

やってほしいことを

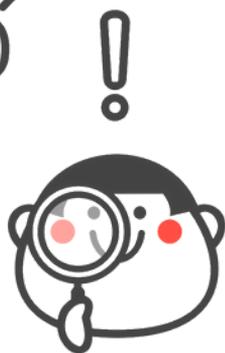
「見える化」するだけで

発達凸凹キッズの！

生活習慣が身につく！

脳が伸びる

おうちプチ改造



たった1分！

発達科学コミュニケーション
トレーナー 仲田 なぎさ

もう指示疲れから卒業！

超簡単！マル秘テク付

目次

はじめに

第1章 よく話すけど一方的。
うまく伝わらないとすぐ手が出て怒る...
その理由は？

第2章 進級・進学の前は今こそ
感情表現できる力を伸ばそう

第3章 子どもが落ちついて
気持ちを話せるようになりました。

第4章 声かけと環境作りを意識して、
ママは褒める専門家になりましょう！

おわりに



はじめに

こんにちは！

子どもの手が出る行動を
自分で動く考動力に変える！

お家の環境づくりの専門家



発達科学コミュニケーション
トレーナーの仲田なぎさです

この度は小冊子をダウンロード頂き
ありがとうございます！

私には**夢**があります。

それは
お互いを尊重しあい、
自分にも花マルをあげられる
家族を増やすことです。



発達凸凹キッズのお母さんには
こんなご経験のある方は多いのではないのでしょうか。

- **お子さんとのコミュニケーションがうまくいかず、何を考えているのかわからない**
- **トラブルが多く、毎日のように「すみません」と言っている**
- **子育ての相談をしたら「子どもはそんなものだよ」「まだ小さいから」と言われて話せなくなった**

沢山悩まれながら、
でもどこに相談してよいのかわからず
どんどん自信を失う中、

追い込まれて子どもの癩癩に敏感になり、
つい声を荒げてしまう毎日。

「私がママじゃなかったら...」

そんな風に思われているお母さんに
お子さんと毎日「今日も花マルだったね」
と笑顔で言い合える親子になってほしい。

これは、元々私自身の経験から来ています。

毎晩検索しても答えが見つからない怒鳴る育児から子どもと心から信頼関係を築けるまでに変わったのは

私が声かけを変えたことで、子どもが癩癩ではなく、

「言葉」

で自分の気持ちを話してくれるようになったからです。

その結果自分たちに自信が付き、お互いに尊重し感謝しあえる関係になりました。

同じような悩みで自分に自信を無くしてしまっているお母さんとお子さんに笑顔を取り戻し、穏やかな日常を送ってほしい。

そんな思いから発達科学コミュニケーショントレーナーという活動をしています。

今回は、
お家の環境を整えることで

口より手が出てしまう子が
自分の感情を整理して
落ち着いて話せるようになるポイント

をお伝えします。

この電子書籍を読んで、

ママとの日頃の会話から
お子さんがどんどん自分の感情を
言葉で伝えられるようになり、

毎日の出来事や気持ちを
沢山話せるご家族が増えることを願っています。

2022年1月
発達科学コミュニケーショントレーナー
仲田なぎさ

小冊子読者限定！初回無料でご招待

＼今なら進級・進学に間に合う！／

子どもの**手が出る**行動を

自分で動く**考動力**に変える

お家の環境づくり
個別相談会



発達科学コミュニケーション
トレーナー 仲田なぎさ



【こんなお悩みを解消していきます】

- ✓自分の気持ちを表現できず癩癢を起こして手をあげる
- ✓お友達との距離間がわからずトラブルを起こす
- ✓指示が長くなってしまい、うまく伝わらない etc

▼お申し込みはこちら▼

<https://www.agentmail.jp/lp/r/4225/36216/>



【第1章】

よく話すけど一方的、
うまく伝わらないと
すぐ手が出て怒る...
その理由は？

あなたのお子さんはこんな問題行動はありませんか？

- よく話すけど、一方的。
相手の言葉はあまり聞いていない
- 思いが通らないと癩癩を起こし相手を叩いてしまう
- 今日のできごとを聞いても
「わからない」「覚えていない」と言う。
- 急に抱きついたり、物を取ったりと
「好き」「〇〇したい」を口ではなく態度で表現する

