

こころにリボン

～ あなたらしくキミらしく ～

はじめに

『こころにリボン～あなたらしくキミらしく～』は、発達障がいの理解が深まり、誤解がうまれないようにしたいという願いから始まったコラムです。

いなべ市広報誌「Link(リンク)」に平成25年7月号(第1回)から平成26年9月号(第13回)までの連載記事をまとめました。

第1回 (H25年7月号)

今月号から『こころにリボン～あなたらしくキミらしく～』を連載させていただき、臨床心理士の田中沙季です。

健康こども部 発達支援課に勤務し、教育相談の発達検査や知能検査を実施し、療育教室にも参加しています。検査や教室での遊びを通して、お子さんの困り感がどのようなところから起きているのか、周囲はどのようなことに対応したら良いのかを共に考えています。

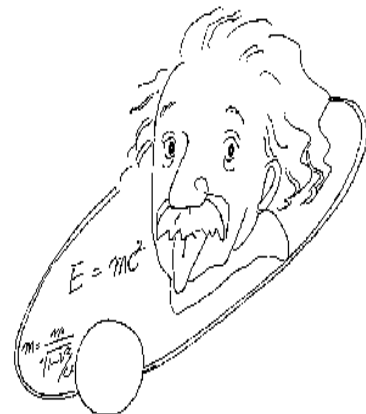
さて「発達障がい」「注意欠陥・多動性障がい (AD/HD)」「学習障がい (LD)」という言葉は、近年テレビや書籍などで頻繁にとりあげられていることから、耳にされる方も多いと思います。しかし、これらの障がいは、どのような困難を抱えているのか一見してわかりにくいため、誤解が生まれてしまうこともあります。

それぞれの障がいの困難さや、素晴らしい長所についてお伝えすることで、そのような誤解が少なくなるよう、理解を深めていただきたいと思います。そして、「あなたらしくキミらしく」過ごせるように、周囲の人々や地域の支えについても考えていきたいと思います。どうぞよろしくをお願いします。

第2回 (H25年8月号)

天才学者アインシュタインというと舌を出したユニークな写真が有名ですね。そんなアインシュタインの意外な一面をご存知でしょうか。

アインシュタインは、5歳頃まで言葉を話さず、ひどいかんしゃくもあったそうです。学校では、特定の教科はとても成績が良いのですが、その他は全く駄目で、先生に度々叱られていたとか…。



大人になり、興味のある分野で高度な観察力を発揮する一方で、タオルでなく雑巾で顔を拭くことや食器ではなく灰皿に食事を盛り付けることがあったと言われてい
ます。興味のあることはとても得意でしたが、私たちがごく自然に区別できることがア
インシュタインには難しく、苦手であったと伝えられています。

これは極端な例ですが、誰にでも得意と苦手があり、二つの差が大きいことは珍し
くありません。差の大きさから様々なストレスにぶつかってしまう方の中には、発達
障がいを抱える方がいます。

次回からは、差の大きさと発達障がいの関係についてお話をします。

第3回（H25年10月号）

前回、アインシュタインには得意と苦手に大きく差があったという話をしました。

高度な能力を持つ一方で、ごく自然にできそうなことがなぜ苦手だったのか、「で
きるのにやらなかった」と感じた方もいらっしゃると思います。脳には、様々な分野
があり、それぞれの役割があります。例えば「前頭葉」は物事を順序だてて考えるこ
とや行動を抑制する力を担い、「側頭葉」は感情や記憶を担っており、関わり合いな
がら機能していると言われてい

ます。近年、発達障がいの研究が進み、脳画像を用いた分析から、生まれつき機能に違
いがあることが明らかになっています。機能の偏りや、ある部分だけ未発達であること、
“物事の捉え方”や“行動の仕方”に違いが生じ、日常生活で困難な場面が起きやす
いことがわかっています。

