

保護者向け早期相談支援Q & A ②

～家庭での子育てに関する情報～

1章 一人一人の特性に応じた支援のために

1 発達障害とは？

発達障害とは、「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害その他これに類する脳機能障害であって、その症状が通常低年齢において発現するもの」と発達障害者支援法には記されています。脳機能の発達に関する障害であり、決して親のしつけや教育の問題によるものではありません。

発達障害は、他人との関係づくりやコミュニケーションなどが苦手である反面、優れた能力が発揮されている場合もあり、総じて、周りから見てアンバランスな様子が理解されにくい障害です。(詳細については、P 6 <参考>をご参照ください)

発達障害の人たちが個々の能力を伸ばし、社会の中で自立していくためには、子どものうちからの「気づき」と「適切なサポート」、そして、「発達障害に対する理解」が必要です。

2 基本的な支援の原則

(1) 「困った子」ではなく、「何かに困っている子」と考える

発達障害があるといっても、障害の種類や程度によっても違います。また、年齢や性格などによっても、一人一人、現れ方が違います。生活の中で困難なこと、苦手なことも一人一人違います。

よく、「何も十分にできないで、『困った子だ』」という話を聞くことがあります。しかし、本当に困っているのは子ども本人なのではないでしょうか。一人一人の特徴に応じて配慮したり、支援をしたりするなどして、本人の※困り感をなくしていくことが重要です。

※「困り感」は、学研の登録商標です。

使用については、確認済みです。



(2) できたことをしっかりとほめる（できないことを叱らない）

発達障害のある人は、他の人が簡単にできることでも、うまくできないことがあります。

本人ができないことや失敗したことを責めたり、叱ったりすると、「自分はだめだ」と落ち込んでしまったり、他の人や社会のせいにして批判的・攻撃的・反社会的行動傾向が強まったりしてしまいます。できたことをしっかりとその都度ほめ、自己有用感（自尊感情）を育むことが重要です。

そして、できなかったところは、どのようにすればもっとよくなるかを肯定的、具体的に伝えることが大切です。



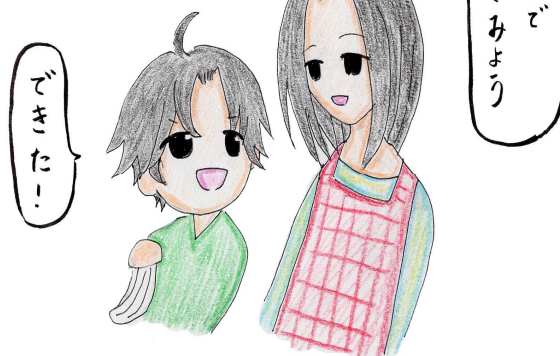
(3) スモールステップによる支援を意識する

スモールステップとは、ほんの少し頑張れば、やれそうなことやできそうなことを目標にするやり方のことです。

靴下をはく練習をする場合、まずは「靴下をもつ」、次に「つま先を入れる」「かかとまで引っ張る」等という具合に課題を細かく分けて一つずつクリアできるように手助けするのがスモールステップによる支援の考え方です。中には、まずは「できる」ことを意識できるよう、「靴下を上まで引っ張る」、次に「かかとを入れる」、最後には、「つま先を入れる」というように、完成の場面から逆向きに、練習を開始する場合があります。

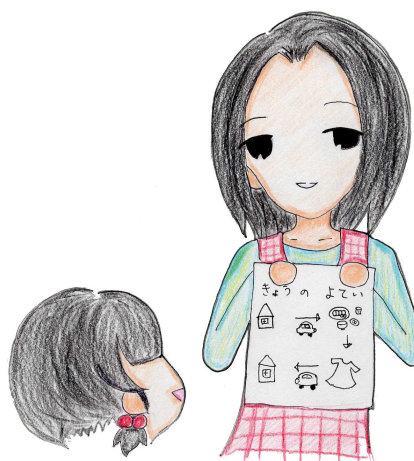
スモールステップは、学習や仕事など、さまざまな場面で有効です。何よりも、本人が「自分にもできた」という成功体験をし、自信をもって物事に取り組めるようになることが大切です。

