

気になる子の脳科学に基づく支援 第2部



静岡市発達障害者支援センター「きらり」
静岡済生会総合病院 療育神経科
前田卿子 2021.7 オンライン研修会



講演の内容

1部

- 気になる子・発達障害とは
- 発達障害の脳科学

2部

- **ポジティブ支援と自尊感情・自己肯定感**
(出来るを増やす・肯定的関わり)
- ADHDの特性に合わせた支援
- 自閉スペクトラム症の認知特性と支援

3部

- 発達障害支援の実践編



発達障害の支援の基本

- 自尊感情
- ポジティブ支援
- 自己肯定感



ポジティブ指示とポジティブ支援

- 「〇〇しちゃダメ」「〇〇しないと、～～出来ないよ」は、ネガティブ指示です。「～～しようね」「〇〇したら、～～出来るよ」と言って手伝って出来るようにするのが、**ポジティブ指示**です。

しちゃダメではなく、してほしい事を伝える

Don't doではなく ⇒ Do!

「走ってはダメではなく」 ⇒ 「歩こう！」

- こどもの出来ていないところを直そうより、すでに出来ているところを見つけ、ほめ、伸ばす事が**ポジティブ支援**=ほめほめ作戦です。

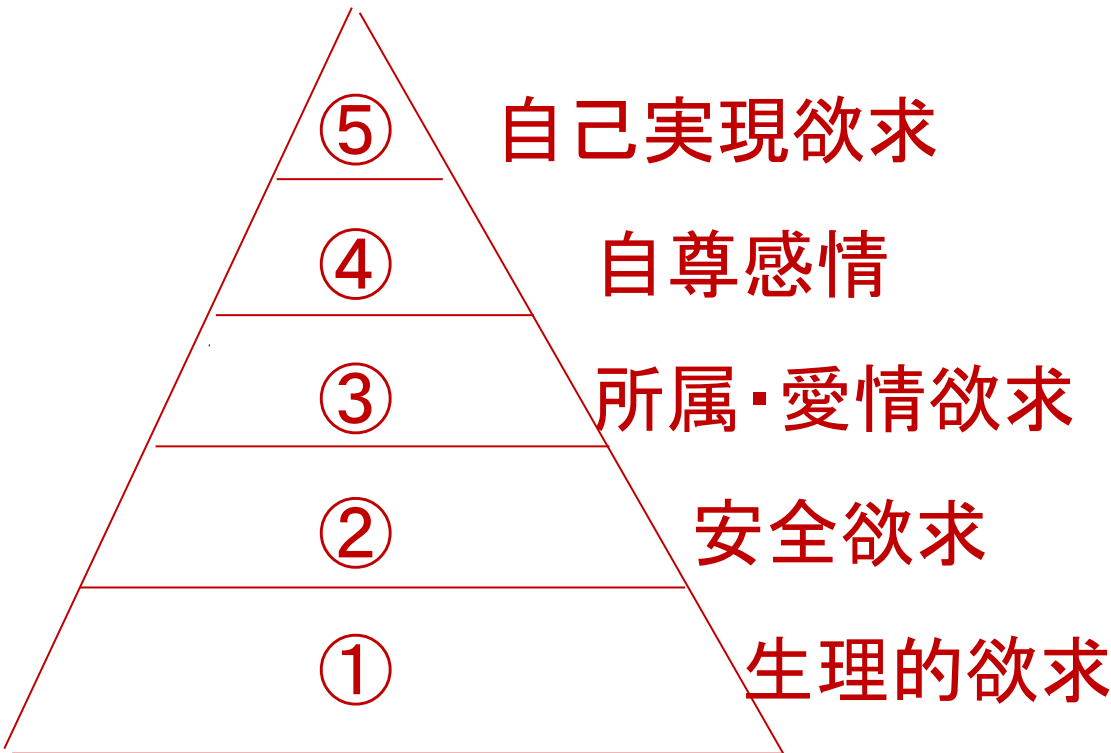
ごほうび表=トークン表が有効

	6時	11時	12時	13時	14時	15時
1 「おはよう」のあいさつをする	😊	😊	😊	😊		
2 あさのしたくとおりんちゃんをだす。(タイマー10分)	😊	😊	😊	😊		
3 れんらくぶくろにおでかみをしまう。	😊	😊	😊	😊		
4 びゅうにゆうタイマー(5分)	😊	😊	😊	😊		
5 おはりのあいつ 6:17:00	😊	😊	😊	😊		
☆ おかあさんからのごほうび	★					



