

「注意」とは？

特別支援教室利用児童のご家庭には、4月に「指導のための資料」の記入・提出をお願いしていました。ご多用の中、作成にご協力いただき、本当にありがとうございました。

毎年のことですが、提出していただいた資料を拝見していると、その中に「注意力がありません。」「集中し続けることが難しいです。」という記載が見られ、多くのご家庭で「注意」に関して困っていらっしゃるのことが分かります。私たちが指導の参考にする専門書などにも「不注意や気が散りやすいといった問題は、とても頻度の高いもので、お子さんの1割程度に見られる(男児に限るともっと高い)。」と、紹介されている本もあります。

さて、「注意」は、「注意の持続」「選択的注意」「注意の転換」「注意の分配」の4つの機能的要素があるとされています。今回は、その中の「注意の持続」に関して概観してみようと思います。

「注意の持続」は、「注意」に関して最も大きな存在であり、かつ、多くのお子さんで見られる課題と言われています。注意が持続できないと、学習で集中できないことはもちろん、遊びでも

ずっと注意を向け続けられないため、すぐに飽きてしまうように見えることがあります。また、気が散ってしまい、関係のない情報(聴覚、視覚を問わず)に気が向いてしまうこともあります。

さらに、「話を聞いていない」ため、遂行すべきタスクに適切に順位を付けることが難しく、作業後の片付けや種類が多い宿題など、複数の手順がある活動が苦手になることもあります。同時に、忘れ物やなくし物なども多くなったり、ケアレスミスが頻発したりします。

このような特性があるお子さんに、ご家庭ではどのようなフォローができるか考えてみます。例えば、キャラクターの絵カードや市販の写真カード(鉄道好きであれば「日本のSL特集カード」)をつかって神経衰弱をするのはどうでしょうか。注意を持続させる力の向上につながると言われています。

もっと簡単などころでは、「後出しジャンケン」なども手軽でよいと思います。トレーニングという要素を強く意識することなく、気楽にチャレンジしてみてください。

