕生は、こころとからだが大きく変化する時期。子どもたちは相談できない、学習する機会がない。この時期に適切な支援をする必要がある。

自分の身体の成長を理解する（中学部・高等部段階）

- 男子…精通と夢精、ひげのそり方、身だしなみ、セルフ・プレジャー
 - 女子…月経の手当、月経の記録、身だしなみ、感情のコントロール
- 【パーソナルスペース】…ロールプレイ等で教えることが多い。
- ・大人も子どもも互いに年齢を意識した関わり方をしていく。



思春期の課題

- ・どうしたらいいかわからず、不適切な行動に出てしまう。
- ・身体的変化の拒絶や否定
陰毛を全部抜いてしまう→「大人になってきたから生えたのだよ」と伝えていく。
- ・自傷、パニック、執着傾向、等
→環境調整を行い、精神的な安定が図れるように支援
⇒適切な対応で二次障害を防ぐ

新たな発達課題を乗り越えるために

- ①ほめる、認める、注目する…自己肯定感を高める
- ②人と同じにできなくてもいい、できることを伸ばす
- ③自己決定とは
 - ・大人が情報を与え、子どもが選択する
 - ・話し合って約束を決める、自分で決めた通り実行する、振り返る
- ④自己決定と見守り…「守る」、「見捨てる」ではなく、「見守る」
- ⑤問題行動につきあう…問題行動を正すのではなく、正しい自己主張を教える
 - ・否定的な言葉は使わない 「～してはいけません」→「○○しましょう」
 - ・叱る前に、子どもの言い分を聴く 「何があったか、ゆっくり話してごらん」
 - ・「何で？」(Why)ではなく、「どうしたらいい？」(How)



電車とバス、どちらで行く？
電車：10分で着く、15分歩く
バス：20分で着く、バス停からすぐ



性器いじり

- プライベートな行為であり、パブリックな場で行うことが問題になる。
- 対処的処置でなく原因を探る。
 - ・医学的、生理学的…尿意、感染症等
 - ・物理的…下着が合っていない、汚れている
 - ・心理的…不安、さみしさ
→上記にあてはまらない場合、性的刺激を求めた不適切な形としての性器いじり

性被害に遭わないために

- いやなことは「いや！」といえる自己決定力と、それを言葉や表現で主張できる表現力を身につける。
- 生活年齢にふさわしい行動を身につける。
 - ・トイレでは内側から鍵をかける
 - ・座るときは膝をそろえる
→大人が普段していることを子どもたちに伝えていく



支援にあたって大切にしたいこと

- ・第二性徴を共に喜ぶ気持ち
- ・禁止の言葉を使わず、信頼関係を構築する
- ・継続は力なり…積み重ねを大切にしながら成長を見守る
- ・家庭、学校、デイとの連携…指導内容や評価を共有する
- ・様々な機関に相談することも大切…「みんなで子育て」