自尊心感情(セルフエスティーム)

マズローの欲求の階層



- ⑤(知的好奇心・学習意欲)
- ④(認められたい、自分をわかって欲しい、自分を大切にしようという欲求)
- ③(大切にされたい、自分の居場所があり、人と関わりたいという欲求)
- ②(恐怖・危険・苦痛からの回避)
- ①(食事・睡眠など生命維持のための欲求)



自己肯定感

- 自己肯定感は「自分自身を認め肯定できる」という感覚である。自分も周囲も肯定的に受け止められる。
- 自己肯定感が高いと自分の長所と短所がわかる。
- 自己肯定感が高いと苦手なことがあってもしょうがないと思える。他人の意見が受け入れられる。
- 自己肯定感が高いと、失敗してもくじけない、立ち直る力(レジリエンス)がある。
- 自己肯定感が低いと自分を愛することができず、良くない部分ばかりが目についてしまい、なかなか自分を認めることができない。周囲から見ると十分に成果を上げていて評価されていても、「自分はまだまだ能力が不足している」と思い込んでしまう。



自己肯定感を高めるには

- 努力していること、その人のあるがままや良いところをいつも認め、肯定してあげることが必要です。

「そうそう」「いいね」「ここはできているよ」

「～～がんばってるよ」「そう思うんだね」

- 失敗したときに励ましてくれる、やり方を教えてくれる。

「なんでできないの」ではなく「どうやったらうまくいく」

「失敗してもしょうがない」「失敗は成功の基」

- 困った時にわかってくれる、励ましてくれる人の存在、キーパーソンの（親、先生のほめ言葉）が必要です。

「～～なんだね」「～～と思うんだね」「もうちょっとだよ」



注意欠陥／多動性障害

Attention-Deficit Hyperactivity Disorder

診断基準 (DSM-IV)

- 不注意(物事に集中することができず、指示に従えない、忘れ物が多い)
- 多動性(落ち着きがなく、じっとしていることができない、離席・部屋を出る・多弁)
- 衝動性(目に入ると・思いついた行動を考えずに行動する、順番を待てない、友達とトラブル)

混合型(不注意、多動性、衝動性の3つがみられる)

不注意優勢型

多動性・衝動性優勢型

注意欠如多動症 (DSM-V)



ADHDの病態

- 実行機能
- 報酬系
- 時間処理機能



脳機能低下

ドーパミン/ノルアドレナリン/アドレナリン
という神経伝達物質が主に作用



実行機能とは

- ①行動を分析し、組み立て、優先順位を付けて行う能力(計画立案)
 - ②一つの情報を記憶しながら他の作業を行う作業記憶(ワーキングメモリー)
 - ③感情、動機、覚醒レベルの自己調整能力
 - ④会話の内在化(内的言語で自己指導・自己問答)
- の4つの機能



実行機能の低下



行動制御の障害

- ①何から行動したらいいか判らず順序立てた行動が取れず、**すぐに取りかかれない**。
- ②情報を保持しながら他の作業が出来ないため、他に注意が向くと**前のことを忘れてしまう**。
- ③感情を抑えられず爆発しやすく、**イライラ感**がある。
- ④**思ったことがすぐ言葉に出る**、などの症状が現れる。



報酬系の低下

- 少ない報酬（自分が好きでやりたいと強く思うこと）以外では、やる気になれず、待つことが出来ず注意がそれ、**多動性や不注意が現れる**と考えられています。
- **強い動機付けがない課題は集中できず、離席や部屋から出ていくなどが見られます。**