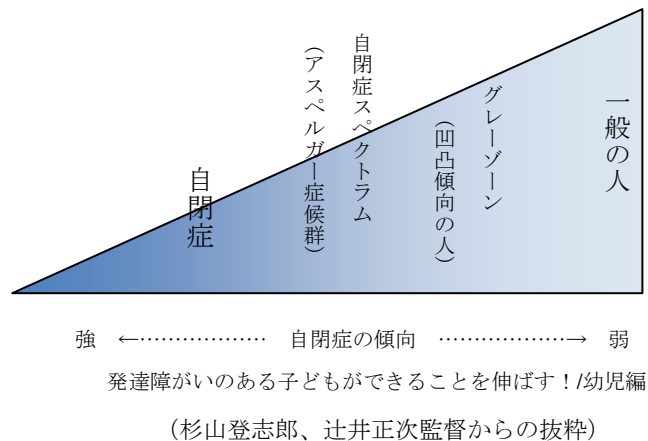
発達障がいの原因は、育て方やしつけと言われた時代がありましたが、そうではあ
りません。成長に従い消えていく特性もありますが、脳機能は生まれつきの体質のよ
うなものなので、多くは大人になっても持ち合わせていきます。アインシュタインも
「できるのにやらなかった」ではなく、脳機能の違いから行動の仕方に違いが生じて
いたかもしれませんね。

第4回（H25年11月号）

発達障がいと言われるものには、いくつかの種類があり、その一つに「自閉症スペ
クトラム障がい」があります。自閉症の特性やそれに似た特性を持つ一群のことをい
い、図のようにグラデーションで表されます。

自閉症から一般の人まで、ひと続きの連続体（スペクトラム）と考えられ、全く違
う存在とされていません。人によって特性や困難さは違いますが、主な特性として「コ
ミュニケーションやイメージーションの難しさ」「興味・関心の偏り」があります。
相手の表情や考えていることを読み取りにくく一方的に話をする、特定の事にこだわ
り融通がききにくい場面が起きやすいです。しかし、前に紹介したように脳機能の偏
りから生じており、わざと行っているわけではありません。

誰にでも歌や運動など苦手なことがあるように、表情を読み取ることが苦手、気持ちのコントロールが苦手なのです。苦手な部分が目立ちやすいかもしれませんが、周囲の理解や対応によって、その人らしく生きていくことができると言われています。



第5回 (H25年12月号)

前回お話をしたように発達障がいなのか、そうでないのか、その境界ははっきりと分れていません。杉山登志郎先生は、著書「ギフテッド天才の育て方」の中で「発達凹凸+適応障がい=発達障がい」と説明しています。

自閉症スペクトラムの特徴に、相手の気持ちや状況を推測できず自分の思いだけで行動してしまったり、気持ちの切り替えが苦手でパニックになることがあります。この場合に、周囲から“気持ちの切り替えが苦手なのだ”とその子(人)の個性と理解され、どのような行動を取ればいいのかを具体的に教えてもらう経験と、「できるのにやらない」と誤解され怒られてしまう経験とは、大きく異なってきます。

後者の場合、自信を失いやすく、他者を信頼できにくくなることから大きなストレスを感じ、社会生活の中でうまく対応できなくなると言われます。発達の凹凸は誰にでもあることですが、もし凹凸が大きい場合でも社会生活に適応していれば個性の一つとなるのではないのでしょうか。発達の凹凸が生活に支障をきたして初めて、発達障がいと言われます。

第6回 (H26年1月号)

先日、盲目のピアニスト磯村靖幸さんがある番組で見ました。自閉症である靖幸さんは、他者とのコミュニケーションが苦手で、言葉のやりとりが難しいそうです。その一方で、一度聴いた曲は完全に記憶することができ、なんと1万曲を記憶しています。そして、指定された曲を間違えることなく弾くことができるのです。それだけでなくカレンダーの日付を言われると、瞬時に「〇曜日」と当てることができるなど、驚くべき能力を持っています。自閉症の方の中には、ある分野において突出した素晴らしい能力を持った方がみえます。サヴァン症候群の方たちです。

靖幸さんのお母さんは、音楽を聴くと泣き止む幼い頃の靖幸さんを見て、ピアノを習わせることにし、たくさん褒めて才能を伸ばしてきたそうです。お母さんは、ピアノを弾く靖幸さんに喜びを感じ、また靖幸さんもお母さんの喜ぶ姿に嬉しさを感じて

