

休校中の勉強に悩むママへ

コロナ
対策

休校中の過ごし方 アイデアBOOK

子どもが成長するおうち時間



〳〳もっと楽しく!〳〳

おうちでの新しい学び

BEST 9



パステル総研

小冊子紹介

こんにちは！

子どもの発達グレーゾーンの悩みごとを、
大人に持ち越さないことを目指すリサーチ機関・パステル総研です。

発達障害やグレーゾーンの正しい知識と対応を伝えることで、
子どもたちが生きやすい時代をつくるきっかけづくりをしています。

3月初旬より新型コロナウイルスによる一斉休校が続き、
全国に緊急事態宣言が出されるまでになりました。

未だに感染者の増加が続いており、
5月の学校再開も難しい状況になっていますね。
新学年がスタートしたのに、実際には学校に行けない日々が
今後続くかもしれないのです。

オンライン授業がスタートしている自治体も出てくる一方、
宿題もほとんど出ていない学校もあるなど、
地域や学校によって学びの機会に大きな差が出ています。



この状況で、「うちの子、勉強大丈夫？」と心配されているお母さんもたくさんいらっしゃるのではないのでしょうか。

この小冊子では、そんなお母さんのために
おうちでの新しい学びのカタチを提案いたします！

机に向かってワークに取り組んだり、教科書を読んだりすることを「勉強」だと思っていないませんか？

普段パステル総研のコンテンツを作成している、
発達科学コミュニケーションリサーチャーたちが実践している、

もっと楽しく！
子どもが喜んで取り組む！
発達科学的にアプローチする！



新しい学びのカタチをこの1冊にまとめました。

主に小学校低学年~中学年のお子さんに向けたメソッドですが、
勉強を全くしない！勉強なんて大嫌い！
というお子さんには、年齢を問わず試してみてください。

ぜひ明日からのおうち時間を、子どもが楽しく成長する時間に
していただければうれしいです。



親子のコミュニケーションをスムーズにして
子どもの成長を加速する！

「発達科学コミュニケーション」代表の吉野加容子です。

私の専門である脳科学を生かしたコミュニケーション術で、
発達障害やグレーゾーンの子どもの発達を加速したい
凄腕ママを育成する専門家です！

私が運営している「発達科学ラボ」には、
トレーナーとリサーチャーの2つのポジションがあります。

この小冊子は、リサーチャーの多くの経験と発達科学の学びから、
一斉休校中でも、脳の発達にアプローチする新しい学びについて
まとめることができました。

小冊子を読まれて、
トレーナー・リサーチャーに興味をもたれた方のために、
第6章で発達科学ラボの仕組みを説明しています。
ぜひご覧くださいね！

この小冊子をご活用いただいで、子どもが楽しく成長する
おうち時間を過ごしていただければ、とても嬉しいです^^

目次

1. 教科書なんて要らない！新しい学び

- ①昆虫図鑑から学ぶ
- ②ジャンケンゲームから学ぶ
- ③本・テレビドラマ・映画から学ぶ
- ④ポケモンから学ぶ

2. 学びの環境を整える

- ①お母さんも学ぶ
- ②リビング学習VS学習机

3. 勉強中の集中力アップ

4. 漢字の学び方

5. オンラインを活用！みんなで楽しく学ぶ

6. 発達科学ラボの仕組み

01

教科書なんて要らない！

新しい学び



1. 教科書なんて要らない！新しい学び

①昆虫図鑑から学ぶ

一斉休校の時間がチャンスです！発達障害でADHDの子どもを勉強好きにする～昆虫図鑑を100倍楽しむ方法～

発達障害でADHDの子どもは、なかなか落ち着いて机に向かってくれません。昆虫図鑑が大好きな子どもが図鑑を見るときに〇〇を持っているだけで、「勉強嫌い」を「◆◆に夢中」にさせてしまうものがあるのです。小学2年生以降の算数が楽になります。

【目次】

1. 発達障害でADHDの子どもはめんどうなことが嫌い
2. 小学2年生からの算数は「めんどうなこと」になってきます
3. 〇〇を持って図鑑を楽しむと「単位の勉強」が楽チンになります

1. 発達障害でADHDの子どもはめんどうなことが嫌い

新型コロナウイルス感染拡大予防のために、多くの学校が休校になりました。お母さんや子どもたちは、学校にも行けないし、外出することもできず、普段とちがう生活に戸惑ってしまいますね。

でも、「お母さんと子どもが一緒におうちの中で過ごせる時間が増えた」と前向きにとらえてみるのも得策です。

大好きな図鑑を見るなど楽しく過ごしながら、「勉強嫌い」を「あれ？勉強おもしろいかも！」に変身させてみませんか？

元気いっぱいの注意欠陥多動性障害（ADHD）の子どもは、**めんどろな**ことが嫌いです。

落ち着きがないし集中力も長くは続かないので、勉強が嫌いになりがちです。先生の話の聞いているうちに、話が長くなると前に**聞いたことを忘れて**しまいます。

目の前にはないものを**イメージすることも苦手**です。そのために、本当はおもしろいことでも、**理解しない**うちに話が進んでしまいます。

だから、おもしろさに気づくことができないということもたくさんあるのです。



手先が不器用であれば、ノートに文字や線を書くにも時間がかかり、てこずっているうちに授業が進んでしまうのです。

そうなってくると、授業以外のことが気になり出して、まったく別のことを考えたり、ふらふら席を立ってしまったたりすることもしばしば。

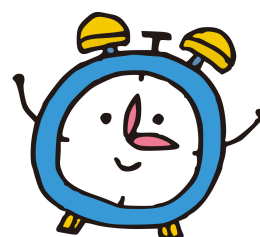
このようなことを繰り返しているうちに、発達障害・ADHDの子どもは「勉強嫌い」になってしまうのです。

一斉休校となり、外出も思うようにできない、いつもとちがう時間、お母さんも子どももどのように過ごせばよいのか戸惑っていることでしょう。

この時間を利用して、「勉強嫌い」を「あれ？勉強って楽しい！」に変える挑戦、してみませんか。

2. 小学2年生からの算数は、「めんどろなこゝ」になつてきます

小学校1年生の算数は、数字の書き方、数の概念であつたり、時計の見方であつたり、おはじきなどを使って目に見える形で勉強していきます。



「みかんを3つ持ってきて」

「今、何時？」

など、生活の中で応用したり、お母さんとの日常のコミュニケーションで復習したりできる勉強が中心です。

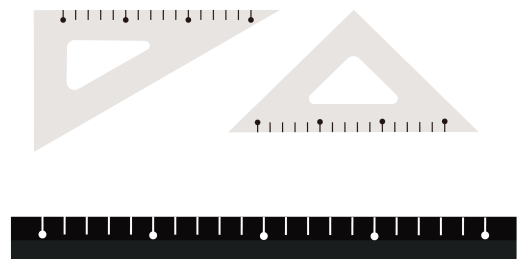
2年生になると、**九九**を勉強します。

長さの単位、cm（センチメートル）、mm（ミリメートル）を勉強します。

1 cm=10mm **暗記や換算**をしなければなりません。

ものの長さを測る学習では、

- ① 測る対象物を決める
- ② 長さを予想する
- ③ 実際に計測



このような実習をします。ものを**イメージすることが苦手**な子どもにとっては、かなり大変です。

発達障害でADHDでめんどうなことが嫌いな子どもにとっては、**小学2年生の算数は、突然ハードルが高くなります。**

3. ○○を持って図鑑を楽しむと「単位の勉強」が楽チンになります

小さいころから**図鑑が大好き**な子どもがたくさんいますね。

とくに、昆虫図鑑を見るときに、ぜひ手元に持っておくとおもしろいものがあります。それは**定規**です。

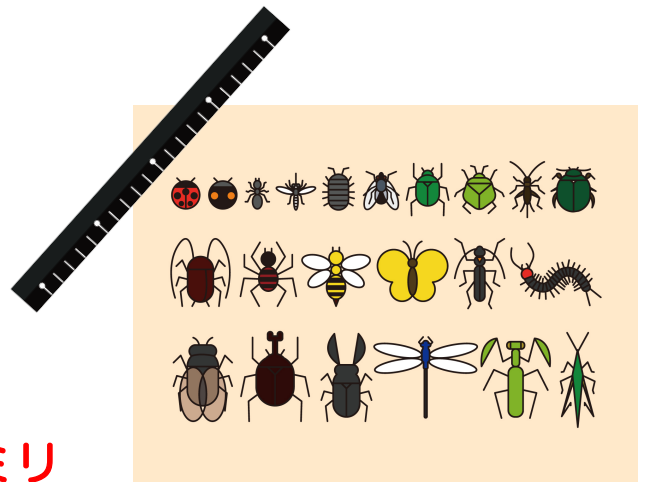
たとえば、

【ショウリョウバッタ】

バッタ科。顔の長いバッタ。

体長 オス約45ミリ メス約75ミリ

からだに白いスジがあるのがオス スジがないのがメス



などと書いてあります。

図鑑を見るときに、お母さんと定規を使いながら、

「45ミリってどのくらいかな」

「1ミリってこんなに小さいんだね」

「1センチってこんな感じなんだね」

「45ミリって4センチ5ミリのことなんだね」

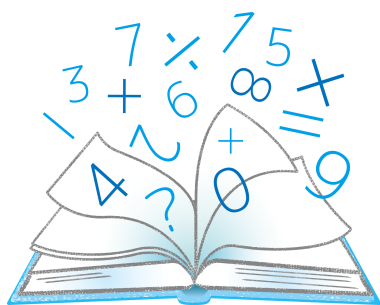
このようなおしゃべりをして、**楽しんで**みてください。

定規を持って図鑑を見るだけで、図鑑の中の虫がどのくらいの大きさなのかイメージできるようになります。

なんと！定規を持っていると、図鑑を見るのが100倍くらい楽しくなってしまうのです。

そして、知らず知らずのうちに楽しみながら、長さの単位の理解が進みます。長さの単位の理解ができると、重さの単位の換算の仕組みも同じなので、楽になります。

そうすると、暗記や換算、めんどろなことが嫌いな発達障害・ADHDの子どもも、小学2年生からの算数が楽になります。ぜひ、やってみてくださいね。



執筆者： このひなた
(発達科学コミュニケーションリサーチャー)

