

1. 発達障害ってなんだろう？

(1) 幼児期のエピソード

- ごっこ遊びのように想像力が必要とされる遊びが苦手です。
- お友達と遊ばない子、お友達とは遊ぶけれどトラブルになってしまう子がいます。
…自分の思いを言葉で整理できなかったり、自分の思いを言葉でうまく伝えられなかったりすると、手が出てしまう場合があります。
- 質問された事に沿わない答えが返ってくる場合があります。
…「昨日ポケモン見た？」と聞かれているのに「ポケモンカードが好き！」と答えてしまうなど。
- 一見、自己中心的に見える行動が多いため、自分勝手、我がまま、しつけが悪いと誤解されることがあります。
…お友達の家に行ったとき、自分の家のように冷蔵庫を勝手に開けたり部屋中をあちこち見て回ったり。

- 会話ができる前（3歳くらい）に、ひらがなやカタカナ、数字や漢字などを覚えることがあります。
- 初めての場所や人、初めて取り組むこと、思っていたことと違うことに慣れるまで時間がかかってしまいます。状況が理解できずに混乱が続き、大泣きしたり、動けずに固まったりしてしまいます。
- 先生の話が終わる前に出し抜けて答えてしまい、人の話を最後まで聞けません。



- ボタンが留められない、ファスナーをしめるのに時間がかかるなど、手先が不器用。
- お客さんに「いつ帰るの？」と聞いたり、太っている子を前にして「デブだねえ。」と言ってしまったり。空気を読めない会話をする人が多いので親はいつもヒヤヒヤ。
- 落ち着きがなくじっとしてられません。デパートで迷子になっても、1時間後にケロリとした顔で「ママ！どこに行ってたの！？」と現れるのです。不安じゃなかったの・・・？

*** 一言アドバイス ***

Aくんは園であったことをうまく伝えることができません。お母さんがいろいろ質問しても、思い浮かんだことだけを次々と話すので、話がまとまりません。トラブルがあった時など、いつも悪者にされ謝ってばかり・・・とお母さんは困っていました。

→ 発達障害のあるお子さんは、順序だてて話をするのが苦手です。そんな時、おとなが上手に質問して話を促すようにしてみましょう。「いつ・どこで・誰と・何を・どうした」の順番で一つずつ質問したり「〇〇のところをもっと分かりやすく教えて。」とポイントを絞ったりして聞くと、子どもも答えやすく内容が見えてきます。

*** 一言アドバイス ***

こんな声かけしていませんか??



こういう声かけは子どもにとって分かりにくい場合があります。短い言葉で具体的な指示が効果的です。

【例】

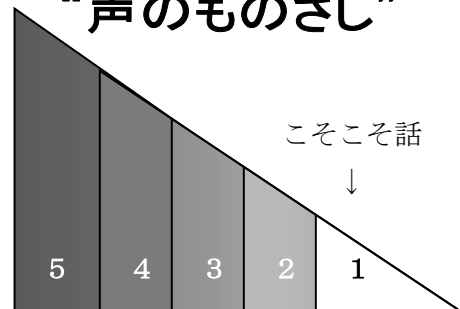
「うるさい」→

「小さな声で話そうね。2の声よ。」

「チョロチョロしない。」

→ 「椅子に座ろうね。」

知っていますか?
“声のものさし”



運動会で応援する声↑

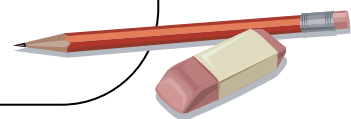
↑となりの人と話す声

(2) 学齢期のエピソード



- 相手の立場や気持ちを感じ取ることが苦手なため、同年齢の子どもとうまく付き合うことが苦手です。かえって学年が違とうまく遊べる場合があります。一方で、自分の関心がある事では周りとうまくいく場合があります。
- 物の貸し借りでトラブルになる場合があります。「貸して」と言わずに使ったり、「いいよ」と言われる前に使ったり・・・
- ルールや順番を自分で察することが苦手なため、誰かに教えてもらわないとお友達とトラブルになる場合があります。
- お友達との“約束”を覚えておくことが苦手なため、放課後に遊ぶことができない場合があります。

- 気が散ってしまいがちで、先生やお友達の話は聞き漏らすことが多いです。
- 整理整頓できず物をなくしたり、忘れ物が多かったり、持ち物を聞き漏らしたりして困ることがあります。
- 授業中席を離れたり、着席していても机や椅子をガタガタさせたり、落ち着きがない子がいます。
- 特定の学習が極端に苦手な子もいます。計算なら「繰り上がり」「繰り下がり」ができない、本を読む時に読み飛ばしが多い、字を書く時は枠からはみ出る、漢字を覚えることが苦手…など。
- 自分の体の大きさや周囲の状況を把握することが苦手なため、運動が苦手な子もいます。



