

ぼーっとしている時は待ってあげましょう

SSW(スクールソーシャルワーカー) 奥山

秋も深まってきましたね。美味しい物を食べて、風邪を引かないようにしましょう。
今日のテーマは、「ちょっと待ってから声をかけましょう」と言うことです。

子どもが学校から帰って来て、後片付けをしなかったり、宿題をやり始めなかったりして、大人がすぐ注意したり叱ってしまうことがあります。授業中に先生の方を見ずに外をぼんやり見ていたり、いたずら書きしたり、椅子をカタカタさせることがあります。子どもは何を考えているのかわからないと思うことがあります。

脳の機能として、問題解決に向けて働く認知機能ネットワークと、社会適応するために働く社会脳ネットワークがあると言われています。社会脳ネットワークの中に昨今注目されているのがDMN(デフォルトモードネットワーク)という機能があります。

これは、刺激に無関係な内的な活動で、脳の情報や感情を整理する働きがあり、意識的にぼーっとした状態になっていると言うことです。これは、対人関係に関して想像したり、ふと想起するなど重要なネットワークで、次の行動に移るために必要な機能です。

その間に大人が指示を出すなど、認知機能ネットワークに切り替えさせようとする、子どものストレスがたまってしまうと言うことになるので、きちんと保証されるべきものです。

子どもの今の状態はどうなっているのかを観ながら、待ってあげたり、切り替えられそうなタイミングに声をかけたりしていくことが大切です。このタイミングの見極めは本当に難しいですが、子どもをよく観ることです。

大人がこの事を頭に置きながら子どもを観ていると、子どもの行動に苛々しなくなると思います。