こんなタイプのお子さんは
感情と言葉が脳内でリンクしていないために

好きなことなど情報として
持っていることばかりを
一方的に話してしまいます。



自分の気持ちも、相手の言葉も理解していない

これが不安やモヤモヤにつながり、
癩癩やトラブルといった
問題行動へ発展してしまっているんですね。

お母さんもそんなお子さんに

「何を考えているかいまいちわからない」
「会話が中々続かない」

と思われたこともあるのではないのでしょうか。

これは特性として諦めなければならないこと？

いいえ！

環境を整えるだけで
お子さんが自分の感情を
どんどん話してくれるようになるんです！





【第2章】

進級・進学の前の今こそ！
感情表現できる力を
伸ばそう

自発達凸凹キッズは**新しい環境が苦手**なお子さんが多いと言われています。

進級・進学など
教室やお友達が変わる春先は
疲労が溜まりやすい季節でもあります。

コミュニケーションが苦手で
感情を言葉でアウトプットできない子にしてみたら

普段以上に鬱々としやすい時期なんです。

そのため、**行き渋りや
今まで以上の酷い癩癩**に繋がりがち。

ですが、ただでさえ春先は
お母さんも行事の準備などで忙しいタイミング。

この時にダラダラ、
ぐずぐずしているお子さんを見ると

わかっていてもイライラしてしまうことも
多いのではないのでしょうか。

でも、それが例えば

「新しいクラスの教室が落ち着かなくて嫌なんだ」

「お友達ができなくて悲しい」

などと、お子さんが言葉で気持ちを表現できたら
どうでしょうか。

きっとお母さんの対応も
変わってくると思いませんか？

お母さんが笑顔で自分のことを見守ってくれている。

そんな安心感がお子さんの行き渋りの改善や
感情のコントロールにもつながっていきます。

だからこそ、
進級・進学前の今のうちから

自分の感情を自分の言葉で
表現できるようになることが
とても大切なんですね。



小冊子読者限定！初回無料でご招待

＼今なら進級・進学に間に合う！／

子どもの**手が出る**行動を

自分で動く**考動力**に変える

お家の環境づくり
個別相談会



発達科学コミュニケーション
トレーナー 仲田なぎさ



【こんなお悩みを解消していきます】

- ✓ 自分の気持ちを表現できず癩癩を起こして手をあげる
- ✓ お友達との距離間がわからずトラブルを起こす
- ✓ 指示が長くなってしまい、うまく伝わらない etc