- 夢中になったときの集中力はすごい！夢中になりすぎて、疲れてしまう、気持ちの切り替えが上手くいかないこともあります。
- 休み時間や昼休みなどの“自由な時間”をどう過ごしたらよいかかわからず、困ることもあります。
- 想定外のことが起こると混乱してしまい、大騒ぎをしたり、その場で固まったりすることがあります。
- 人にわかるよう順序立てて説明することができない子もいます。また、言葉をたくさん話せても、言葉の意味や言葉の持つニュアンスを正しく理解できていない場合があります。

*** 一言アドバイス ***

Aちゃんは昼休みに先生やお友達とボールで遊ぶのが楽しみでした。しかし急なルール変更があると、そのルールが理解できず一人だけ違う行動をとってしまいます。お友達に怒られるので、だんだん遊ぶのがイヤになってきました。

→ ルール変更があったとき、言葉の説明だけでは自分がどう動いたらよいかわからないのかもしれないですね。絵に描いて説明する、ルールを簡単にする、ゲーム中に短い声かけをするなどの工夫が必要です。周りのおとながAちゃんに接する姿を見て、お友達も同じように接するようになってきます。

*** 一言アドバイス ***

一般級に通うBくんは、計算問題は得意ですが図形や数量関係は不得意です。本人はすでに自信を失ってしまっていて苦手な分野のプリントはちらっと見るだけで「これやらない！」と大騒ぎが始まります。最近、大好きな中学生のお姉さんが宿題を手伝ってくれるようになりました。定規を読むのが出来なかったのに一目盛りずつ一緒に声に出して数えながら読むと次第に読めるように…。丁寧に積み重ねていくと、入り口で拒否していたことがどんどん知識として身についていきました。

→ 得意な分野のプリントを中心にし、苦手分野は少量に抑えるのも自信を持たせる秘訣ですね。相変わらず苦手な問題になると「これやらない！」の儀式は繰り返されますが、そう言いながらもなんとか取り組むようになりました。

*** 一言アドバイス ***

発達に心配があるかどうかは、集団の中に入って初めて分かることがあります。

「家では困っていないから」

「学習ができているから」

「これはこの子の個性だから」・・・？

担任の先生や周りから見た客観的な意見も大切です。お子さんの様子で心配な点があるときは、身近な相談機関を利用してみましょう。

(3) 思春期のエピソード

- 中学・高校と小学校との大きな違いは、各教科を違う先生が教え、それぞれの方法で提出物や予習を求めてくることです。提出物を理解し対処することが困難で、このために内申がテストの点より悪くなってしまうこともあります。
- 「聞きながら」＋「ノートを取る」事が苦手な方もいます。
- 学校にある暗黙のルールを察することが苦手で、学校に行きづらくなる場合があります。また、明示化されたルールにこだわりすぎてしまい、お友達とトラブルになることもあります。
- 周囲の音が同じ音量に聞こえ、休み時間など多くの人が様々な会話をしている時間が苦手な方もいます。そのため、教室から離れて図書館など静かな場所で過ごす方法をとる方もいます。
- 学校で居場所を見つけることができず、インターネットの中で自分の居場所を見つける方もいます。その場合、時間やルールを決めて守ることにより、心の安定につながることもあります。

*** 一言アドバイス ***

- 進路を選ぶにあたっては、将来にも目を向けて、適応しやすい通学先を選びましょう（→P14～参照）。また、不適応に陥ってしまう前に周囲がサポートを工夫することが大切です。その子の特徴、苦手をカバーする方法を、積極的に先生方に伝えてはどうでしょうか。
- 家の中に仕事や役割があり、それをきちんとすることは、将来、仕事にきちんと取り組める大人になるための準備になります。
- 自分の苦手さに目が向き、極度に自信をなくしてゆくお子さんもいます。全く普通に行動するよう親や周囲からの圧力がかかるとたいへん負担になります。特徴を認めて、良いところは褒め、苦手なことはサポートして成功体験に結び付けましょう。
- 人生をいきいき過ごしてゆくために、余暇を充実して過ごせる力を育てることも大切です。この時期好きなことを増やしていきましょう！

- ・ Aさんは、友だちと遊びたいのですが誘ってもらえないし、誘っても応じてもらえません。日ごろAさんは自分の趣味のことばかり話してしまう癖があります。しかも人には答えられないような質問もしてしまうのです。担任の先生が「相手の趣味を話題にして相手の話を聞いてみたら？」という具体的なアドバイスをしました。Aさんはまじめにどの人にも趣味を聞き始めましたが、相手の話の途中で、つい頭に浮かんだ別のことを話しはじめたりして、相手の気持ちに沿って話題を続けることが難しいのです。それでも以前より会話が続くようになってきて、家族にもほめてもらっています。
- ・ Bさんには、お金を貸してほしいとねだってくる友達がいます。「俺とお前は友達だろ？困っているんだ。」と言われて本当にそうだなと思って貸しています。目撃した人に「大丈夫？」と聞かれると、「友達だから。」と答えています。相手にしてくれる彼はBさんにとって、大切な存在なのです。

*** 一言アドバイス ***

「お金の貸し借りはしない」など大切な社会のルールや、人の話には言葉通りではないいろいろな意味があることなど、具体的な場面を通して繰り返し教えておくことが大切です。親以外にも相談できる相手があるといいですね。

