

『9歳の壁』をチャンスに変える！



小学3～4年生

凸凹キッズの友達関係を ママとの会話で磨く！



今日からできる

おうちトレーニング



友達との問題を

おうちの外の問題

だと思っていないませんか？

実は、
友達関係の
困りごとは
おうちで整えるのが
一番なのです！

はじめに

この度は、本書をダウンロードしていただきありがとうございます。

友達トラブルの多い凸凹キッズを
叱らずに落ち着かせる

発達科学コミュニケーショントレーナーの
遠藤有里です。

この電子書籍では、
友達トラブルの多い小学3～4年生の
凸凹キッズのママへ

凸凹キッズの友達関係をママとの会話で磨く！
ための今日からできる「おうちトレーニング」
をお伝えします。



凸凹キッズの友達関係を
ママとの会話でみがく！

90分無料オンライン個別相談

友達づきあいが苦手な
小学3～4年生凸凹キッズの
会話を高学年までに伸ばす！
個別相談会受付中

通常22,000円のところ読者のみ初回無料で10名限定で受付中

友だちトラブルって

おうちの外の問題だと

思っていないですか？

おうちで整えるのが
一番大切なんです！



パソコン・スマホ・タブレットがあればお家から相談できます

Check!

▼お申込みはこちらから▼

<https://resast.jp/inquiry/NjQ5ZDQ3YWE1M>

友達とのギャップを トレーニングするには**お家**がキモ！

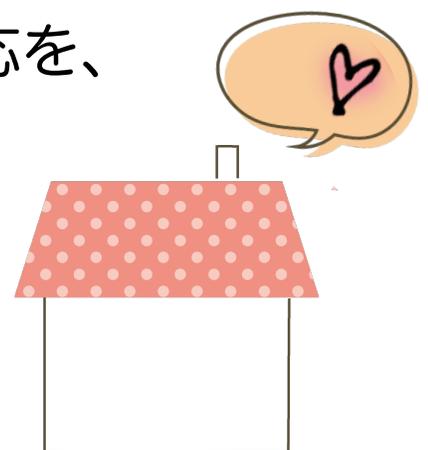
友達関係の困りごとは、
外の問題だと思っていないか？

実は！
おうちでのママとのコミュニケーションの中で、
会話しながら練習していくことが
一番大切なことなのです。

さらに小学3～4年生は、
文科省でも**9歳の『壁』**と言っているほど、
発達の個人差も顕著になる時期なのです。

脳科学に基づく
発達科学コミュニケーションで、

凸凹キッズの脳の特徴に合わせた対応を、
ママとの会話で磨いていきましょう！



お子さんのこんな様子

気になっていませんか？

一方的に自分のことばかり喋っていて、お友達と会話が噛み合っているのかしら？



集団での遊びや行動でもルールを守れず、先生に怒られてばかり…

その他にも、こんな様子が気になっていれば要注意です！

- ✓ 人の話を遮る
- ✓ 悪ふざけする
- ✓ 勝ちにこだわる
- ✓ すぐ癇癢を起こす
(すぐ泣きわめく)
- ✓ 言葉ではなく手が出る

なぜ小2までは友達トラブルが そんなに多くないの？

小学校低学年まで

- ・他の子も成長途中なので、コミュニケーションのズレがそれほど目立たない。
- ・まだ特定のグループなどができず、比較的誰とでもよく遊びやすい。
- ・低学年なので集団行動のルールもそれほど厳しくない。



小学3~4年生で 友達付き合いが難しくなるのはなぜ？

小学3~4年生
くらいになると



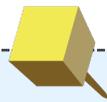
- ・ 成長の個人差が大きくなり、友達の中から気の合う相手を見つけて、深くせまい付き合いになる。
- ・ 空気を読む人付き合いになる。
- ・ グループのルールや暗黙の了解を意識し始める子が増える。
- ・ 自分のことを客観的に捉えられることで、周りとの違いに気づき始めてくる。

