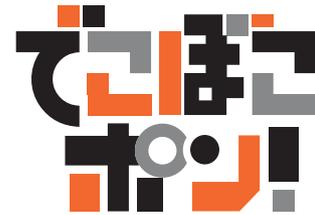


## 自分の苦手を伝えよう

### 苦手をうまく相手に伝えることが、 自分も周りの人もうれしいこと



奈良県香芝市特別支援教育巡回アドバイザー 芳倉優富子

今回のでこぼこポン!のテーマは、「苦手を伝える発明品」です。

番組では、ぼこすけが、ポンとでこりにプレゼントを渡します。手袋をもらったでこりは、よろこんで身につけてみますが「なんだか、いやだ。気持ち悪い」とパニックを起こしてしまいます。どうして、いやな気持ちになったのか、でこりんにもわからないので、でこりんもぼこすけも困ってしまいます。

そこで、苦手の伝え方を教えてくれる発明品「ニガテはっぴょう貝」を発明します。苦手の伝え方のコツは、自分の苦手を詳しく知ること、伝えたいこと（苦手なこととお願い）を書いておくといいと教えてくれます。パニックになったり慌てたりして、うまく伝えられないこともあるので、あらかじめ伝える用意をしておくことは、とてもいい方法です。

番組の中で、ポンが「ものをさわったときの感じ方は人それぞれ違う。粘土やノリが苦手で工作ができない子もいるし、人に触られるのがいやな子もいる」と言っています。

私たちは誰でも、物を触る感覚だけでなく、物を見る時の感覚、音を聞く時の感覚、食べる時の感覚などさまざまな感覚を感じながら生活をしています。感覚の感じ方が人それぞれ違うのは、人それぞれ顔や性格が違うのと同じようなものかもしれません。感じ方は、目に見えるものではないので、その違いを周りの人は理解しにくのだと思います。番組の中でこりんのように、自分でも感じ方に苦手さがあることに気づいていないこともあるのです。小さい子どもならなおさら「いやだな」「やりたくない」「これはきれい」など、拒否の言葉だけで表現してしまうこともあると思います。何がいやなのかを詳しく聞いて一緒に苦手を探してあげてください。一緒に探し、わかろうとする人がいてくれることは、とてもうれしいことです。心の大きな支えとなります。

苦手なことを伝えられお願いされたら、ぼこすけのように「なるほどね」と受け入れてあげてください。とても敏感な子や感じにくい子など、感じ方の違いのために学校生活や人とのかわりなどに苦労していることもあります。

自分の苦手を知り、周りの人に伝え理解してもらえたら、避けることができるものもたくさんあると思います。苦手なことをお互い話し、理解しあえることは私たち誰もが生活しやすい環境をつくることにつながるのではないのでしょうか。