

元小学校教員
が教える！

新年度

発達凸凹キッズが
学校で落ち着く！

「おうちと学校の連携」 いつやるの？

今でしょう！



発達科学コミュニケーショントレーナー

佐藤詩麻 著

こんにちは！



学校からはじかれそうになる
トラブルメーカーを卒業させる！

発達科学コミュニケーション
トレーナーの佐藤詩麻（さとう しま）です。

この度は、PDF小冊子を
ダウンロードしていただき
ありがとうございます。

学校でのトラブルの連続で
疲れきってしまったお母さんへ

学校での人間関係がうまくいくようになる
コツがわかる小冊子をお届けします。

この小冊子が、
お子さんの輝きを取り戻してあげたい！
と願う一生懸命な
お母さんのお役に立てれば嬉しいです。

元教員が教える！

新学期、学校との連携のコツがわかる！

学校からはじかれそうになる子が

誤解されずに

元気に学校を楽しめるようになる

個別相談会

パソコン・スマホ・
タブレットのいずれ
かで、お家からご参
加いただけます。



お子さんの
オリジナル
サポートプラン
特典付

詳細・お申し込みは
▼こちらをクリック▼

<https://www.agentmail.jp/form/ht/25868/1/>

読者様特典 先着10名様無料
90分 オンライン個別相談受付中

chapter 1

凸凹キッズが学校で 理解されにくい理由



公教育が始まって、約150年。

学校教育は、

「みんなで同じことを、同じペースで、
同じ学級の中で、一斉に勉強させる」
というシステムによって運営されてきました。

ところが、このようなシステムは、凸凹
キッズの特性と相性が悪いのです。



発達凸凹の子は、その子によって違いますが、以下のような特性をもっています。

- 自分の感情を抑えることが苦手
- 集中力がない
- 友達付き合いが苦手
- 衝動性がある

だから、集団を重んじる学校では、相性が悪いのです。



そして、実は、学校の先生は、
教育の専門家ですが、
発達の専門家ではないのです。

最近先生になった人は、発達について大
学で学んでいますが、
特に年配の先生の場合、
今までの経験、自分の主観で
判断して対応してしまっている先生が多
いのが現状です。

だから、担任の先生は、凸凹キッズに合
わないしつけの方法で対応してしまい、
凸凹キッズは困惑し、どんどんクラスに
いづらくなるのです。

私が担任をしていた頃、私のところには、同僚もびっくりするくらい、なぜか凸凹の子がたくさん集まってきていました。

- 何度言ってもランドセルが片づけられない子
- 床にゴロゴロ転がりながら授業を受ける子
- カッとなると机をふり上げる子
- 落とし物をしてばかりで、落ちていても気づかない子。

その頃は、毎日ダメ出ししたり、怒ったりしていたので、当然その行動が改善することはありませんでした。

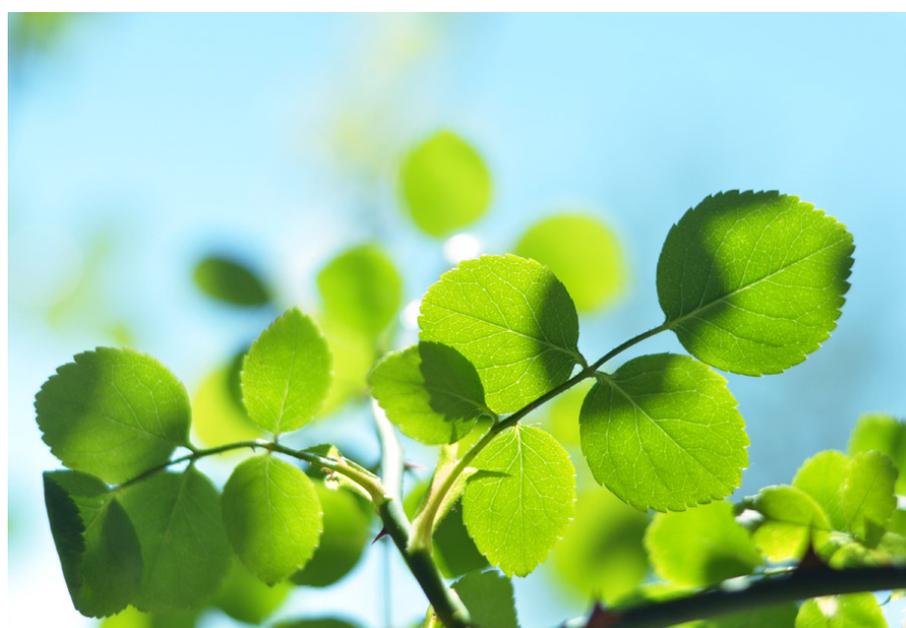
発達科学コミュニケーションを知った時は、あと10年早く知っていたら、現場でもっと活かせたのに、と思いました。