ADHDへの対応と関わり

注意力への配慮

- 気になるものは置かない
- 集中できる環境を作る
(余計な音・声 外の車の音や人の声や遊ぶのが見える環境だと気が散ってしまいます)
- 一番前の席で、(先生の声が集中して聞け、ボーとしているとき、気が散った時に声かけをしてあげると、集中して取り組みます。)
- 他の多動児と席を離す などの工夫を



ADHDへの対応と関わり

多動性への配慮

- 小休止をしたり、動ける用事を作るなど、大人側が主導権を持って、動ける場を作る
(お手伝い・係の仕事などをしてもらってほめる)

衝動性への配慮

- してほしい行動は出来るだけ紙に書き貼る
(視覚支援: **スケジュール表/手順表**など)
- いい行動が出たら、すぐ褒める(ほめ表)
- 行動のを作り、約束をして褒める。
(並びます、座ります、手で触りませんなどのイラストを張ったり、見せるのも有効です。



ADHDの二次障害

- 学習障害の合併
- 友達とトラブル(他害・いじめ)
- 失敗と叱責の繰り返し



自信喪失・無気力・反抗

内在化: 自信を無くし不登校

外在化: 反抗挑戦性障害



発達障害といじめ

	いじめられた経験	いじめた経験	仲間はずれにされた経験
定型発達 (n=73)	8.5%	7.0%	8.6%
自閉症 (n=32)	29.0%*	6.5%	42.9%*
ADHD (n=100)	29.2%*	12.5%	27.6%*
学習障害(n=34)	24.2%*	30.3%*	18.2%
その他の精神障害(n=33)	21.2%	12.9%	21.2%

参考文献 Twyman KA et al. Bullying and Ostracism Experiences in Children with Special Health Care Needs. J Dev Behav Pediatr 2010



ADHD気質の長所・利点

- 多動 ⇒ 速い、エネルギッシュ
- 衝動性 ⇒ 行動力
- 集中力障害 ⇒ 一度に多くの事が出来る
- 周囲が見えない ⇒ 発想の独創性
- 忘れっぽい ⇒ いつまでもくよくよしない

有名な科学者や芸術家や歴史上の人物や
起業家や成功者にADHDが多い

(長所を生かした生き方ができれば成功へ繋がる)



ADHDの治療

- 心理社会的支援
 - 環境の調整
 - 関わり方の工夫
 - ペアレントトレーニング
 - ソーシャルスキルトレーニング
 - 目標設定 + トークン法
- 薬
 - メチルフェニデート
 - アトモキシチン
 - 漢方薬