これが世に言う

9歳の『壁』なのです！

文部科学省は、

「小学校高学年の時期における子どもの発達において重視すべき課題」として、以下の5点をあげています。



- ・ 抽象的な思考への適応や他者の視点に対する理解
- ・ 自己肯定感の育成
- ・ 自他の尊重の意識や他者への思いやりなどの涵養
- ・ 集団における役割の自覚や主体的な責任意識の育成
- ・ 体験活動の実施など実社会 への興味・関心を持つきっかけづくり

(引用元：文部科学省)

他者との比較によって、
自己評価が低くなった子どもに必要なのは、
あらためて自信をつけさせること。



友達付き合いが苦手な子の力を 伸ばしてあげるには、 どうしたらいいのでしょうか？

やっと思いがいちな
対応

- ・コミュニケーション力を伸ばすために人の多い活動に参加させる。
- ・大きくなればできるようになると思っている。
- ・人付き合いがいかに大事か永遠と解き続ける。



実はこの対応 NGです！

前ページの対応がなぜNGなのでしょう？

発達凸凹のある子たちは、

- ・ どう表現していいかわからない
- ・ 人の気持ちを汲み取れない
- ・ 状況に応じた対応が苦手



などの苦手さがあります。



もともとやり方がわからないので、
外で練習させようとしても
失敗ばかりしてしまう。



失敗経験ばかり積むと、
コミュニケーションの仕方を覚えられません。

だから、外ではなく家で コミュニケーションを学ぶのです！

おうちの中でしっかりと対話力を学び、
その**成功体験をもと**に外の人間関係で
繰り返し練習していく必要があります。

例えば、

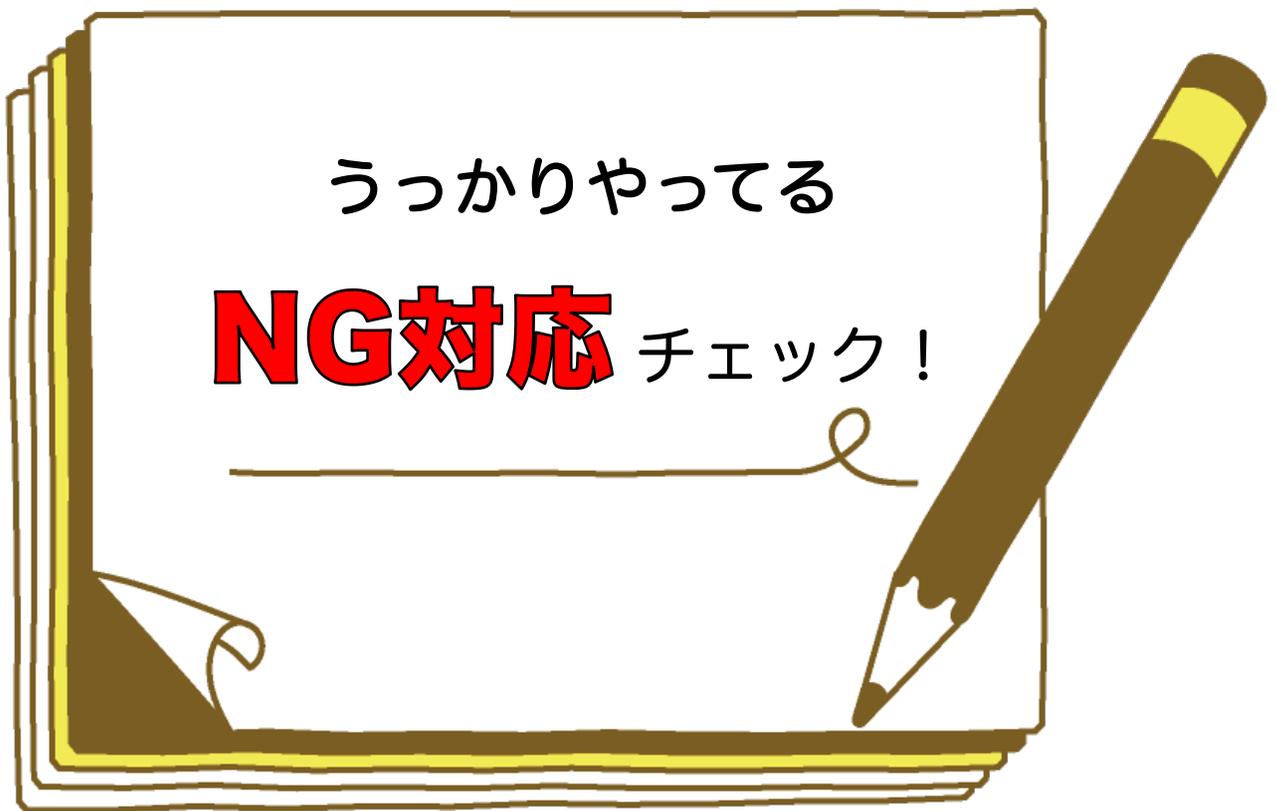
- ・自分の気持ちをうまく伝えられた
- ・お母さんにわかってもらえた
- ・コミュニケーションの楽しさを知る
- ・自分の感情をうまくコントロールできた