だから！学校の先生にお任せするだけでなく、お母さんが誰よりも我が子の「伸ばし方」を知って、その対応のコツを、先生に教えてあげて欲しいのです！

4月は、クラス替えで、担任も変わる、
クラスメイトも変わる、凸凹キッズにと
っては一番辛い時期です。

4月のなるべく早いうちに、
新しい担任の先生に、
お子さんについて話しに行く機会を
設けることをお勧めします。



実は春休みにできることもあります！

4月に新入学を迎える場合は
学校に電話をして、事前に情報共有が
できることをご存知ですか？

校長、教頭に伝えておけば、入学前に面
談日を設けてくれます。

前もって相談しておけば、学校側も、い
ろいろな対処法を考えられますし、学校
での生活について一緒に考える時間も増
えます。二人三脚でお子さんの学校生活
をサポートしましょう！

お母さんが誰よりもお子さんの理解者として、学校との架け橋になり、4月のスタートダッシュを成功させ、楽しい1年を実現している親子がいるので、ご紹介いたしますね。



事例①

小学3年生ASD男子Kさん親子

担任の先生が子どもを理解してくれ、
落ち着いて生活できています。

before

前の学年では、担任の先生に理解してもらえず、本人も私も辛い日々を送っていました。学校からよく電話がかかってきて、電話がなると、ビクビクしていました。

after



家で肯定を続けていたら、いつの間にか、自信がつき、どんどん素直になりました。担任の先生には、4月初めに面談の時間をとってもらい、子どもの特性を伝えておき、家庭でうまくいっている対応をお伝えしました。

肯定してあげることの大切さ、
学校との連携の大切さを
実感しています！



事例②

小学2年生ADHD男子Nさん親子

肯定してあげることの大切さを実感しています！

before

学校へ行く時にも忘れ物をし、学校から帰ってくるときも学校に宿題や連絡帳を忘れてきてしまう子でした。

after



今日は、きちんと持って行けたね。必要なものをきちんと持ち帰ってきたね。などと肯定を続けていたら、いつの間にか、自分に自信を持てるようになって、忘れ物が減ってきました。

肯定してあげることの大切さを実感しています！

息子から、「お母さん、いつもぼくのいいところを見てくれてありがとう！」
なんていう手紙までもらっちゃいました！

事例③

小学3年生ADHD男子Sさん親子

私の表情が明るければ、
子どもの顔が明るくなるんです！

before

ぼーっとして、行動するのが遅いので、
いつもダメ出しをしていました。
僕は、どうせダメなんだとよく言っており、
夜も漏らしてしまう事が多かったです。
宿題もしないことがありました。

after



詩麻先生から、肯定することの大切さを学
び、実践してみると、気がつくのと、サッと
動けるようになり、私も怖い顔をしている
こともが減りました。

また、夜暗いところを怖がっていたのです
が、気がつくのと暗い中トイレに行く事が
できるようになっていました。

宿題も先生と約束して、できるようになり
ました！

お母さんが学校の先生と上手に連携できれば、お子さんが「伸びる」対応をしてもらえる環境が増えます！



では！ここからは、お母さんの「我が子理解スキル」の磨き方を、いっしょにみていきましょう！

Chapter 3

5つの質問で コミュニケーション チェック

ママの“我が子理解度”
& “応援度”チェックを
してみましょう！

それでは、あなたの
お子さんへの“理解スキル” &
“応援スキル”をチェックして
みましょう



Q 1

お子さんのよいところより、
悪いところが気になってしまう。



Q2

お子さんが感情的になった
ときに、言い合いになる。



Q3

「宿題やったの？」と毎日
のように聞く。



Q4

お子さんのことで毎日イライラする。



Q5

お子さんを褒めるより叱る
ことの方が多い。



お母さんの コミュニケーションチェック

- ・ 1 つもYESがなかったら花丸



- ・ 1 ~ 3 個のYES 要注意



- ・ 4 ~ 5 個のYES 危険信号



さて、いかがでしたか？

今こそお母さんが知識をもって、
お子さんを理解してあげてください。

そして、その知識を駆使して、学校の
先生との連携をスタートしましょう！

お子さんの学校生活が楽しくなる
はじめの一歩ですよ！



元教員が教える！

新学期、学校との連携のコツがわかる！

学校からはじかれそうになる子が

誤解されずに

元気に学校を楽しめるようになる

個別相談会

パソコン・スマホ・
タブレットのいずれ
かで、お家からご参
加いただけます。



お子さんの
オリジナル
サポートプラン
特典付

詳細・お申し込みは
[▼こちらをクリック▼](#)