1. 教科書なんて要らない！新しい学び ②ジャンケンゲームから学ぶ

臨時休校の時間を有効利用！発達障害の子どもへの勉強嫌いを克服しませんか？～親子の楽しいコミュニケーションと言葉を使って子どもの脳を発達させよう～

発達障害の子どもが元気に遊びながら、コミュニケーション力と言葉を学べたら、脳も心もぐんぐん発達します。公園など自然がいっぱいで広々したところは、大人も子どもも心が解放されます。みんなで思いっきり遊べる「言葉探しゲーム」を紹介します。

【目次】

1. 発達障害の子どもは、勉強が嫌いって本当？
2. 心が解放されると、いつの間にか楽しく学んでいる
3. 親子のコミュニケーションで言葉の力で脳がぐんぐん発達する遊び



1. 発達障害の子どもは、勉強が嫌いって本当？

新型コロナウイルス感染拡大予防のために、多くの学校が臨時休校しています。

学校に行けない、思うように出かけることもできなくて、お母さんも子どもたちも戸惑ってしまいますね。

子どもたちはうずうず。お母さんたちも、
だんだんイライラしてくるころでしょう。



発達障害の子どもは、**長い時間じっと座っている**ことが苦手です。興味がないことを**無理強い**されても、やる気が起きません。

宿題をなかなかやろうとしなかったり、勉強なんか嫌いだと言って機嫌を損ねてしまったり。

お母さんが宿題を見てあげようとする、**子どもの機嫌が悪く**なって親子のコミュニケーションも怪しくなってきます。ついつい親子バトルになることはありませんか。

だからと言って**辛い気持ちを上手に言葉で説明できない**ので、椅子をガタガタさせたり、立ってふらふら歩いてしまったり、やる気のなさそうな素振りを見せてしまいます。

短期記憶が弱いために、前に聞いたことを忘れてしまい、お母さんがやらせようとしたことができないこともあるのです。

そのとき、「ちゃんと聞いていないから！話をしっかり聞きなさい！」などと叱られてしまうと、悲しい気持ちになったり自信を失ったりして、さらに勉強をする気持ちがなくなります。

本当は勉強自体が嫌いなのではなく、無理強いされたり時間に追われたり、できないことを叱られて、**勉強させられることが好き**ではなくなっているということも考えられます。

「うちの子は、勉強が嫌い。勉強させようとすると、機嫌が悪くなるのです。」

このようなお母さんの声をたくさん聞きます。

お母さんも、一生懸命に子どもと向き合っているうちに、心も体もヘトヘトになってしまいますね。

お母さんも子どもも「勉強させられていることが辛い」だけなのに、「勉強は嫌い」だと思い込んでいるのかもしれませんが。



2. 心が解放されると、いつの間にか楽しく学んでいる

発達障害でコミュニケーションが苦手な自信をなくしている子どもは、**言葉を上手に使えるようになると、自分がやりたいことを話し出します。**

自分がやりたくないことの理由を説明できるようになるので、それをどうやって乗り越えたり、解決したりすればいいのか、お母さんにもわかるようになります。

言葉の勉強は、本を読んだり文字を書いたりするだけではありません。



身近ないろいろな**言葉を思い出す**ことも脳をたくさん使います。

大きな声を出して誰かに何かを伝えあって**コミュニケーション**をとることで、言葉を使う力が養われます。

子どもの脳は、**行動**することでどんどん発達します。

できればお**天気の良い日**に屋外で、どれだけ大きな声を出しても叱られることなく、元気に体を動かすことができれば、子どもの心は解放されます。

なぜ、お天気のよい日に屋外で体を動かすとよいか。強い紫外線に当たることは健康によくありません。

しかし、**適度な日光**に当たると、**セロトニン**という物質が体内で分泌されると言われています。セロトニンは、感情の高ぶりを抑え、心をおだやかに安定させる働きがあるのです。

発達障害の子どもは、ずっと室内で遊ぶのではなく、お天気のよいおだやかな日に、屋外で心を解放させて、親子で楽しくコミュニケーションをとりながら遊ぶと、言葉の力もついて脳もどんどん発達していくのです。

心が解放されいろいろなことに楽しくチャレンジできて、言葉を上手に使えるようになると、嫌いだと思っていた勉強にも取り組めるようになります。

3. 親子のコミュニケーションで言葉の力で脳がぐんぐん発達する遊び

公園など屋外で、楽しく大きな声を出して体を動かしながら遊べる遊びをご紹介します。



その名も、「言葉探しゲーム」です！

ジャンケンをして「パーで勝ったら、パイナップル」、「チョキで勝ったら、チョコレート」と進んでいく遊びをしたことはありますか？この遊びの発展バージョンです。

何人でも遊べます。どこでも遊べますが、オススメは、大人も子どもも思いっきり大きな声を出せる公園などの屋外です。

ジャンケンをして、
パーで勝ったら、5文字の言葉を大きな声で言いながら進みます。グーで勝ったら、3文字の言葉を大きな声で言いながら進みます。チョキで勝ったら、2文字の言葉を大きな声で言いながら進みます。

このゲームは、遊びながら
「5文字」「3文字」「2文字」の
言葉を思い出さなければなりません。



発達障害の子どもが室内で椅子に座って「○文字の言葉を考えてノートに書く」勉強は、すぐに飽きてしまうでしょう。

しかし、屋外でコミュニケーションを楽しんで遊ぶと、大人がびっくりするほど言葉を思い出します。なかなか思いつかなくても、とても楽しそうに考えます。

例えば、昆虫の大好きな子どもは、「コーカサス（こおかさす）」や「カブトムシ」。魚の好きな子どもは、「マグロ」「サンマ」など、次々と出てきます。

数の概念を理解している子どもであれば、

「5文字ぴったりって難しいよね。例えば、『オオカマキリ』だったら6文字だから、6歩いて、1歩もどるでもいいよ」

というと、**面白がってどんどん言葉を探して遊びます。**

ぽかぽかでやさしいお日さまの下で、親子で大きな声を出して遊ぶと、お母さんも子どもも心が解放されるし、おだやかな気持ちになります。



楽しみながら言葉を探すので、「言葉を思い出す」という遊びで記憶力も鍛えられます。言葉を探すということは、語彙力も鍛えられます。

大きな声を出す・言葉を思い出す・体を動かす・歩数を数える

発達障害の子どもの脳がぐんぐん発達する遊びです。

親子で楽しくコミュニケーションをとりながら、「言葉探しゲーム」で遊んでみてください。字数を変えたり条件をつけるなど工夫をすると、いろいろなバージョンを楽しめますよ。



執筆者： ここのひなた
(発達科学コミュニケーションリサーチャー)

1. 教科書なんて要らない！新しい学び ③本・テレビドラマ・映画から学ぶ

勉強嫌いな発達障害の子どもにオススメ！教科書を使わずに勉強への興味を引き出す方法

発達障害やグレーゾーンの子どものが全然勉強しない！と困っているお母さん。休校中は勉強の仕方を変えてみませんか？教科書を使わない、発達特性に合った勉強法をご紹介します。

【目次】

1. 子どもが勉強しない！と困っているお母さんへ
2. 発達障害・グレーゾーンの子どものにオススメ！教科書を使わず楽しく勉強への興味を引き出す方法
3. 迷ったらオススメ！大人になってから必要な科目

1. 子どもが勉強しない！と困っているお母さんへ

勉強が大好き！もっと勉強したい！という子どもはめったにいません。お母さんも、子どものころ勉強が好きじゃなかったという方が多いのではないのでしょうか。

でも、勉強が大切ということは誰もが知っています。

一斉休校中でも、「ヤバイ！勉強させなきゃ！」と焦っている方もおられるかもしれません。

お母さんが思う「勉強」ってどんなイメージですか？

机に向かって教科書を読んで
ノートにまとめて
ワークやドリルを解く



こんな勉強のイメージを抱いている方が多いと思います。

確かにこれも勉強ですが、方法の1つにすぎません。そして、残念ながらこの方法が好き！という子どもはかなりまれだと思います。

特に発達障害やグレーゾーンの子どもは「机に向かって座る」と**自体が苦手**な子もいます。

多動性のある子はじっと座っていることがストレスです。そんな子に「勉強するから机に向かって座りなさい」と言ってもやる気なんて出ませんよね。

一方でお母さんは、自分の好きなことに対してはすごいエネルギーで取り組む子どもの姿をいつも見ていらっしゃると思います。

子どもが勉強しないのは、やはり「好きじゃないから」「楽しくないから」なんです。

だったら、少しでも子どもが「楽しい！」と思える要素をプラスしたり、いっそのこと好きなものを通して勉強するという形にすれば、子どもは積極的に勉強すると思いませんか？

そして、子どもの**興味や好きなことがどんどん広がっていく**と思いませんか？

机に向かうだけが勉強ではありません。どんな勉強方法があるのか、どんな方法なら楽しく勉強できるのか考えていきましょう！

2. 発達障害・グレーゾーンの子どものためにオススメ！教科書を使わず楽しく勉強への興味を引き出す方法

机に向かわず、
教科書も開かず、
ノートも鉛筆も必要ない！
ドリルもやらない！



じっと座っているのが苦手な発達障害やグレーゾーンの子どもにピッタリ！

そして子どもが心から楽しんで勉強できる、夢のような方法を考えていきましょう。



ここでお伝えしていく方法は、「勉強」というよりも、知識を増やして子どもが興味を持てるものを増やすということを目的にしています。あくまでも**きっかけ作り**だと思ってください！

この方法を取ったからといって、正直なところすぐにテストの点数が上がるとは言えません…でも、「きっかけ作り」はとても大切です。

というのは、どんなことでも幅広く知識を増やせば、**学んだことをリンクさせて新しい興味を生み出す**ことができるからです。

そして、興味を持つことができれば、子どもは**自分から調べたり学んだりするようになる**からです。

特に発達障害やグレーゾーンの子どもは自分が興味を持ったことはとことん追求しますよね。ですからお母さんは、子どもがより多くのことに興味を持てるように促していくことが大切です。

学校がない分、子どもたちは自分の興味のあることに没頭できる時間があります。子どもが興味を持てるものを増やしてあげるチャンス！

勉強といっても、きっかけは教科書じゃなくてOK！具体的な方法についてお伝えしていきます。

王道は、**本・テレビ・映画**などを教材にすることです。



ただ、これらは事実ではないことが織り交ぜられていたり、誇張されていたりすることもありますよね。お母さんとしてはそんなものを教材にして大丈夫？と心配になるかもしれません。

でも、子どもは楽しくないと興味を持つことができません。興味が持てないと知識は広がっていきません。最初の一步は、事実として正しいことを優先するのではなく**楽しさを優先するのが鉄則**です。