1. 靴下をもつ	☆
2. つま先を入れる	
3. かかとまで引っ張る	
4. かかとを入れる	
5. 上まで引っ張る	

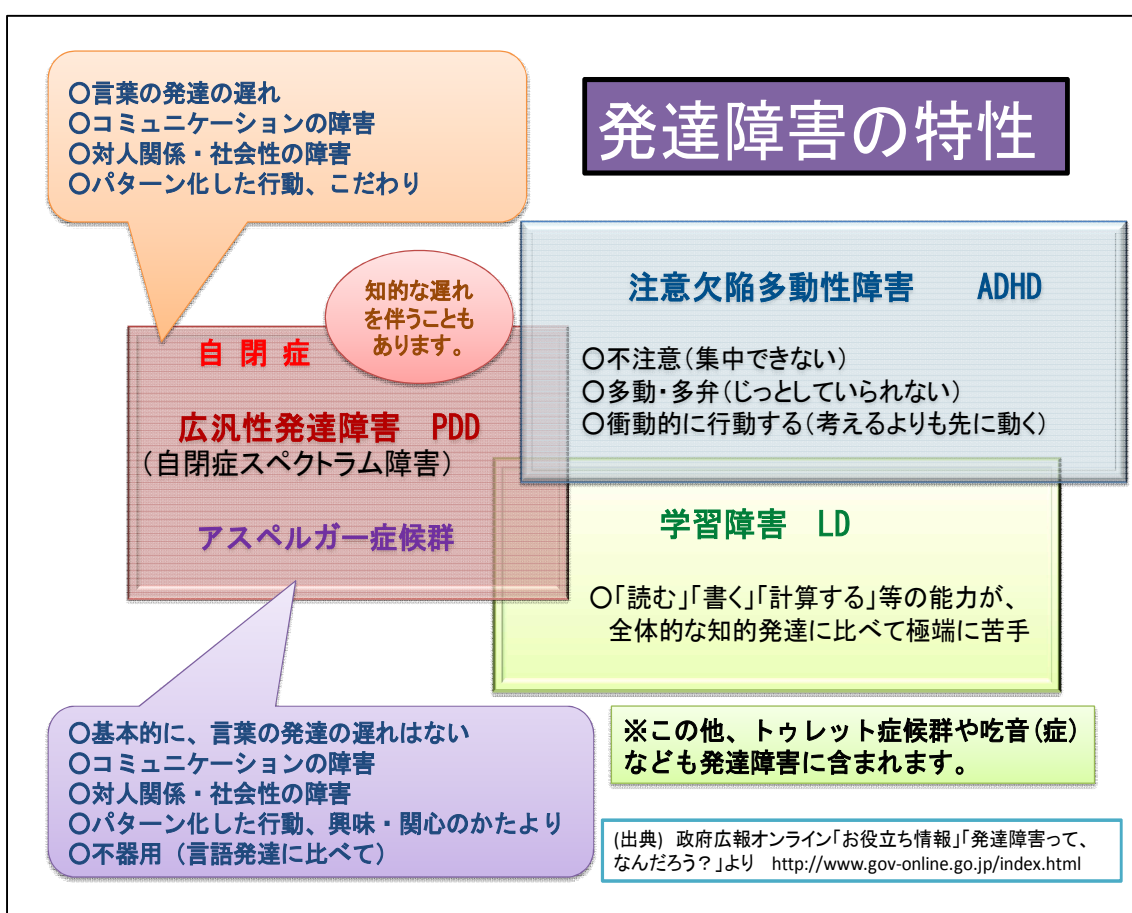


(4) 視覚的な情報を提示して説明する

発達障害の人のなかでも、自閉症などの広汎性発達障害（自閉症スペクトラム障害）の特性をもっている人の多くは、言葉で言われるよりも、目で見て分かる情報のほうが理解しやすいようです。その人が理解している言葉を使い、写真や絵などを添えて説明する等の工夫が大切です。



< 参考 > 発達障害の特性



上図には、自閉症・アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害（自閉症スペクトラム障害）、学習障害、注意欠陥多動性障害など、主な発達障害の特性が記されています。

なお、発達障害は、複数の障害が重なって現われることもありますし、障害の程度や年齢（発達段階）、生活環境などによっても症状は違ってきます。発達障害は多様であり、一人一人症状が違うことに留意する必要があります。また、関わり方については、相手の特性に寄り添うことが大切です。

2章 家庭での子育てに関するQ&A

1 子どもの特性に関すること

(Q1) 友達とのトラブルが多い

自分の思うようにいかない場面で、友達を叩いたり、蹴ったり、かみついたりします。時には、自分の座りたい場所に誰かが座っているとだけで、暴力をふるうことも・・・。

どうしてそうなるの？

①友達との適切なかかわり方や意思表示の仕方がよくわからない

- 自分の思いを伝えることができなかつたり、思うようにいかなかった場合に、思わず、相手を叩いたり、蹴ったり、かみついたりしてしまう。
- 暴力をふるった結果、欲しかった物が手に入ったり、友達が譲ってくれたりすると、「暴力を振るうことで自分の思いが達成される」と思い込んでしまう。