読者様特典 先着10名様無料
90分 オンライン個別相談受付中

Chapter 4

学校生活を楽しく 送るために

スムーズな学校生活を送らせてあげたいお母さんへ
忙しい学校の先生でも
5分で子どものことを把握できる

コミュニケーションレター



発達科学コミュニケーショントレーナー
佐藤詩麻

先生との連携に役立てていただきたいの
が、「コミュニケーションレター」です。

今回、この小冊子をダウンロードしてく
ださったお礼に、巻末特典として
「コミュニケーションレター」を
プレゼントいたします！



コミュニケーションレターは、
20年の教員経験と発達科学コミュニ
ケーションの手法を掛け合わせて作っ
たオリジナルのものです。

私が担任だった頃、
欲しかった情報が詰まっています。

これを先生に手渡せば、
忙しい先生が5分で子どものことが理
解できる
ようになります。

これを、ぜひ4月の面談に持って行って
ください。きっと、お子さんが笑顔で
過ごせるようになります。

コミュニケーションレターを書くには
まずお母さんが、お子さんのことを
誰よりも理解し、伸ばし方、接し方を
知っていることが大切です！

お子さんのよいところを発見し、我が子に
合った対応法を知ることができるワークに
トライしましょう！

①得意なことや苦手なこと

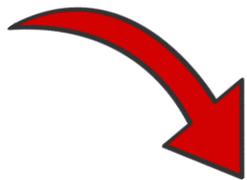
好きなことは、本人も自信を持っているので先生からお話を聞いていただけると嬉しいです。

	得意なこと	苦手なこと
学習		
生活		
対人関係		
感情		
その他		

お子さんを理解するのに 手に入れてほしい視点 その1

次の【子どものいい所発見ワーク】
をすると、

学校との連携がとりやすくなる
「コミュニケーションレター」の
1ページ目のココが書けるようになります！



①得意なことや苦手なこと

好きなことは、本人も自信を持っているので先生からお話を聞いていただけると嬉しいです。

	得意なこと	苦手なこと
学習		
生活		
対人関係		
感情		
その他		

うちの子、いいところないんです・・・
というお母さん必見！！

【子どものいい所発見ワーク】

「宿題やったの？」と毎日言う代わりに、
何かできるでしょうか？

「宿題やったの？」というのは
できていないことに注目していることにな
ります。

できないところに注目されると、
その時、やる気だったとしても、一気に
やる気がなくなってしまうのです。

それでは、**できていることに注目**すると、

どんなセリフが出てくるでしょう？

例えば、ランドセルから宿題を出した
ところで、すかさず、

「宿題始めようとしているんだね。」
とほめることができます。

または、パジャマを片付けた時に、

たとえぐしゃぐしゃだとしても、

「パジャマきちんと片付けられたね。」
とすることができます。



ポイント

この時、気をつけたいポイントは、

「100%を求めないこと」です。

1%でもできたところに注目することで、褒める回数がどんどん増えていきます。

少しでもできたところを褒められることによって、成功体験を積むことができます。

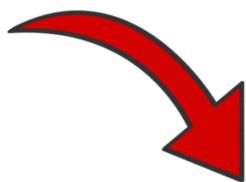
そうすると、好ましい行動がどんどん出てくるようになるのです。



お子さんを理解するのに 手に入れてほしい視点 その2

次の【褒めポイントUPワーク】
をすると、

学校との連携がとりやすくなる
「コミュニケーションレター」の
1ページ目のココが書けるようになります！



①得意なことや苦手なこと

好きなことは、本人も自信を持っているので先生からお話を聞いていただけると嬉しいです。

	得意なこと	苦手なこと
学習		
生活		
対人関係		
感情		
その他		

褒めるところがあまりなくて
困っているお母さん**必見！！**

【褒めポイントUPワーク】

行動できたことを本人に気づかせるために、事実をそのまま言葉にして褒めます。
例えば、いつもしていることに対して、
「顔洗っているんだね。」
「手を洗ってるんだね。」など、
実況中継のように言います。



