通級通信

茨城県立結城第二高等学校
第２号
令和６年６月７日発行

学校生活にもすっかり慣れた！いやいや、まだあまり慣れないな…など、それぞれに感じ方は違うと思います。当たり前のことですが、生まれた瞬間から、今まで生きてきた環境は一人ひとり違って、だれ一人同じ人間はいません。考え方も、感じ方もそれぞれです。

ただ、人間は、一人では生きていけません。身近な人はもちろんですが、生活に必要なもの売ってくれる人、それを作ってくれる人…。様々な人が、それぞれ役割をもって社会が成り立っています。その役割もまた、それぞれですし、無駄な役割などありません。

どんなことでもやりがいをもって、前を向いて生きていきたいものですね！

さて今回は、通級の場面でよく耳にする「自立活動」について、簡単に触れてみたいと思います。

自立活動とは…？

自立活動って、どんなものか??

「一人ひとりが”自立”をめざす！そのために、学習（勉強）や生活をする中での困りごとを、自分から乗り越えていくために必要な力や気持ちを高めていくための機会」

と、されています。

もしかすると今まで、

「原因はわからないけど、とにかくこれが苦手・・・。あぁーもぉ、モヤモヤするー！！」

と、感じた経験はないでしょうか？

この、“原因はわからないけど”が、キーワードです。

苦手さの裏側には、何かしらの原因がかくれていることがあります。

その原因を知ったうえで、先に手を打っておくと、苦手なことも意外とすんなりクリアできることがあります。

原因や対応の仕方について整理をして、練習する機会が、自立活動の時間になります。（ザックリ言うと）

「〇〇だから△△できない…」

と考えるのではなく、

「●●があれば△△できる！！」と、前向きに考えられるように！

自分の苦手さを知って、どうすれば生きやすくなるのか。

自分から、どんな配慮が欲しいのかを発信していく力を

つけていきましょう！！