②相手の気持ちがわからない

③特定の相手の声や動きが不快



どうすればよいの？例え

①相手に暴力をふるう状況を観察して事前に止める

- その場を離れ、落ち着いた場所で冷静に理由を聞きます。
例:「どうして叩こうとしたの？」→「おもちゃ、貸してくれないんだもん。」
- 本人が落ち着いた後に、どうしたらよかったのか、適切なことば(「貸して」「やめて」「入れて」など)をその場で教えます。
- 練習したり、やらせてみたりして、その行動をほめることにより定着を図ると有効です。

②相手の気持ちがわかるための工夫をする

- 絵に描いて出来事を振り返り、その時にどうすればよかったのかを確認します。



(Q2) 気に障ると大きな声を出す、かんしゃくを起こす

ちょっとしたことで泣き出したり、大声を出したり、近くにある物を手当たり次第に投げたり、蹴ったり……。時には、道路で寝転んで大騒ぎをすることもあります。

どうしてそうなるの？

いやだ！

いやだ！絶対に

いやだ！



①気持ちのコントロールがうまくできない

○自分の気持ちを伝えられない、抑えられない、混乱している。

②不快な刺激、予定変更、好きなことを止められたなどがきっかけとなっている

○急に恐怖を感じてしまったり、活動の見通しを立てられなかったりして、何をしてもよいのかわからず、不安になってしまう。

どうすればよいの？例え

①かんしゃくを起こしているとき

○安全な場所に速やかに移動し、クールダウンを図ります。大きな声で怒ったり、叱られたりしてもおさまらないことも多いようです。例えば、小部屋や刺激の少ない状態を保ち、落ち着くまで待ってから、どうしてそうなったのかななどの話を進めるとよいようです。

②かんしゃくを起こす前にできること

○肩を怒らせたり、目がつり上がったり、呼吸が激しくなったりするなど、かんしゃくの前兆がみられたら、その場を離れるなど早めに対応するようにします。

○「そう言われても困るよね」「こんな時は、どうするとよいのかな？」と絵カード等を活用しつつ一緒に練習し、よりよい方法を身につけられるようにしておくことが大切です。



(Q3) 一人遊びが多い

子ども達が様々なおもちゃを使って遊んでいる時に、水が流れる様子を見つめていたり、ボールをコマのようにくるくる回したり、その周りを飛び回ってみたりして一人で遊んでいます。誘ってもなかなか他の子と遊ぼうとしません。

どうしてそうなるの？

- ①他の子のしている遊びに興味がない
- ②一つの遊びに夢中になっている
- ③どうしたら仲間に入れるのかわからない
- ④他の子の声がうるさくて嫌だと感じている

どうすればよいの？例え

①本人の関心のあるところから少しずつ関わりを増やす

○大人が隣で、本人と同じようなことをしてみたり、「上手に並べたね」、「これはなんという電車？」などと声をかけてみたりすることが大切です。

②子どものペースを尊重して、環境を整える

○他の子の声がうるさいのであれば、周りの子どもと小さい声で話をする機会を作ってみるとか、大勢でいる部屋ではなく少人数で静かに遊ぶようにしてみる等、本人の思いを生かしつつ環境を整えることが重要です。