いたのでしょう。お母さんの理解と導きがあったからこそ、靖幸さんの才能が開花したのかもしれませんが。

第7回（H25年2月号）

「ドラえもん」に登場する「のび太君」と「ジャイアン」を思い出してみましよう。心優しいのび太君ですが、忘れ物が多く授業中も宿題中も「こんなことができたらな〜」とすぐに気が散ります。ジャイアンは、ものおじせず行動力もありますが、思い通りにならないとすぐにカッとなり手が出てしまいます。もし二人が現実の世界にいたらどうでしょう。常にトラブルがあり、忘れ物が多く、注意されてもしばらくすると元通り。家族の苦労も多く生活に支障をきたしているかも知れません。うっかり忘れ物をする、カッとする事などは誰にでもありますが、あまり頻繁では困りものです。同年代のお子さんに比べて、2人とも行動や気持ちのコントロールが苦手なようです。

発達障がいの一つに ADHD（注意欠如/多動性障がい）があります。多動（落ち着きがなくじっとしてられない）、衝動的（何かを思いつくと深く考えずに行動してしまう）、不注意（気が散りやすい、うっかりミスが多い）が特性です。のび太君は不注意タイプで、ジャイアンは多動・衝動性タイプではないかと言われています。しかし、ADHDの方が持つ行動力発想力によって偉大な功績も残されています。

次回から ADHD について理解を深めましよう。

（参考文献：司馬理英子著「新版 ADHD のび太・ジャイアン症候群」）

第8回（H26年4月号）

ADHD（注意欠如/多動性障がい）だったのではないかとされる方に、発明王のエジソンがいます。エジソンは“気になることがあると後先考えず行動してしまう”“わかっているけど、やめられない”ということがたくさんあったようです。例えば小学校で粘土を使い「 $1 + 1 = 2$ 」を教えてもらいましたが、「1個の粘土と1個の粘土を合わせたら1個の粘土になるのに、なぜ2なの？」と聞くなど、先生に質問ばかりしていました。家庭では「なぜ物が燃えるのか」と疑問を持ち、納屋を全焼させてしまいました。おそらく「〇〇してはいけない」と分っていても、実際の場面になると好奇心が上回り行動を止められなかったのでしょう。

エジソンは、他の人よりも好奇心が旺盛で発想も豊か。そして行動力もあったからこそ、数々の発明を生むことができたと言われています。幼少期は、それらの力が強いがために人よりもトラブルが多かったようです。その後のエジソンは、入学から3カ月で退学となり、その後は母親から教育を受けることになりました。納得するまで教えてもらうことで、好奇心を満たしていき、発明王の基盤が出来上がっていきました。

第9回 (H26年5月号)

ADHDの方は、行動力があり、好きなことをとことん突き詰めることができるので、一つのことを極めていくと言われていています。きっちりとルールを守ることや精密さが求められる職業よりも、企画や営業、ゲームやコンピューターソフトの開発や制作といったクリエイティブな職業が向いているそうです。

また、有り余ったエネルギーをスポーツに活かす方もいます。オリンピックなどで数多くのメダルを獲得した競泳のマイケル・フェルプスもその一人です。

ADHDの方は特性から怒られる経験を減らし、自信を失わず関っていくことで、素晴らしい力を発揮することができると言われています。まず、集中力が途切れる原因となる物(テレビやゲームなど)が置いてある部屋での勉強は避けるなど、あらかじめ集中が続きやすい環境にしておくことが大切です。

他には、「さっさとしなさい」よりも「何分までに〇〇をするよ」、「うるさいよ。静かに」よりも「お話は、〇〇の後だよ」と、どのような行動をとればいいのか具体的に伝える方がよいと言われています。忘れやすいタイプには、言葉で伝えるだけでなく、書いて残しておくなどの配慮が良いでしょう。

第10回 (H25年7月号)

発達障がいの一つに、「LD(学習障がい)」があります。知的能力に遅れはないが、聞く・話す・読む・書く・計算のうち特定の能力の習得と使用に著しく困難を示す状態を言い、20~25人に一人はLD傾向の子どもがいるのではないかとの報告もあります。幼児期の日常生活では目立ちにくいため、小学校に入学後、学習が始まってから気づくことが多いようです。

ハリウッドスターのトム・クルーズや映画監督のステイブン・スピルバーグは、自らが読み書きが困難であると告白しています。トム・クルーズは、アルファベットの似た文字(例:aとd)や反対になっている文字(例:pとq)が識別できないそうで、録音された台本を聞いてセリフを覚えていると語っています。

文字が反対(鏡文字)に見える、文字がにじんだりかすんで見える、文字が揺らいで見えるなど、人によって見え方は様々です。視力に大きな問題はないのですが、文字を構成する線の配置、形のイメージ、位置、大きさ、方向などを認識できないため次のように見えると言われています。