▼お申し込みはこちら▼

<https://www.agentmail.jp/lp/r/4225/36216/>



【第3章】

子どもが落ちついて
自分の気持ちを
話せるようになりました

我が家には5歳の長男と1歳の次男がいます。

長男はASD（自閉症スペクトラム）傾向の強いグレーゾーンで、**こだわりや癩癩の激しい子ども**です。

衝動性により待つことができず
相手の気持ちを理解するのが苦手なため

「ママこれやって！いま！早く！」

と私の都合をお構いなしに要求してくる子どもでした。

人が好きで、知らない人への挨拶も
元気よくできるものの

「僕ね！〇〇を△△して遊んだんだ！」

と自分の好きなことを
突然目の前にいる人へ話しかけたり

誰かが話している間を割って話し始め、
**相手が聞いていないと
癩癩を起こし手が出たり**もしていました。

ただ、保育園の様子を聞いても

「わからない」
「覚えてない」

ばかり。

日常会話でも会話が続くことはほとんどなく、
自分のしたいことに集中してしまっていました。

そのため、私のその集中モードに入る前に
やることをやらせなきゃ！と

矢継ぎ早に指示を出してばかりいたんです。

結局動かない息子にイライラする私と、
くどくどしつこい私にイライラする息子で
バトル勃発。

息子は癇癢を起こし
私を叩いたり何時間も泣き叫ぶ
という悪循環に
陥っていったんです。



そこで指示を単純にする環境に家を整えたところ

「今日〇〇ちゃんと遊んで楽しかった！」

「〇〇が、僕は悲しかった」

などと自分の感情を伝えてくれるだけでなく

周りの状況を見て、相手を思いやったり
集団活動にも参加できるようになっていきました。

今では保育園の先生からも

「長男君はとても変わりましたね」

とまで言っていただけのほどに成長し、
穏やかに会話を楽しめる日常を過ごしています。

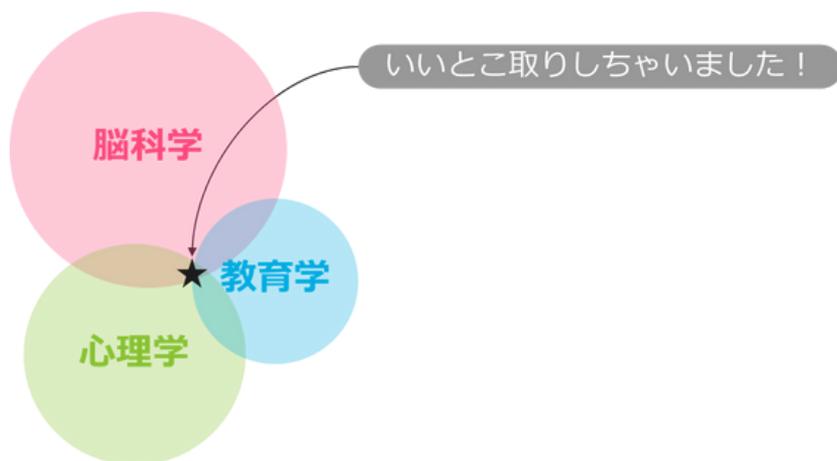
私がこの声かけに変えられたのは、
脳に届く声かけで子どもがどんどん成長する
ということを学んだからです。

それが「**発達科学コミュニケーション**」です。

発達科学コミュニケーションとは

「脳科学・心理学・教育学」

のいいとこどりをした
脳を育てる科学的なコミュニケーション術です。



これをお母さんが体得することで
お子さんを自立へ導くことが
お家の中でできるようになります！

もし私のように

「親子のコミュニケーションを見直したい！」

という方は
ぜひ個別セミナーにいらしてみてくださいね

事例 1

年長男児のママさん

<Before>

人が話している最中でも、話を遮って話し出すことが多くて



「今ママ話してるんだけど！」

と今まで何百回と言ってきましたが効果がなくて。話を聞かない息子にイライラして怒ってしまいます。

<After>

人の話を遮ることもなく、しっかり聞いて、自分の番を待つようになりました。

息子の聞く力やコミュニケーション力が伸びた！という実感がありうれしかったです

事例 2

小1男子ママさん

<Before>

指摘しないといけないことばかりでも他のことに気を取られてしまい話を聞いてくれず、

指示がなかなか通らず指摘されるとすぐ怒り出します。

子どもとの関係が悪化するばかりでなんとかしたいんです。



<After>

指示を聞いてくれることが増えて、

学校での出来事を子どもが話してくれるようになり、子どもとの会話が弾むようになりました。

小冊子読者限定！初回無料でご招待

＼今なら進級・進学に間に合う！／

子どもの**手が出る**行動を

自分で動く**考動力**に変える

お家の環境づくり
個別相談会



発達科学コミュニケーション
トレーナー 仲田なぎさ



【こんなお悩みを解消していきます】

- ✓ 自分の気持ちを表現できず癩癩を起こして手をあげる
- ✓ お友達との距離間がわからずトラブルを起こす
- ✓ 指示が長くなってしまい、うまく伝わらない etc

▼お申し込みはこちら▼

<https://www.agentmail.jp/lp/r/4225/36216/>



【第4章】

声かけと環境作り
を意識して、
ママは褒める専門家
になりましょう！

脳は行動により発達していきます。

そしてその発達が
自分の感情を理解する力へと広がっていきます。

そのためお子さんの**行動量や会話量を増やすことは感情をコントロールするうえで欠かせないことです。**

ここで普段のお子さんへの声かけを
思い出してみてください。



「今日学校どうだった？」
「・・・わかんない」

「ちゃんと手は洗った？」
「うん」

「〇〇したんだ！楽しかった？」
「うん！」

何気なくこんな声かけをしていませんか？

会話にはなってはいますが、
お子さんの返答はあいまいなものだったり
「はい」「いいえ」の返事だったり...