(Q4) 一つの遊びを長く続けられない

積み木で遊んでいると思ったら、外でジャングルジムに登っていたり、あちこちフラフラと歩き回っていたりして、一つの遊びに集中できません。

どうしてそうなるの？

- ①興味・関心が移りやすい
- ②何をしてもよいのかがわからない
- ③安心できる場所を探して動き回っている

どうすればよいの？例え

①集中しない時には、落ち着ける場所（小部屋など）で、限られた好きなもので遊ぶ

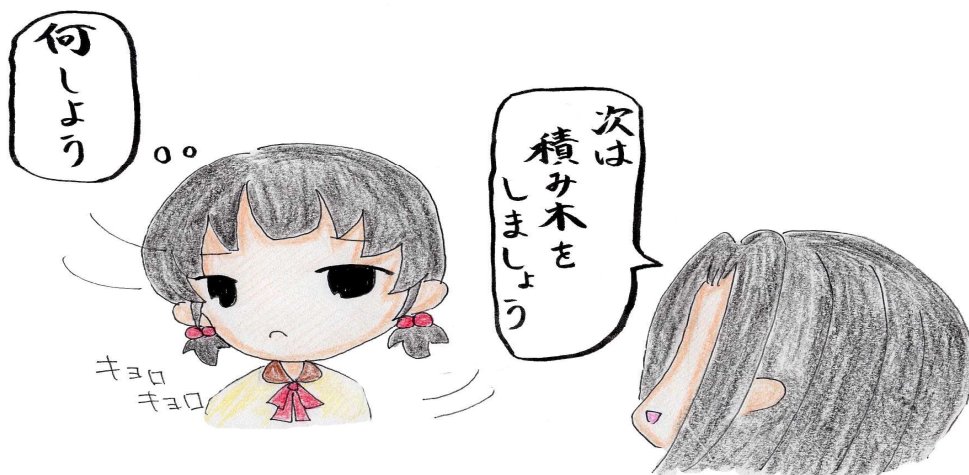
○落ち着きがないお子さんは、どうしても叱られることが多くなりがちなので、落ち着いている時や状況に合った行動ができた時には、よくほめ、その行動の定着を図るようにします。

②子どもがどう振る舞えばよいのかわからない時は、具体的に提案する

○遊びに誘ったり、遊びのやり方を示したりしながら、具体的なやり方を示すようにします。

③そうした行動をとった子どもの気持ちを受け止める

○何か嫌なことがあったのかもしれませんが、以前起こった嫌なことを急に思い出したのかもしれませんが。様子をよく確認して、子どもの気持ちを受け止めるようにすることが大切です。



(Q5) 体や髪に触られるのを嫌う

体や髪の毛に触られることを異常に嫌がる子どもがいます。一緒にお風呂に入っても、洗ってあげることができず、床屋さんへ行くこともできず、困ってしまいます。

どうしてそうなるの？

①感覚が過敏または鈍感（見る、聞く、味わう、嗅ぐ、触れる）

②他の人に触られることへの恐怖感

○純粹に触られることが嫌であったり、触られることに恐怖感をもっていたりする。

どうすればよいの？例え

①どんな感覚が過敏または鈍感なのかを把握する

○子どもが触られるのを異常に嫌がる場所を把握し、できるだけ避けるようにします。

○不安を喚起させない環境づくりに努め、子どもの気持ちが落ち着けるようにします。

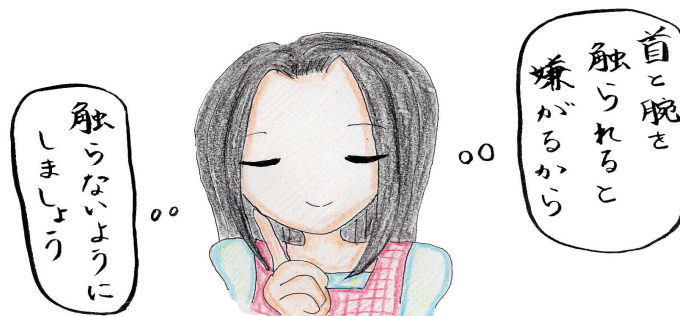
○「ここなら大丈夫？」という言葉がけから、大丈夫な場所を少しずつ広げていくようにします。

②触られることを異常に嫌がる場所・状況を把握する

○「なぜ触れる必要があるのか」「その時の相手の気持ち」等を伝え、相手の気持ちに添った意思表示の仕方を教えます。

③その他

○赤ちゃんの泣き声や工事の音、トイレのエアタオルなどの特定の音を嫌がる子どもがいます。音に対して敏感であるにもかかわらず大きな声を出す子どもの中には、自分の声で嫌な音を遮ろうとしていることがあるので注意が必要です。



(Q6) 話す時、視線が合わないことが多い

人と話をする時、視線が合わないことが多くあります。特に初対面の人や、慣れていない人などには、わざと視線を合わせようとしません。また、家族とも目が合っていない気がして不安です。意図的に合わせようとしても、避けているように感じます。

どうしてそうなるの？

- ① 恥ずかしいとか怖いという気持ちがある
- ② 相手の目を見て気持ちを探ることが苦手
- ③ 人に関心が向かない

○ただし、「好きな人には関心があって、嫌いな人には関心がない。」ということではなく、「人全体に関心がない」ということに留意する。

どうすればよいの？例えは

① まずは、気持ちに寄り添う

○子どもの気持ちに寄り添い、どうしても無理なことは強制しないようにします。

② できる範囲のことで補う方法を模索する

- 「相手の目を見るのがどうしても怖い」と思っていると認識し、一応目を合わせるように教えつつも、顔の近くで好きなおもちゃを見せるなど、人に関心がもてるようにします。
- 「相手の鼻を見るようにするといいよ」等と具体的で実施可能なアドバイスが有効な場合もあります。