ADHDの支援

「CCQ」とは

C (Calm) … 穏やかな声で

C (Close) … 近づいて

Q (Quiet) … 静かに

の頭文字をとった言葉です。

離れた場所で大きな声で「～～しない」 ×

穏やかに静かな声で「～～しよう」 ○

強い禁止や指示・命令をさけましょう。



自閉スペクトラム症とは

1)「対人・社会性」

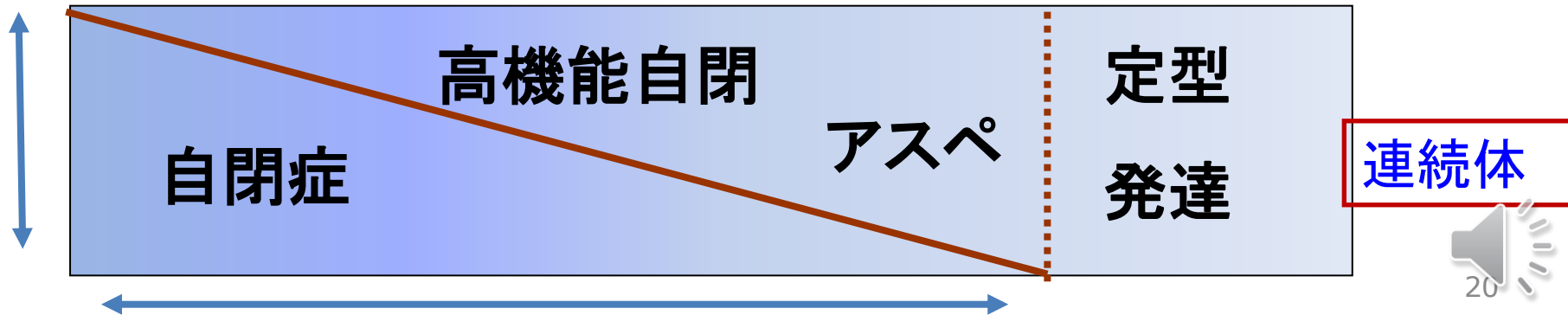
2)「コミュニケーション」

3)「想像力」の質的異常と興味の限局

- こだわり(反復的な活動や限局した遊びを好む)と
- 感覚過敏

1)2)3)の三つの特性を持つ

典型的で重度の自閉症の人から、一見すると自閉症に見えない特徴の軽いパターンの人まで存在



自閉スペクトラム症 ASD

- 自閉症(知的障害を伴う)
- 高機能自閉症
- アスペルガー症候群(言葉の遅れはなく会話ができるが、対人社会性に質的障害があり、強いこだわり、感覚過敏を持つ)
- 広汎性発達障害(自閉症より症状が軽い)
- 非典型的広汎性発達障害

これらすべてを総称して自閉スペクトラム症と呼ぶ。
2013改訂 アメリカ精神医学会診断基準DSM-V
(自閉スペクトラム症・自閉症スペクトラム障害)

社会性の障害

- 眼を見て話さない、視線が合いにくい
- 相手の立場を考えた言動をしない
(TPOに合った言葉や敬語の選び方ができない)
- 共感性が乏しい
(興味のないこと周囲に関心がない)
- 思い込みが激しい
(自分の考えが全て・経験しないことはわからない)
- 人と深い交際ができない
(常に距離をとる)
- 身体的な距離感がわからない
(相手のパーソナルスペースに入ってしまう)



コミュニケーションの障害

- 言葉から相手の思いや気持ちを理解することが難しい。
- 自分の思いや気持ちを文章で伝えることが苦手
- 皮肉や冗談がわからない
- 言葉の意味を字義通りに受け取る
- 相手の話題に合わせて言葉のキャッチボールができない
- 学習では日記や作文、文章読解が苦手



興味の限局と常同性

- 興味の幅が狭い
- 好きなことに没頭
- 切り替えが困難
- いつもと同じが安心
- 少しでもパターンが違うと嫌がる
- こだわり
(物の位置・道順・手順・好きなものを手にもってる)



感覚過敏

- 聴覚過敏
(大きな声・子どもの泣き声・救急車の音・掃除機の音・トイレの水洗の音・エアータオルの音など)
- 視覚過敏
(テレビのシーン・人の顔・特定の本・人形)
(光に過敏、文字が読みづらい)
- 触覚過敏
(皮膚過敏: 足の裏の過敏・風や雨・洋服のタグ・シーツの凸凹、洋服の濡れ)
- 味覚過敏(偏食)
- 嗅覚過敏(偏食)




想像力の特徴

- **時間や未来や仮定**のことを想像することは苦手
(見えないものは分からない ⇒ スケジュール・手順表)
- 幼児期: **ごっこ遊びや鬼ごっこや、見たて遊びが苦手**
- 学童期: **初めての学習や行事やいつもと違う活動は
分かりにくい**
- **現実と空想**の区別が困難
(ゲームやドラマの世界と現実の区別が困難:ファンタジーの
世界に没頭)
- **タイムスリップ**
(嫌なことに遭遇すると過去の場面に感情がタイムスリップして
パニックに不安や恐怖が強い)