そして、本やテレビ、映画などは読者や視聴者を最後まで飽きさせない工夫や演出がされています。まさに「きっかけ作り」にピッタリなんです！

発達障害やグレーゾーンのなかでも、視覚優位の子どもたちはテレビや映画が特にオススメです。

視覚優位の子どもたちは目から入った情報を処理するのが得意！映像から情報を得られるテレビや映画は彼らの特性にピッタリだといえます。

正しさを優先するなら教科書でいいはずですが。でも教科書を読んで楽しさを感じたり興味を持ったりする子どもは多くありません。

楽しかったり、興味を持ったりして子どもが自分から学ぶようになれば、事実でないこともいづれ分かります。そしてそれも新たな学びになるのです。

例えば、歴史上の人物を取り上げた本、テレビ、映画はたくさんありますよね。その人物だけではなく時代背景や関係のある歴史上の人物についての知識も得ることができます。そこから歴史について興味を持てるかもしれません。

教科書を読んでノートにまとめたり、ひたすら暗記したりするのは、やはり楽しくありません。特に歴史については丸暗記するのは非効率！



まずは本・テレビ・映画などを使って、楽しく全体像を理解すると興味を持って学ぶことができます。

勉強嫌いな子でも、この方法なら勉強のきっかけが作れると思いませんか？

3. 迷ったらオススメ！大人になってから必要な科目

小学校・中学校の義務教育時代、さまざまな科目を学びますよね。「学習」の観点から言っても、春休みは今年度の学びが定着しているかチェックする重要な期間でもあります。

でも、科目数が多いとすべて復習するなんてできない！重要な科目だけはやらなきゃ！と思っているお母さんもいるでしょう。

子どもたちにとって一番重要な科目は何でしょうか？

受験を基準に考えると国語、英語、数学になりますよね。だって受験で配点が高いですから！

ここで本当に重要なのか、少し考えてみませんか？



国語は日本語ですから当たり前として、数学と英語、大人になっても必要でしょうか？

日常的に英語を話す環境で生活しているという人はあまり多くないと思います。一方で、発達障害・グレーゾーンにかかわらず、子どもたちが社会に出た後に必要とされているのはどんな知識でしょうか？

政治に対する知識や
経済・金融に対する知識、
モノの流れ、流通に対する知識、
時事問題を理解するための知識も必要です。



これらはすべて**社会**の知識です。

また、
農業の発展や環境保全、
ITスキルやものづくりなどは
理科の知識。



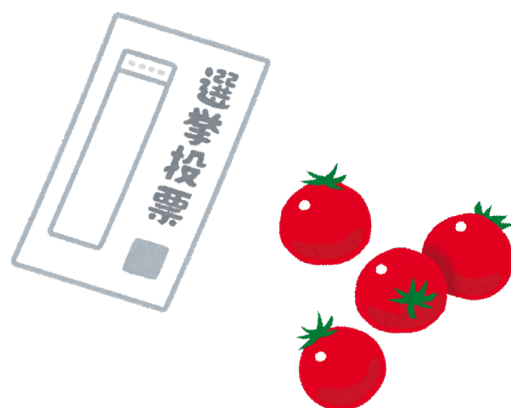
つまり、大人になって、社会で生きていくためのベースとなるのは**理科と社会**ということなんです！

学生時代に受験で重視されている科目と、社会に出てから求められる知識にギャップがありますよね。

だったら、今のうちから**子どもの興味や好きなことを社会や理科のなかに見つけれたら、社会に出たときに役に立つ**と思いませんか？

そして理科や社会であれば**体験を通して学ぶ**こともできます。

政治なら模擬選挙をやってみる、
流通ならスーパーに行ってみる、
農業なら野菜を育ててみる、
環境ならリサイクルをする。



実際に自分が体験したことならより興味がわきますし、記憶もはっきりと残ります。

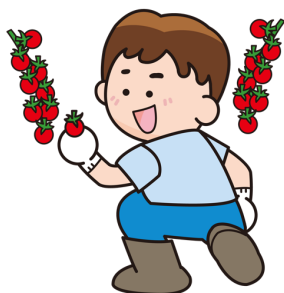
実は、本を読んで知識を得るだけでは脳はあまり発達してくれません。**行動してこそ、脳の発達は加速**します。

理科や社会を体験を通して学ぶ、実際に行動してみる、ということは脳の発達の観点においてもとても大切なことなのです。

子どもがより多くのことに興味を持てるようになること、好きになることが勉強の第一歩です。そして、実際に子どもが体験したり行動したりすれば、脳の発達はどんどん加速していきます。

教科書を開いて机に向かうだけが勉強ではありません。

一斉休校中で時間があるからこそ、子どもが興味を持ってそうで、体験や行動ができるような教材を探してみてくださいね！



執筆者：丸山香緒里
(発達科学コミュニケーションリサーチャー)

1. 教科書なんて要らない！新しい学び

④ ポケモンから学ぶ

ゲームが好きなら勉強に活用しましょう！ポケモンゲーム がもたらす探求学習力の鍛え方

子どもがゲームばかりでイライラしていませんか？子どもが夢中になるゲームはこれからの時代に役立つ勉強につながるきっかけになるんです。どうせやるなら効果的にゲームを親子で楽しみましょう！

【目次】

1. ゲームも勉強になること知っていますか？
2. これからの時代に子どもにとって必要となる力とは
3. ポケモンから得られる探求学習の力
4. ゲームの勉強要素を効果的にするのはお母さん次第！

1. ゲームも勉強になること知っていますか？

学校がお休みなら大好きなゲームをやりたい!!

そんな気持ちでゲームに夢中になる子ども達を見て、

「勉強しないでゲームばかり…」

「ゲーム時間を決めたのに守らない！」

「ずっとゲームしていると何故か不安」



そんな風にイライラしてしまっているお母さん、いらっしやいませんか？

そんなときは、ゲームが子ども達にもたらすメリットを考えてみましょう！

お母さん世代が「なんでこんなものが楽しいの？」と思うゲームも、実はこれからの時代に子ども達が生きていく上で役立つ勉強要素がたくさん詰まっているんですよ！

2. これからの時代に子どもにとって必要となる力とは

2020年度からセンター試験が廃止され、新しい「大学入学共通テスト」が実施されます。従来のセンター試験では「記憶力・知識力」が問われるものでした。

しかし、AI（人工知能）が台頭する時代がやってきます。既存の学歴や偏差値教育などで勉強する能力ではAIに勝てなくなると言われています。

そのため、「記憶力・知識力」に加えて「**思考力・判断力・表現力**」も問われるテストに変わっていくのです。「記憶力・知識力」は、学校で繰り返し行われるような勉強法で身につけることができました。

しかし、これからは、あらゆる情報を取捨選択し、自分の頭で考えられる力や、自分なりの切り口で問題を探求して学習できる力が必要となるのです。

この力は、誰かから「やらされる勉強」ではなく、「**自分で興味を持って熱中できる研究**」をすることによって鍛えられるんです。探求学習に取り組める子どもは、受験勉強も楽しくできるようになるはずです。

3. ポケモンから得られる探求学習の力

例えば、ポケットモンスター（以下ポケモン）のゲームで考えてみましょう。

昨年11月に発売されたNintendo Switch ポケットモンスター ソード・シールド。一つのゲームで獲得できるポケモンは400種類ほどもいます。

その中から数匹のポケモンをお供に連れて旅に出て、世界一強いポケモントレーナーを目指します。旅の最中、強い相手と戦い自分のポケモンを強くすると同時に、勝てば新しいポケモンをゲットすることができます。

ポケモンには18種類のタイプ（ノーマル、ほのお、みず等）があり、バトルする相手のタイプによってどのポケモンが勝ちやすい相性なのかを判断する必要があります。

さらに、ゲームのストーリーを攻略するために、子ども達が考えていることは、

- ・どのポケモンを育てていくのか
- ・どんな技が効果的なのか
- ・どんな天気でどんなポケモンが出現しやすいのか
- ・ダメージを回復させるためには、
どんなアイテムを持っていたら良いのか
- ・欲しいポケモンをゲットするために、
どの場所へ行けば良いのか

などです。



自ら「**どうしたら勝てるのか、どうしたら強くなれるのか**」という疑問を抱き、色々と考えて判断し、経験し、失敗もして、更に作戦を練る！という思考錯誤を繰り返しているんですよね。

これは、探求学習そのものです。こんなチャンスをただイライラして見つめるのはもったいないのです！

4. ゲームの勉強要素を効果的にするのはお母さん次第！

ゲームをしている探求学習が、お母さんの声かけによって更に効果倍増になるんですよ。

発達障害があったり脳に凸凹の特性のあったりするパステルな子ども達は、自分がしているゲームが勉強に役立つものだとは理解することは難しいかもしれません。

そこをお母さんの声かけで、色んなことができているんだと認識できるようにしていきます。

発達障害の特性を持つお子さんは、**ゲームで負けてしまうと怒ったり、癇癢を起こしてしまう**ことも多いかもしれません。



そんなとき、

「頑張って勝とうとしてるんだね。

このポケモンは何タイプ？」

「このタイプに勝てるタイプは何か調べてみよう！」

と言って一緒に調べてあげましょう。

攻略本でも、インターネットでも良いです。調べたら「こっこのポケモンを使ったらいいんじゃない？」とアドバイスし、もしそれで勝つことができれば、

「自分で調べて勝つ方法がわかったね！」

「あきらめずにやり続けられたね！」



と褒めてあげましょう。

そうすることを繰り返すことで、

自分でわからないことを調べる力がついていきます。

ゲーム以外の場面でわからないことが出てきた時にも、「ポケモンで頑張って調べられたよね、また調べてみよう！」と声をかけるといいですよ。

普段は面倒くさがりなお子さんも、好きなゲームの記憶が蘇って楽しく調べようと**行動できる**ようになっていきます。また、うまくいかなくて諦めてしまう場面でも、**やり続ける力を養う**こともできますね。

更に、子どもがゲームでうまくいって喜んでいるときは、「どんな作戦でうまくいったの？教えて！」と子どもに話してもらいましょう。

自分で思考してやってみた方法をお母さんに話すことで、**相手に自分の考えを伝える能力をつける**こともできるんです。

ゲーム以外にも何かに興味を持って学習してほしいと思ったら、ゲームの中で出てくることを一緒に調べていくと、**子どもの興味も広がる**でしょう。

ぜひ、休校中は子どもの興味をいち早くキャッチして、探求して勉強する力をつけていきましょう！



執筆者：すずき真菜
(発達科学コミュニケーションリサーチャー)