こんな経験をおうちでしっかり積むことで、
それまで友達関係がうまくいかなかった子たちが
自信を取り戻すきっかけにもなります。

そこで！

おうちでうっかりやっている
NG対応を確認してみましょう！





ママのつい
やっちゃってるかも
チェック

Q1 子どもの癇癢にうまく対応できない



ママもイライラして感情的になり
もう！という態度をあらわにしてしまい、

強い口調で
『どうしたの?!』
『なんで癇癢起こしてるのよ』
などと言ってしまう。





ママのつい
やっちゃってるかも
チェック

Q2 子どもの話を最後まで聞かない



ついめんどくさがったり、
決めつけた言い方で、

「わかったわかった。○○なんでしょ。」

「その話、今じゃなきゃだめ？」

「またその話？」などと言ってしまう。





ママのつい
やっちゃってるかも
チェック

Q3 会話の半分以上が「指示」
になっている



「片付けなさい」
「着替えなさい」
「準備をきなさい」や、



仕事から帰ると第一声が
「早く勉強きなさい」と言っている。



ママのつい
やっちゃってるかも
チェック

Q4 子どもの趣味や好きなことについて
あまり話をしない（例：ゲームなど）



ゲームの話ばかりしてくるが、
私はゲームが嫌いなので
話を聞かないようにしている！



昆虫の話をしてきたら「気持ち悪い」と
突き放す言い方をしている。



ママのつい
やっちゃってるかも
チェック

Q5 一方的に話しかけてくる子に注意したり、時には無視したりする



私が話している途中で、
全く違う会話で割り込んで来るので
つい厳しく注意してしまう。

はじめは「へ～そうなんだね」と
聞いていても、最後には決まって、



「もううるさい！」
「しゃべるのやめなさい！」とキレてしまい、
「またやっちゃった」と反省する。

いかがでしたか？



が1つでもあったら、

お子さんの

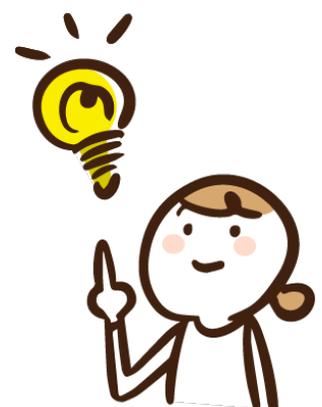
- ・感情のコントロールする力
- ・相手の気持ちを理解して、うまく関われる力

が弱くなっている可能性があります。

でも、チェックが何個ついたとしても、

今からおうちでの対応を変えることで
友達関係とのトラブルを減らすことが可能です。

ママとの会話のキャッチボールが続くことで、
成功体験が積み重なり、**家の外でのコミュニケーションにも自信が持てる**ようになってきますよ。



凸凹キッズの友達関係を
ママとの会話でみかく！

90分無料オンライン個別相談

友達づきあいが苦手な
小学3～4年生凸凹キッズの
会話を高学年までに伸ばす！
個別相談会受付中

通常22,000円のところ読者のみ初回無料で10名限定で受付中

友だちトラブルって

おうちの外の問題だと

思っていないですか？

おうちで整えるのが
一番大切なんです！



パソコン・スマホ・タブレットがあればお家から相談できます

Check!