*** 一言アドバイス ***

思春期は体も心も大きく成長します。自分が何を望むか、どう考えるかがその子の行動の軸になるので、周囲もそれを尊重していくことが必要です。そのような成長のなか、自らの障害への気づきや、親や医師からの告知（診断名を告げられその説明を受けること）が行われる場合があります。

発達障害の人が自分について語る本がたくさん出版されています。思春期、特に告知された場合、それらを読む機会も出てくるでしょう。自分と同じような感じ方をする人がいると気づくことで気持ちが明るくなり、前向きにとらえられるといいですね。周囲の人にとっても、読むとたいへん参考になります。



(4) 成人期のエピソード

- いろいろな仕事をしたが、どこも短期間でクビになってしまう。自分では一生懸命働いているつもりなのだが、なぜか一緒に働いている人から注意されることが多くて落ち込む。
- 一度にいくつもの仕事を頼まれると、どれから手をつければいいのか分からなくなってしまったり、忘れてしまったりする。
- 職場での雑談が苦手仲間に入れたい。なんとなく会社に居づらくなって退職してしまった。
- 自分に合った仕事が見つからない。就職セミナーなどに参加をしているが、どうやって求職活動をすればいいのかよくわからない。
- 心配なことや嫌なことがあると、ずっとその事が頭から離れずイライラしてしまいます。

……発達障害の人の多くが仕事に関する悩みを抱えています。

*** 一言アドバイス ***

「インターネットをしていて時間を忘れてしまい、仕事に遅刻してしまう。」「一人暮らしをはじめたが、生活費がすぐに足りなくなってしまう。」「・・・そうならないために、仕事や勉強だけでなく、大人になるまでに生活するための力を身につけることも、自立のためには大切です。

また、仕事や人間関係のストレスを忘れられる、落ち着くことができる、そのような趣味があるといいですね。手先を使って一人でできる製作活動などは集中できてお勧めです。

- 統合失調症の診断を受けて精神保健福祉手帳を取得しサービスを受けてきたが、精神障害者の集まりの中では居心地が悪かった。最近になって主治医より「広汎性発達障害のようだ」と言われ、やっと納得した。しかし、相変わらず自分にピッタリの居場所は見つからない。
- 発達障害があることを知らずに生きてきて、就労がうまくいかず対人関係で悩んだが、その悩みを話す場所がない。
- 大人になってから発達障害であることを知り、自分は納得したが両親が理解してくれず苦しんでいる。

- Aさんは、コンビニでアルバイトをしています。お客さんがレジに並んだらすぐにレジに入るようにとされているのですが、品出しなど他の仕事をしていると熱中してしまってお客さんが並んでいても気づかないことが度々あります。次は気をつけようと思ってすぐにレジの所へ行ったのに、同僚から「ここはいいからあっちの作業をして」と言われてしまいました。仕事の優先順位を判断するのはとても難しいことです。
- 20代のBさんは、周りの人たちとうまく付き合えないことや、他の人が簡単にできる仕事がなかなか覚えられないことなどから、自分に自信をなくしていました。最近、不眠のために受診した医療機関で「アスペルガー症候群」と診断されました。Bさんは診断を受けたことで、これからの事を考える元気が出てきました。今は通院を続けながら、自分に合った生活を探しています。

*** 一言アドバイス ***

- 成人期は、就職や一人暮らしなど大人としての生活が始まり、学生時代とは違った、新たな課題が見えてくる時期です。生活の場が広がり、仕事などでストレスを抱えることも増えます。趣味を持つなど自分なりのストレス発散方法を見つけられるといいでしょう。
- うつ病や神経症、統合失調症など、他の精神疾患を併発する場合も少なくありません。医療機関と上手につきあっていくことも大切です。
- 仕事の場面で初めて自分の苦手さや障害に気づき、診断に至る場合もあります。
- 障害者手帳や年金の取得など、福祉サービスの利用についても、本人の気持ちを尊重しながら考えていくこととなります。区役所の福祉の窓口や相談機関を上手に活用し、正しい情報をもとに検討できるといいですね（P13 参照）。
- 自分ひとりで将来の生活をイメージするのは難しいので、本人の力を見極めながら周囲と一緒に考えていくことが求められます。
- 親も年を重ね、きょうだいも独立するなど家族の形も変化していきます。本人の生活を豊かにし安心して暮らしていけるように、家族以外にも本人をサポートしてくれる人たちをたくさん作りましょう。



(5) 発達障害の定義

発達障害者支援法では、『発達障害』を「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害（*1）、学習障害（*2）、注意欠陥多動性障害（*3）その他これに類する脳機能の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」と定義しています。

一般に『発達障害』といわれる場合には、上記の支援法に定義されているような「発達上の偏りや障害がみられるが、知的な遅れがないもしくは目立たない」ものを指します。

*1) PDD (Pervasive Developmental Disorders)

*2) LD (Learning Disabilities)

*3) AD/HD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)
とも呼ばれます。