そうすると、
無意識に行動していたお子さんの脳に
褒めが届くので、自己肯定感が育つので
す。

また、お子さんが行動していることを声
に出して伝えることにより、

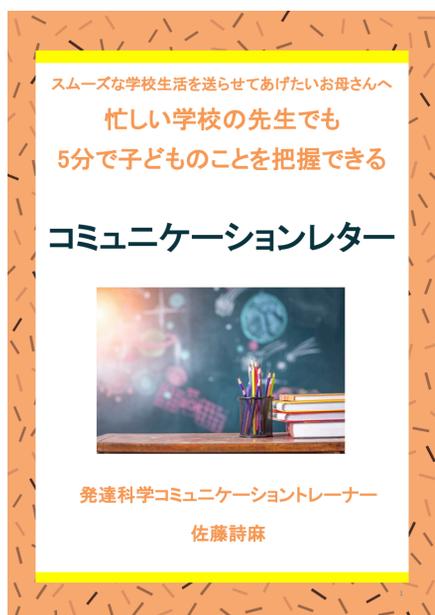
「わたし、〇〇ができています！」
と確認ができるので、自信がつき、
その行動が定着しやすくなります。



これで、コミュニケーションレターが
書けそうなイメージはできましたか？

もし、全部は難しいという方は、
ぜひ個別相談でお話ししましょう。

学校の先生に、子どものことについて
対応をお願いしたいときは、
お家での**子どもの伸ばし方**がわかった上
でお願いすると、うまくいきますよ！



①得意なことや苦手なこと

	得意なこと	苦手なこと
学習		
生活		
対人関係		
感情		
その他		

②我が家での対応法

元教員が教える！

／新学期、学校との連携のコツがわかる！／

学校からはじかれそうになる子が

誤解されずに

元気に学校を楽しめるようになる

個別相談会

パソコン・スマホ・
タブレットのいずれ
かで、お家からご参
加いただけます。



お子さんの
オリジナル
サポートプラン
特典付

詳細・お申し込みは
▼こちらをクリック▼

<https://www.agentmail.jp/form/ht/25868/1/>

読者様特典 先着10名様無料
90分 オンライン個別相談受付中

Chapter 5

最後に



私が発達科学コミュニケーションに出会ったのは、ちょうど教員を退職する2ヶ月前でした。

これをもっと早く知っていたら、子育てに悩むお母さんたちの手助けがもっとできたのに、と思うと同時に、

子どもの脳に届く「脳が成長発達するためのコミュニケーション術」を一人でも多くのお母さん達にお伝えして、こうと決意しました。

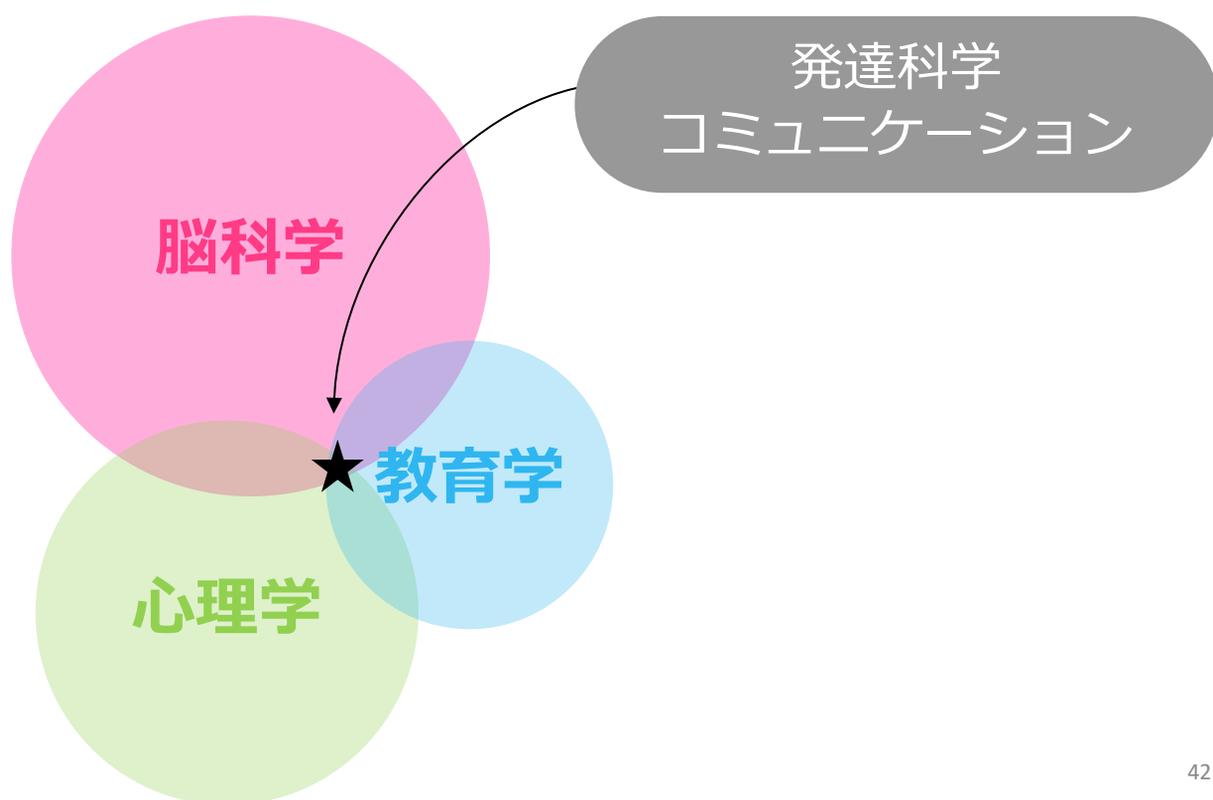
なぜなら、コミュニケーション次第で、**子どもの脳が発達**もするし、発達も止まることもあるということを知ったからです。



発達科学コミュニケーションは、脳科学・心理学・教育学のいいところ取りをしたものなので、しっかり脳に届いていくのです。

新年度を迎える前に、お子さんに伝える言葉、成長する言葉をかけることで、お子さんに自信をつけることができるでしょう。

そして、**自信をつけた状態**で新しい環境に臨むことができます。



教員をしているときも、学校ができることの限界を感じていました。

やはり、**お母さんだからこそできる、お母さんしかできない**事があるのです。

