

子育て支援だより

「子育てワンポイントアドバイス」

第67回 「集中力がない」

こころの相談員 前田 里美

「授業中キョロキョロしたり、外を見たりしている」「15分以上じっと座って読書ができない」「すぐに疲れたと言って投げ出す」「人の話を落ち着いて聞けない」等いろいろなケースがあり、その原因を分けると次のようになります。

1. 性格上一つの事に集中するのが苦手なタイプ

目先が次から次へと変わる為、何でもやりっぱなしに見えてしまいますね。いろんな事に興味もてるのね、とそれを長所として認めて肯定的な言葉をかけ、柔軟性を伸ばしてあげましょう。

2. 本来は集中力があるのに、何らかの不安や心配事があって集中できないケース

言いたいことを言葉で表せなかったり、的確に伝えられない子に見られます。「何か心配な事があるの？」と心のわだかまりを優しくほぐしてあげましょう。問題が解決すれば治まると思います。

3. 完璧主義のタイプ

本当はきちんとやり遂げたいのに、完璧に出来ないことが嫌で投げ出してしてしまうのです。気持ちをしっかり聞いて、「そこまで出来ているのはすごいね。」と認めてあげ、完璧でなくても大丈夫だということを教えてあげましょう。

どんな子でも一度言われて改善するわけではありませんね。毎日の言葉かけの積み重ねが子どもの成長につながっていくでしょう。[ゲームに夢中になる] これも一つの集中力。その集中力を他につなげていくようにするのが、親の腕の見せ所かもしれません。

※前田相談員は、朝日小学校・中学校で相談活動を行っています。

活動報告



～あさひ園より～

<老人クラブ交流会>
みんなでイモの苗を
植えました♪



<子育て講演会>
6月14・15日 小林相談員による
講演会が行われました

6月7～9日
朝明中学校、川越中学校
から職場体験に来ました！