▼お申込みはこちらから▼

<https://resast.jp/inquiry/NjQ5ZDQ3YWE1M>

では、どうやって対応を
変えていけばいいのでしょうか？

次ページからは、

凸凹キッズの友達関係を
ママとの会話でみかく！

今日から
できる

声かけテク3選

をご紹介します！



こんな
場面で使える

1. 空気を読まずに 会話に割り込んでくる

お母さんが家事をしていると、
子どもが一方向的にゲームの話を
「聞いて聞いて」と話しかけてきた。

忙しいし、イライラするし
「後にして」と言ってしまう。



1.空気を読まずに会話に割り込んでくる

STEP 1

へー、そうなんだ、
面白いね。



【受け止める】 【共感する】

無下に否定されない「会話体験」を積む

1.空気を読まずに会話に割り込んでくる

STEP 2

すごく面白いお話だけど
今用事をやってるから
10分待ってくれる？



【指示出し】

どのくらい待つのか予告をする。
少しずつ、一方的に話すだけでは
ダメだと伝える

1.空気を読まずに会話に割り込んでくる

STEP 3

待っていてくれてありがとう。
今から10分なら
お話聞けるよ。



【待つことを学習する】

ここで必ず「待っていてくれてありがとう」
と伝えることが重要です♡
人とのコミュニケーションで
「待つ」ことを学びます。

こんな
場面で使える

2. 友達の感情の理解が難しい

兄弟が嫌がっているのに、
おもちゃを勝手に使ったり
無理やり自分の思い通りにしてしまう。



STEP 1

危険がなければ、そのまま終わるまで待ち
「よく、おもちゃ返してあげられたね！」
と肯定したり、
「さあ、おやつにでもしようか！」と誘う。

【どの行動ならOKなのかをしっかりと伝える】



STEP 2

普段の親子の会話の中に
「感情」を取り入れていく。

「今日、ママが大切にしていたボールペンが
壊れて“悲しかった”のよ」



「●●（子どもの名前）が、
弟と仲良く遊んでいるのをみて
“優しいな”と思ったよ」



人とのやりとりには「いろんな感情がある」
ことを会話を通じて学ぶ。

STEP 3

会話の中身が「指示」ばかりになると、
感情を学ぶ機会が減ります。

楽しく明るくキャッチボールする会話を
増やして、その中で学習させていきます。



こんな
場面で使える

3. イライラをぶつけるなど いつも感情的な態度でアピールする

学校から帰ってきたら、
ランドセルを投げて
お母さんに八つ当たりをしてくる。



3.イライラをぶつけるなど
いつも感情的な態度でアピールする

STEP 1

様子を見守ります。

急いで「ランドセルを片付けなさい」
などの、指示はしなくてOKです。



【子どものイライラに巻き込まれない】

お母さんのスタンスを整える

3.イライラをぶつけるなど
いつも感情的な態度でアピールする

STEP 2

「おやつにしようか」

「ちょっとテレビでもみようか」



【切り替えを促す声かけ】

STEP 3

イライラが落ち着いたら、

「学校、疲れちゃったかな」など
お母さんがお子さんの気持ちを
さぐって代弁してあげるか、

お子さんが話せそうなら聞いてあげます。

「そっかー、●●な気分だったんだね」
