

【 参考資料 】

障害の理解と支援のポイント

(自閉症スペクトラム・注意欠陥多動性障害 ADHD・学習障害 LD)

発達障害の特性とそれぞれの支援のポイントについて簡単にまとめたものです。
必要に応じてコピーし、ライフサポートブックにはさむなどしてご利用ください。
但し、内容や表現が年齢やご本人の状況にあわない場合もあると思いますので、
あくまでも参考資料としてご利用ください。

私達の顔や性格に、一人ひとり個性があるように、
発達障害にも、それぞれのちょっとした「ちがい」があります。

その「ちがい」を、それぞれの特徴や感じ方を

周りの人達が、理解できるようになれば、

その方の立場に立って考えることができ、

その「ちがい」を持つ方も私達も、

これまで以上に暮らしやすくなることでしょう。



久留米市

自閉症スペクトラム障害

○自閉症スペクトラム障害とは、脳の特徴から起こる発達の偏りです。
○決して、しつけの失敗や愛情不足から起こるものではありません。

特性として次の3つのことが当てはまります。

- 1 人との関わり方の質的な障害（社会性の障害）
- 2 コミュニケーションのとり方の障害
- 3 想像力に問題があること、柔軟性の苦手

ひとつひとつ（ ）の特性と合わせて考えてください。
（ ）の中に名前を書きましょう。

1、人との関わり方の質的な障害（社会性の障害）

自閉症スペクトラム障害の人達は、今自分は人からどう見られているか、相手をどんな気持ちにしているか、自分の行為がその場の雰囲気フィットしているかといったことを感じ取るのが苦手です。

たとえば..

- ・ 同じ年齢の子どもと対等な関係が持ちにくく、よくひとりで遊んでいる
- ・ 視線が合いにくかったりする
- ・ かかわり方が一方的だったり、場違いだったりする
- ・ 相手の気持ちを理解することが難しい
- ・ 年齢相応の常識が身についていない

() の場合、こんなところが当てはまります。



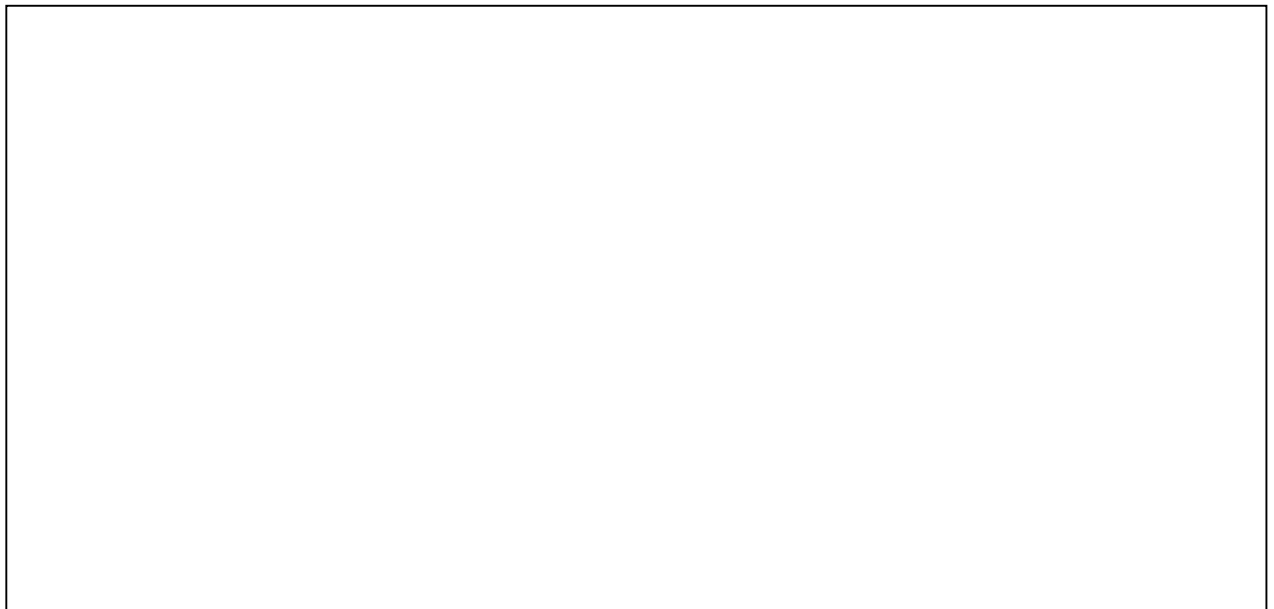
2、コミュニケーションのとり方の障害

自閉症スペクトラム障害の人達は、ことばの遅れだけでは説明のつかないやりとりの深まりのなさ・ちぐはぐさ・奇妙さがみられます。

たとえば・・

- ・話し方に気持ちがかもっていない、会話がなりたたない、一方的な会話になる
- ・人の話しを理解するのが難しい
- ・おうむ返しやひとりごと、場に合わない発言が見られる
- ・前に聞いたことばを繰り返し言ったりする（テレビのCM、セリフなど）
- ・困ったときに、自分からことばで適切に手助けを求めたりするのが不得手
- ・混乱すると、余計に相手のことばを理解したりすることが難しくなる
- ・知的に高くてもことばがよく出ていても、比喩や冗談を理解するのが難しい

