

事例・教材	お子さんの偏食へのサポート その1
はじめに	<p>特別支援学校や特別支援学級では、偏食があるため給食の時間に困っている先生方も多いかと思 います。特に、ことばなどで自分の意思表示が難しいお子さんの場合、周りの大人たちは「どうし て食べてくれないの？」と頭を抱えることもあるかと思 います。</p> <p>私は特別支援学校教員ですが、過去にこうしたお子さんに何人も出会っています。でも、早い子 で1か月、なかなか難しかったお子さんでも半年ほどで食べてくれるようになったことが多いです。 そんな経験から皆さんのヒントになればと思い、段階ごとに紹介していきます。 (すみません。不定期更新です。)</p> <p>但し、お子さんはみんな違います。ここに書いてあることをそのまま実践してもうまく行かない ことの方が多いと思います。偏食への考え方の一つとして参考になれば幸いです。</p>
①困っているのは誰？	<p>偏食のお子さんに会ったときに、最初に考えて欲しいこと。それは誰が困っているのかを整理す ることです。</p> <p>お子さん本人ではないの？と思われる方、本当にそうでしょうか？お子さんにしてみれば、嫌なも のを食べさせられることの方に困り感を持っているのではないのでしょうか？</p> <p>私が考える困っている人の例を挙げてみます。</p> <p>①先生方自身</p> <p>本音の部分で、「この子が食べないのは私のせい。」「昨年までは食べていたのに私になってから食 べない。」「家では食べれているのに学校では食べない。」「なかなか食べれないので親御さんに申 し訳ない。」などを思っていないか？</p> <p>そうなると困っているのは先生自身となります。</p> <p>②親御さん</p> <p>家でも学校でもなかなか食べられるものが少ない場合、食事の準備や栄養の偏りなどで心配され る親御さん。食べられるようにいろいろな工夫をするのでくれどうまくいかないケースなど、こ れまた、「自分の育て方のせいだ・・・」と困られる方はよくいます。</p> <p>③お子さん自身</p> <p>意思表示が難しいお子さんの場合、また、こちらの話すこと の理解が難しいお子さんの場合、周 りの大人が困っている理由が分からず、怒られたりすることもあるかと思 います。</p> <p>また、究極の場合、そのままでは栄養不足で体重減少や栄養の偏りで健康を害することもありえ ます。その場合、本人は困っていなくても間接的にお子さんが困った状態になる恐れがあります。</p> <p>但し、私が出会う中で一番多いのは、このまま偏った食事だと将来的にお子さんが困る事になるだ ろうとだろうと考えてしまうケース。</p> <p>本当は困っているのは大人なのに、子どもが困っているものとして捉えてしまうと、それから双 方が辛い状態になってしまいます。大人は子どものためと思っているが、子どもはどうしてそんな に嫌なものを進められるのか分からず・・・悪循環です。</p> <p>まずは、なぜ偏食にアプローチするのか。当たり前のことを改めて整理してみましょう。 そしてそれは次のステップに繋がります。・・・その2に続きます。</p>