

自分の学びのスタイルを知ろう！

人は誰でも多かれ少なかれ、物の見方や考え方のスタイルに特徴、すなわち個性があります。

物を見たり、考えたりすることを、心理学では「認知」といいます。認知とは、見る、聞く、覚える、判断する、理解する、推論する等の、様々な情報を処理する活動のことです。さらに、人にはそれぞれ、その活動を促すための「**学びのスタイル**」があります。

例えば、私は「取説（取扱説明書）」を読むのが大嫌いで、人に聞いた方がよく分かるタイプで、視覚情報は、あまり記憶に残っていないことが多いです。そういうタイプを「聴覚型」と言います。

反対に、自分で読んだ方がよく分かる「視覚型」、さらに、あらゆる感覚を使って、身体全体で取り組む方が得意な「運動型」があります。

この様に、学びのスタイルにも個性があります。自分の学習スタイルがわかると、それぞれの特徴を生かして、学習に取り組むことができますと思います。

また、先生方も、授業やHR活動において、生徒それぞれの個性や苦手さを補うために、聴覚や視覚の情報や教材をうまく活用する工夫をしています。



NHKの特番(5月21日午後9時放送)を見ました。

「あさイチ」を担当している有働アナとイノッチが司会をした特番で、「感覚過敏」のある方々が何人か出演していて、彼らが実際どんなことで困っているのかを、より具体的に紹介していました。

みなさんは、感覚過敏という言葉を知っていますか？ 特定の感覚が特に苦手で、そのことで生活に支障が生じてしまうことを言います。感覚には、聴覚、視覚、味覚、嗅覚、触覚があります。

「聴覚過敏」の場合は、ざわざわした場所にいると、すべての音が一斉にシャワーの様に耳に入ってきて、どれが自分にとって大事な情報なのかがわからない状況に陥ってしまうそうです。例えば、友達とカフェに行ったとします。満席でとても賑やかなカフェです。初めは「うるさいな～」と思っていても、そのうち耳が慣れてきて、友達との会話に集中できるようになります。それは、脳が必要ではない音をブロックしてくれるからです。ところが、ブロックできなかつたらどうなるのでしょうか？それが「聴覚過敏」なのです。

自分達の周りに、「困っている人」がいることを、常に心にとどめながら、学校生活や日常生活を送っていきたいですね。

教育相談室に話に来ませんか？

学校生活や家族のことなど、話をしたいことがあれば、気軽に2階の教育相談室に来てください。
当面のカウンセリング日は

6月13日(火) 20日(火) 7月11日(火) 18日(火) の12時から16時です。

☆時間や日程は変更も可能です。そんな場合は早い目に連絡くださいね。