また、ここにお母さんのイライラや焦りが加わることで、指示が矢継ぎ早になってしまうことはありませんか？

「ちゃんと手は洗った？
洗ったら次プリント出してね。
あ～違う！そっちにじゃなくてあのテーブル！
もう！かばんも早く片付けてよ。
ねえ、聞いているの?!」

なんて指示だしはあまり効果がありません。

ほとんどの方が、思うように子どもが動いてくれなかったから余計にイライラしたと感じられていると思います。

また、発達凸凹キッズの場合、視覚優位といって目からの情報処理が強い傾向にあります。

そのため、相手の言葉よりも目の前にあるものに注意が向いてしまい

**「聞いているけど、
理解していない」**

なんてことも。



重ねて低年齢のお子さんは
理解力も記憶力も未熟です。

1つの指示を理解して、
脳内で処理する前に次の指示が来てしまうと

指示が流れてしまったり、
パニックに陥ってしまう場合があります。

長々とした指示だしは
どんどん動けなくなってしまうのでぜひやめましょう。

では実際どんな会話の工夫をしたらよいのでしょうか。
そのポイントに**家の環境作り**があるんです。

視覚優位な発達凸凹キッズだからこそ、
目から入る情報は脳に届きやすくなっています。

その力を利用するんです。



例えば「家に帰ったらすぐに手を洗ってほしい」とママが思っていたとします。

では玄関から入った時、
手を洗う場所（洗面台）以外に
興味が逸れそうなものが見えていたりはしませんか？

何度も言います。

“目から入る情報が強い”

発達凸凹キッズにとって、

玄関から入った時に
「手を洗おうね」とママが声をかけても

もし、おもちゃなどが集まる部屋が見えていたら...