私は、子育てに困っているお母さんをコミュニケーションの力で助けたい、**日本中のお母さんを笑顔にしたい**という夢があります。

まずは、お母さんが笑顔で、そして家族みんなが笑顔になれるよう、お子さんの成長と一緒にサポートさせていただきます。



元教員が教える！

新学期、学校との連携のコツがわかる！

学校からはじかれそうになる子が

誤解されずに

元気に学校を楽しめるようになる

個別相談会

パソコン・スマホ・
タブレットのいずれ
かで、お家からご参
加いただけます。



お子さんの
オリジナル
サポートプラン
特典付

詳細・お申し込みは

▼こちらをクリック▼

<https://www.agentmail.jp/form/ht/25868/1/>

読者様特典 先着10名様無料
90分 オンライン個別相談受付中

巻末特典

コミュニケーションレター



スムーズな学校生活を送らせてあげたいお母さんへ

忙しい学校の先生でも

5分で子どものことを把握できる

コミュニケーションレター



発達科学コミュニケーショントレーナー

佐藤詩麻

はじめに

発達に凸凹がある子は、苦手なことやできないことがたくさんあります。

それでも、学校や教室で、できるだけ特性を理解された環境で、わが子に安心して過ごさせてあげたい。

そうお考えのお母さんたちに向けて、今すぐ書ける「コミュニケーションレター」をご紹介します。

お子さんの学校生活に、ひとり悩むお母さんへ

発達に凸凹がある子は、苦手なことや、年齢相応にできないことがたくさんありますよね。

私の教員歴20年の経験から、生徒さんの登校しぶりや、学校生活の中では席を立ってしまうなど、1クラスに40人近くいるので、困りごとも起きやすく、悩んでいるお母さんが、以前よりも多くなってきていると感じています。

「担任の先生は、子どもの発達凸凹について、何か対応してくれているのかな・・・」

「先生だから、子どものことなら知っているだろうに、発達の特性については、何もしてもらえてないのでは」などと、不安を抱えている方も多いのではないのでしょうか。

スムーズな学校生活には、 先生との連携が欠かせません！

実は、学校の先生は、**教育の専門家**ですが、**発達の専門家**ではありません。

熱心な先生は、本を読んだり、調べたりしますが、経験からとか、自分の主観で判断して対応してしまっている先生が多いのが現状です。

日々の授業やその準備、会議などに追われ、発達障害について学んだりする時間は、皆無に等しく、先生達も、特性があることを分かってはいても、対応することができず、困っているのです。