自分も子育てに役立つ話題を発信したい！

無料オンライン個別相談

読者特典90分

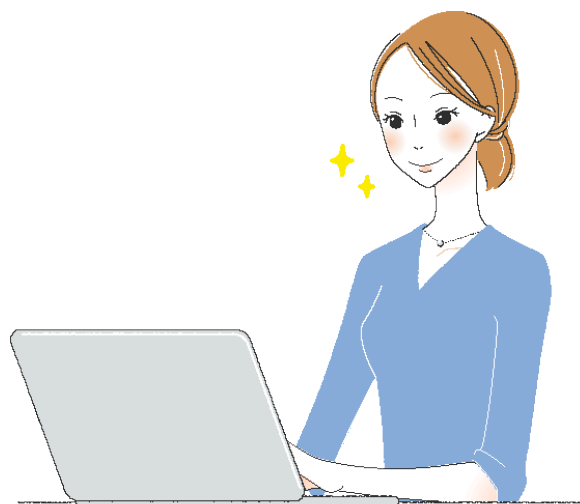


発達科学の専門家となって

自分にしかできない
子育てと仕事を

スタートさせる個別相談会

おうちで
夢を叶えるチカラを
手にしたい方！



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

▼お申し込みはこちらから▼

<https://yoshinokayoko.jimdofree.com/発達分野で働く/>

スマホでリンクにつながらない場合は、ダウンロードしてからクリックしてください

02

学びの環境を整える



2. 学びの環境を整える

①お母さんも学ぶ

発達障害の子にオススメ！勉強しない子どもに学習習慣をつけるお母さんの環境づくり

発達障害のお子さんが「勉強しない！」とお困りではありませんか？お母さんのちょっとした工夫でADHDタイプの子どもたちがスムーズに勉強に取り組める環境が作れます！すぐにチャレンジできる方法をご紹介します。

【目次】

1. 発達障害の子どもの学習に対する意欲はありますか？
2. 勉強しない子どもにイライラしていませんか？
3. ADHDタイプの子どもが勉強に集中できない理由はコレ！
4. 子どもが「勉強はムダ！」という理由
5. ADHDタイプの子どもの興味が広がる！
勉強の習慣を作る環境づくり



1. 発達障害の子どもの学習に対する意欲はありますか？

発達障害・注意欠陥多動性障害（ADHD）タイプのお子さんは、**意欲をもって勉強を行うことが困難**だったりしますよね。そんなお子さんを見て、**どうしよう…**と悩んでいる方もいらっしゃると思います。

お子さんが小学生以上の場合、「勉強」がお母さんの**心配のタネ**になることが多いでしょう。子どもたちが小学校に入学すると、1日の大半を学校で過ごすこととなります。学校の中心は授業。**勉強**です。

授業について行けない為に、**勉強が嫌いだ！**となってしまうと、以下の辛い思いをしてしまいかねません。

- ・理解できない授業をする先生を疎ましく感じる
- ・テストの点数が悪くて自信をなくす
- ・友だちにからかわれて辛い思いをする



という感情を抱いてしまう恐れが出てきます。

勉強の“つまずき”から**自尊心をなくして自己肯定感が低くな**ってしまつと、**不登校やうつ病などの二次障害**を生むこともあります。

学校生活をスムーズに送ったり、自己肯定感を損なわない為にも「勉強」はひとつのポイントになりますよね。発達障害やグレーゾーンの子どもたちが勉強していくなかで、発達特性に合わせた配慮が必要な場合も当然あるのです。

ADHDタイプの子どもの中には、**興味の対象が次々に変わって授業に集中できない、不注意が強くて忘れ物が多い**、ということもあります。

また、学校の先生に、**子どもの特性を理解してもらい、その子にあった配慮をお願いする**ことは大切です。でも、どんな配慮をしてもらえれば子どもが勉強しやすくなるのかまで、先生に考えてもらえるかは正直分かりません。



「うちの子は〇〇ですから、こんなふうに対応をしていただけませんか？」

とお母さんが子どもの特性に沿った対応を考えてお願いする方法が、一番早く寄り添いの学習が始められやすいでしょう。

その為には、担任の先生に、**子どもの特性を的確に伝えて対応をお願いするには、今からおうちで積極的に勉強のフォローをして、どんな勉強方法や環境・習慣が子どもにピッタリなのか**知ることが大切です。

2. 勉強しない子どもにイライラしていませんか？

「子どもにピッタリの勉強方法を見つけたい！」 そう思ったとき、お母さんはどうしますか？いろいろな方法を試したくて、普段以上に勉強するように言うてしまうこと、ありませんか？

お母さんの気持ちすごくわかります！しかし、子どもに勉強をさせるのはとても大変ですよね。

「勉強の時間だよ！」

「宿題は終わったの？」

「勉強しなさい！」



と何度声をかけても、子どもが勉強を始めず、**イライラ**されているお母さんも多いはず。**子どももお母さんのイライラを感じて反抗的**になり、親子の間で険悪なムードが漂ってしまう…ということはありませんか？

- ・ 短い時間でもいいから勉強してほしい。
- ・ 子どもが自ら勉強を始めてほしい。
- ・ お母さんの声かけでも、すぐに勉強を始めてほしい。

そんな願いが、あっという間に叶ったら、お母さんはとてもラクになりますよね。

この願い、叶えられます！



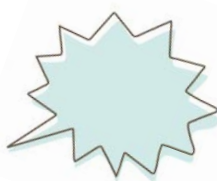
まずは、勉強をスムーズに始められる習慣をつけることを、目標にしていきましょう！

3. ADHDタイプの子どもの勉強に集中できない理由はコレ！

勉強している時間が短くても、スムーズに始めることさえできれば、お母さんのイライラは激減するはずです。

「宿題やりなさい！」

「勉強しなさい！」



と何度も声をかけなくてOK！そして、短い時間でも勉強できるのなら、勉強を習慣化することもできそうですよね。

ここで質問タイム！

お子さんが勉強をしているとき、お母さんは何をしていますか？

- 1) 子どもの隣に座って勉強を教えている
- 2) 子どもの隣に座るが、別のことをしている
- 3) 子どもの隣に座らず、別のことをしている

大きくこの3パターンに分かれます。あなたは何番ですか？

3つのパターンに分けましたが、正解というものはありません！
子どもの性格・特徴によって違って来るからです。

中には、毎日忙しく子どもが勉強をしているのを隣で見守ってあげられない、というお母さんも多いと思います。

子どもが勉強をしている間にご飯を作り、片付けをし、洗濯をし、一息ついてふと子どもを見れば、ぼーっとしていて全く勉強が進んでいない！

「えっ!?もうおしまい？」 「全然勉強してないじゃない！」と叱ってしまった経験はありませんか？

子どもの集中力は長時間続かないので、ふとした瞬間に集中が切れてしまうことはよくあります。

特にADHDタイプの子どものだと、不注意性や衝動性が高く、宿題に集中できなくなるきっかけがたくさんあります。



- ・宿題をしているときに鉛筆を落としてしまい、拾おうとしたらゲームが目に入りついつい遊び始めてしまう。
- ・ワークの隣に置いた文房具が気になって、ぼーっと見てしまう。
- ・勉強にどう取り組んだらいいのか解らず違う事をしてしまう。

実は、ADHDタイプの子どもが勉強に集中できない要因は、それだけではありません。お母さんが今何をしているのか？が気になってしょうがない、というときもあるのです！

お母さんが忙しそうに部屋を行き来していたり、隣に座ってくれていても別のことをしていたりしたら、

お母さん、どうしたのかな？

お母さん、何をしているのかな？



とお母さんの様子が気になってしまい、勉強に集中できなくなってしまうこともあります。

子どもに勉強の習慣をつけてほしいなら、「**勉強する雰囲気**」を作ることが大切になります。子どもが集中しやすい環境を作ること
でイライラの軽減にもつながりますよね！

4. 子どもが「勉強はムダ！」という理由

さて、勉強する雰囲気を作るには、どうしたらいいでしょうか？

ここで質問タイム！

あなたのお子さんは、自分がどうして勉強するのか、何を目的に勉強するのか、考えたことがあるでしょうか？

正しいかどうかは別として、子どもが自分なりの答えを持っているのであれば、勉強へのやる気につながります。しかし、この答えを持っている子どもはほとんどいません。

勉強への目的がわからないと当然、子どもから、

「なんで勉強しなきゃいけないの？」

「宿題なんてしたくない！」

「勉強なんてムダ！」

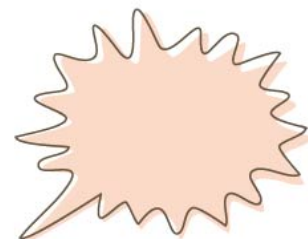
という言葉が出ていませんか？



勉強に対して**苦手意識**を持っていて、**どうして必要か分からない！今している勉強なんて将来必要ない！**と言い切っている子どもに対して、お母さんが

「勉強は将来必要なのよ！」

「勉強しないと大変なことになるのよ！」



と言っても、子どもの心には響きませんよね。

子どもが**「勉強って大切」**だと思えるようになれば、納得して勉強に取り組めるようになり、勉強の習慣を作りやすくなります。

5. ADHDタイプの子どもの興味が広がる！勉強の習慣を作る環境づくり

子どもが勉強の大切さを感じる一番カンタンな方法は、**お母さんが勉強している姿を子どもに見せる**ことなのです。

お母さんが勉強することで、「大人になっても何かを学んでいく」ということの大切さを、**お母さんの背中で教える**ことができます。

お母さんはお仕事をして、ごはんも作って毎日やることが沢山あるのに、それでも勉強している！

忙しいのに勉強するなんて、勉強ってやっぱり大切なんだな！

と子どもが素直に感じられるのです。

お母さんが毎日少しでも勉強する時間をとることで、おうち全体に勉強の習慣が付き「学ぶ環境」が整ってきます。

「宿題しなさい！」とガミガミ叱るより、「お母さん、今から勉強するけどあなたも一緒にしない？」と誘った方が、子どもも気持ちよく取り組むことができますよね。

子どもはお母さんが大好きです。

お母さんが勉強しているなら自分もやろうかな？

と思えるものなのです。



お母さん自身が興味のあるものを選ばないと続きませんから、お好きなことを学んでくださいね。もしかしたら、そこから子どもの新しい興味が広がるかもしれません。

特にたくさんものものに興味を持ちやすいADHDタイプの子どもは、お母さんの勉強も気になるはず。

「勉強しなさい！」と言わなくても、お母さんの勉強をきっかけに、子どもが自然と新しいことを学べるようになるかもしれません。

お母さんが学ぶということはたくさんメリットがあるのです！

お母さんも新しい学びを始めてみませんか？おうちに勉強する雰囲気と環境を作って、学習環境をスタートさせましょう！



執筆者：丸山香緒里
(発達科学コミュニケーションリサーチャー)

