

Q16 苦手なことに取り組むことをさけ、指示に対して「どうせ僕なんか…」といった投げやりの態度で活動に臨もうとしません

【考えられる背景】

- 自信がないため、課題を避けようとする
- 自分に対しての良いイメージが持てないため、自己肯定感が低い

【支援への手がかり】

☆ スモールステップでできることを増やしていく

まず、本人が苦手なことやどのような場面で、どのような行動をとるのかという特性を理解しましょう。自信がないため苦手なことを避けようという傾向もみられるので、その子どもに適した課題を設定し、成功体験を積み重ねることができるような手順やスモールステップを示していくことが大事です。例えば、苦手な課題に取り組むことをいやがるときには、集中できる時間を考慮したり、課題の内容や量を工夫したりする配慮が必要です。

また、苦手なことに取り組めるようにするためには、苦手なことにだけ視点をあてるのではなく、長所を伸ばすという発想も持ちましょう。そのように取り組むことによって、自信や意欲へとつながっていきます。

☆ ほめることで自信をつける

例えば、ADHD の子どもは、幼児期から叱られることや注意を受けることが多く自己肯定感が低くなりがちです。自分に自信が持てないことやうまくできないことの積み重ねから年齢が高くなるにつれ、不安障害や反抗的な行動、問題行動、不登校等二次障害を引き起こすこともみられます。

少しでもできることを見つけ、しっかりとほめていきましょう。ほめられることで子どもは自分の良さに気がつき、認められることが自信につながります。