しかし、先生にとっても、お子さんにとっても、学校生活がスムーズに送ることができるようになるための情報が、お互いにシェアできたら、どうでしょう。

学校の先生がすぐ子どもの特性を把握できる、シンプルかつ分かりやすいコミュニケーションレターを作ってお渡しすることは、スムーズな学校生活に向けての第一歩となることでしょう。

忙しい担任の先生に、最速で子どものことを理解してもらえするための3つのポイント

発達凸凹がある子のスムーズな学校生活には、先生との連携が欠かせません。

コミュニケーションレターのポイントは3つです。

①感謝の気持ちを伝える

②シンプル イズ ベスト！

③お家での様子・対応を伝える

次ページから、具体的にどうすればよいか

見ていきましょう。



【ポイント①】 先生への感謝の気持ちを伝えましょう



「先生の声掛けのおかげで、
楽しく学校に行くことができます。」

「先生と話したよ！と教えてく
れます。」など、感謝の気持ちを
伝えましょう。

先生方は、前述のような状況で、時間に追われています。その中でも、わが子の特性を理解して、学校で見てもらいたいならば、積極的にアプローチしていくことが大切です。

普段からこまめに感謝の気持ちを伝えるようにすると、先生とのコミュニケーションが円滑になり、お母さんと学校的意思疎通がスムーズになりやすいです。

【ポイント②】 シンプルなのが一番

お母さんにとって、先生へ伝えたいことは、たくさんありますよね。けれども、長文の発達凸凹の特性の説明や悩み事を、連絡帳や手紙にびっしり書き連ねるのは、ちょっと待って欲しいのです！！

先生は、とにかく時間に追われています。一人で40人学級の宿題を見て、健康観察、配る手紙もいっぱい、授業の準備もしなければいけない、保護者への電話や面談まで数々の業務があり、目まぐるしい日々なのです。



連絡帳は、子どもが連絡事項を書くものでもあるので、すぐ子どもの手元に返さなければなりません。しかも、教員が連絡帳の返事を書く時間は、給食中くらいしかありません(実は、食事の時間を削って書いているのです)。

ですから、長文ではなく、「コミュニケーションレター」として、シンプルに書いて伝えると、先生も適切なタイミングや場所で、情報を読むことができます。

そして、その子の力になってあげたいと思えるのです。



【ポイント③】

おうちでの様子や対応をしっかりと伝えよう

学校の先生が「発達のプロ」ではない以上、お母さんが誰よりもお子さんの発達の専門家になって欲しいのです。

お母さんが、お子さんの特性を理解し、子どもを落ち着かせる対応や、成長しやすい接し方を知っていれば、それを先生にそのままお伝えすることができます。

もちろん、お家と学校では環境が異なるので、家でうまくいっていることが、全て学校でうまくいくとは限りません。ですが、先生にお伝えしておくことで、作戦会議がやりやすくなりますよ！

例えば、「待つことが苦手ですが、家では、『ちゃんと待てるね』と少しでもできていることを褒めることで、待つことができます。」

など、家で癩癩を起さずに済んでいる声かけ法を伝えます。

すると、先生も「これを真似してみよう。」と情報を具体的に受け取ることができます。

「これならできそうだな」と感じてもらえる伝え方が、一番効果的なのです。

スムーズな学校生活のために、学校との連携で必要なのは、「二人三脚の姿勢」です。

学校で起きていることは、つい「学校にお任せ！」となってしまうがちですが、家庭と学校の連携が、子どもがのびのびと学校生活を送るためのライフラインになります。

お家でお母さんが、お子さんにどう対応しているかを、具体的に伝え、アピールしてください。

次のページからは、コミュニケーションレターの記入例をご紹介します。書き出してみることで、改めてお母さんが気づくこともたくさんあると思います。



佐藤先生へ

Point!
感謝を伝える

いつも〇〇がお世話になっております。
〇〇先生が、いつも休み時間に〇〇と遊んでく
ださっているおかげで、学校に行きしぶつ
たりせず、楽しく学校に通っています。本
当に感謝しております。