2. 学びの環境を整える ②リビング学習VS学習机

集中できるのはリビング学習？学習机？片付けが苦手なADHDタイプの勉強方法！

低学年に人気のリビング学習ですが、片付けが苦手な発達障害ADHDグレーゾーンの子どもには、リビング学習が合うのでしょうか。それとも学習机でしょうか。両方のメリットから集中できる勉強の環境づくりを考えていきましょう。

【目次】

1. 低学年に人気のリビング学習
2. 勉強に集中できないのはリビング学習のやり方に問題あり!?
3. 片付けが苦手な発達障害ADHDタイプにリビング学習が合わなかった理由
4. 発達障害ADHDタイプの子どもに合うのはリビング学習それとも学習机？

1. 低学年に人気のリビング学習

新年度が始まり、宿題が本格的に始まったお子さんも多いのでは無いでしょうか。数年前から流行りのリビング学習。

小学校低学年のお子さんがいらっしゃるご家庭では、取り入れている方も多いかと思います。

毎日の学習習慣をつけるためにも、**お母さんが見守るなかで勉強**させることができますし、お子さんのやる気が出ないとき、わからない問題があった時にすぐに**フォローができる**というメリットがありますよね。

リビング学習の理想の姿、ちょっと想像してみましょう。
普段過ごすリラックスしやすいリビングのダイニングテーブルで、お母さんに見守られながら勉強開始。

勉強にだんだんと集中してくる我が子。わからない問題が出てきたら、気軽にお母さんに質問、そしてお母さんはそれに優しく答えて勉強が進む。

集中が途切れたら、
お母さんとちょっと会話を楽しんだりして、
なごんだらまた勉強に戻っていく我が子。



そのうち勉強が好きになってきて、だんだんと決めた時間になったら、自分から宿題を始めるようになる…

そんな想像をしていたのは、何を隠そうワタクシ、でした。

2. 勉強に集中できないのはリビング学習のやり方に問題あり!?

リビング学習の合い言葉はズバリ、「**リラックス**」です。

ところが、お子さんの性格や特性、またはお母さんのコミュニケーションの仕方によっては、その**メリット**がそのまま**デメリット**になってしまうこともあるのです。

お子さんはリビング学習で意欲的に勉強に集中して取り組んでいますか？

3. 片付けが苦手な発達障害ADHDタイプにリビング学習が合わなかった理由

いざリビング学習での宿題を始めて感じたのは、母も子も「**リラックス**」ではなく「**ストレス**」でした。

我が家での一番の問題は、宿題に使った勉強道具の**片付け**でした。発達障害ADHDグレーゾーンの場合、片付けが苦手なお子さんは多いのでは無いでしょうか。



私がワーキングマザーということもあって、宿題の時間は夕飯前。勉強の場所をダイニングテーブルとしていたため、夕飯ができたから途中でかかわらず片付けなければなりません。

これが毎回バトルでした。|||||

そして、不注意傾向があるので勉強に必要な道具をすべて、宿題を始める前に準備しておく、ということがなかなか難しく、宿題の途中で道具を取りに行かないといけませんでした。

勉強への集中が途切れてしまうし、取りに行く間に別のものに注意がそれてしまうし、これも宿題のハードルをあげてしまっていました。

学習意欲は**下がる一方**でした。



4. 発達障害ADHDタイプのある子どもに合うのはリビング学習 それとも 学習机？

そこで、我が家では学習机を採用することにしました。置き場所は親が見守れるように、リビングにひと続きの和室に設置しました。

なので、結論は**リビング学習と学習機のいいところ取り**、と言ったところでしょうか。

片付けが苦手な発達障害ADHDグレーゾーンの子どもにとっての**学習機のメリット3つ**をご紹介します！

①**学習専用スペースのため、勉強道具は出しっぱなしでもよい!**

もちろん、「すべてきっちり一人で毎回片付ける」これができたら最高です。でもちょっと待ってください！片付けが苦手なお子さんにとって、これはとーってもハードルが高いことなんです。

苦手だからこそできるようになって欲しい、という気持ちはわかりますが、苦手を伸ばすのは**スモールステップ**で徐々に。なおかつ**楽しめる方法で!**が**鉄則**です。

ひとまずお片付けが大の苦手なら、**保留にできる場所の確保**も手段の一つです。



②広い学習スペース

これ、以外と盲点だと思うのですが、発達障害ADHDタイプの子どもは不器用、という特性があることが多いのです。

つい腕が当たって、消しゴムや鉛筆、ふで箱が床に落ちてしまう。教科書や、辞書やノートやいろんなものを広げるのにスペースが必要で、狭いスペースに上手く重ねて広げる、といったことが苦手だったりします。

ダイニングテーブルほどではなくとも、ある程度**広めの机が勉強しやすい**と思います。



③学習机の大収納でかんたん片付けスペースが確保できたこと

日本の学習机あるあるで、学習机って収納スペースがたくさん確保されてますよね。

小学生にもなると所有物がものすごく増えます。その子の持ち物のほとんどをまとめて収納できる、というメリットもありますし、なにより勉強で使う道具がすぐ手の届く場所にあり、座ったまま辞書など手に取れて、しまうのも座ったままできます。

不注意傾向がある場合、周りに置いてあるものについて注意が移ってしまうので、目につかないようにする配慮も必要かもしれませんが、鉛筆削りも手を伸せばとれる、教科書も座ったまま取れる場所にあり、

すべてがラクに手に取れる



ということも、

注意を勉強からそらせることなく続けられる

メリットでもあります。

コンパクトな学習机もたくさんありますが、片付けが苦手な発達障害ADHDタイプの子どもには、ある程度**広めの学習机がオススメ**です。

意欲的に勉強に取り組めるように、お子さんの性格や特性に合わせた、勉強以外のハードルをなるべく下げられる学習環境づくりができたらいいですね。

学習機のメリット3つ、参考になれば幸いです。

執筆者：広路貴代江

(発達科学コミュニケーションリサーチャー)

自分も子育てに役立つ話題を発信したい！

無料オンライン個別相談

読者特典90分

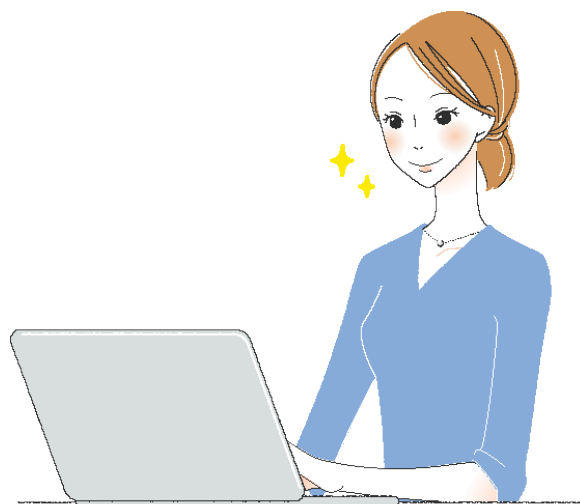


発達科学の専門家となって

自分にしかできない
子育てと仕事を

スタートさせる個別相談会

おうちで
夢を叶えるチカラを
手にしたい方！



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

▼お申し込みはこちらから▼

<https://yoshinokayoko.jimdofree.com/発達分野で働く/>

スマホでリンクにつながらない場合は、ダウンロードしてからクリックしてください！

03

勉強中の集中力アップ



3. 勉強中の集中力アップ

発達障害・グレーゾーンの子どもの苦手をなくす！イヤイヤ勉強中でも「集中力」が高まる声かけ法

イヤイヤ勉強をしている子どもは、すぐに集中力が切れてしまいます。その姿を見ているお母さんもイライラ…。勉強を始めて5分。絶妙なタイミングでかけるお母さんの一言が、発達障害・グレーゾーンの子どものモチベーションを上げ、集中力をアップさせます！

【目次】

1. 発達障害・グレーゾーンの子どものモチベーションを引き出すためにできること
2. 子どものイヤイヤを止めて、集中力を引き出す方法～苦手を克服、集中力もぐっと高まる～

1. 発達障害・グレーゾーンの子どものモチベーションを引き出すためにできること

子どもが机に向かって勉強しているときや、遊んでいるとき。集中して取り組んで欲しいですね。

でも、漢字練習に計算ドリルなど、単調なものほど集中するのは難しいもの。

そんなときに、大人のひと声で**子どもの集中力がグッと高まる**方法があります。

子どものイヤイヤ勉強でよく挙がる、漢字練習、計算ドリル、音読、算数の文章題 暗記もの、などなど。

イマイチ集中力が上がらない勉強ってありますよね？

単調だったり、苦手だったり、面白くなかったり、**イヤイヤ勉強**になる理由はたくさんあります。

かったるいな～
面倒くさいな～
遊びたいのにな～



私たちもそうでした。

でも、集中していないからこそ時間がかかる！

これが子どもにとって辛い現実となって、

かったるい



はかどらない



なかなか終わらない



かったるい



この**負のスパイラル**に陥ります。

なぜイヤイヤ勉強になるのか？ここがポイントです。

子どもは、大人には理解できないような意味不明なことでも真剣に遊びますよね。でも、**自分のモチベーションに素直にまっすぐ行動**します。

つまり、子どもが自分にとってのモチベーションを見つけさえすれば、勉強であろうが遊びであろうが子どもは集中して取り組みます。

逆に言えば、子どもが自分でモチベーションを見出せないときに、イヤイヤ勉強になり、投げやり勉強になるのです。

あなたは、漢字練習に目標を持って取り組んでいましたか？
計算ドリルに自分なりのモチベーションを持って取り組んでいましたか？

私は恥ずかしながら完全に「作業」でした。

でも、好きな先生の教科なら、頑張っていた気がします。先生が面白いだけで、本当は嫌いな教科でもやる気になるのですね。

子どもは、自分で内なる目標やモチベーションを見つけ出すのがまだ得意ではありません。

だから、子どもの頃は、ご褒美を設定したり、褒められたりして**外側からやる気を引き出す**ことが必要になります。

やる気が出れば、子どもは集中します。

つまり、子どもを集中させるには、
やる気をくすぐるような声をかけるのが1番。



イチローや本田圭佑選手みたいに、誰にも褒められなくても超ストイックに目標だけを追い求めて、日々集中して練習に励むことができればいいですが、そんな風に行かないのが普通です。

