

## 「幼児期・学齢期編」

**Q 1** 会話の時など、相手の言っていることが、よく理解できていないようで、話がかみ合わないのですが？

**A 1** 言葉（音声）による情報は、瞬時に消えてしまいますので、発達障害のある人には理解しづらい場合があります。言葉を使う場合には、まず、やさしく、ゆっくりと話しかけてください。また、回りくどい表現、間接的な言い方、あいまいな表現は避け、簡潔に情報を伝えてください。文字、絵、身振りなどで視覚的に分かりやすく伝えると理解しやすいと言われています。視覚的な情報の理解はとても優れている人が多いようです。こんな絵で分かってもらえるだろうかと思っても、そんなちょっとした工夫が、お互いの意思を伝え合う有効な手段になることがあります。



**Q 2** 相手の気持ちが理解できないようで、場にそぐわない不適切な言動が見られるのですが？

**A 2** 相手の心を読む、相手の気持ちになって考えるということは、集団の中で生活するときにはとても重要なことです。多くの人は、日常生活のなかでそれらを学んでいきます。しかし、発達障害のある人の中には、それらを自然に学ぶことに困難を抱えている人が多いようです。そのため、時として相手の気持ちを考えないような言動をとってしまうことがあります。結果的に周囲となじめず、いじめの対象となってしまうこともあります。ですから、まず本人は決して悪気があると思ってそうした言動を取っているのではないことを周囲が理解してください。そして、本人にわかるように、丁寧に全体の状況を説明したり、相手の気持ちに気づくことを促してみてください。マンガのように絵や吹き出しを用いて説明すると分かりやすい場合もあります。



**Q 3** 社会のルールが理解できていないようですが、どうしたらよいのでしょうか？

**A 3** 社会生活をしていく上ではいろいろなルールがあり、それを守らないと円滑な生活を営むことはできません。ただ、発達障害がある場合、ルールが本当に理解できているか、周囲が立ち止まって考えてみてください。ルールが分かっていないために、守れない場合も少なくありません。もし、ルール自体が分かっていないようでしたら、分かりやすく説明してあげてください。



また、「～はダメ」とか「～はしてはいけません」といった言い方は、してはいけないということ伝えるだけで、どうしたらよいのかを伝える言葉ではありません。「～は・・・だから、\*\*\*します」といったように具体的に何をすればよいのかを明確に伝えるように心がけてください。その際にも、視覚的な情報を用いると有効です。

**Q 4** ものごとにこだわりが強く、わがままで、周囲が迷惑しているのですが？

**A 4** 発達障害のある人の中には、自分の考え方やルールにこだわる、興味関心のあるものに特に熱中する傾向が強い人がいます。周囲は、その言動に困惑する場合もあるかもしれません。そのような場合、一方的にやめさせるのではなく、お互いに納得するルールを決めるときなどに交渉をするという姿勢が重要で



す。また、すぐに「こだわり」や「わがまま」と判断せず、その「こだわり」や「わがまま」が、周囲に迷惑をかけているものか、考え直してみることも重要です。私たち一人一人の趣味が異なるのと同様に、趣味関心の持ち方や強さが違うだけで、誰も迷惑をこうむっていない場合もあるのではないのでしょうか。

## Q5 しばしば大きなパニックをおこすのですが？



**A5** 発達障害があるからといって、理由もなくパニックを起こすわけではありません。パニックには、必ず理由があります。まず、その理由を考えてみるのが重要です。

発達障害のある人の中には、見通しが立たないことに対する不安からパニックを起こす方もいます。そのような場合は、事前にスケジュールなどを分かりやすく説明し、見通しを立てさせて安心感をもってもらうだけで、パニックの回避につながります。急な変更を避け、変更する場合は、事前に丁寧に説明するなど重要なことです。

また、感覚過敏がパニックにつながる場合もあります。その場合には、刺激に慣れろと強要せず、耐えられない刺激から遠避けてあげることが重要です。サングラスで光刺激を弱める、耳栓で音刺激を遮断するなど、ちょっとした工夫でパニックを回避できる場合があります。

パニックを起こして一番辛いのは本人です。まず、パニックを起こさない環境設定と工夫が重要です。

## Q6 パニックを起こしてしまったのだが、どのように対応すればよいのでしょうか？

**A6** パニックを起こしてしまった場合には、まず周囲から危険なものを取り除いてください。いろいろな刺激を遠ざけ、本人が移動できる場合は、本人の落ち着く場所に移動させ、おさまるまで静かに見守ってください。不用意な声かけや慰めは、逆効果になる場合があります。安全を確保しながら、落ち着くまで寄り添うといった姿勢が重要です。



どうしても頻繁にパニックが起こる場合には、身近な場所に本人の落ち着ける場所（カームダウン・エリア）などを作っておくことも大切です。パニックがおさまったら、自分をコントロールできたことを褒めてあげることも重要です。パニックは、起こしたくて起こしているものではありません。周囲の不適切な対応がパニックにつながる場合が多いのです。周囲の適切な対応の大切さを再度考えてみてください。

### Q7 特定の教科や科目が極端に苦手なのですが？

A7 特定の教科や科目が極端に苦手な場合、まず、その原因を専門家と検討することが大切です。場合によっては、ちょっとした工夫で解消されることもあります。しかし、それでも苦手さが残ることがあります。そのような場合、代替手段の利用などを考えてみる必要もあります。本人を追い詰めるのではなく、苦手な面は別の方法で補い、得意な面を伸ばしてあげるといった姿勢が重要です。本人の努力不足が原因ではない場合、自尊心を傷つけないことはとても大切です。



### Q8 授業中、じっとしてられず、ウロウロするのですが？

A8 まずは、授業の内容が理解できていないからだと考えてみてください。その場合は、本人の能力に合わせた課題設定が重要となるかもしれません。また、先生の指示が分からないような場合には、目で見て分かりやすい情報を用いるなどして、「何を」「どこで」「どのように」「どれくらい」「終わったら何をするのか」を明確にすることがとても有効な場合もあります。ちょっとした刺激に反応してしまう場合には、席の位置を刺激の少ない場所に移すなどが効果的な場合もあります。



そうした工夫を試みても離席が目立つ場合には、「離席する際は先生の許可を得る」などルールを決めて、徐々に自分をコントロールできるように導いていくことが重要です。強要しても効果はありません。

また、薬物療法が効果的な場合もありますので、適切な医療機関に相談してみるのも良いかもしれません。

**Q9** ものごとをすぐ忘れてしまい、忘れ物などが多いのですが？

**A9** ちょっとしたことでもメモを取ったり、チェックリストを利用するなど、視覚的に残るもので確認する習慣を付けさせることが重要です。メモやチェックリストを見ることも忘れてしまうような場合でも、しからずに必ず目に触れるように工夫してあげることが大切です。



**Q10** かかわり方のコツをひとこと言えば？

**A10** 「肯定的にかかわる」この一言につきると思います。「それでいいよ」、「そうしてほしい」という振る舞いを伝えましょう。また、叱る機会より褒める機会を増やしましょう。ちょっとしたお手伝いをお願いするなど、褒める機会を意識的に作っていくこともとても大切です。褒めることは、肯定的にかかわることにつながります。「肯定的にかかわる」楽しさを、周囲が感じることができるようになれば、大成功です。



**イラスト**

だけした とも  
竹下 智さん  
ごんどう あい  
権藤 愛さん

〈北九州市自閉症協会作成 Q&A 集より引用改変〉