普段、教室では、〇〇への配慮をたくさんし
ていただいていると思います。にもかかわ
らずご迷惑をおかけしていることでしょう。

そこで、先生にご迷惑をおかけしないため
にも、〇〇の得意なことや苦手なもの、家で
の対応法を簡単にまとめてみましたので、
ご一読いただければと思います。

〇〇の対応に困ったときに、見返していただ
けると、幸いです。



得意なことや苦手なこと

好きなことは、本人も自信を持って
ていただけると嬉しいです。

Point!
一度にたくさん書かない。
あえて、各項目1つずつまで。
これが読んでもらえる
コツです。

	得意なこと	苦手なこと
学習	算数は計算問題が好きです。	算数でも文章題や国語などは苦手です。
例) 図形を覚えるのが苦手、ノートを書くのが辛い、など		
生活	家の手伝い(食器をさげる)をしてくれます。	整理整頓が苦手、プリントやノートの紛失が多い。
例) 料理が得意です、時間通り動くのが苦手です、など		
対人関係	人の輪に入っていくことが得意	友達が嫌がっても、気づかずに、しつこくやって嫌がられることがある
例) 友達のことを思いやれる、人に近づきすぎることがある等		
感情	普段は穏やかでニコニコしています	思い通りにならないと、暴言をはいたり手が出たりします。
例) すぐ泣く、自分の感情を言葉でうまく表現できない		
その他	ゲーム●●が強いです	好きなことを始めると、他のことが目に入らなくなる。
例) 上記4つに当てはまらないが、伝えておきたいことを書く		

②我が家での対応法

我が家で取り組んでいる声かけを、学校でのご参考にしていただけると幸いです。

Point!
 まずは「Point」を簡潔に1行書いて、その後に例を書きましょう。

声掛け・接し方のコツ

学習	<p><u>Point</u> : やろうとしたことを褒める 宿題に取り組まなくても、ランドセルを開けて、宿題を出したときに、「宿題やろうとしてるんだね。」と褒めます。</p>
生活	<p><u>Point</u> : 当たり前に行っていることを褒めます 例) 「元気に起きられたね。」「顔洗ったね。」「たくさん食べられたね。」</p>
対人関係	<p><u>Point</u> : 感情のキーワードの入った会話をする 例) お友達の様子を一緒に見ながら「●●くんは嬉しそうだね」「△△さんは悲しそうだね」など、相手の気持ちを教える会話にしています。</p>
感情	<p><u>Point</u> : 落ち着くまで待つ 少し距離と時間を置いて、落ち着くまでスルーして、落ち着いてから「我慢できたね」と言って終わりにします。</p>
その他	<p><u>Point</u> : 肩を叩いてから近くで穏やかに言う 大きな声、怒った声は、シャットアウトされるので、近くに行って、ポンポンと肩をたたいて注意をひいてから「もう終わりだよ」と言います。</p>

③お願い

Point!

ここに書くのも
まずは1つの事柄に
フォーカスしましょう。

正義感の強いところがあり、お友達が間違っ
た行動をしていると、離席して注意しに行っ
てしまうことがあります。

そんな時は、「〇〇くんが許せないんだね。」
と気持ちをまず受け止めてやってください。で
も、暴力はいけないので、代わりに先生が〇〇く
んに注意するからね。ありがとうと言ってたし
なめてくだされば、納得して戻ると思います。

周囲からの刺激（お友達のおしゃべりなど）
に反応しやすいので、席は前の方にしていただ
けると、集中しやすいかもしれません。

ご検討いただけると幸いです。

山田 発太郎 母（山田 発子）

では、実際に
コミュニケーションシートを
書いてみましょう！

次のページ以降を印刷して、先生
に渡しましょう

先生へ



____年 ____月 ____ (名前) ____より

①得意なことや苦手なこと

好きなことは、本人も自信を持っているので先生からもお話を聞いていただけると嬉しいです。

	得意なこと	苦手なこと
学習		
生活		
対人関係		
感情		
その他		

②我が家での対応法

我が家で取り組んでいる声かけです。
学校での関わりの参考にさせていただけると幸いです。

	家での声掛け等
学習	Point : _____ _____
生活	Point : _____ _____
対人関係	Point : _____ _____
感情	Point : _____ _____
その他	Point : _____ _____

③お願い



著作権について

法的事項：

本教材及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、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©2021-.Shima Sato.

2021年3月発行 著者 佐藤詩麻