だから、やっぱり重要なのは**コミュニケーション**！



人に関わって、褒められたり、「こんな風にするといいんだよ」ってゴールを設定してもらったりすることが、子どもにとっては不可欠なのです。

子どもがイヤイヤ勉強をしているときこそ、ぜひ声かけを積極的にしていきましょう。

2. 子どものイヤイヤを止めて、集中力を引き出す方法 ～苦手を克服、集中力もぐっと高まる～

子どもがイヤイヤ勉強にぶち当たったときにタイミングよく声かけができるように、勉強は、リビングやダイニングなど**家族が近くに**いるところでやるようにしましょう。

そして、子どもがイヤイヤ勉強のオーラを出していたら、**終わってしまう前に声をかける**ことがポイントです。

例えば、子どもが嫌いな宿題の代表格「漢字練習」。

宿題を始めて5分くらい（子どもの集中力が切れてしまう前）経ったところで、ノートを覗き込んでみましょう。

そうすると、漢字練習が嫌いな子なら、**あまり綺麗とは言えない字で投げやりに書いている**かもしれません。



だからと言って、ここで

「もっと綺麗に書きなさい！」なんて言うてはいけません！

自分で内的なモチベーションが見つけれられないからこそ、イヤイヤ勉強になっているのです。**追い討ちをかけるような、やる気を下げる言葉はNG**です。

それよりも、たとえ殴り書きのノートであっても、**必ず褒めてください！**

でも、褒めるときに嘘をつくのはオススメしません。

ではどうするか？そのノートの中で1番キレイに書けている字を探して「この字、キレイに書けたね！」と言ってあげてください。

お世辞にもキレイに書けている字がなかったら、

「この止め、上手に止めてるね」

「このハネ、立派だね」

「このはらい、なめらかだね」

「この字は、マスからはみ出していないじゃん！！」

などなど、**字の一部でも、マスに収まっているかどうかなど、褒めポイントはいくらでもあります！**

他にも、

「削った鉛筆で書いたんだね！」

「力強く書いてるね（いい筆圧だね）」

「下敷き、使ってて偉いね」

「前より字がキレイになったね」



などなど、子どもの**好ましいポイント**を見つけて、**きちんと言語化して伝えてあげてください。**

そうすると子どもは、

「えっ！この字って良いんだあ〜」

「このハネ、確かに上手に書けたな〜」

「本当だ！この字だけマスからはみ出してない！」

など、自分の行動を振り返って、

良い行動に気づくことができます。



どんな小さいことでも、子ども自身が「そうか、こうすれば良いんだな」と気づけば、やる気が出てきます。

「もっと良いハネが書けたら良いな」

「マスからはみ出ないように書けば良いんだな」

と、**次の行動の基準やモチベーションが設定される**わけです。

そして、さらに5分後、

「そうそう、良いハネが増えたね〜」

「わ〜、マスに収まってる〜かっこいい〜」

など、**さらに良い行動を強化**してください。

そんな風に、**5分に1回でも肯定的な言葉**をかけられたことで、子どもは次第に**やる気が出てきて**、ハネやマスをよく見て書くようになって**集中力がアップ**していくわけです。

間違っても、お母さんが消しゴムを持って汚い字を消して「はい、もう1回キレイな字で書き直しなさい！」なんて言わないでくださいね。

子どものやる気を失せさせたら、子どもの集中力は益々ダウンします。

**「どんな小さなことでも、
1番良いところを探して褒める習慣」**

を大人が身につけることで、
子どもの能力はどんどん磨かれていきますよ。



執筆者：吉野加容子
(発達科学コミュニケーショントレーナー、
学術博士、臨床発達心理士)

自分も子育てに役立つ話題を発信したい！

無料オンライン個別相談

読者特典90分

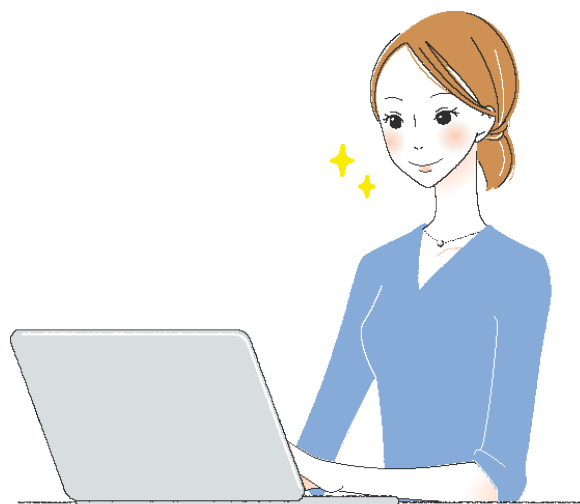


発達科学の専門家となって

自分にしかできない
子育てと仕事を

スタートさせる個別相談会

おうちで
夢を叶えるチカラを
手にしたい方！



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

▼お申し込みはこちらから▼

<https://yoshinokayoko.jimdofree.com/発達分野で働く/>

スマホでリンクにつながらない場合は、ダウンロードしてからクリックしてください

04

漢字の学び方



4. 漢字の学び方

漢字は何回も書かなくてOK！発達障害の勉強を楽にする方法とは？

何回書いても漢字がなかなか覚えられない…こんな子どもの様子に悩んでいませんか？実はある方法を使うと、漢字だけでなく色々な教科が楽に覚えられるようになるんです。今回は漢字の覚え方を例に、発達障害の子ども達の勉強を楽にする方法をお伝えします。

【目次】

1. 「漢字がなかなか覚えられない…」と悩んでいませんか？
2. 発達障害の子ども達の勉強を楽にする方法とは？
3. 漢字を楽に覚えるためのサポート法

1. 「漢字がなかなか覚えられない…」と悩んでいませんか？

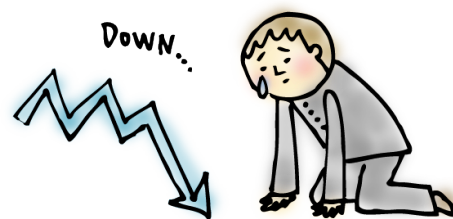
発達障害の子ども達がつまづきやすい漢字学習。

- ・ 練習するのを嫌がる
- ・ 何回書いても覚えられない

こんな悩みはありませんか？学年が上がるに連れて、習う量も増えるし難しくなるし…と頭を抱えているお母さんもいるかもしれませんね。

実は**漢字を覚えるときには、様々な能力が必要**とされます。
ところが、発達障害の子どもは

- ・ 情報処理が苦手
- ・ 目と手の連携がうまくできない
- ・ 物の位置や形を正確に把握することが苦手



などの特性を持っているために、
漢字を覚えるのがどうしても苦手な傾向があるのです。

でも、そんな発達障害の子どもでも、やり方を工夫してあげれば漢字を覚えるのがぐんと楽になるんです。

今回は「漢字の覚え方」を例に、発達障害の子どもの勉強を楽にする方法をお伝えしていきます。

2. 発達障害の子どもの勉強を楽にする方法とは？

発達障害の勉強を楽にする方法を考えるために、ここではまず「記憶のメカニズム」についてお話しします。「記憶のメカニズム」とは簡単に言うと、**どんな方法を使って記憶するのか**と言うことです。

私たちは何かを記憶しようとするとき、



- ①何回も繰り返すことで覚える
- ②エピソードを絡ませることで覚える

のどちらかの方法を使います。実はこの2つの方法のうち、**記憶が定着**しやすいのは2つ目の**エピソードを絡ませる方法**なんです。

例えば高校生の頃、化学の授業で元素周期表というのを習いませんでしたか？

「H（水素）・He（ヘリウム）・Li（リチウム）・Be（ベリリウム）・B（ホウ素）・C（炭素）・N（窒素）・O（酸素）・F（フッ素）・Ne（ネオン）…」と元素記号がズラーっと並んだアシです。

実は私は高校生のころ化学が全くできず、先生に呼び出されるほどでした（苦笑）。しかしそんな私でも、当時の先生が教えてくれた方法を使ったら、元素周期表をすんなり覚えることができました。



それは、元素記号を「水兵リーベ僕の船…」と語呂合わせにしてストーリーで覚える方法です。有名なのでご存知の方も多いかもしれませんね。

つまり何が言いたいのかと言うと、私の体験から分かるように、エピソードを絡ませて覚えるというやり方はとても有効な記憶法であるということなんです。

またエピソードを絡ませて覚えるという方法は、**脳の中でも使いこなすのが少し難しい部分を使います。**

しかし、**この部分を使えるようになると**、思考がまとめられるようになったり、扱える情報量が増えたりと**情報処理能力がぐんと上がる**んです。

そのため、エピソードを絡ませて覚えるという方法を身につけておいてあげると、学年が上がって覚えることが増えても、スムーズに学習ができるようになるのです。

3. 漢字を楽に覚えるためのサポート法

では、発達障害の子どもが漢字を楽に覚えるために、お母さんにしてほしいこととは何でしょうか？それは、**漢字にストーリーを付けてあげる**ことです。

と言っても難しいことはありません。漢字に関しては成り立ちの本がたくさん出版されているので、**それを使って楽しくコミュニケーションを取ってあげれば**いいんです。

実はこの「楽しく」も記憶するときの大事なポイントです。

人は何かを覚えるとき、

感情をセットにしてあげると記憶に残りやすい
とされています。



つまり、ただ子どもに成り立ちの本を与えるのではなく、お母さんと楽しく会話しながら理解することが大事なのです。

また、発達障害の子どもは**物の位置や形を正確に把握することが苦手**です。そのため、漢字の細部を教えるときには

「『日』という字はお空に一つだけ輝いているおひさまを表しているんだね。だから真ん中の線は一本なんだね！」

「『雨』という字は雲から雨が降っている様子を表しているんだね。雨は下に落ちるから、真ん中の棒は上に突き出ないんだね。」

などと**子どもとエピソードを考えながら、間違いやすいポイントを教えてあげる**と効果的です。

いかがでしたか？今回は漢字の覚え方についてお話しましたが、理科なら身の回りの自然現象について一緒に考える、社会なら実際にその場所にお出かけするなど**エピソードを作る方法はたくさんあります。**

お母さんのコミュニケーションで、発達障害の子どもに楽しく勉強する力を身につけてあげてくださいね！



執筆者：森あや

(発達科学コミュニケーションリサーチャー)