あしは、*とうべん?とんだと元いみをやまう。

わと半えかめたのぬにしじりました。

いそががぶつてから、みんがでばんをたべました。

あしたは、おとうさんとともだちとえいがをみます。
ずっとまえからたのしみにしていました。
いえにかえってから、みんなでごはんをたべました。

引用文献：玉井浩 監修、奥村智人・若宮英司 編著（2010）『学習につまずく子どもの見る力—視力がよいのに見る力が弱い原因とその支援—』 明治図書

第11回（H26年7月号）

「あるみかんのうえにあるみかん」 どのように読まれたでしょうか。

「アルミ缶の上にあるミカン」「アルミ缶の上にアルミ缶」どちらも読めますね。ひらがなだけでは、どこで切ればいいのか分かりずらいため読みにくく、意味も読み取りづらかったと思います。

「あるみかん／の／うえに／ある／みかん」

「あるみかん の うえに ある みかん」だとどうでしょうか。

スラッシュ（／）や空間（スペース）があると、どこで切ればいいかが分るため、読みやすくなり意味も読み取りやすくなりましたね。

LD（学習障がい）の方にとっても、このようにスラッシュを加えたり、カタカナや漢字を使うと文章が読みやすくなるため、負担を軽減できると言われています。LDの方の困り感、周囲にはわかりづらいと言われてきましたが、近年、大学入試センター試験で文字拡大の配慮がされたり、大学でも講義へICレコーダーの持ち込みが認められたりと、少しずつLDの方への配慮が進みつつあると報告されています。今後も発達障がいなどの目に見えない困り感に、社会全体で対応していくことが望まれます。

第12回（H26年8月号）

友達とトラブルが起きやすい、何度注意しても同じことを繰り返す、すぐにかんしゃくを起こすなど、日常生活で気になる行動がある場合に、それらの行動がなぜ起きるのかを検査で確認することがあります。代表的なものに「発達検査」や「知能検査」があり、発達年齢や知能指数（IQ）を算出するだけでなく、どのような部分から日常生活における困り感が出ているのかを考え、生活に活かせる“得意部分”を見つめていくことを目的としています。

発達年齢が実年齢よりも低く出る場合もありますが、そのような場合は実年齢よりももう少し丁寧な対応が必要と言えます。また言葉を聞いて理解するよりも、見て理解する方が得意と分かれば、“絵”や“図”を加えて話をする対応が望ましいと考えられます。反対に、見て理解するよりも言葉を聞いて理解する方が得意と分かれば、言葉で具体的に話をする対応が適していると言われてしています。

「1回の検査で何が分かるの？」と疑問に思われたり、「悪いレッテルをはられそう」と不安を抱かれる方も少なくないと思います。初めて会う検査者と初めての場所で行われるため緊張してしまい、本来の力を発揮できない場合もあります。予想以上の結果が出る場合も、予想していた結果が出ない場合もありますが、結果が全てではなく、あくまでも今後の生活を考える上での一つの目安として捉えていただけたらと思います。検査者をする人も検査を紹介した人も、今後の子育てや成長に役立ててほしいという思いでいます。

最終回（H26年9月号）

『こころにリボン～あなたらしくキミらしく～』は、発達障がいへの理解が深まり、誤解が生まれないようにしたいという願いから始め、昨年（H25）の7月号から1年間13回にわたり連載をしてきました。

「自閉症スペクトラム」「注意欠陥・多動性障がい（AD/HD）」「学習障がい（LD）」について触れながら、それぞれの素晴らしい長所やどのような困難さを抱えているのか、また発達障がいであったのではないかとと言われる歴史上の人物を何人か紹介し、例えばエジソンに母親の存在があったように、どの方にも自分のことをよく理解してくれる人がそばにいたこと、理解者がそばにいたからこそ、短所で大きな失敗をせず、長所を伸ばすことができたこと、その人らしく生きるためには家族や周囲の大人が、本人の長所と短所をきちんと把握し、本人に合った関わりを行うことが大切であることを紹介しました。簡単なことではありませんが、少しでも実行することで何かが変わるかもしれません。

まだまだ伝えきれていない部分もありますが、『こころにリボン～あなたらしくキミらしく～』は、今回でひとまず終わります。