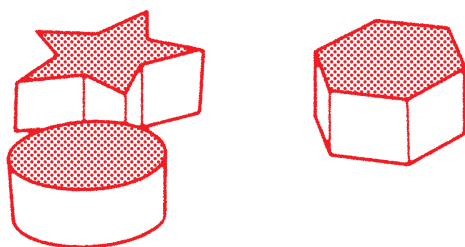
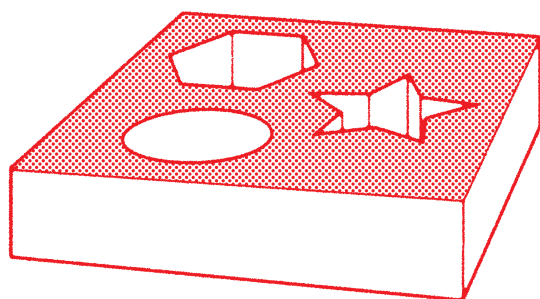


特性の仕組みと 対処法



静岡大学
香野毅

最近、「特性」という言葉をよく耳にします。ニュアンスとしては「困ったやつ」とネガティブに使われ気味です。一方、ある辞書では「固有に持っている優れたところ」と褒めてくれます。多かれ少なかれ誰しも持っているのだから、存在を認めてポジティブに仲良く付き合っ
てしまえばよいのですが、そう簡単
にいかないところがなんとも困った

やつです。

私は優先順位をつけてタスクをこ
なすのが苦手です。よくある「勉強
(仕事)しようと思つて机に向かっ
たら、その辺りを片付け始めちゃっ
て、気づいたら本読んでた」という
やつです。目に入った刺激物のお誘
いを断れません。好奇心旺盛といえ
ば子どもの良さげですが、大人
的にはやつつかいです。目当てのモノ

があつて、買い物に出かけたら違う
モノ買つていた…なんてことも昔は
よくありました。

最近はいささかコントロールでき
るようになったと感じます。それは
自分が自分の上手な支援者になつた
のか、特性が弱まったのか(症状改
善?)、加齢でエネルギーが減つた
のかは分かりません。仕事場の環境
を整えているのはありそうです。T

o D。リストを書いて目につくよ
うにしています。そういえば数年前
に勉強できないから!と私に携帯電
話を一時預けにきた学生がいました。
彼も似た者だったのでしょうか。

このコーナーでは、心理の専門家
が自分の特性について解説し、その
対処法を開示します。いや、そもそ
も対処できているのか? お楽しみ
ください。