（ ）の場合、こんなところが当てはまります。



3、想像力に問題があること、柔軟性の苦手

自閉症スペクトラム障害の人達は、目の前にないことに思いをめぐらすことが苦手で、ものごとに臨機応変に対応することが難しいです。このため、いつもどおりを望み、予定の変更などはとても苦手です。また、興味や関心も偏りがちです。

たとえば・・

- ・ごっこ遊びやみたて遊びは苦手です
- ・遊び方がパターンのになりがちです（ただ物を並べるなど）
- ・考えや気持ちをリセットさせることが苦手です
- ・思いがけない出来事に出会うと混乱しやすく、応用がきかない
- ・新しいことや見通しのもてないことに強い不安をしめす
- ・パターンのな行動だと身につきやすく、記憶が得意
- ・手をひらひらさせたり、体を揺すったり、回転運動を楽しんだりする

() の場合、こんなところが当てはまります。

4、その他の症状

自閉症スペクトラム障害の人達は、その他下記のような症状もよく認められます。

- ・不注意、落ち着きのなさ、衝動性
- ・運動の苦手さ、図工・工作などの不器用さ
- ・音・光・手触り・痛み・暑さ寒さなどへの反応の異常
（感覚の過敏さ、または鈍感さ）
- ・偏食
- ・睡眠の問題

() の場合、こんなところが当てはまります。

コミュニケーション能力をみきわめてください

自閉症スペクトラム障害の人達は、コミュニケーション能力を実際以上に高く見積もられやすいです。彼らは周囲の状況を手がかりに、あるいは記憶を頼りに動くことができるので、理解力の問題を見逃されやすく、わざと問題行動を起こしているように誤解されやすいのです。表現力も高く評価されやすいのですが、聞き覚えた言葉をパターンのに使っていることも多いので注意が必要です。本人の、コミュニケーション能力に見合った指導や指示の出し方をお願いします。

言葉かけは、シンプルにわかりやすく、視覚支援を多く取り入れてください

自閉症スペクトラム障害の人達は、目からの情報の方が入りやすいことが多いです。ことばだけではなく、写真や絵で示したカードなどの情報を添えると、理解も注目もより確実になります。

見通しがもてれば、実力を発揮しやすい長所をいかして

自閉症スペクトラム障害の人達は、「見通しが立てれば実力を発揮しやすい」「予定に納得できれば人一倍の力を惜しまない」という長所を持っています。これは、裏をかえせば「見通しがたっていないと不安になりやすい」ということです。その日のスケジュールや行動の手順などは、わかりやすく書いてあげてください。また、それを貼り出すことで安心できます。そして不安になったときに何度でも確認して納得することができます。

スケジュールは、最初のうちはできるだけ変化が少ない方がいいでしょう。しかし、徐々に伝えられた予定に沿って行動できるようになっていきます。変更は事前に告げてスケジュールを書き直すことで、その変更を新しい心づもりにすることができるようになります。予定表の活用は柔軟性をもって暮らすことにも役立つことになるのです。

ひとりでホッとできる時間と空間が必要です

自閉症スペクトラム障害の人達は、実際は不安と戦いながら手探りで集団生活を送っていることがよくあります。また、脳の特性である感覚過敏のためにほかの人には気にならないような音・光・手触りなどさまざまな刺激を耐えている場合も多くあります。安心して気持ちを静めることのできる場所を確保してあげることが理想です。特に自由な時間は混乱しやすいので、他人との関わりを強要せず、静かなリフレッシュスペースで過ごさせてあげましょう。



注意欠陥多動性障害（ADHD）

- 注意欠陥多動性障害とは、脳の特性から起こる発達の偏りです。
- 決して、しつけの失敗や愛情不足から起こるものではありません。

注意欠陥多動性障害とは

- ・多動性、注意散漫、衝動性を主症状とした中枢神経の発達障害
- ・原因は、神経伝達物質（ドーパミン）の異常、情報処理に重要な役割をする実行機能の障害という説が有力。
- ・学童期の子ども3～5%、程度はさまざま。
- ・学習の問題や、コミュニケーションの問題を併せ持つ人が少なくないと言われている。

