

# ライフステージに応じた関わり方 ～「おちつきがない」編～

## 幼児期

例えばこんな  
おちつきなさ

気になるものがあるとすぐに走り出す

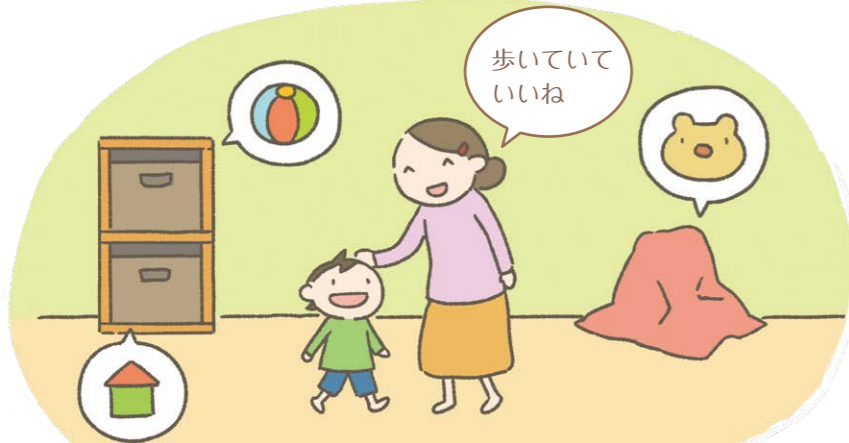


### 行動への考え方

見えたり、聞こえたりする刺激に対して、反射的に動いてしまっているの  
かもしれません

### 対応方法

子どもが、気になりそうな刺激の量を調整してあげましょう。また、「○  
○の時は～する」など望ましい行動を事前に伝えておきましょう



### 関わり方の ポイント

支援者が環境を調整して  
成功体験を積みませましょう

## 学齢期

例えばこんな  
おちつきなさ

自分の話したいことを一方的に話し続ける

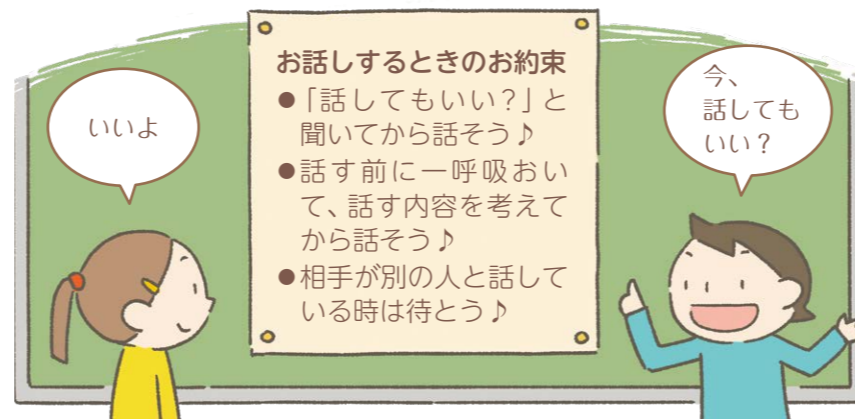


### 行動への考え方

自分の考えたこと・思いついたことを話したいという気持ちの調整が難  
しいのかもしれません

### 対応方法

話したい気持ちには共感しつつも、話す時のルール(話してよいタイミン  
グを確認するなど)を伝え、先生や友達と話す時に心がけるように促しま  
しょう



### 関わり方の ポイント

本人が安心できる対人関係の中で、  
苦手なこともサポートを受けて  
うまくいったという経験につなげましょう

## 青年期

例えばこんな  
おちつきなさ

やるべきことがあっても、  
今、気になっていることをしてしまう



### 行動への考え方

情報を整理して、やるべきことの優先順位や手順を考えることが苦手な  
のかもしれません

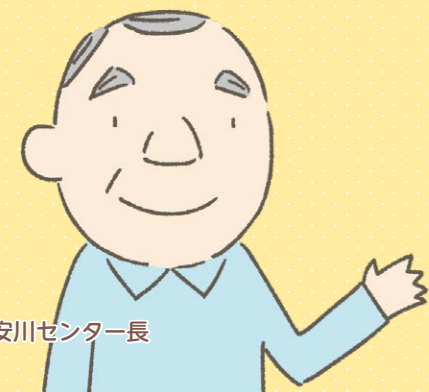
### 対応方法

本人が苦手としていることについて、話し合ってみましょう。そして、  
TODOリストを作る、人と相談して優先順位を決める、自分が今取り組  
んでいる仕事を報告する、などの方法を提案して、一緒に取り組んでみま  
しょう



### 関わり方の ポイント

本人が自分の得意なこと・苦手なことを  
理解して、自分に合った対応方法を  
見つけることができるように促しましょう



安川センター長

「おちつきがない」という本人の特性は変わりませんが、成長  
や環境の変化とともに、課題となる行動と支援者の関わり方  
は変わっていきます。支援者は、課題の背景にある困りごと  
を理解し、本人が自分で気持ちや行動を調整する力と自分に  
あった方法で対応する力を身に付けるように支援していきま  
しょう。

## 調整する力と対応する力を育てるために

自分の得意なこと・苦手な  
ことがわかるように促しま  
しょう

得意なことを生かして、成功体験  
を積み、「自分は～できそう！」と  
いう気持ちを育てましょう

苦手なことに対応するときには使える  
ツールやヘルプの出し方(誰に・ど  
うやってなど)を教えましょう