自分も子育てに役立つ話題を発信したい！

無料オンライン個別相談

読者特典90分

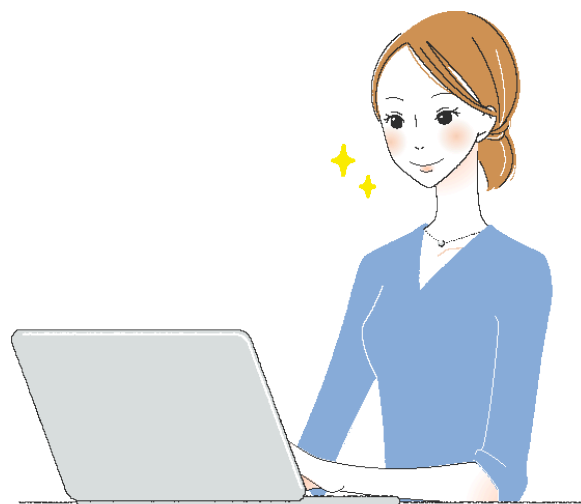


発達科学の専門家となって

自分にしかできない
子育てと仕事を

スタートさせる個別相談会

おうちで
夢を叶えるチカラを
手にしたい方！



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

▼お申し込みはこちらから▼

<https://yoshinokayoko.jimdofree.com/発達分野で働く/>

スマホでリンクにつながらない場合は、ダウンロードしてからクリックしてください

05

オンラインを活用！

みんな楽しく学ぶ



◆ 5. オンラインを活用！みんなで楽しく学ぶ ◆

おうちでも友達とつながれる！みんなで学べる！発達障害・グレーゾーンの子どもだからこそ実践したいオンライン活用術

一斉休校が長引き、「あの子、どうしてるかな・・・？」とお友達が気になるお子さんもいらっしゃるかと思います。リアルで会えなくても、オンラインでつながることができますよ！お友達とおしゃべりする、みんなで一緒に学ぶ。オンラインの活用術についてお伝えします。

【目次】

1. オンライン化の波に乗れ！発達障害・グレーゾーンの子育ての秘訣
2. 一斉休校の今だからこそ試す価値あり！
3. スモールステップで始める、オンライン活用術
 - ①親戚とおしゃべり
 - ②友達とおしゃべり・ゲーム
 - ③オンラインコミュニティへの参加

1. オンライン化の波に乗れ！

発達障害・グレーゾーンの子育ての秘訣

現代の子どもたちは、生まれながらにしてパソコン、スマホ、タブレットに囲まれて育っています。

もしかしたら、お母さんの中には、

「あまり早くスマホを持たせるのは…」

「インターネットでのつながりってなんか怪しい！」

と思われる方がいらっしゃるかもしれません。



実は、発達障害・グレーゾーンの子育てにおいては、**早めにオンライン機器に触れさせて、使いこなせるようにしておくのがプラス**になるケースが非常に多いのです。

発達障害・グレーゾーンのお子さんは、学校や日常生活で多くの壁にぶつかることがあります。

例えば、

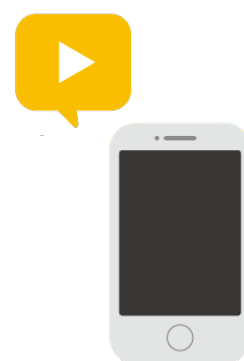
- ・先生の話をしっくり聞けない
- ・話が聞けても、ノートをとるのが苦手
- ・忘れ物が多い
- ・やろうとしたことをすぐに忘れる
- ・メモしようとしても、メモ用紙がどこにあるか忘れた…

など、思い当たる点はたくさんあるのではないのでしょうか。

この問題、オンライン機器を使えば、ある程度解決すると思いませんか？

先生の話が聞けなくて授業についていけないなら、
家庭で動画を視聴して学習する。

ノートをとるのが苦手なら、
パソコンで入力する。スマホで録音する。



メモを取りたいなら、
スマホで写真を撮ったり、メモ機能に音声入力する。

多機能でありながらコンパクトなスマホは、
パステルキッズの苦手なフォローする強力な味方なのです！

また、学校でなかなか気の合う友達に出会えなくても、オンラインで広くつながりを持つことだってできます。

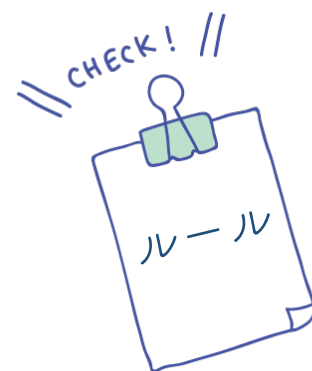
現代のお母さんは、オンライン機器を毛嫌いしすぎると、**子どもにとって不利になる**可能性があることを知っておかなければなりません。

もちろん、スマホ依存を心配される方も多いと思いますし、インターネットで知らない人とつながることが不安な方もいらっしゃると思います。

だからこそ、親の目が届くうちに、一緒に機器の使い方をマスターしながら**ルールを決め、ITリテラシーを教えていく**ことが大切なのです。

ちなみに、うちの息子は現在小学校1年生。今年の春から、息子と、年長になる娘の共有スマホを持たせています。

このスマホは、



- ・学校や幼稚園には持っていかないこと
- ・お父さんと一緒に使うこと
- ・お留守番をしているときにさみしくなったときだけ、一人で使ってもいい

というルールを設けています。

実際に子どもを長時間お留守番させることはありませんが、私がごみ捨てのためにほんの短時間家を離れたとき、自分たちでLINEを操作して電話することができました。

また、息子はローマ字入力も大体覚えて、今はパソコンをポチポチ自分の好きな言葉を入力するのが楽しいようです。

このように、低年齢でも、親の監督下で少しずつオンライン機器に触れていくことはできるのです。



2. 一斉休校の今だからこそ試す価値あり！

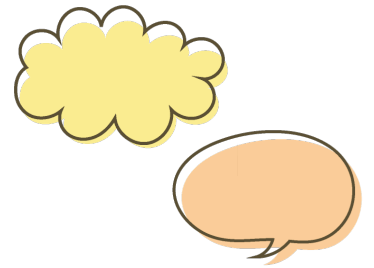
一斉休校の今こそ、オンライン機器に触れる第1歩にぴったりです。たくさんある時間を利用して、**ゆっくり使い方を教えていくことができる**からです。

また、お母さんがおうちにいらっしゃる場合は、子どもがうまく使えているか、ルールを守れているか、しっかり見守ることもできます。

このお休みの期間でやってほしいのは、**タブレットでユーチューブを見る…という使い方から一歩先に進むこと**です。

ユーチューブやテレビでは情報を受け取るだけになってしまい、コミュニケーションが成立しません。だからこそ、テレビや動画を見るときは、お母さんが「これ、おもしろい？」など、**声をかけてあげてアウトプットさせる**ことが大切になります。

頭の中で**情報を整理**して、**まとめて**、**話す**。



アウトプットさせる、だれかと話すというのは、
とても**高度な脳機能**なのです。

これは学校の授業でも必要とされるチカラです。

お休み中に、ぜひアウトプットが加速する方法にチャレンジして
ほしいと思います。

つまり、オンラインを使ってコミュニケーションが生まれる使い
方にチャレンジしてほしいのです。

3. スモールステップで始める、オンライン活用術

「オンラインを使ってコミュニケーションが生まれる使い方」
とは、どんな使い方でしょうか？

それは、**オンラインで人とつながる**ことです。

オンラインを活用して別の場所にいる人と顔を見ながらお話しす
ることは、スカイプやZOOM、LINEなどのアプリを使えば簡
単にできます。

普段、離れて住んでいるおじいちゃん、おばあちゃんとお話ししているなら、そこからもう1歩進めましょう！

スモールステップな進め方をご紹介します。



①親戚とおしゃべり

おじいちゃん・おばあちゃんだけでなく、おじさん、おばさん、いとこなど、おしゃべりする範囲を広げてみましょう。

まずは1つの画面で交代でおしゃべりするのがおすすめです。発達障害・グレーゾーンの子どもたちは、「聞くこと」が苦手な子がとても多いです。複数の人が同時に話すと混乱して、会話についていけなくなってしまう。

こうなると「つまんない！」となってしまう、おしゃべりを楽しむことができません。

この辺りはお母さんの腕の見せ所！「話せて楽しい！」と思えるようにサポートしましょう。

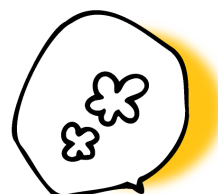
例えば、

- ・話している間はおもちゃをしまったり、テレビを消したり、物音を減らしたりして、**会話に集中できる環境を作る**
- ・「今日はおじちゃんと先に話して、おばちゃんとは後からお話ししようか！」などと、しっかり伝えることで、**先方に意図を伝え、子どもの見通しをつきやすくする**

など、工夫することができます。

親戚の方ならお母さんもよくご存じの方。お子さんが多少うまくコミュニケーションが取れなくてもよしとしてもらえることが多いでしょうし、お母さんが双方をうまくフォローすることもできます。

この段階でしっかりと**「お話しするの楽しい！」**という記憶を作って、少しずつ同時に話す人数を増やしていきましょう！



②友達とおしゃべり・ゲーム

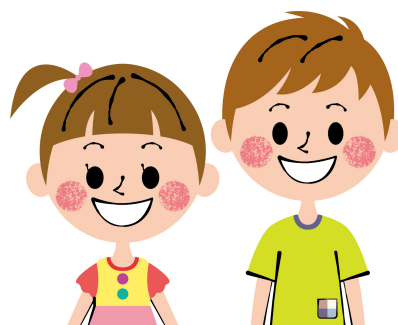
お友達が大好きなお子さんは、ぜひオンラインを通して一緒に遊べる時間を作ってあげてください。

発達科学コミュニケーショントレーナー・リサーチャーの中には、お母さんがオンラインで飲み会をしたり、お子さんがお友達とカードゲームしたり、友達とつながる機会を作っています。

ほんの少しお友達の顔を見て近況報告するだけでも、お子さんには貴重な時間です。

短時間でのおしゃべりであれば、スマホで十分ですが、長時間のおしゃべりやゲームに発展する場合は、パソコンでじっくり腰を据えて時間を過ごすのがおすすめです！

お友達とつながる際も、できれば**少人数からスタートするのがおすすめです！**



③オンラインコミュニティへの参加

複数のお友達と同時に話すことが苦にならない子や、新しいつながりを持ちたい子、新しいことを始めたい子は、オンラインコミュニティに参加してみましょう。

一斉休校を応援するたくさんのコミュニティがあります。今はお子さんも比較的参加しやすくなっています。

オンラインコミュニティの内容はさまざま。子どもが主体になっているところもありますし、大人が何か教えてくれる場合もあります。

どんなことをやってみたいか、お子さんと相談しながら参加を決めてくださいね。

オススメ

何があるのか分からない、という方にお勧めなのが、

「休校・休園キッズ部」というコミュニティです。

<https://www.facebook.com/groups/357246581864141/>

(フェイスブックグループに登録申請・承諾されると内容が確認できます)