ひとつひとつ（ ）の特性と合わせて考えてください。
（ ）の中に名前を書きましょう。

1、不注意の症状とは？

注意の持続が難しい（課題や遊びの活動で）

話しかけても聞こえないように見える

- ・学業、仕事で綿密に注意できず、不注意ミス
- ・指示に従えず、学業、用事、職場での義務をやりとげられない
- ・課題や活動を順序立てることが難しい
- ・持続を要する課題を避ける、嫌う、いやいや行う
- ・課題や活動に必要な物をよくなくす
- ・外からの刺激で、容易に注意をそらされる
- ・毎日の活動を忘れてしまう

つまり、興味がないものに注意を向けることが難しいこと。
逆に言うと、興味のあるものにはすごい集中力を発揮します！

（ ）の場合、こんなところが当てはまります。

--

2、多動・衝動性とは？

多動性

- ・ 手足そわそわ、椅子の上でもじもじ多い
- ・ 授業中など座っているべき時に席を離れる
- ・ 余計に走り回る、高いところに上がる
- ・ 静かに遊んだり、余暇活動につけない
- ・ じっとしていない、まるで“エンジンで動かされているよう”に行動する
- ・ しゃべりすぎる

衝動性

- ・ 質問が終わる前にだし抜けに答える
- ・ 順番を待つのが難しい
- ・ 他人を妨害し、邪魔する(例えば、会話やゲームに干渉する)

つまり…

多動の症状とは「本人が持っている本当の力」に相当しない落ち着きのなさを示しています。

衝動性の症状とは、考えなしに行動してしまい、そのために困ってしまう状況。自分の行動が悪いことだと十分に理解しているけれど、その行動が悪い行動だと判断できたときには既に悪い行動をしてしまっている。実は本人自身が一番困っているのです。

() の場合、こんなところが当てはまります。



3、二次障害の問題

ADHD の症状は年齢とともに変化していきます。一般的に多動、不注意といった様子がいちばん目立つのは学童期と言われています。また、早くからソーシャルスキルトレーニングなどを受けていると、教室の中でとてもよく適応できるようになります。

ただ、多動や不注意などの症状は、わがままと取られやすく、子ども達は非難を受けやすくなります。そして頻繁に叱られたり、注意を受けるなどマイナス評価を受けることが多くなってしまいがちです。その積み重ねは、子ども達を二次的な障害へと導いてしまいます。

代表的なものとして、チック症状がでたり、抑うつ、孤立感、劣等感などがあり、さらに不登校やいじめにつながることもあり注意が必要です。

() の場合、こんなところが当てはまります。

指示は短くポイントを絞って

ADHD の人達は、長い時間集中して相手の指示や説明を聞き続けることが苦手です。指示や説明が上手く伝わっていないことが多いようならば、伝え方を工夫してみてください。やってほしいことを短い言葉で簡潔に伝えましょう。前置きは省略して重要なことをまず提示しましょう。長々とした説明より、実際にモデルを示してあげる方が的確に理解できることもあります。ただし「わかった！」と思うと最後まで聞かずに動き出してしまうことがあるので、「話が終わるまで待っていて」と一声かけておきましょう。

よいところをたくさん探すところから始める

集団生活の中で、ルールを守れずに関係のないことを発言して騒いだり、周囲の人とトラブルになったりすることがたびたびあるかもしれません。周囲を困らせる問題児だと思われるかもしれません。そうであっても、まずは、ルールを守って落ち着いていられる場面や、人と仲良くしていただける場面を見つけましょう。そしてそのことを評価し、一緒に喜びましょう。ADHD の人達にとって、他の人と同じように振る舞うということは、それだけで大変な努力を払っていることを理解してください。

行動の○と×を明確に示す

何がのぞましい行動で何がのぞましくない行動か、という基準を具体的に伝えましょう。基準は、本人の持っている力や状態に合わせて、無理のないものにしてください。一度決めたら、ぶれずに続けることも大切です。そして、のぞましい行動は即座に、その場で、何度でも褒めてください。のぞましくない行動に対しては、そのことを短い言葉で簡潔に伝え、代わりにとるべき行動を提示してください。「がんばり表」にシールを貼るといった形で「見える化」してあげるのも効果的でしょう。また、「結果」だけでなく「努力」を褒めてあげることを心がけてください。

あせらず、あきらめず

ADHD の人達は、できる・できない、ということにとっても敏感です。そして、できない自分に傷ついていることが多いのです。周囲の人々から「もっともっと」とせき立てられたり、「○○な人」と決めつけられたりすると、自信を無くし、「何をやっても駄目なんだ」と思い込んでしまいます。頑張っても、今すぐには改善できない部分があることを理解してください。多動性は年齢を重ねるにつれて徐々に落ち着いていきます。薬を処方してもらうことで症状が改善されることもあります。ADHD の人々の多くが持っている、好奇心旺盛で物怖じせず、楽しいこと面白いことを次から次へと見つけていく力は、勉強や仕事で成果を上げ、人間関係や人生を豊かにする上で大切な美点でもあります。ぜひ、本人も周囲の人々も、ADHD という特性とあせらず、あきらめず、のんびりとつきあっていきましょう。

