

ペアトレと環境作り

第11回 掃除・整理整頓をさせる

こんにちは。
今回は、整理整頓がなぜ脳にいいのか
考えていきたいと思います。

《日常の生活行動が脳を刺激する》

脳が発達するにはおおよその順序があります。
非言語の脳エリアから 言葉を処理する脳エリアへ
発達が進みます。

=この順序が崩れると…?!=

「勉強したことはパターンで対応できても、
臨機応変には対応できない」 など
『大人になって苦勞する脳』になってしまいます。

☆非言語の脳の使い方の代表

→掃除や整理整頓など

「見ながら行動する」こと

☆視覚系・理解系・記憶系・思考系・運動系など

インプット

↓

分 析

↓

アウトプット

という脳の経路形成

↑

片づかない人=このルートが未熟

片づけを親がやってしまう



子どもの脳のルートを発達させる機会が減ってしまう！



次からお伝えする 5 ステップで

子どもと一緒に掃除や片付けの習慣を作りましょう!!

【ステップ① 箱に入れる】

視覚系と運動系を連係させる、箱に入れる動作から始めます。

例) 「脱いだ服を洗濯機に入れてね」

「積み木は全部ここに入れてね」



片づけの基本の脳の働きをマスターさせる

【ステップ② 分類する】

「分類して入れる」

という理解系を含めた脳の働きにステップアップ！

↓ 《視覚系脳エリア》

色→形→奥行(3D で見たときの大きさ)の順で見たものを分析するため、色の分類が一番簡単!

【ステップ③ 元の場所に戻す】

「元の場所」という

記憶系の働きを加えて片づけを行う

記憶系が苦手＝挫折しやすい



収納箱などに写真を貼るのも有効な工夫の一つ

【ステップ④ 平面(2D)をきれいに】

思考系を加えて→自分で考えて掃除したり、

物を整理することにトライ！

例) 「机の上を整頓する、拭く」



平面で考えられる場所に区切って行いましょう

【ステップ⑤ 空間(3D)をきれい】

最終的には→立体的な空間を処理できるように！

例)「お風呂掃除などの狭い場所」
から「自室や居間などの広い空間へ」
広げます

☆どのステップでも

終えた時には『ほめて』
『フィードバック』

しましょう。

例)「上手に出来たね」→「きれいになったら次に探しやすいね」 など



- ・収納はやり過ぎない!!
- ・記憶系脳エリアが極端に弱い子

↓

目の前に見えていない=持っているものを思い出せない

↓

『見せる収納』で工夫を！

「見て」把握できることも大事!!

どうでしょう??

子どもの弱点をうまく利用し、
家族の一員として 掃除や整理整頓の役割を
身に付けさせることは
脳の発達には重要なことですね。

家の中が片づいて、きれいな状態が保てると
そこで過ごすみんなが
気持ちよく過ごせる、
そんな感覚も身に付くといいですね。

参考・引用文献：発達障害の子どもを伸ばす 脳番地トレーニング
加藤俊徳著