もうおわかりですよね？

おもちゃなど
楽しい部屋に行ってしまうんです！

そのため、一番簡単な環境作りが

「扉を閉める」 こと。

これだけでも効果があります。

間取りとして扉を閉めた行き止まりを曲がると洗面台だった場合なんかは効果がより強く表れるでしょう。

つまり指示したい内容と反するものは見えなくしてしまうんです。

一時的に隠してもいいですが、できるだけママの労力は減らしましょう。

パッと見たときに視界に入っていないければそれで充分です。



そして更に効果的なのが

「マッピング」 をすることです。

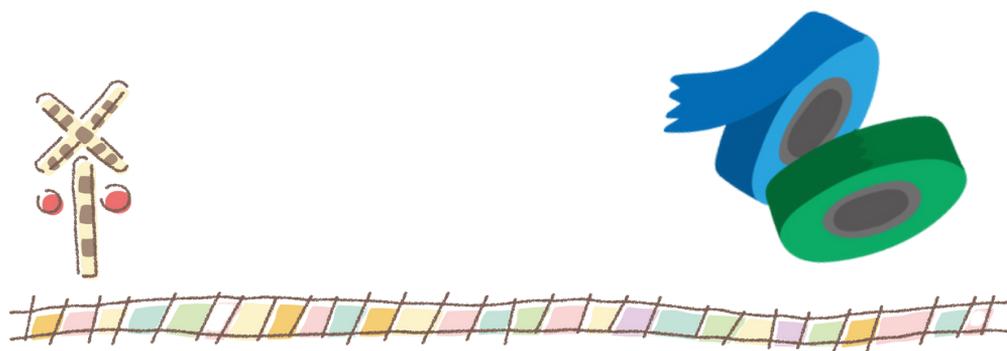
使うものは100円均一などで売っているテープ

なるべくシンプルな目立つ色がよいでしょう。

玄関から洗面所までの道筋をテープで足跡をつけたり、目印をつけていくんです。

電車が好きであれば線路なんかでも楽しくできそうですね^^

このように**自然と目がそこに向きそうな仕掛け**をしていくと、子どもの行動が加速されやすくなります。



この「マッピング」はほかにも

カバンを投げ捨てたり、
靴を脱ぎ散らかしたりする子への

テクニックとしても使えます。

カバン置き場を四角く囲ったり、
靴型に切り取ったテープを玄関に貼り

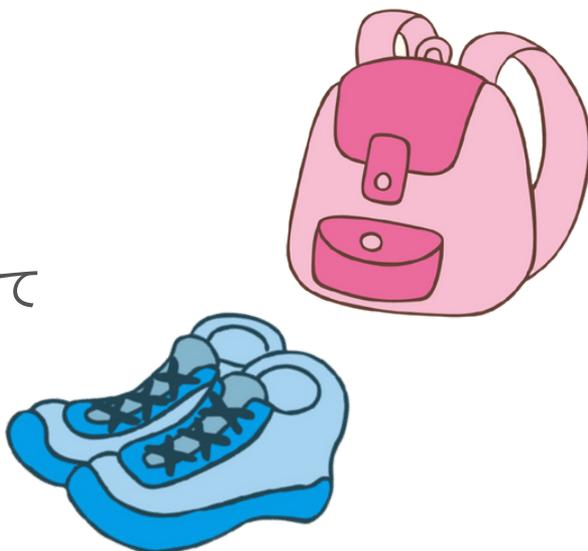
「ここに置くんだよ」

と言うのを伝えていくと

帰宅してから靴をそろえて

手洗いうがいをして

カバンを片付けて...



といったように帰ってからの行動が
スムーズにできるようになるんです。

この環境があれば

**「手を洗おうね。手を洗おうってば！
何度言ったらわかるの！」**

から

**「手を洗おうね。もう洗ったの？
10回もごしごしできたね！」**

なんてママの声かけを
叱るから褒めるに変えることができます！

そしてこの行動を継続することで
子どもが自分のやることと感情を理解するようになり

自分のその時の気持ちを言葉でしっかりと
説明できるようになっていきますよ^^



小冊子読者限定！初回無料でご招待

＼今なら進級・進学に間に合う！／

子どもの**手が出る**行動を

自分で動く**考動力**に変える

お家の環境づくり
個別相談会



発達科学コミュニケーション
トレーナー 仲田なぎさ



【こんなお悩みを解消していきます】

- ✓ 自分の気持ちを表現できず癩癩を起こして手をあげる
- ✓ お友達との距離間がわからずトラブルを起こす
- ✓ 指示が長くなってしまい、うまく伝わらない etc

▼お申し込みはこちら▼

<https://www.agentmail.jp/lp/r/4225/36216/>



おわりに

自分の感情を言葉にする力は
相手の状況を把握できる力に繋がっています。

これからAI時代を生きていく子どもたちにとって
この力はなくてはならないものになっていきます。

発達凸凹キッズにとっては
これは決して簡単なことではありません。

ですが、こだわりの強さはやり遂げる力であったり
衝動性は行動力だったりと
隠れている才能が沢山あると言われる子どもたち。

普段のコミュニケーションを整え、
子ども自身に「自分はこれでいいんだ」
という安心感と自信をつけてあげることは、

そんな才能を開花させる第一歩！

きっと自信に満ち溢れたお子さんの姿を見たら、
お母さん自身も自信がつくのではないのでしょうか。

どうぞ親子のコミュニケーションをスムーズにして、
未来がワクワクする時間を
増やして行ってくださいね^^

小冊子読者限定！初回無料でご招待

＼今なら進級・進学に間に合う！／

子どもの**手が出る**行動を

自分で動く**考動力**に変える

お家の環境づくり
個別相談会



発達科学コミュニケーション
トレーナー 仲田なぎさ



【こんなお悩みを解消していきます】

- ✓ 自分の気持ちを表現できず癪癪を起こして手をあげる
- ✓ お友達との距離間がわからずトラブルを起こす
- ✓ 指示が長くなってしまい、うまく伝わらない etc

▼お申し込みはこちら▼

<https://www.agentmail.jp/lp/r/4225/36216/>

著作権について

法的事項：

本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、あなたの子育てに役立てる用途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、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。コンサルタント業引用、転載、教育を希望する場合に別途ライセンス契約が必要になります。

免責事項：

事例が記載していますが、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 © 2022. Nagisa Nakada

2022年1月発行

著書 仲田なぎさ