こちらでは、コロナで学校・幼稚園がお休みになったお子さんに向けて、無料講座を開催しています。

学習に関する講座も多数！一斉休校中、勉強しなくて困っている、というお母さんは、こういったオンライン講座を活用するのも手です。

またこちらのコミュニティでは、休校中の**生活リズムを整える**ために平日毎朝ラジオ体操・朝の会&帰りの会が開催されています。

実際に小学校でやられている朝の会&帰りの会が行われているので、お子さんは全国のお友達と繋がりながら学校気分が味わえます！

ぜひ、この一斉休校を使って、オンラインを使ったコミュニケーションにチャレンジして、人とのつながりを作っていきましょう！



執筆者：丸山香緒里

(発達科学コミュニケーションリサーチャー)

自分も子育てに役立つ話題を発信したい！

無料オンライン個別相談

読者特典90分

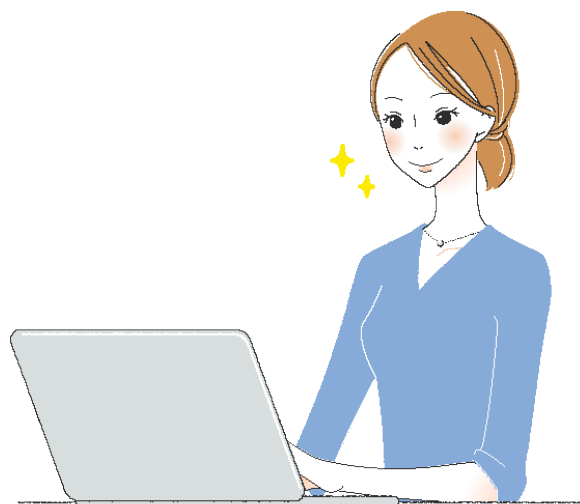


発達科学の専門家となって

自分にしかできない
子育てと仕事を

スタートさせる個別相談会

おうちで
夢を叶えるチカラを
手にしたい方！



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

▼お申し込みはこちらから▼

<https://yoshinokayoko.jimdofree.com/発達分野で働く/>

スマホでリンクにつながらない場合は、ダウンロードしてからクリックしてください

06

発達科学ラボの仕組み



6. 発達科学ラボの仕組み ゼロから発達科学をマスターできる！

1. 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(発コミュ)は、

お母さんが普段の声かけを変えるだけの子育てメソッドです！

ママが忙しくても続けられるし、子どもの協力もいらないから
カンタン♪たった4回のレッスンで、ママの一言で子どもの脳
を動かす接し方が身につきます！

講師から、動画やオンラインで講義を受けるので、本を読むより
簡単で、わかりやすく学べます！しかも、学んだことを**お家で即
実践**できるので、お子さんの成長もどんどん進みます！

発コミュで子育ての悩みが解決できたら、発達科学ラボではト
レーナー・リサーチャーとして、さらに学びを深めていくことが
できます！



2. リサーチャーって何？

発達科学の勉強をゼロから学べるのがリサーチャーです！

すべてオンラインで受講できるので、家にいながら講義を受けることができます。

- ✓ パステル総研の記事を書いたり、
- ✓ アンケート調査をしたり、
- ✓ 教材開発をしたり。



収入を得たい人は、**学びながらやりたい仕事に参加**することができます！リサーチャーは仕事をしない選択も自由で、**学ぶだけでもOK**です。リサーチャーとして学んだ後、自信がついたらトレーナーとして起業することも可能です！

3. リサーチャーになるには？

発達科学ラボの上級講座を受講すれば、リサーチャーになれます！発達科学コミュニケーションのメソッドだけでなく、**発達科学をゼロから学びたい人や、お子さんに合わせた発達サポートをもっと勉強したい人**向けです。

リサーチャーは、ゼロから学んでいるママが大半ですが、臨床心理士、保育士、特別支援教諭、医師、看護師などの専門家の方々も学ばれています。

仲間ができること、困ったらすぐに相談できるメリットが好評です！

4. トレーナーって何？

お子さんの特性を研究して専門知識がいたら、**発コミュを教える講師（トレーナー）**になることができます。

年齢や発達タイプによって、トレーナー独自のポジションをつくるので、ハードルは高くありません。

家にいながら、自分のペースで社会貢献になる仕事ができます！

- ✓ 集客、
- ✓ 相談の受け方、
- ✓ 発コミュの教え方、

これらをマスターしていきます！

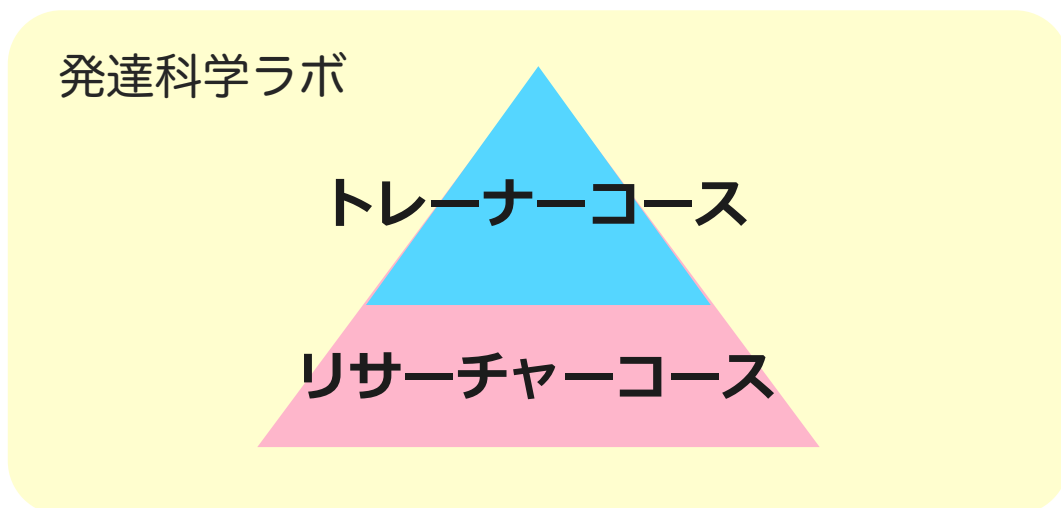


5. トレーナーになるには？

リサーチャーと同様に、発達科学ラボの上級講座の受講でトレーナーになれます。

トレーナーも在宅でできる仕事で、お子さんと関わる時間を減らさずに、むしろ、**発達科学を武器にできる子育てに有利な働き方**です！

リサーチャーから始めて、自信がついてからトレーナーに進むこともできます。起業するカタチになるので、月商7桁に到達しているトレーナーもいます。



6. 起業したい、フリーで働きたいママへ

発達コミュニケーターやリサーチャーは、発達障害やグレーゾーンの子育てをするママを、専門的にサポートする新しい職業です。

発達サポートは本来、子どものためだけでなく、お母さんや家族のストレスも取り除くものであって欲しい！

お母さんには、後悔のない子育てをして欲しいですし、自分と家族の人生を豊かにする「発達」の仕事をしてほしいという願いもあります。

だからこそ、私が目指したのは「ママの味方になる仕組み」です。

働く時間と場所を自由に決められる働き方で、子育てに余裕もできるし、収入も得られる。

今まで難しいと思っていたことが、職業の選び方を変えるだけで、一気に可能になる。

子育てに有利なライフスタイルを得たい人は、ぜひ個別相談にお越しくださいね！

お話しできることを楽しみにしております。



自分も子育てに役立つ話題を発信したい！

無料オンライン個別相談

読者特典90分

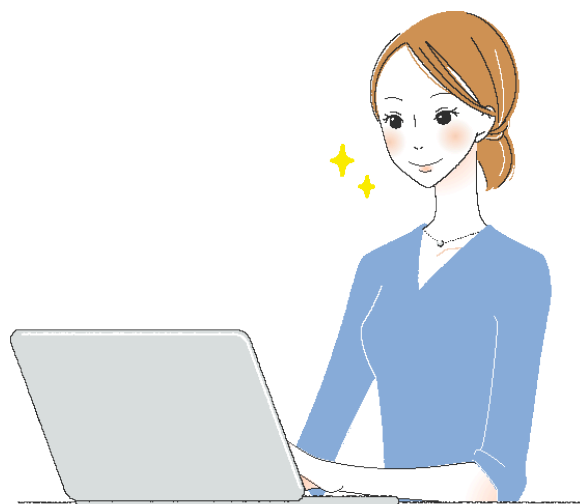


発達科学の専門家となって

自分にしかできない
子育てと仕事を

スタートさせる個別相談会

おうちで
夢を叶えるチカラを
手にしたい方！



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

▼お申し込みはこちらから▼

<https://yoshinokayoko.jimdofree.com/発達分野で働く/>

スマホでリンクにつながらない場合は、ダウンロードしてからクリックしてください

おわりに

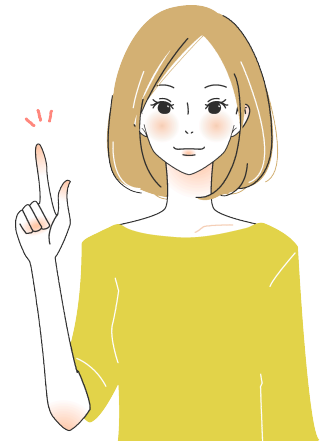
いかがでしたか？

「勉強」に対する概念が変わったのではないのでしょうか？

勉強するということは、机に向かうことではありません。
嫌でも繰り返しやり続ければ、身につくものでもありません。

最も大切なものは、お子さんが楽しい！と感じること^^
テレビ、ゲーム、スマホなどお子さんの好きなもののなかにも
勉強の要素が詰まっているのです！

ぜひ、今日からお子さんが楽しめる
学びを探してみてくださいね。



パステル総研を運営する発達科学ラボでは、
発達障害グレーゾーンのお子さんの子育ての悩みを解決し、
発達をぐんぐん加速させるためのお母さんの学びの場があります。

ぜひこの機会に、お母さん自身も楽しく学んで、
お子さんに背中を見せていきましょう！

この一斉休校が、お子さんが成長するおうち時間になるように、
心から応援しています！

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途に限定して提供しております。

教材に含まれているコンテンツを、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。

2020年5月

Copyright©2020-パステル総研