と言葉にして受け止めて
「教えてくれてありがとう」と言う。



【態度ではなく言葉で伝えることを学習する】

ママとの対話で子どもの コミュニケーション能力が伸びる

発達科学コミュニケーションは
ママが一言喋るだけで
子どもの成長を助けるコミュニケーションです。

ここまでお伝えしてきたように
お子さんの脳の特性を理解して、

脳に届く伝え方をしていくことで
子どもの対話力が伸びてきます。

そうすることで、脳も発達して
会話の楽しみ方を身につけていきます。

こういった様子が増えることで
さらに脳が発達していきます。

成功体験も積み重なり**自信**もついてきます。

対話のバリエーションを増やして
うまく使っていくことがベストです。

ぜひ今日から、このおうちトレーニングを
使ってみてくださいね！



発達科学コミュニケーションとは

発達科学コミュニケーションは、
「ママが我が子の最良のサポーター」
になることを目標とした、

脳科学・教育学・心理学のメソッドを併せた
発達支援プログラムです。



おうちで365日支援することが1番！

という考えのもと、親子のコミュニケーションを改善して、親が子どもを伸ばす接し方をすることで、子どもの発達を加速させます。

さらには、
今すぐ実践できる効果あるメソッドを
お母さんに手渡します。

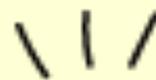
凸凹キッズにかかわらず、
子どもの脳は未完成なため、人との関わり、
周囲の環境から様々な情報を得て
徐々に成長します。

その**一番身近な存在であるママとの会話**は、
子どもの成長に大きく関わることで
脳科学的にわかっています。

ママとの会話で様々なことを学ぶことで、
子どもの脳はグッと伸びるのです。

次ページからは、発コミュを実践して
お子さんが変わった事例をご紹介します！





発コミュを実践したら
こんなに変わった！

—事例紹介—



事例 1

一方的に話をしてきた子が、 話す順番を待てるように！

Before >

人と話している時に一方的に話をしてきます。
大人同士が話をしているのを目で見てわかっているはずなのに、話をやめられません！

相槌を打ちますが、話す熱量もアップしてきて
つい『お母さんお話ししてるでしょ！』
『見てわかんない?!』と言ってしまいます。



After >

まずは一旦子どもの話を受け止めてから、『今大切な話をしているからちょっと待っててね』
『お話終わったら聞かせてね』と、

今はお話を聞けないこと、終わったらちゃんと話を聞くよ、ということをしっかりと伝えて、

待っていてくれたら『待っててくれてありがとう！お母さん助かったよ』と伝えることを丁寧に伝え続けました。

今では、ジェスチャーで「待っててね」の合図をするだけで待っててくれるようになって、ストレスがなくなりました。



事例 2 友達とのトラブルの後でも 気持ちが切り替えられるように！

Before >

普段は周りにお友達が常にいて、遊びのリーダー的存在なのですが、嫌なことがあると気持ちの切り替えが難しく、行動も荒れてしまい困っていました。そんな中、習い事でお友達とのトラブルがあったらしく大泣きして癇癢を起こし、習い事もやめる！の一点張り。

