

こどものはったつ相談室

第2回テーマ 「行動の切り替え がなかなかでき ない子への対応」



毎日の子育てが少しでも楽になるよう、小川小学校の通級指導教室「まなびの教室」教諭 森亜矢子先生によるコラムを6回にわたり連載しています。

問合先 こども相談センター

TEL 626-1165 FAX 626-2187

今回は、「キレてしま
う子」と「過集中を起こ
す子（没頭し続けてしま
う子）」に焦点を当てて
お話をします。

キレて行動の切り替 えができなくなる子

キレている最中に叱つ
ても、火に油を注ぐよう
なものですよね。

まずは静かな場所に移
動し、気持ちを落ち着か
せましょう。その後には、

「どうしたの？話を聞か
せて」「本当はどんな気
持ちは伝えたかったの？」
と声を掛けてみるといい
と思います。言語的な表
現力が伴わない子には、
「想像した本人の気持ち
を複数あげて」どれか近
いものがあつたら教えて」

と選択肢から選べるよう
にしてみてください。話
し合いに見向きもしない
子には、成長を認めてい

ることを伝えるために、
「どうしてこんなに早く気
持ちを立て直せたの？」
「今日は自分でコントロール
しよう」と頑張っていた
ように見えたけど、ど
う？」などと声を掛けて
みるといいと思います。
さらに発展させ、キレ
そうになつた時の作戦を
一緒に考えるのもいいで
すね。例えば、●目を閉
じて頭の中で数を数え
る ● 「平気」や「落
ち着け」など、キーワー
ドや呪文を唱える ● 体
を動かす などが挙げら
れます。このような関わ
りをしていくと、次から
の行動が少しずつ変わつ
てくると思います。

過集中で行動の切り 替えができなくなる子

例えば、本を読むと止
まらない、ゲームをする
とやめられないという子
です。子どもは没頭して

いると大人の声掛けが耳
に入らない場合が多いの
で、タイマーを活用しま
しょう。最初から時間を
決めておくといいのです
が、決めていなかった場
合、まず肩を叩いてち
らに注意を向かせてくだ
さい。そして「あと何分
やりますか？最大〇分ま
です」と伝えて、子ど
もにタイマーをセットさ
せましょう。この時、子
どもにセットさせること
がとても大切です。タイ
マーの音で行動を切り替
えやすくなります。子ど
もの好きな音楽を鳴らし
て、「この曲が終わるま
でに片付けようね」とい
う方法も効果的です。

ぜひ、今回紹介した方
法を試してみてください
い。そして、小さな変化
を見つけたら言葉で伝え
て、頑張りを認めてあげ
てくださいね。