ASDの認知機能の特徴

- 聴覚より視覚優位
 - 選択的注意が困難
(人と注意を合わせる: 共同注意ができにくい)
 - 複雑な情報処理が苦手(統合の障害)
(木を見て森を見ず、細部にこだわり全体の意味が分からない。)
 - 心の理論
(見えないものは分かりにくい/相手からの視点がわかりません。)
 - 実行機能の障害
 - 計画立案
 - 集中力・記銘力
 - 修正する力
- 最後までやらず、あきらめてしまい、行動が達成されにくい。
- 

ASD成人当事者の言葉

自閉症の成人当事者の講演より

会話は出来ますが、コミュニケーションに障害があります。一度にたくさん言われたり、思いがけない事を言われると理解できません。

短い言葉で、はじめに見通しを持たせてくれると、理解しやすいです。

理解できない言葉で何回も言われるより、写真や図、文字の方がよっぽどわかりやすいです。



周囲の人はどう接すればいいの？

1. 見かけによらず非常にストレスに弱く、心配性で不安が強いので、決して**非難したり大きな声で叱ったりしない**。
2. 不安が強いので、**予定・スケジュール**はあらかじめ渡しておく。
3. 本人なりの**こだわっているパターン、ルール**があるのでそれを認めて上げる(許容範囲内で)
4. **時間の概念や行動の切り替え**が苦手なので、あらかじめ何時か事前に伝えておき、直前にもう1回時間を伝える。
(時計・タイマー・10数える・後何分)
5. 人の長い話は聞けないので、**書いて伝える**:感情が入らない
(紙に書いて渡すやメールで大事なことを伝え記録に残す。)
6. できるだけ**褒めることを多く**、叱責・注意することは少なく。
(ピグマリオン効果) (肯定文で伝える)



周囲の人はどう接すればいいの

7. 本人の得意なことをみつけて伸ばしてあげる。不得意なことは無理をさせない。
8. イライラした時はゆっくり一人になれる時間と場所を与える。
(クールダウンタイムとスペース)
9. 本人の言い分をまず十分に聞いてあげる。一方的に指示しない。
10. 本人がキレたり癇癢を起こしたときには、冷静に対応する。
一緒に感情的にならない。
11. いつでも何かあったら相談できる体制(ホットライン)を作っておく。(安心してお母さん・先生・友達に言える)
12. 学校で不適応を示していれば、専門家への相談をすすめる。



参考図書

- 気になる子の「できる」を増やすポジティブ支援 「学校編」
前田 卿子 エンパワーメント出版
- 園での「気になる子」対応ガイド
野呂文行 ひかりのくに
- できる！をのばす行動と学習の支援
山本 淳一・池田 聡子 日本標準
- 自閉症支援一始めて担任する先生と親のための特別支援教育
井上 雅彦・井澤 信三 明治図書
- 発達障害の子とあったかクラスづくり
松久 真実、米田 和子、高山 恵子 明治図書
- こんなとき、どうする？発達障害のある子への支援
○幼稚園・保育園 ○小学校
内山 登紀夫 ミネルヴァ書房
- 通常学級で出来る発達障害がある子の学習支援/トラブル行動問題への対処/学校生活支援
内山 登紀夫監修 ミネルヴァ書房
- 栃木県発達障害者支援センター リーフレット
「パパママ見て！見て！」ペアレントトレーニング
- 発達障害の子の育て方が分かるペアレントトレーニング
上林 靖子監修 健康ライブラリー
- 発達障害のある子どもが出来ることを伸ばす！学童編・思春期編・幼児編
辻井 正次・杉山 登志郎 日本書院
- 発達障害の子どもを伸ばす魔法の言葉かけ
shiz,平岩 幹男 健康ライブラリー

本の購入

☆療育センター令和で販売 前田まで 1300円
FAX 054-287-7982

☆エンパワーメント出版社
TEL/FAX 03-6892-9600

☆yahoo・楽天・アマゾンで
ネット購入 可
1430円送料込み



アンケートのお願い

- アンケートにご記入の上送信ください。