習い事自体が嫌いになったわけでもないのに、やめさせるべきなのか、無理にでも連れて行くべきなのか悩んでいました。



After >

まずは、「そんなに嫌なことがあったんだね」と気持ちを受け止め、無理に行かせようとする言葉も言わないようにしました。

家の中では、できていることをしっかりと肯定して気持ちを落ち着かせました。

習い事自体が嫌になったわけではなかったのだから、たまに習い事の話をしたり、習い事に行っているお友達の話をしたりしながら、会話を重ねていきました。

そうしているうちに（約2ヶ月後）、『やっぱり明日から習い事行ってみようかな』と言って少しずつ行けるようになりました。今ではお友達と楽しく習い事に行けています。



おわりに

「ちゃんと育ててるのか！」

今でも忘れない、お友達の親御さんからの言葉。

こんなに一生懸命子育てしているのに…
不安になったり、自己嫌悪に陥ってしまっていた
ことを思い出します。



でも…

『お母さんの育て方が悪いわけではありません』

凸凹キッズは状況に応じた対応が苦手です。
これは脳の特性なのです。

この特性を理解して、
おうちの中でしっかりと対話力を育み、

どんなに刺激のある家の外の問題であっても、
環境に左右されずに、学校との連携もとりながら

この9歳の壁をチャンスに変えていって欲しいと
願っています。

私には専門学校に通う長女、高1長男、
小3次男、年中次女の4人の子どもがいます。

次男が小学校へ上がると、**お友達とのトラブル**で、
学校から電話がかかってくることを続けました。

同じ頃、頑張り屋で勉強にもスポーツにも励んで
いた長男が、

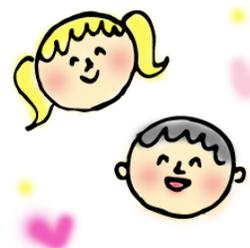
急に「習い事をやめる！学校へは行かない！」と
言い始め、**やる気喪失**、**暴言**、**暴力**が悪化しまし
た。

口を開けばクソババア！と言われ、それに対して
私もガミガミ言い続け、親子バトルは悪化の一途。

次女にまで友達トラブルが増え、家族がギスギス
した状態で過ごしてきたという経験があります。

なんとかしたい！と藁をもすがる思いで、発達科
学コミュニケーションの門を叩きました。

そこから、たった2ヶ月後で、当時中2だった長
男の暴言暴力はなくなり、小学校1年生の次男の
友達トラブルも落ち着きました。



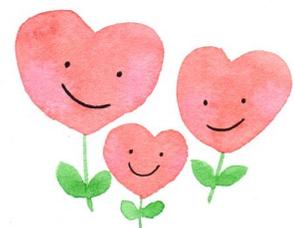
今では、きょうだいみな素直さが伸びて、
家族全体が穏やかなコミュニケーションに
変わりました。

こうなれたのも、
発達科学コミュニケーションで
おうちで対話の練習をし続けてきたから！

この発達科学コミュニケーションを、
凸凹キッズの友達トラブルに不安を持つ
ママへお伝えしたい！
そんな思いでこの書籍作りに励みました。

お子様お一人お一人にあった対話をもっと知り
たい方は、個別相談でお家トレーニングサポー
トプランを手にしてくださいね。

お母さんの愛情と努力を、
子どもに届けましょう！



発達科学コミュニケーショントレーナー
遠藤有里

凸凹キッズの友達関係を
ママとの会話でみかく！

90分無料オンライン個別相談

友達づきあいが苦手な
小学3～4年生凸凹キッズの
会話力を高学年までに伸ばす！
個別相談会受付中

通常22,000円のところ読者のみ初回無料で10名限定で受付中

友だちトラブルって

おうちの外の問題だと

思っていないませんか？

おうちで整えるのが
一番大切なんです！



パソコン・スマホ・タブレットがあればお家から相談できます

Check!

▼お申込みはこちらから▼

<https://resast.jp/inquiry/NjQ5ZDQ3YWE1M>

著作権について

<本法的事項>

教材および収録されているコンテンツは、著作権、知的財産権によって保護されていることはもちろんですが、購入ダウンロードされたコンテンツは、あなたの子育てのために役立てることに限定して提供しております。

教材に含まれるコンテンツを、一部でも、書面による許可（ライセンス）なく複製、改変するなどして、またあらゆるデータ蓄積手段により複製し、オークションやインターネット上だけでなく、転売、転載、配布等、いかなる手段においても、一般に提供することを禁止します。

コンサルタント索引用、転載、教育を希望する場合に別途ライセンス契約が必要となります。

<免責事項>

発達科学ラボの実績の事例を掲載していますが、当然ながらその結果には個人差があります。この小冊子を使った結果に責任を持つことはできません。

Copyright©2020-.Yuri Endo.

2020年6月発行 著者：遠藤有里