學習障害 (LD)

○学習障害は、脳の特性から起こる発達の偏りです。

学習障害には、以下のような特徴があります。

- ・ 知的能力には遅れがないこと。
 - ・ 限定的な能力に遅れがあること。
 - ・ それは、脳機能の障害であると推定されること。
 - ・ コミュニケーションの問題などを併せ持つことも多い。
- そして、代表的なものとしては、読字障害、書字障害、算数障害などがあります。

ひとつひとつ（ ）の特性と合わせて考えてください。

()の中に名前を書きましょう。

1、読字障害とは？

- ・ 逐字読みがある（文字を一つずつ拾って読む）
- ・ 単語や文節の途中で区切ってしまう
- ・ 読んでいるところを指で押さえながら読む
- ・ 文字間、行間が狭くなると読みにくくなる
- ・ 音読より黙読が苦手
- ・ 内容がわかると読みやすくなる
- ・ 文末などを適当に自分で変えて読んでしまう
- ・ 読み始めより、終わりの方が誤りが増える



() の場合、こんなところが当てはまります。



2、書字障害とは？

- ・ 促音、撥音、二重母音など特殊音節の誤りが多い
「わ」と「は」、「お」と「を」のように耳で聞くと同じ音の表記に誤りが多い
「め」と「ぬ」、「わ」と「ね」、「雷」と「雪」のように、形態的に似ている文字の誤りが多い
- ・ 画数の多い漢字に誤りが多い

() の場合、こんなところが当てはまります。



3、算数障害とは？

- ・ 10 の合成分解ができない
- ・ 位取りが理解できない
- ・ 量の単位を間違える
- ・ 図形の認知や構成ができない

() の場合、こんなところが当てはまります。



学習内容や学校での出来事に関心に向ける

教科書や配布プリントや宿題など、学校で学習した事柄に注意を払いましょう。そして、「へえ～、こんなこと習ったの」「面白いお話だね」といったふうに言葉をかけて、子どもが学習した内容を思い出し、振り返る機会を作りましょう。先生やクラスメートとのやりとりについても「今日、学校で何か楽しいことがあった？」などと尋ねて、興味を持っていることを伝えましょう。

できること、できるようになったことに注目する

他の部分よりきれいに書けているところや、以前より上達したところなど、できるようになったことに目を向け、ほめましょう。課題が、本人の現在の力と比べて難しすぎるようならば、薄く線を引いてなぞり書きできるようにしてみたり、計算の途中までを一緒にやったりして、最後の達成感を味わえるような手助けをしてあげましょう。

学習環境を整える

毎日決まった時間に決まった場所で宿題に取り組めるよう決めておきましょう。低学年のうちは保護者の目の届く場所で、時間はごく短時間にしておくのがよいでしょう。すぐ学習に取り組めるように学習道具と一緒に整理したり、テレビ等で気が散らないように配慮したりすることも大切です。

その人なりの得意なやり方を尊重する

情報を取り入れ、理解し、表現するやり方は一つではありません。そして、人によって得意なスタイルと、苦手なスタイルがあります。たとえば、時間や論理の流れに沿って一つ一つ情報を処理していくスタイルを「継次処理様式」、複数の情報の関連性を捉えて全体的に処理していくスタイルを「同時処理様式」と呼びますが、LDの人達の多くは、両者の得手不得手の差がとても大きいと考えられています。そして、苦手なスタイルで指導されると、理解が進まず、上手に表現できず、学習の積み上げも困難になってしまいます。そればかりではなく、教科や課題自体が嫌になってしまったり、苦手意識を抱えてしまうこともあります。その子なりの処理様式を見つけて、それに合った指導方法を工夫することが重要です。

焦らずゆっくり取り組む

LDの人達は、潜在的な能力に比べて、実際の成績や行動が低いものにとどまってしまう傾向があります。また、一生懸命努力しても、それがすぐに成果に結びつかないことがよくあります。そのため自信を無くしてしまいがちです。周りの人々は、成績が上がらないことを強く指摘したり叱咤激励したりするのではなく、向上した部分を認めてやり、身近な目標に向けて一歩ずつ努力することの大切さを伝えてあげることが大切です。

発行元 久留米市子育て支援部幼児教育研究所
TEL 0942-35-3812
yohken@city.kurume.fukuoka.jp
協力 筑後地区ノーマライゼーション研究会