



## 「困ったと伝えて良い」と思えるような関わりを

インクルーシブ教育研究者・博士（障害科学）野口晃菜

今回のでこぼこポン!のテーマは「『困った』を伝える発明品」です。

「困ったときには相談してね」と言われたとしても、なかなか「困った」と伝えるのは難しいことです。特に周りの子はみんなできているのに自分ではできない場面など、困ったと伝えることに対し恥ずかしいと思ったり、周りに迷惑かもしれないと考えてしまったり、タイミングがうまくつかめなかったりして、なかなか伝えることが難しい場合はよくあるのではないのでしょうか。大人も仕事の場面でよくあることかもしれません。

この背景には、そもそも「できないこと」「わからないこと」が「恥ずかしいことである」「周りに迷惑である」という考えがしみついてしまっている可能性があります。

でこりんは、「こまった」と伝えることが難しいぼこすけに対して、「くまったぞブローチ」を発明しました。実際に困った場面でくまが「困った」と伝えることを応援してくれ、言えた時に勲章をくれます。このように、困ったと伝えることは恥ずかしくないこと、言ってもいいんだよ、と実際に困った場面で周りが伝えることで、伝えやすくなるでしょう。本人のみでなく、普段から学校のクラス全員、家族全員で、「できないことやわからないことは悪いことではない」、「困ったときはこうやって伝えよう!」ということを確認し、「困った」「助けて」と伝えるハードルを低くしておくことがとても大切です。

もし言葉にすることが難しい場合は、「困った」「手伝って」のようなカードをつかってそれを指さしたり、渡したりすることで代替するのもおすすめです。

なかなか伝えるタイミングがつかめない場合は、まずは困った場面でくまったぞブローチのように、「今だ!」とタイミングを伝えたり、「困った」カードを指さしたりして、タイミングを伝えましょう。

実際に伝えられた時には、「伝えてくれてありがとう」「一緒にやってみよう」のような形でポジティブなかかわりをしましょう。「困ったとつたえてもいいんだ」という安心感は、様々なことにチャレンジをする土台となります。